



### **Luisteren kan je leren!**

Leren luisteren en doen wat je wordt gezegd, is iets dat kinderen kunnen leren. Wanneer ouders redelijke verwachtingen hebben en op een eerlijke manier grenzen stellen, zullen kinderen eerder bereid zijn om mee te werken en zich aan te passen. Kinderen hebben grenzen en eenvoudige regels nodig. Voor hun veiligheid, en ook om goed met anderen te kunnen opschieten. Ouders die erin slagen om hun kinderen te leren luisteren en grenzen te accepteren, ervaren dikwijls dat de opvoeding daardoor makkelijker wordt.

### **Waarom zijn kinderen ongehoorzaam?**

Kinderen doen graag dingen die aandacht opleveren, zijn op zoek naar grenzen en willen dingen uitproberen. De kans op ongehoorzaam gedrag wordt groter als ouders het op zijn beloop laten. Als er nooit gevolgen zijn, leren kinderen dat ongehoorzaam gedrag een goede manier is om ergens onderuit te komen. De manier waarop ouders instructies geven heeft ook invloed. Instructies kunnen te veel, te weinig, te vaag, te moeilijk of op het verkeerde moment gegeven worden.

### **Hoe kun je kinderen grenzen leren?**

Zorg dat je de aandacht hebt, hurk of buig tot ooghoogte. Zeg je kind wat hij moet doen. Geef je kind de tijd om te gaan doen wat je hebt gezegd. Geef een complimentje wanneer je kind goed luistert en de instructie opvolgt. Herhaal de instructie zo nodig één maal. Reageer niet op zeuren of huilen.

### **Hoe ga je om met ongehoorzaamheid?**

Blijf niet steeds waarschuwen. Als je kind na 2 keer waarschuwen niet doet wat je zegt, moet daar een consequentie op volgen. Kies iets dat logisch is en past bij de situatie. Stop bijvoorbeeld de activiteit of pak het speelgoed af. Leg uit waarom je het doet. Negeer protest of smeekbeden, ga niet in discussie. Gewoonlijk is 5 tot 10 minuten zonder de activiteit of speelgoed genoeg. Help je kind daarna weer op gang. Als je kind toch doorgaat met ongewenst gedrag of als het zich binnen een uur opnieuw voordoet, herhaal dan de logische consequentie, maar nu voor langere tijd, bijvoorbeeld de rest van de dag. Hanteer zo nodig 'even stil zitten' of een time-out wanneer je geen logische consequentie kunt toepassen of je kind gewoon door blijft gaan. Vertel je kind wat hij fout gedaan heeft en wat het gevolg is. Zeg je kind dat hij 2 minuten stil en rustig op die plek moet blijven voordat hij eraf mag. Probeer rustig en standvastig te blijven, hoe heftig je kind ook protesteert. Herinner je kind eraan dat de tijd pas ingaat zodra hij rustig is. Wanneer je kind 2 minuten stil is blijven zitten of rustig is geworden, geef je hem een nieuwe kans.

Voor informatie over gezond opgroeien en opvoeden kun je altijd terecht op onze website: [www.cjgoosterschelderegio.nl](http://www.cjgoosterschelderegio.nl)



## **Opvoedsteunpunt Reimerswaal GGD Zeeland**

### **Albie de Wilde, pedagogisch adviseur**

- Locatie: Hansweert, Eendracht 1d.  
Openingstijd: 1<sup>e</sup> en 3<sup>e</sup> donderdag van de maand van 13.00 – 14.00 uur.

### **Ria van Wylick, pedagogisch adviseur**

- Locatie: Krabbendijke, Consultatiebureau, Dorpsstraat 93.  
Openingstijd: dinsdag 13.30 – 15.30 uur.

Voor het maken van een afspraak kunt u op werkdagen contact opnemen tussen 8.00 – 15.30 uur, telefoonnummer: 0113 – 249315.