

## Driftbuien

Als je peuter voor het eerst een driftbui heeft, kan dat je enorm verrassen. Misschien ben je even met stomheid geslagen, vooral als het in het openbaar gebeurt. Het is niet uitzonderlijk dat jonge kinderen driftbuien hebben, vooral bij 2-jarigen komen ze nogal eens voor. Het beste is om driftbuien zodra ze zich voordoen, meteen op een goede manier aan te pakken.

### *Tips die helpen om driftbuien te voorkomen*

- Zet dingen weg waar je kind niet aan mag komen. Dan hoef je niet steeds *Nee* en *Afblijven* te zeggen.
- Maak zijn wereld overzichtelijk. Benoem door de dag heen wat je aan het doen bent en wat er gaat gebeuren. Zo weet je kind wat hij kan verwachten. Stel een paar regels op die passen bij de leeftijd van je kind. Bouw bijvoorbeeld een vaste routine op rond eet- en slaaptijden.
- Geef je kind iets te doen in situaties waarin hij zich vervelend zou kunnen gedragen.
- Beslis eerst of een verzoek van je kind redelijk is, in plaats van automatisch *Ja* of *Nee* te zeggen.

### **Negeren, een duidelijke instructie en eventueel time-out**

Als het niet tot onveilige situaties leidt, kun je een driftbui van een peuter jonger dan 2 jaar negeren. Dat betekent: niets zeggen en niet naar je kind kijken. Geef op geen enkele wijze aandacht aan je kind. Doe dat pas als de driftbui over is. Geef dan een complimentje omdat hij weer rustig is. Bij oudere kinderen kun je een heldere instructie geven: *Mark, stop nu meteen met schreeuwen. Als je iets wilt hebben kun je het ook gewoon zeggen.* Wanneer de driftbui aanhoudt, kun je een time-out toepassen door je kind een paar minuten apart te zetten of – afhankelijk van de situatie - zelf even de kamer uit te gaan.

### **Omgaan met driftbuien in het openbaar**

Driftbuien in het openbaar maken het moeilijk om strategieën als negeren of time-out te gebruiken.

Zoek dan een rustige plek, zoals een bankje in het park of de auto en zeg je kind dat het rustig moet gaan zitten. Blijf erbij wachten (zonder te praten) totdat je kind ongeveer 30 seconden stil is. Zeg dan dat je blij bent dat hij weer rustig is en ga door met waar je mee bezig was. Wanneer dit geen succes heeft kun je besluiten naar huis te gaan en het later opnieuw te proberen.

TP/niveau1/ artikel

## Positief opvoeden werkt

