



Hoe ziet jouw Ethisch Kompas eruit?

Oftewel jouw lijst van waarden en normen

Waarden zijn zaken die waardevol gevonden worden. Dit kun je in 1 woord uitdrukken. Bijvoorbeeld respect, eerlijkheid of privacy.

Normen zijn de sociaal wenselijke omgangsvormen. Dit uit zich in (wenselijk-) gedrag. Een voorbeeld: Ik bied mijn grootouders als eerste een drankje aan (norm), omdat ik respect heb voor ouderen(waarde).

Wat maakt dat waarden en normen zoveel invloed hebben op relaties?

Onze ouders voeden ons op met hun waarden en normen. Ook cultuur kan een rol spelen in deze. Je kunt je voorstellen dat jouw gezin van herkomst er anders uitziet dan die van jouw partner. In de relatie mag je samen weer je eigen lijst bijstellen, dat roept soms weerstand op. Bijvoorbeeld bij het opvoeden van de kinderen of hoe vaak je op visite moet bij familie. Wat jij belangrijk vindt hoeft niet te betekenen dat jouw partner dit ook zo voelt en ervaart. Dit kan ook op je werk gebeuren met je collega. Het gaat hier dan niet om goed of fout, maar om verschil van zienswijze en verwachtingen. Als je je weet te verplaatsen in de ander en de ander in jou, lost dit vaak een groot deel van het onbegrip op. Als je je verwachting en oordeel kunt loslaten, kun je je openstellen voor de boodschap van de ander. Hiermee zeg ik niet dat je het altijd met elkaar eens moet zijn. Maar het is vaak ons ego dat gelijk wil krijgen of wenst dat de ander het ziet zoals jij. Een leuke oefening om te doen en verschillen waar te nemen: Geef je partner, je kinderen, of vrienden, een pen en papier. Vraag ze om op te schrijven hoe hun ideale vakantie eruit ziet. Vergelijk de uitkomst. Welke verschillen vallen op?

Volgende keer in Bruist: familiesystemen



De inspirerende Kindercoach

Ethisch Kompas

WWW.ETHISCHKOMPAS.NL

WWW.DEINSPIRERENDEKINDERCOACH.NL