

Hoe leer ik mijn kind regels?

Instructies geven aan kinderen

De instructies die we aan kinderen geven kunnen gebruikt worden om een kind iets te laten doen (bijvoorbeeld speelgoed opruimen) of om gedrag van je kind te stoppen (bijvoorbeeld een ander kind slaan). Wanneer kinderen vaak niet doen wat hen gezegd wordt, kan dit komen door de manier waarop we instructies geven.

Valkuilen bij het geven van instructies zijn:

- *Te veel.* Hoe meer instructies we geven, des te groter de kans dat een kind weigert. Een overdosis instructies roept weerstand op.
- *Te weinig uitleg.* Kinderen lijken soms ongehoorzaam, omdat niemand ze rustig uitgelegd heeft wat er precies van ze wordt verwacht.
- *Te moeilijk.* Soms zijn de eisen die we aan een kind stellen te hoog. Verwacht niet van een peuter dat hij zelf de rommel in zijn kamer opruimt.
- *Te vaag.* Als ouders alleen "STOPPEN" of "HOU OP" roepen, bijvoorbeeld als hun kind op de bank springt, helpt dat niet. Zeker niet als je kind ook nog zijn broertje eraf duwt en veel lawaai maakt. Het kind weet dan niet welk gedrag je afkeurt: het springen, de herrie of het duwen.
- *Vragen of je kind iets gaat doen.* Instructies die als een vraag gesteld worden, kunnen ook problemen geven, zoals: "Wil je nu naar bed gaan?" Bij zo'n vraag kan je kind gewoon "Nee" zeggen.
- *Verkeerde timing.* Als je een instructie geeft terwijl je kind lekker speelt of geboeid televisie kijkt, vergroot dat de kans dat je kind niet luistert.
- *Van een afstand roepen.* Instructies die vanuit een andere ruimte worden geroepen, worden vaak niet opgevolgd. Dat het jou ernst is, dringt dan minder goed door bij kinderen.
- *Emotionele lading.* Soms kan een instructie het kind als persoon afwijzen in plaats van het ongewenste gedrag te corrigeren. Bijvoorbeeld als je zegt "wat ben je weer een klier" in plaats van "stop met je zusje te slaan". Kinderen zijn erg gevoelig voor persoonlijke afwijzingen en kunnen dan juist lastiger worden.

Voordat je een instructie geeft, is het belangrijk om te bedenken wat je precies wilt van je kind. Bepaal ook of je kind een keuze heeft om 'nee' te zeggen of dat hij daadwerkelijk móet doen wat je zegt. Geef een instructie op de volgende manier: ga naar je kind toe, zorg dat je zijn of haar aandacht hebt en leg duidelijk en rustig uit wat je wilt dat er gebeurt. Bedenk zo nodig alvast wat de consequentie is als je kind niet luistert. Geef je kind even de tijd om mee te werken en prijs hem als hij de instructie opvolgt: "Stefan, bedankt dat je doet wat ik zeg!". Als je kind de instructie niet opvolgt, pas dan een logische consequentie toe die past bij de situatie. Pak bijvoorbeeld het speelgoed af waar je kind op dat moment mee speelt of zet de computer even uit. Wanneer kinderen slecht blijven luisteren, vraag dan om aanvullende informatie of advies.

TP/niveau1/

Positief opvoeden werkt

