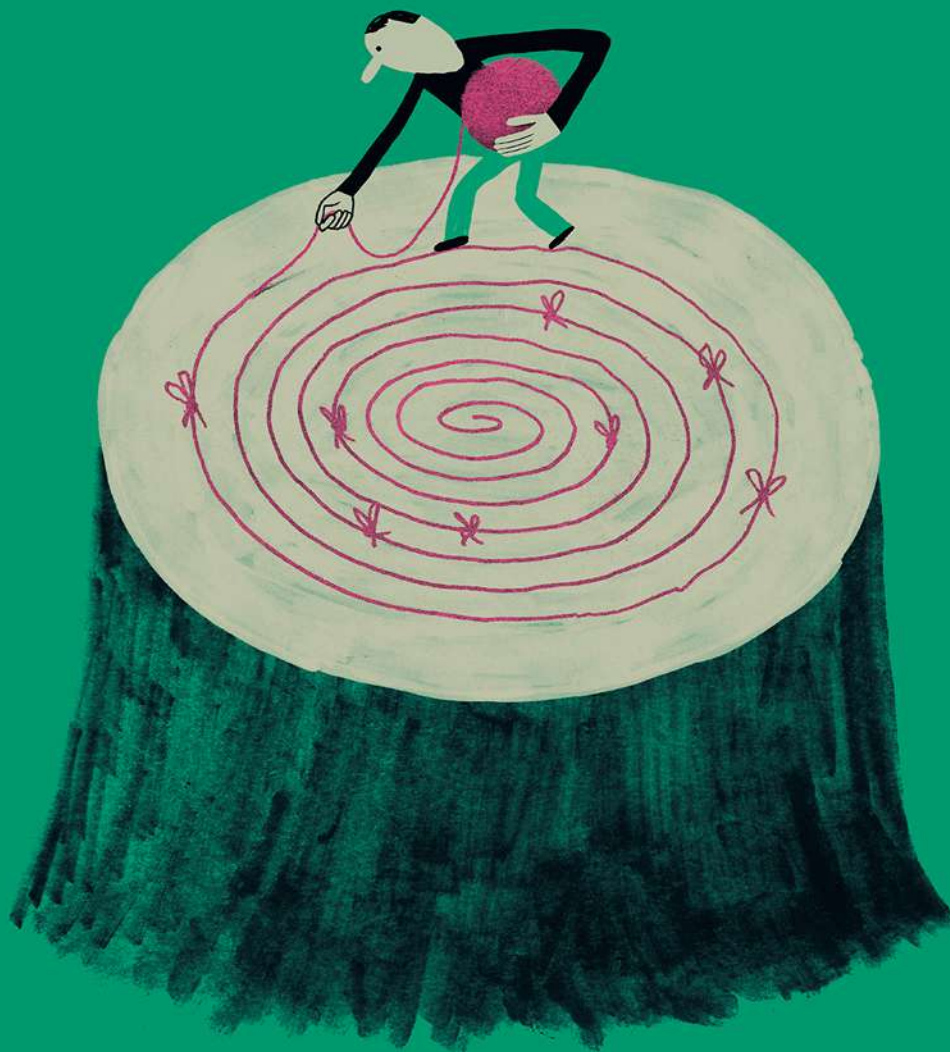


# Word eens volwassen

OF BETER NIET?



# Koop jij geen toiletpapier, dan is er geen. En anderen zullen je problemen niet meer voor je oplossen. Volwassen zijn heeft een saaie reputatie, maar iedereen wordt het, of dat zou toch moeten. Wanneer ben je het écht? En wil je dat wel?

Tekst **Nathalie Le Blanc**  
Illustratie **Klaas Verplancke**

Wanneer voel jij je volwassen? De kans is groot dat iedereen een ander antwoord geeft op die vraag. De Belgische wet is nochtans duidelijk: je bent volwassen op je achttiende. Maar dat slaat nergens op, zegt professor ontwikkelingspsychologie Wim Beyers van de UGent. 'De stap naar volwassenheid is helemaal niet zo strikt of zo eenvoudig te definiëren.' We kennen allemaal 60-jarigen die niet volwassen zijn en 16-jarigen met een indrukwekkende maturiteit. En laat ons eerlijk zijn, er zijn dagen dat we ons absoluut volwassen voelen en dagen dat we het gevoel hebben dat we 'van volwassene' spelen.

Halverwege vorige eeuw waren de dingen duidelijker. Je was volwassen als je ging werken of trouwde. Maar dan kwamen de jaren zeventig. We gingen samenwonen en kinderen maken zonder te trouwen, besloten alleen te wonen of zelfs te scheiden. We studeerden massaal langer, stelden trouwen en kinderen uit en bleven soms alleen of werden geen ouder. 'De looplijnen zijn vandaag een stuk minder strikt', vertelt professor ontwikkelingspsychologie Martijn Van Heel van de VUB. 'Het concept volwassenheid staat vandaag veel meer op losse schroeven.'

Een zestiger is vandaag misschien al met pensioen, maar gaat nog altijd naar Rock Werchter, speelt *World of Warcraft*, fietst de Stelvio op of heeft roze haar. Ondertussen doen millennials en gen Z aan *adulting*. Auteur Kelly Williams Brown, die er een boek over schreef, omschrijft dat als het gedrag dat nodig is om te functioneren als een volwassene in een reguliere samenleving. Merk op: er wordt een onderscheid gemaakt tussen volwassen zijn, en je volwassen gedragen.

## Wat zegt de Vlaming?

Omdat de vraag 'wat betekent het om volwassen te zijn?' vooral vage antwoorden opleverde, vroegen we een willekeurige groep Vlamingen: 'Wat vind jij onvolwassen gedrag?' Er volgde een tsunami aan reacties. Geen verantwoordelijkheid nemen was het meest gegeven antwoord, samen met niet zelfstandig zijn. Je niet kunnen excuseren als je overduidelijk een fout maakt en geen manieren hebben, vervulde de top vier. Geen beslissingen kunnen nemen kwam vaak voor, net als geen verantwoordelijkheid nemen voor de gevolgen van je beslissingen. 'Je kunt iemands hart breken, maar je kunt niet verwachten dat ze dan nog respect voor je hebben', schreef iemand. Niet weten waar het leven om draait, schreef een senior. 'Foute prioriteiten, niet beseffen dat het leven om mensen draait en niet om dingen.' Zelfkennis en een realistische kijk op je leven en je privilege was een ding. 'Denken dat je een self-made succes bent, terwijl je gewoon op het familiebedrijf bent gaan werken.' Liegen, mislukkingen niet toegeven, flauw doen over fysieke ongemakken, excuses zoeken, ergernis uiten zonder even tot tien te tellen, je calimero-gewijs altijd tekortgedaan voelen, alles op je kindertijd of je moeder steken, niet begrijpen dat relaties wederkerig zijn, problemen niet uitpraten, de lijst groeide en groeide. Soms zat er een element van contrast met de kindertijd in. Onrealistische dromen hebben en niet kiezen voor wat er zich aandient op romantisch of professioneel vlak vonden veel mensen onvolwassen, net als te veel focussen op plezier en genot en geen langetermijndoelen hebben. Er kwamen ook heel specifieke verzuchtingen. 'Niet lezen. Hoe kun je bestaan zonder boeken?' 'Moeilijk doen over eten. Niets dat uit de zee komt. Of geen enkele soort kaas. Komaan zeg, er zijn duizenden kazen en er zwemt heel →

wat in de zee, daar moet toch iets tussen zitten dat je lust.' 'Hebberigheid. Ik heb een tante die aan de feesttafel de fles water naast haar bord zet, want "die is van haar".' 'Van de ene relatie naar de andere trekken omdat je niet alleen kunt zijn', suggereert een verstokte single. 'Geen relaties aangaan', zucht een lang getrouwde respondent. Geen rijbewijs hebben, vindt een gen Z'er. 'Altijd hulp moeten vragen om ergens te raken, dat is het toch niet.' 'Mokken, maar niet vertellen waarom je mokt. Zo los je niets op hè.' 'Neerkijken op mensen omdat ze niet van bepaalde dingen houden en een oordeel vormen zonder enige vorm van achtergrondkennis.' 'Beyoncé of Taylor Swift als popprinsessen wegzetten zonder te beseffen wat hun culturele betekenis is, is iets wat tieners doen. Als volwassene moet je beter weten.' Eerlijk gezegd, we hadden een heel blad kunnen vullen met wat we onvolwassen vinden.

## Wat zegt de biologie?

Aanduiden wanneer een lichaam volwassen is, dat kan niet moeilijk zijn, toch? Toch wel, lacht Rudi D'Hooge, professor biologische psychologie aan de KU Leuven. Omdat een volgroeid skelet of een lichaam dat genoeg ontwikkeld is om kinderen te verwekken niet veel zegt, stelt hij. 'Voor volwassenheid kijken we naar ons brein, en er is zo veel dat we daar nog niet van weten, dat we geen echte grens kunnen trekken. Onze hersenen beginnen hun ontwikkeling prenaal, en dat duurt twintig à dertig jaar. Niet alle delen ontwikkelen zich in hetzelfde tempo. De prefrontale cortex, die zorgt voor controle over ons gedrag, zodat we onszelf niet als kleuters op de grond gooien als we kwaad of ongelukkig zijn, en ook voor gewetensvol en empathisch handelen, ontwikkelt zich het laatst. Hij is meestal volgroeid rond je 25ste, dus dan zien neurowetenschappers ons brein als voltooid. Maar onze hersenen zijn niet "klaar" op 25, ze zijn plastisch en blijven veranderen zolang we leven. Wij zijn bijvoorbeeld speels tot op hoge leeftijd, iets wat mensapen zoals chimpansees minder hebben. Belangrijk, want in spel exploreren we nieuwe dingen, sociale situaties en onszelf. Zelfs als we zeventig of tachtig zijn, kunnen we nog nieuwe dingen leren.'

En nee, er zijn geen verschillen tussen mannen en vrouwen, stelt D'Hooge. 'Als er een verschil zit in gedrag, ontwikkeling of volwassenheid, dan is dat omdat we in verschillende

leefwerelden opgroeien, niet omdat onze hersenen anders in elkaar zitten.' Onze leefwereld is sowieso cruciaal, stelt D'Hooge. 'Als je je sneller als een volwassene moet gedragen, omdat je er bijvoorbeeld alleen voor staat, zal je brein zich anders ontwikkelen, en als je in volledige isolatie opgroeit, word je wellicht nooit volwassen. Jongens en meisjes worden al van bij de geboorte anders behandeld, en als we vaststellen dat jonge meisjes meer matuur zijn dan jongens, dan is de kans groot dat dat te maken heeft met het feit dat speels, onverantwoord gedrag en een zucht naar risico's bij jongens meer getolereerd wordt dan bij meisjes.'

## Wat zegt de psychologie?

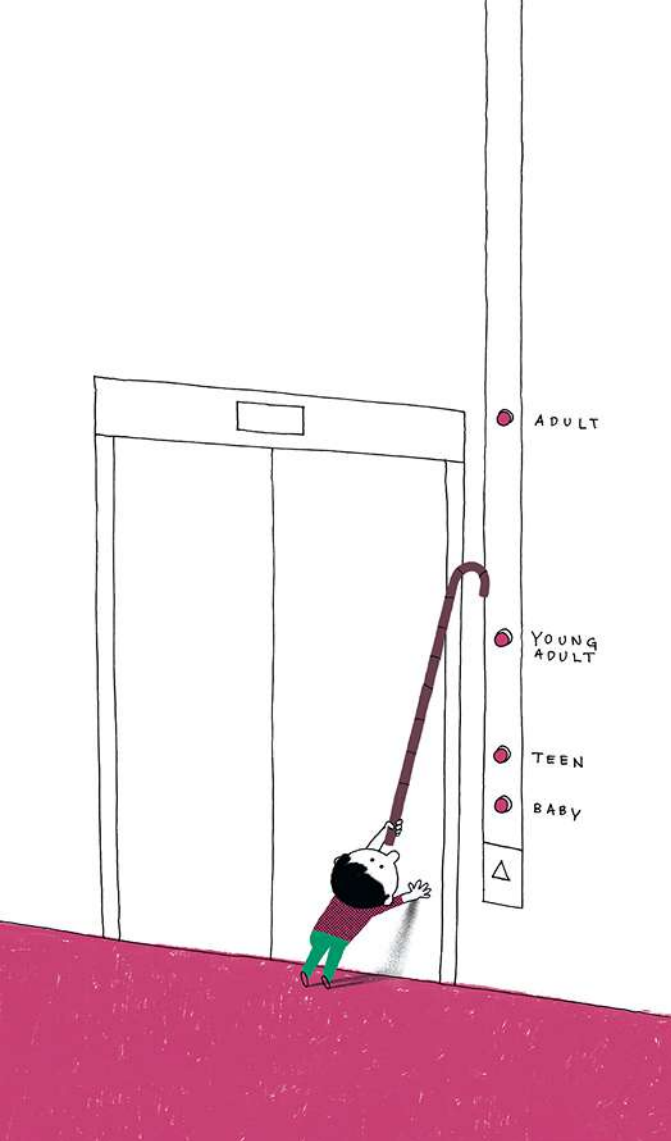
Opvallend: volwassenheid wordt eigenlijk niet intensief bestudeerd, zegt professor Wim Beyers. 'De helft van de ontwikkelingspsychologen bestudeert de eerste vijf levensjaren, dertig procent onderzoekt de adolescentie, een groeiende groep is bezig met de derde en vierde leeftijd, maar de periode in het midden van ons leven krijgt minder aandacht. En ja, we zijn ons ervan bewust dat daar meer wetenschappelijk onderzoek naar nodig is.' Dat wil Martijn Van Heel nuanceren. 'Buiten ons vakgebied wordt er ook in bijvoorbeeld arbeids- of organisatiepsychologie gekeken naar verschillende aspecten van volwassenheid.' Ontwikkelingspsychologie kijkt dus naar de verschillende stadia van ons leven, en laat daar nu de laatste decennia een stadium bij gekomen zijn. De Amerikaanse professor Jeffrey Jensen Arnett definieerde 'jongvolwassenheid', het stadium tussen adolescentie en volwassenheid, legt Beyers uit. 'Een aantal generaties geleden was uitzoeken wie je was en wat je met je leven wilde iets wat we in de puberteit situeerden. Vandaag schuift dat op. 40% van de jonge mannen en 28% van de jonge vrouwen tussen de 25 en 29 woont nog thuis. Er speelt een economische factor mee, maar ook wie werkt en een mooi inkomen heeft, lijkt niet gemotiveerd om het ouderlijke huis te verlaten. Ook de ouders spelen een rol. Nu de gezinnen kleiner zijn, is het lege nest er sneller. Toch is het je taak als ouder om je kind op te voeden tot een verantwoordelijke volwassene en het aan te moedigen stappen te zetten naar zelfstandigheid.' Jensen Arnett vond drie criteria voor volwassenheid: verantwoordelijkheid voor jezelf nemen, onafhankelijke beslissingen nemen en financiële onafhankelijkheid. 'Dat

**'Een aantal generaties geleden was uitzoeken wie je was en wat je met je leven wilde iets wat we in de puberteit situeerden. Vandaag schuift dat op'**

Wim Beyers, professor ontwikkelingspsychologie

## Liegen, je altijd tekortgedaan voelen, alles op je moeder steken... we vinden het heel onvolwassen

als tiener van droomde blijkt toch niet zo groot. 'Volwassenheid is een heel subjectief gevoel', vertelt Van Heel. 'We dichten een veertiger die een motor koopt een midlifecrisis toe en gniffelen daarover, terwijl hij gewoon de sleur waar hij in zit wil doorbreken. Vijftig jaar geleden gooide bijna niemand zijn of haar leven drastisch om, nu breken mensen van heel verschillende leeftijden vaker uit hun routine. Een jurist die zijn carrière opgeeft om een frituur te beginnen, bijvoorbeeld, dat vond men in de jaren 60 absurd. Nu vinden we dat iedereen zichzelf moet kunnen ontplooiën.' Heel wat van die criteria gaan over wat we zelf doen en hoe we naar onszelf kijken, maar we zijn geen eilanden, we leven in gemeenschappen. Of we onszelf zien als volwassen is belangrijk, maar ook of de mensen om ons heen ons als volwassen zien speelt een rol. En dan komen we uit bij cultuur, vertelt Beyers. 'Hier in het Westen neigen we iets meer naar individualisme dan in andere delen van de wereld. Dus ligt de nadruk meer op een sterke identiteit en autonomie. In meer collectieve culturen zal je inschrijven in de groep en verantwoordelijkheid nemen voor familie of gemeenschap belangrijk zijn. Wat niet zo veel verschilt, is het aangaan van volwassen relaties en eventueel een gezin starten.' Een gevoelig punt, dat psycholoog Anthony Storr aankaart in zijn boek *Solitude*. 'Afhankelijkheid vinden we onvolwassen, het vormen van banden op gelijke voet is emotioneel matuur. Maar de vraag is, is tijd alleen kunnen doorbrengen en voor jezelf zorgen dat niet ook? Kinderarts en psychoanalist Donald Winnicott vond in elk geval van wel.' Net als Martijn Van Heel. 'Aan de kersttafel krijg je nog altijd twee vragen. Heb je al een lief, en als dat zo is, dan: wanneer komen er kinderen? Maar er zit wel degelijk een evolutie in. De jongvolwassenen van vandaag zijn minder bezig met de lijst die ze moeten afvinken, ze staan bewuster stil bij hun levenskeuzes en kiezen meer voor mijlpalen omdat ze het willen, niet omdat het zo hoort.' Er wordt misschien te weinig wetenschappelijk onderzoek gedaan naar volwassenheid, maar de boekhandels liggen vol boeken over zelfzorg, vriendschap, opvoeden, rouw en andere kwesties waar je als volwassene onvermijdelijk op botst. Niet onlogisch, vindt Van Heel. 'De grote verhalen →



wil dus zeggen je losmaken van je ouders', legt Beyers uit. 'Investeren in volwassen relaties, vriendschappelijk en romantisch. Interdependentie in plaats van afhankelijkheid. Veranderingen in je situatie, zoals een diploma, werk en een eigen woonst, zijn een indicatie, net als instaan voor een gezin dat niet het gezin is waarin je bent opgegroeid. Ook goed gedrag stellen is belangrijk. Je komt als volwassene met minder weg dan als adolescent.'

Kelly Williams Brown, auteur van het boek *Adulthood*, ziet dezelfde thema's: *taking care of people, taking care of things and taking care of yourself*. 'Daar zit een vermoeiend randje aan. Als ik geen toilet papier koop, is er geen toilet papier. Als ik ongelukkig ben met mijn job, mijn partner of mijn leven, zal niemand dat voor mij oplossen. (...) Volwassen zijn betekent dat je echt helemaal de leiding hebt over jezelf. Het gaat niet over grote gebaren of dingen die je op Facebook kunt posten, het is een stille evolutie.'

Het heeft een saaie reputatie, volwassen zijn, en dat is niet helemaal onterecht. Verantwoordelijkheid kan veel werk zijn én stresserend zijn, zelfstandigheid is soms eenzaam, wilde dromen blijken onrealistisch en de vrijheid waar je

## 'Vrouwen werden heel lang als kinderen gezien die je bij het handje moest vasthouden'

Filosofe Tinneke Beeckman

en religie zijn weggevallen als ijkpunt, en we geloven in de maakbaarheid van individueel succes. De vragen die we als volwassene hebben over ons leven, daar willen we graag een magische formule voor. Veel van die boeken geven uiteraard goed advies, maar realisme is toch ook belangrijk. Gelukkig is er vandaag meer openheid, en kunnen we meer dan ooit dingen bespreken.'

### Wat zegt de filosofie?

Die jurist met zijn frituur, die roept ook bij filosofen vragen op. 'Is volwassen worden een kwestie van méér of minder je eigen ding doen en de regels bevragen onder het mom van autonomie?' vraagt professor moraalfilosofie Martha Claeys van Universiteit Antwerpen zich af. 'Wie volwassen is, conformeert zich meer aan de regels. Of: wie volwassen is, denkt voor zichzelf, en gaat tegen de regels in als die voor hem of haar niet kloppen. Er valt voor beide iets te zeggen.'

De enige zekerheid die we hebben als het over volwassenheid gaat, is hoe het juridisch gedefinieerd is, vindt filosofe Tinneke Beeckman. 'Daarbuiten hebben wij vandaag weinig rituelen die de overgang naar volwassenheid markeren.' En zelfs die wettelijke grens is niet zo duidelijk, vindt ze. 'Tot 1949 mochten vrouwen niet stemmen, tot 1976 mochten getrouwde vrouwen geen bankrekening openen zonder toestemming van hun man. Denk aan Ibsen en zijn toneelstuk *Een poppenhuis* en hoe vrouwen op redelijk vlak eigenlijk nooit als volwassen gezien werden. Ze bleven eeuwig kind, dat aan het handje moest vastgehouden worden.' Voor de wet hebben vrouwen ondertussen gelijke rechten, maar we kijken als maatschappij nog altijd anders naar volwassen mannen en vrouwen, vindt Beeckman. 'Een dronken Tom Waes, of Mark Zuckerberg met zijn *'Move fast and break things'*, dat is onvolwassen en onverantwoordelijk, maar het wordt weggelachen. Als daden of uitspraken in vraag gesteld worden, is de reactie: mogen we dan niets meer? Terwijl we voor vrouwen veel strenger zijn. Musk heeft dertien kinderen en is niet echt het toonbeeld van een verantwoordelijke vader. Stel je eens voor dat een vrouw zich zo zou gedragen.' Of we andere standaarden hebben voor mannen en vrou-

wen? Misschien, stelt Claeys. 'De morele ontwikkeling bij kinderen werd vaak gekaderd binnen de theorie van Kohlberg, die stelde dat we als mensen evolueerden van pre-conventioneel – eigenbelang en straf vermijden als grootste reden om goed te doen – naar conventioneel denken – vooral de regels willen volgen – om bij postconventioneel denken te eindigen: we begrijpen de regels en ontwikkelen een persoonlijke ethiek. Meisjes scoorden daar vaak slechter op dan jongens, maar psychologe Carol Gilligan suggereerde dat dat een "mannelijke" kijk op volwassenheid was. De filosofie stelde daar de zorgethiek tegenover, die minder op rechtvaardigheid en autonomie gericht is, en meer op relaties en liefdevolle aandacht voor de ander. We moeten dus nadenken over de vraag of volwassen zijn in onze samenleving anders is voor mannen dan voor vrouwen en of we een "mannelijk" begrip van volwassen zijn hanteren.' Onze wereld is drastisch veranderd de laatste eeuw, zegt Beeckman en dat heeft onze kijk op volwassenheid veranderd. 'Stijgende welvaart en levensverwachting, minder ziekte en kindersterfte, we zijn tot op zekere hoogte zorgelozer dan onze voorouders. Wat zeker opvalt is dat we vandaag naar volwassenheid kijken als zelfstandigheid en financiële onafhankelijkheid. Het gaat over presteren, en alles moet opbrengen. Ons economisch systeem is heel dwingend en beperkt onze vrijheid. Ook al zijn we maatschappelijk en juridisch vrij om heel wat te doen, we oordelen streng over de maturiteit van mensen die zich uit dat keurslijf willen losmaken. Kinderen kijken naar volwassenen en zien mensen die vrij zijn om te doen wat ze willen, maar omdat je perspectief hebt op jezelf, omdat je je verleden kent en op lange termijn vooruitkijkt, heb je een innerlijke stem die je stuurt en je vrijheid inperkt. De paradox van onze tijd is dat we denken dat alles uit onszelf komt, maar iedereen om ons heen imiteren. Misschien is dat besef wel een teken van volwassenheid.' Journalist Julie Beck formuleerde in *The Atlantic* perfect hoe complex volwassenheid is. 'Je kunt er wetgeving rond bedenken, maar die is niet waterdicht. Wetenschap kan ons begrip erover vergroten, maar botst op veel vragen. Sociale normen veranderen, we kunnen kiezen voor minder traditionele rollen en uiteindelijk moet elk individu zichzelf definiëren. Volwassenheid is een impressionistisch schilderij. Als je het van ver bekijkt, zie je een wazig beeld, maar als je er met je neus bovenop gaat staan, zie je miljoenen penseelstreken. Imperfect, onregelmatig maar duidelijk een deel van een geheel.' Misschien is volwassen zijn concluderen dat iemand anders het beter heeft samengevat dan wij het ooit zouden kunnen. ●