



DRIFTIG, STIEKEM...

DE MINPUNTJES VAN JE KIND

Natuurlijk houd je superveel van je kind, maar bepaalde karaktertrekjes... die vind je toch wat minder. Soms is dat even slikken.

Laatst was het weer zover. Ik was met mijn achtjarige zoon Stijn op een verjaardag en hoorde hem keihard een boer laten. Alle kinderen lagen in een deuk. Hij denkt dat hij grappig is, maar ik schaam me kapot. Hij vindt het leuk om de clown uit te hangen, ik

vind dat minder', zegt Joyce (39), moeder van Stijn en Donna (5). Iedere moeder kan wel een eigenschap van haar kind noemen die ze eigenlijk niet zo prettig vindt. Dat wil natuurlijk niet zeggen dat je daardoor minder van je kind houdt, of het meteen een rotblaat vindt. Een kind is ook maar een mens en moet bovendien nog van alles leren. Maar ondertussen sta je wel met het schaamrood op de kaken of erger je je als jouw zoon of dochter gedrag vertoont dat jou niet aanstaat.

'Als ouders moet je voor een goede basis zorgen', vertelt Minouk Timmers. Ze is gezondheidszorgpsycholoog, cognitief gedragstherapeut én moeder van drie kinderen (5, 3 en 1). Vorig jaar startte zij haar eigen praktijk vanuit het idee dat ouders als cotherapeut hun kind kunnen helpen bij het veranderen van gedrag. 'De rol van ouders is van onschatbare waarde. Zij kunnen kaders stellen en bijschaven, dat kan een kind zelf niet doen. Ik geloof niet dat je karakter kunt veranderen. Ook niet in therapie. Wel kun je iemand bewust maken van zijn gedrag en dit gedrag daarmee beïnvloeden. Ik help kinderen en ouders in dat proces. En ik leer ouders en kinderen ook in bepaalde situaties om te gaan met elkaars karakter.'

SPUGEN OP DE GROND

In een situatie als hierboven weet Joyce soms niet hoe ze op Stijn moet reageren. 'Hij is echt een lieve en gezellige jongen. Maar hij doet gek om indruk te maken op andere, vaak oudere kinderen. Dat gebeurt op school, als er vriendjes komen spelen of als we met z'n allen ergens zijn. Hij spuugt op de grond, schopt, boert zonder sorry te zeggen, gebruikt vieze woorden. Als ik later met hem praat, ziet hij wel in dat zijn gedrag niet goed is. Ik vertel dat het ook geen nut heeft. Je bent leuk zoals je bent en dat vinden andere kinderen ook. Als je dit haantjesgedrag blijft vertonen, gaan kinderen je op den duur irritant vinden.' Minouk vindt het logisch dat Joyce hiervan baalt. 'Dat clowneske gedrag kun je prima negeren. Dan wordt het snel stukken minder interessant voor hem. Stijn weet zich geen houding te geven, dat

moet hij leren. Verzin samen met hem een alternatief om lollig uit de hoek te komen. Laat hem bijvoorbeeld een mop vertellen als hij graag de aandacht op zich vestigt. Daarnaast kun je op een familiefestje best met de volwassenen afspreken dat er niet gelachen wordt als hij iets raars doet. Dan weten ze meteen hoe jij erover denkt.'

DOORZETTINGSVERMOGEN

Pieter is een heel ander kind. Hij is negen jaar en de enige zoon van Joke (40). 'Pieter is geen doorzetter en dat vind ik jammer', zegt Joke. 'Zelf heb ik altijd moeten vechten om wat te kunnen bereiken. Op school is het een probleemloos kind. Voordat ik het in de gaten heb, zit hij al een toets te leren. Maar als het hard waait, wil hij niet fietsen. Sporten geeft hij bij de eerste tegenslag al op. Ik merk dat hij de dingen die hij op eigen initiatief doet, langer volhoudt. Zo wilde hij graag op gitaarles en daar hoef ik helemaal niet achteraan te zitten.'

Expert Minouk vraagt zich af wie van deze twee authentieker is,

'JE KUNT HET
KARAKTER NIET
VERANDEREN,
MAAR JE KIND WEL
BEWUST MAKEN
VAN ZIJN GEDRAG'

Pieter of Joke. Heeft Pieter echt geen doorzettingsvermogen? 'Als het ertoe doet, laat hij dat wel zien. Als hij iets echt niet wil, zet hij dat toch ook door? In hoeverre luistert zijn moeder echt naar hem? Joke zou niet alleen moeten horen wat hij zegt, maar ook iets moeten doen met wat hij aangeeft.' Een prachtige eigenschap van veel kinderen is dat ze in het nu leven, meer dan volwassenen >

doen. Dat geldt ook voor Pieter. Joke: 'Wat dat betreft kan ik zeker wat van hem leren. Ik vind ook dat hij het recht heeft zijn eigen weg te gaan in het leven. Daarin ben ik zijn begeleider. Maar ik vind het snel opgeven wel een moeilijke eigenschap. Daarom vertel ik hem hoe ik zaken aanpak in het leven en hoop dat hij daar iets van leert.'

DRIFTBUIEN

In het huis van Ellen, moeder van Fenne (8) en Dirk (4), stampt Fenne regelmatig naar boven. Dan moet ze van haar moeder op haar kamer haar driftbui uitrazen. 'Fenne is een gevoelig meisje. Ze is onzeker, heeft een negatief zelfbeeld en is continu op zoek naar aandacht, op een vervelende manier. Mijn perfectionisme botst met haar karakter, waardoor ik haar altijd erg op de huid heb gezeten. Sinds ik haar meer haar gang laat gaan, gaat het beter. Ze wil meer zelf bepalen wat ze wil, kan en mag. Ik vind het goed dat ze zich thuis durft te uiten en wil haar daar ook de ruimte voor geven. Soms laat ik het dan ook toe, maar dat kan gewoon niet altijd. Ze is nog steeds een kind van acht. Bij anderen vraagt ze niet of nauwelijks om negatieve aandacht.' Minouk legt uit dat de meeste ouders willen dat hun kinderen normaal doen en gezellig zijn. Maar daarbij heeft het weinig zin om onze wil op te leggen. 'Fenne lijkt te

'NOBODY'S
PERFECT,
EN HOE ERG IS
DAT NOU?!'

vechten voor eigen ruimte. Haar moeder geeft aan perfectionistisch te zijn. Dat kan een signaal zijn voor haar eigen onzekerheden en negatieve zelfbeeld. Als je het zo bekijkt, is het niet zo raar dat Ellen dicht op de huid van Fenne zit. Maar weet zij waar Fenne zich zorgen om maakt? Natuurlijk bevorderen de driftbuien de sfeer in huis niet en is het begrijpelijk dat Ellen daarvan baalt. Toch denk ik dat zij haar gevoel op zo'n moment opzij moet zetten. Fenne heeft haar moeder hard nodig om anders met haar boosheid te leren omgaan en een positiever zelfbeeld te krijgen.'

STIEKEME SNOEPKONT

Het middelste kind van Helga (43), moeder van Josephine (11), Valentijn (9) en Julius (7), is dol op snoepjes. 'Af en toe hebben we snoep in huis en dat krijgen de kinderen dan ook. Maar mijn middelste pakt het ook stiekem. Eerst ontkende hij dat glashard, tegenwoordig geeft hij het wel toe. Ik vind het vervelend dat ik snoep moet verstoppen in mijn eigen huis. Van zijn zakgeld koopt mijn zoon het liefst ook snoep. Hij weet het uit alle hoeken en gaten te trekken. Als ik thuiskom met de boodschappen en die niet direct opruim, heeft hij alweer wat te pakken. We geven hem dan straf: een paar dagen geen tv-kijken.'

Wat is erger: liegen of snoep pakken zonder te vragen? En nu is het nog snoep, maar wat komt erna? Straks is het geld uit een portemonnee pakken zonder het te vragen... Natuurlijk heb je geen zin om in je eigen huis spullen te moeten verstoppen. Bovendien: door iets aan banden te leggen, maak je er een issue van. 'Helga kan haar zoon meer verantwoordelijkheid geven,' oppert Minouk. 'Bijvoorbeeld door hem elke dag een zakje te geven met daarin de koekjes en snoepjes voor die dag. En daar moet hij het mee doen. Als om tien uur 's ochtends alles al op is, heeft hij de rest van de dag pech. Geef hem het vertrouwen dat hij daarmee om kan gaan. En verstop het niet meer.'

OUD MANNETJE

Als ouder zie je je kind het liefst fluitend door het leven gaan. Maar hoe jong ze ook zijn, ook kinderen zijn soms zwaar op de hand. Neem nou Jip (8) die kan mopperen als een oud mannetje. 'Hij is echt een 'ja maar'-kind,' vertelt zijn moeder Anke (38, ook moeder van de tienjarige Juliette). 'Over kleine dingen kan hij eindeloos doorgaan. Maar vervolgens gaat hij zó lang door, dat vriendjes het op een bepaald moment beu zijn en weglopen. Hij begrijpt niet dat hij het op een bepaald moment moet loslaten. Jip is een gevoelige jongen. Stond hij maar wat makkelijker in het leven, denk ik weleens. Ik herken zijn worsteling, Jip lijkt erg op mij. Aan de ene kant wil ik hem helpen en praat ik met hem over zijn gedrag. Dat begrijpt hij natuurlijk nog lang niet altijd. Aan de andere kant wil ik hem de ruimte geven om zelf het leven en alles wat daarbij hoort, te ontdekken. Maar als ik hem dan zo zie worstelen, voel ik me ellendig.' Volgens Minouk zit 'ja maren' en mopperen in onze cultuur gebakken. Ze vindt dat moeders eerst zelf hun 'ja maar' moeten proberen om te draaien naar 'ja en'... 'Je mag best

eens een beer op de weg zien, maar probeer de positieve kanten te benadrukken. Anke is het voorbeeld voor haar zoon. Ze herkent zijn worsteling en dat maakt het misschien ook wel moeilijker om hem daarin zijn gang te laten gaan. Jip zeurt niet voor niets: het levert hem aandacht op. Thuis tenminste. Want vriendjes denken: mopper jij maar door, en gaan ergens anders spelen. Thuis kun je het zeuren best afbakenen. Bijvoorbeeld: we praten er niet nu over. Maar voordat je gaat slapen, hebben wij het er nog even samen over. Maak het niet te zwaar en toon een kind vooral ook de positieve kant van het leven.'

ONDER DE LOEP

Minouk besluit: 'Als ouder ben je niet alleen met je kind en jezelf bezig, maar – hoe graag we dat ook zouden willen ontkennen – ook met de omgeving. Welke moeder heeft nog nooit te maken gehad met een driftig kind in de supermarkt? Of met een schreeuwend kind, terwijl je weet dat de burens thuis zijn? Dan schiet er door je heen dat anderen vast denken dat het bij jou uit de hand loopt. Omdat je bezig bent met wat anderen van je denken, handel je daar ook naar. En vaak bekrachtig je dan juist de situatie. Op die manier krijgt een kind tijdens een driftbui de aandacht die het wil, terwijl je als moeder vaak echt wel weet welke aanpak je kind eigenlijk nodig heeft.'

We zitten allemaal met een loep op onze kinderen. Willen het zo graag goed doen, maar hebben het hartstikke druk. Naast moeder zijn we partner, vrouw, dochter, vriendin, zus en collega mét alle sociale verplichtingen die daarbij horen. Niet alleen aan onszelf stellen we hoge eisen, ook onze kinderen moeten voldoen aan bepaalde verwachtingen. Dat voelen ze heus wel aan. De kunst is ze ook los te laten om ze tot zelfstandige mensen te maken. Ook de minder leuke eigenschappen horen bij je kind. Die moet je niet willen veranderen. Probeer liever je eigen gevoel daarop aan te passen. Vraag je eens af hoe erg iets is. Voor jou, of voor de omgeving. Ouders roepen snel dat iets moet of juist niet mag. Maar wat is het ergste dat kan gebeuren? In de basis heeft een kind een eigen karakter en dat verander je niet. Doe je daartoe wel een poging, dan kom je jezelf alleen maar tegen. Keihard. Laat het dus los en leer goed naar je kind te luisteren. Realiseer je dat je zelf ook niet perfect bent. En hoe erg is dat? □

