

Pubers!

Je bent dol op ze en af en toe wil je ze ook achter het behang plakken.

Vanuit mijn gesprekken met pubers over het kiezen van een studie of toekomstige loopbaan ben ik mij meer gaan verdiepen in het puberbrein.

Het werkt bij pubers echt anders dan bij volwassenen.

Hoe dat kan?

Wetenschappelijk gezien zijn de hersenen pas bij 25 jaar volgroeid.

De verbinding tussen voelen en denken is nog niet volledig.

Je kunt merken dat je puber moeite heeft met keuzes maken.

Een eigen leefwereld heeft, minder open is naar de ouders, meer weerstand biedt of een kort lontje heeft.

Ook kan je puber nonchalant of ongeïnteresseerd over komen.

Maar vergis je niet, dit kan ook diepe gevoelens verbloemen.

Soms heb je het idee dat ze hun verstand verloren zijn, maar eigenlijk hebben ze die nog niet volledig "gevonden". In het voorste deel van de hersenen wordt geregeld dat ze abstract kunnen denken, consequenties van beslissingen kunnen overzien e.d. Nu je weet dat dit deel van de hersenen als laatste ontwikkelt; Haal diep adem en heb nog even geduld met je puber.

TIPS!

- Geef je puber keuzemogelijkheden
- Benader ze met humor
- Eenvoudige regels opstellen consequent zijn
- Blijf oog hebben voor goed gedrag, ze zijn gevoelig voor beloning



Sinds 2006 is Celeste werkzaam als psychosociaal therapeut en begeleidt zij jongeren en volwassenen in hun carrière keuze of bij levensvragen.



De inspirerende Kindercoach

Ethisch Kompas

WWW.ETHISCHKOMPAS.NL

WWW.DEINSPIRERENDEKINDERCOACH.NL

