

OVERLEGOPVOEDING LEERT KINDEREN LUISTEREN

Strijd met de kinderen, om huiswerk of afwas? De methode How2talk2kids, een manier om democratisch met kinderen te communiceren, maakt er een einde aan. Dat zegt Heleen de Hertog, die de Amerikaanse methode in Nederland introduceerde. Maar gaan we niet te veel met kinderen in overleg?

Stel, je stuurt je vierjarige zoon voor straf naar zijn kamer, waar hij, boos als hij is, zijn speelgoed uit het raam gooit. Wat doe je? Heleen de Hertog, moeder van vier kinderen, maakte het mee en had geen idee. Wat ze ook deed, haar zoon wilde niet luisteren. Uiteindelijk trok ze een opvoedingsboek uit de kast, het Engelstalige 'How To Talk So Kids Will Listen & Listen So Kids Will Talk'. "Ik had het ooit gekocht, omdat een collega er enthousiast over was. Maar ik had het nooit nodig gehad, het stond al twee jaar in de kast. Tot mezelf steeds vaker 'niet doen' hoorde zeggen, wat niet hielp. Ik zette hem ook regelmatig voor straf apart. Dat was ook geen oplossing. Vaak zat hij lachend op de trap." Frustrerend, vond De Hertog. "Ik had een drukke baan in marketingcommunicatie, waarin ik wel acht dingen tegelijk kon doen. Maar een kind laten luisteren lukte me niet." Tot ze het boek las, dat een andere manier om met kinderen te praten beschreef. "Na drie weken zei mijn zoon: 'Mama, je praat anders.'"

GEVOELENS

Een 'pittig mannetje' bleef haar zoon wel, maar voortaan kreeg ze meer medewerking van hem. Het geheim? "Ik merkte dat het vooral hielp als ik zijn negatieve gevoelens benoemde. Als hij ergens bang voor was, zei ik niet meer: 'Je hoeft niet bang te zijn'. Ik zei: 'Ik zie dat je het eng vindt.' Daardoor voelde hij zich begrepen en gesterkt om ermee om te gaan." Ook ontdekte De Hertog dat ze de neiging had om haar kind te veroordelen als hij iets deed wat niet mocht. "Ik ging de situatie beschrijven in plaats van hem te beschuldigen. Het was meestal al voldoende als ik zei: 'Hé, ik zie een kind dat op de bank springt.' Dan wist hij: 'Oh ja, de bank is niet om op te springen', en dan stopte hij er mee. Ik hoefde geen politieagent meer te spelen, hij bedacht de oplossingen zelf." Haar kind keuzes geven over hoe iets moet gebeuren, dat bleek te werken. "Als hij naar boven moest, vroeg ik: 'Het is bedtijd, ga je met muizenstapjes of reuzenstappen de trap op?' Hij wist: ik moet naar boven. Alleen mocht hij zelf bepalen hoe."

OVERLEG

Werkt de methode niet een overlegopvoeding in de hand, waarbij kinderen over alles mogen meebeslissen? De Hertog: "Het geeft juist duidelijkheid en grenzen. Ouders bepalen de grenzen: hun kind moet zijn huiswerk maken. Alleen mag hij zelf bepalen wanneer: voor het eten of erna."

Een democratisch opvoedmodel, noemt De Hertog het. "Je staat open voor de mening en ideeën van je kind en komt samen tot een oplossing. Op die manier maak je de overgang naar volwassenheid gemakkelijker, want zo steekt onze maatschappij ook in elkaar."

De methode, die De Hertog hier introduceerde onder de naam How2talk2kids, bestaat al meer dan dertig jaar. De bedenker is de Amerikaanse kinderpsycholoog en voormalig onderwijzer Haim Ginott, die ervoer dat kinderen zich prettiger voelden als hij op een open manier, zonder oordeel, met ze sprak. Twee moeders die deelnamen aan een door Ginott opgezette praatgroep voor ouders, raakten zo enthousiast over diens opvattingen, dat zij die uitwerkten tot een boek en workshop.

De Hertog verkreeg de rechten om hun werk in het Nederlandse taalgebied bekend te maken. Ze bewerkte het boek waar ze zelf veel aan had gehad, en de workshop die zij samen met twaalf trainers, aan ouders geeft. En aan professionals die met kinderen werken, zoals leidsters kinderopvang, leerkrachten basisonderwijs en docenten middelbaar onderwijs.

MEDIA

Maar weten we dankzij alle media-aandacht voor opvoeden inmiddels niet hoe we met kinderen moeten omgaan? Volgens De Hertog hebben opvoedprogramma's op tv vooral laten zien dat opvoeden niet altijd gemakkelijk is, waardoor ouders meer openstaan voor andere manieren van omgaan met kinderen.

“Ik merk ook dat het gewoon leuk is om je als ouder te blijven ontwikkelen. Op je werk volg je allerlei cursussen, en zo moet het ook met opvoeden zijn. Waarbij je eigen intuïtie als ouder blijft. Je krijgt er inzichten en vaardigheden bij, maar jij bepaalt wat je ermee doet.”

Meer informatie op www.how2talk2kids.nl.

DE KERN

- Accepteer alle gevoelens van een kind.
- Veroordeel negatief gedrag en niet het kind.
- Stel duidelijke grenzen.
- Beschrijf situaties in plaats van het kind persoonlijk te beschuldigen.

© 2009 Mandy Pijl