

Niemand heeft dé handleiding voor opvoeden. Stap voor stap, al puzzelend, ontdekken alle ouders wat voor hen werkt. Opvoeden is daarom soms als een puzzel. Niet alle stukjes passen meteen en soms is het even zoeken naar het passende stukje, maar juist dát maakt opvoeden zo'n groeiproces voor ouder én kind.

Zo legt u uw unieke opvoedpuzzel

Zie gedrag als een boodschap

Elk gedrag vertelt iets. Vraag uzelf af: Wat heeft mijn kind nodig op dit moment?

Wees mild voor uzelf

Elke ouder probeert deze puzzel zo goed mogelijk te leggen. Een nieuwe dag is een nieuwe kans.

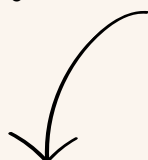
Wacht even met reageren

Even ademhalen of een korte pauze nemen kan helpen om bewuster te reageren. Soms hebben we als ouder slecht geslapen, stress of andere zorgen die voor een iets korter lontje kunnen zorgen.

Pas uw reactie aan

Klein gedrag vraagt vaak om een rustige uitleg of geen reactie van u als ouder.

Groot gedrag kan grenzen en duidelijke consequenties nodig hebben — maar altijd met aandacht voor verbinding.



Bij sommige kleine gedragingen is het de vraag of een reactie van u nodig is. Gedrag negeren kan ook al helpend zijn bij bijvoorbeeld onderstaande gedragingen:

'IEUW' 'BAH'



GEKKE GELUIDEN MAKEN



ZUCHTEN



PROTESTEREN



Gratis aanbod voor ouders

Onderstaande aanbieders verzorgen gratis workshops, themabijeenkomsten, webinars en cursussen voor ouders, op locatie of online.

Klik op de logo's hieronder voor meer informatie.



Als opvoeder bent u er voor de kinderen. Maar wie is er voor u? Weet dat u met opvoedvragen terecht kunt bij het CJG of bij mij. Neem contact met mij op door op onderstaande knop te klikken.



Whatsapp met Ashvariya
(voor)schoolmaatschappelijk werk

