



Tel tot tien!

1,2,3,4,5,6,7,8,9,10. Wie niet weg is, is gezien. Ik kom! Een spelletje dat iedere nieuwe generatie steeds weer opnieuw speelt. Grappig is dat de regels voor alle kinderen duidelijk zijn: een kind telt, de andere kinderen verstoppen zich, diegene die telt gaat zoeken en je bent vrij als je de buut haalt. Waren de regels van ouders altijd maar zo duidelijk. Ouders denken dat kinderen wel weten wat er van hen verwacht wordt, maar vaak is dat niet zo.

Kinderen laten of leren luisteren valt niet altijd mee. Ouders roepen vaak vertwijfelt: maar ik heb het al zo vaak gezegd, ze weten toch dat het niet mag! Voor al deze ouders nog even op een rijtje hoe je kinderen beter kunt leren luisteren. Tot tien tellen hoort daar bij en is het thema van de Week van de Opvoeding, die van 6 tot en met 12 oktober 2014 plaatsvindt.

Geef duidelijke regels en instructies

Kinderen gehoorzamen eerder als jouw regels en instructies duidelijk zijn. Beperk je tot regels en instructies die echt nodig zijn en die je ook kracht bij wilt zetten. Het is onredelijk om altijd onmiddellijke gehoorzaamheid van je zoon of dochter te verwachten.

Geef geen instructie als je kind ergens ingespannen mee bezig is of als ze opgaan in hun spel. Laat hen dat eerst afmaken of wacht op een onderbreking voordat je de instructie geeft (tijdens een voetbalwedstrijd of spannende film mogen ze jou ook niet storen. Zorg dat je de aandacht van je kind hebt. Loop naar je kind toe. Hurk of buig tot je op ooghoogte bent en noem zijn naam om zijn aandacht te krijgen.

Zeg precies wat je kind moet doen. "Fleur, ik wil nu dat je aan tafel komt zitten, want we gaan eten." Als je wilt dat je kind ergens mee ophoudt, vergeet dan niet om een alternatief te geven en zeg wat hij wel mag doen. "Tom, je mag niet binnen met de bal voetballen, het mag wel buiten." En dan tel je tot tien, niet hardop, om je kind de tijd te geven om te doen wat je hem gezegd hebt. Blijf wel in de buurt en houd je kind in de gaten.

Geef complimenten

Geef een compliment wanneer je kind luistert en doet wat je gevraagd hebt. "Fijn dat je aan tafel komt zitten, dan kunnen we nu eten". Of "prima dat je buiten gaat voetballen". Als je kind niet luistert herhaal je nogmaals je verzoek. Zorg dat wat je wilt, overkomt bij je kind, dus dichtbij en oogcontact maken. Niet uit de keuken naar de kamer roepen, van binnen naar buiten, of van boven naar beneden. Kinderen zijn niet doof, maar de inhoud van je boodschap komt niet over. En tel weer tot tien! Als je kind luistert geef je een compliment.



Als hij of zij niet luistert, blijf dan niet steeds waarschuwen zonder dat er iets gebeurt. Als je kind niet na de tien tellen doet wat je gevraagd hebt, moet daar een consequentie op volgen. Kies iets dat logisch is en past bij de situatie. "Tom, je hebt niet gedaan wat ik zei, ik leg de bal weg." Meestal is vijf tot tien minuten uitsluiting van een activiteit genoeg.

Help je kind weer op gang met zijn activiteit als de tijd om is. Je kind krijgt zo de kans om zich nu wel goed te gedragen. Als je kind niet luistert en doorgaat met zijn ongewenste gedrag, herhaal dan de logische consequentie, maar nu voor langere tijd. Je kunt je kind ook even apart zetten. Soms kunnen kinderen zelf hun ongewenste gedrag niet stoppen. Even uit de situatie halen, kan je kind helpen om te stoppen met het ongewenste gedrag

Voor informatie over gezond opgroeien en opvoeden kun je altijd terecht op onze website op www.cjgoosterschelderegio.nl



Opvoedsteunpunt Reimerswaal GGD Zeeland

- Locatie: Yerseke, Moerplein 12c.

Albie de Wilde, pedagogisch adviseur

- Locatie: Hansweert, Eendracht 1d.
Openingstijd: 1^e en 3^e 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 – 17.00 uur, telefoonnummer: 0113 – 249315.