



Positief opvoeden

Met duidelijke grenzen en positieve aandacht helpt u uw kind groeien. Bij positief opvoeden geeft u aandacht aan wat goed gaat en stuurt bij, waar nodig. Op deze manier ontwikkelt uw kind zelfvertrouwen, sociale vaardigheden en veerkracht. Dat is de basis voor een gezonde ontwikkeling.

Als ik "niet springen" zeg, weet mijn kind automatisch wat ik bedoel

Stel dat u een recept leest waarin staat: *"Snij de tomaat niet met een schilmes"* of *"De kip moet niet 5 minuten gebakken worden."* Dan blijft u achter met vragen: welk mes moet ik dan gebruiken? Hoe lang moet de kip wél bakken? Het recept geeft geen duidelijke instructies, waardoor de kans groter wordt dat het gerecht mislukt.

Zo werkt het ook bij kinderen. Communiceer met de boodschap wat u **wél** verwacht te zien bijvoorbeeld: *"Loop rustig binnen"* of *"Praat met een zachte stem"*, dan krijgt het kind een duidelijke en positieve instructie.

Door op deze manier te communiceren:

1. weet een kind precies wat er verwacht wordt
2. voelt het zich zekerder
3. wordt gewenst gedrag actief aangeleerd

Zoals een goed recept duidelijke stappen geeft om een gerecht te laten slagen, helpt positieve en concrete communicatie kinderen om succesvol gedrag te ontwikkelen.



Mag u als ouders nog boos zijn?

Sommige ouders denken dat positief opvoeden betekent dat u altijd rustig moet blijven en nooit boos mag worden.

Maar is dat realistisch? En wat leert uw kind daarvan? [Emoties mogen er zijn!](#)

Ook bij u. Waar het om gaat, is hoe u ermee omgaat. Dat u rustig uitlegt wat er gebeurde, grenzen stelt en daarna weer contact maakt. Zo leert uw kind dat boosheid niet eng is, maar iets waar je mee om kunt leren gaan. En dat helpt uw kind om later zelf emoties beter te begrijpen en te sturen.

U hoeft dus niet perfect te zijn, wel duidelijk en bewust.

Opvoeden&zo is een gratis training voor ouders van basisschoolkinderen met alledaagse opvoedvragen, zoals:

- Wat doe ik als mijn kind niet luistert?
- Is het normaal dat ik de hele dag politie-agent moet spelen?
- Ben ik niet te streng?

Klik [hier](#) voor meer informatie over de training. De training is zowel online als op locatie te volgen en is kosteloos voor inwoners van Rotterdam.



Whatsapp met Ashvariya