



## E-book Assertieve rechten

Praktijk META  
**Assertieve rechten**

Ieder mens (dus ook een kind) heeft assertieve rechten, namelijk het recht op:

- A** Gelijkwaardigheid
- B** Respect
- C** Eerlijkheid

**A** In fundamentele zin is iedereen, jong of oud, donker of blank, man of vrouw, gelijkwaardig. Een kind heeft als opgroeiend individu de behoefte om gehoord en gezien te worden, en om serieus genomen te worden. Als onderdeel van zijn of haar begeleid worden naar zijn of haar volwassenheid dient het in contact te worden gebracht met zijn of haar *waarde als individu*. Maar indien de fundamentele gelijkwaardigheid herhaaldelijk met de voeten wordt betreden, kan dit ten koste gaan van zijn of haar zelfvertrouwen en het vertrouwen in de ander en in de wereld.

**B** Deze fundamentele gelijkwaardigheid sluit natuurlijk bepaalde *regels in huis* niet uit. Juist vanwege het respect voor het kind en zijn of haar behoefte aan structuur, duidelijkheid, begrenzing en daarmee veiligheid, worden functionele regels opgesteld door beide partners, het liefst met de hulp van het kind. Het recht op respect houdt ook in dat het in de eigen *hoedanigheid* erkend wordt, zijn of haar *grenzen* mag aangeven, en zijn of haar andere *behoeften* mag uiten, zoals de behoefte aan een eigen plek en eigen spullen in huis.

**C** Eerlijkheid is belangrijk om een vertrouwensrelatie op te kunnen bouwen, en dus ook eerlijkheid en openheid over je gevoelens, gedachten en emoties naar de ander(en) toe. Boosheid maskeert in veel gevallen de pijn en het verdriet die erachter liggen. Eerlijkheid naar jezelf toe houdt dus *integriteit* in; Stel jezelf de vraag of je eerlijk tegenover jezelf bent over je werkelijke motieven. Een woede-uitbarsting kan worden goedgepraat door het als een 'les voor de ander' te zien, maar is de ontlasting van je spanning (veroorzaakt door de pijn van 'je innerlijke kind') niet het werkelijke motief?

In gezinnen waar bepaalde problematiek aanwezig is, is er vaak sprake van het schenden van elkaars assertieve rechten, bijvoorbeeld door:

- bevelen, bv .....
- bedreigen, bv .....
- veroordelen, bv .....
- ondervragen, bv .....
- belerend toespreken, bv .....
- een schuldgevoel geven, bv .....
- uitschelden, bv .....
- ongewenst adviseren, bv .....
- sussen, bv .....

Dit zij geen assertieve gedragingen wat ze zorgen ervoor dat de ander zich minderwaardig gaat voelen, zich bedreigd voelt, zich onbegrepen voelt, zich nutteloos voelt, angstig wordt, en/of zich terugtrekt. Hiermee ga je dus over de grenzen van de ander en neem je de assertieve rechten van de ander niet in acht, namelijk het recht op gelijkwaardigheid, respect en eerlijkheid.