

ZELFSTANDIGHEID

Het wordt misschien wel eens tegen je gezegd "je mag wel wat meer zelfstandig worden". Maar wat is dat nu zelfstandigheid, wat komt erbij kijken en hoe je dit kunt ontwikkelen?

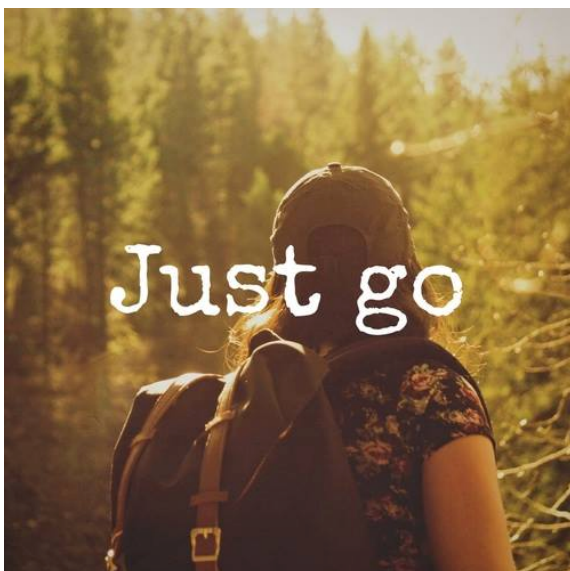
Stel: Jij bepaalt zelf wanneer je thuis komt, je besluit zelf of je wel of niet naar school gaat, je deelt je eigen tijd in en doet waar je zin in hebt. Ben je dan zelfstandig?

Het antwoord hierop is NEE. Je voelt je misschien wel heel erg onafhankelijk. Alleen is onafhankelijk iets anders dan zelfstandig.

Zelfstandig zijn houdt zoveel meer in dan je eigen weg gaan. Een jongere die zelfstandig is kan zelf de verantwoordelijkheid dragen voor zichzelf en zijn daden. Maar is ook in staat zich sociaal en verantwoord op te stellen, rekening te houden met anderen en is zelfredzaam.

Zelfstandig worden is niet iets wat vanzelf gebeurt, maar iets dat geleerd moet worden en enorm belangrijk is voor je ontwikkeling.

Op eigen benen staan! Hoe stimuleer je zelfstandigheid?



Regels

Het klinkt misschien wat vreemd, maar bij het werken naar zelfstandigheid horen regels. Zo ontwikkel je een besef van wat hoort en niet hoort. Regels horen er ook gewoon bij, ook als je volwassen bent zijn er vele regels waaraan men zich moet houden. Op den duur heb je steeds minder regels nodig, je weet dan zelf al wat goed is voor jou en je omgeving en je ziet in wat het gevolg is van jouw gedrag.

Vertrouwen

Belangrijk is dat je omgeving jou voor vol aan ziet. Dat je steeds meer het vertrouwen van je ouders en omgeving krijgt dat jij het kan. Soms nog met een beetje hulp en dat is prima.

Praktische vaardigheden

Zelfstandigheid vraagt om vele praktische vaardigheden. Soms willen je ouders jou ontlasten, omdat je al zoveel te doen hebt (school, huiswerk, sport, hobbies). Maar... als jij jouw zelfstandigheid wilt ontwikkelen, dan moet jij juist vaardigheden aanleren, zoals koken, een fietsband plakken, een was draaien en nog vele vele andere dingen.



Daarnaast kan het ook heel leuk zijn om samen te experimenteren, bak eens een taart die je nog nooit hebt gegeten.. Dus, doe regelmatig een klusje in huis. Dit is een hele goede oefening op weg naar zelfstandigheid. En daarnaast zien je ouders ook steeds meer en vaker dat het je heel goed af gaat. Dat is heel geruststellend voor iedereen.

Ieder zijn eigen tempo

De leeftijd waarop zelfstandigheid bereikt wordt verschilt per jongere. Over het algemeen gaat een jongere rond het zeventiende levensjaar steeds meer een eigen leven leiden. Dit is geen hard gegeven. Soms heb je iets meer tijd nodig, ben je even met andere dingen bezig. Belangrijk is dat je steeds een stapje zet, want ook al ben je straks 18 jaar en officieel "volwassen" je bent nooit uitgeleerd. Doe het in een tempo dat bij je past en laat je niet leiden door anderen.

JIJ

*Jij mag zijn zoals je bent,
om te worden wie je bent,
maar nu nog niet kunt zijn.
En je mag het worden op jouw manier
en in jouw tijd.*

