

Beeld/spraak

Mine DALEMANS / Jozefien VAN HUFFEL

ANTWERPEN | Geen ander onderdak vonden ze dan een schamele stal, meer dan twintig eeuwen geleden. Hoeveel keer bouwden mensen overal ter wereld sindsdien een dak boven de beeltenis van Jozef en zijn hoogzwangere vrouw? De leerlingen van de Vrije Technische School Turnhout monteerden onlangs hun moderne kerststal op het binnenplein van het Antwerpse bisschopshuis. Jeugdvicaris Wim Selderslaghs, verlengdraad in de hand, lijkt wel te wachten tot engelen hem het Licht van de Wereld aankondigen.



Luister nu toch!



ZieZoZorgen

Lieve SWINNEN

De inspiratie voor mijn columns haal ik meestal uit een of andere gebeurtenis tijdens mijn werk als kinderpsychiater. Ditmaal verliep het anders. Onder het samen koken, vroeg mijn man me een „flink hoopje” rozijnen klaar te leggen. „Hoeveel is dat?“, vroeg ik me af. En gelijk schoot het onderwerp voor dit stukje me te binnen: duidelijkheid is toch zo belangrijk wanneer je iemand iets vraagt.

Bedenk dit even. Ouders willen dat hun kind braaf is. Maar vraag aan tien mensen wat ze onder een ‘braaf’ kind verstaan, dan krijg je gegarandeerd tien verschillende antwoorden. De een bedoelt een kind dat niet zeurt, de ander een kind dat meteen doet wat je vraagt, nog een ander een kind dat goed werkt op school. Voor kinderen is het echter heel belangrijk dat je duidelijk maakt wat je bedoelt. „Geef dat speelgoed terug aan je zus.” Of: „Ik wil dat je me tien minuutjes met rust laat. Ik moet telefoneren.” Of: „Wanneer je snoep wil, vraag je me dat.” En: „Vóór je televisiekijkt, maak je eerst je huiswerk.”

Omdat gedrag iets is wat je leert – en je vooral leert door positief gedrag aan te moedigen – dienen uw verwachtingen geformuleerd als gewenst gedrag. „Praat rustig” in plaats van „niet schreeuwen”. „Eet met mes en vork” in plaats van „niet met je handen eten”. Dit lijkt

simpel, maar dat is het absoluut niet. Probeer maar eens om het woord ‘niet’ uit uw vocabularium te schrappen!

Ook volgende verzuchting van ouders is vast en zeker herkenbaar. „Ik moet mijn kind alles tien keer vragen en dan nog gebeurt het vaak niet.” Veelal wachten kinderen tot u uw stem verheft, begint te schreeuwen of het uiteindelijk zelf opknapt. Wanneer u uw kind een opdracht geeft, volgt u best van dichtbij op of uw kind die uitvoert. Maak duidelijk wanneer u wil dat uw kind eraan begint, bijvoorbeeld: „Ga nu je tanden poetsen.” Controleer of dat gebeurt: ga mee naar de badkamer, stimuleer uw kind en geef het een compliment als de taak is volbracht. U vraagt beter slechts drie zaken die daadwerkelijk gebeuren, dan tien waarvan er uiteindelijk slechts drie worden aangepakt. In het eerste geval leert uw kind dat wat u vraagt belangrijk is en ook moet gebeuren. In het tweede geval leert uw kind het omgekeerde: wat mama vraagt, moet niet noodzakelijk.

Misschien heeft u het gevoel dat niet u, maar uw kind baas in huis is. Opdrachten worden niet uitgevoerd, regels niet gevolgd en uw kind werkt niet mee. Dat leidt vaak tot een negatieve reactie bij de ouder, met op zijn beurt een negatieve reactie bij het kind en misschien een agressieve reactie terug van de ouder. Men spreekt van

een dwingproces. Pak het als volgt aan. Voorzie problemen en blijf kalm. Wil u dat uw kind iets doet, verzoek dan eerst. Bijvoorbeeld: „Kun je nu je bed opmaken?” Wordt daar geen gehoor aan gegeven, maak er dan een opdracht van. Zeg bijvoorbeeld: „Ik heb het je eerst vriendelijk gevraagd. Nu is het een opdracht. Maak je bed op.” Ga vooral niet met uw kind in discussie. Doet het niet wat u zegt, besef dan dat u uw kind ook niet kunt dwingen om zijn bed op te maken, maar het wel iets kunt weigeren wat het leuk vindt, zoals tv-kijken of computeren. Kortom, verbind er een sanctie aan. Zeg bijvoorbeeld: „Als je nu je kamer niet opruimt, mag je geen tv meer kijken.” Accepteer daarbij dat de kans bestaat dat het bed niet wordt opgemaakt. Er zijn echter twee valkuilen die uw geloofwaardigheid kunnen ondermijnen. Valkuil 1: weigert uw kind ondanks de sanctie, ga dan niet zelf doen wat u hebt verzocht (het bed opmaken). Valkuil 2: dreig slechts met wat u kunt waarmaken. Zeg bijvoorbeeld niet: „Ik ga nooit meer met je winkelen.”

Intussen weet ik wel hoeveel een „flink hoopje” is. Niet moeilijk, ik kon het niet laten van de rozijnen te snoepen. Mijn man hield het nauwlettend in de gaten en waarschuwde me op het moment dat het geen ‘flink hoopje’ meer was. Ik zal het niet snel vergeten.☺