



Grenzen stellen

Veel ouders vinden het moeilijk om duidelijke grenzen te stellen.

Grenzen stellen wil niet zeggen dat je niet van je kind houdt. Juist om de relatie met je kinderen goed te houden, moet je grenzen stellen. Je zult merken dat je kind zich prettiger gaat gedragen als de grenzen duidelijk zijn. Heb je een tijdje niet zo op de grenzen gelet? Begin er dan opnieuw mee.

Hoe stel je grenzen?

Grenzen stellen kan op verschillende manieren: door ongewenst gedrag te verbieden, te negeren, te bestraffen of je kind even apart te zetten.

Tips om duidelijke grenzen te stellen

Zorg dat jij en je partner dezelfde grenzen hebben.

Pak niet te veel dingen tegelijk aan. Begin met het belangrijkste, of het meest storende.

Wees consequent. Handel steeds op het moment dat je kind de grens bereikt of net daarvoor.

Ga niet in discussie over een maatregel die van tevoren afgesproken is.

Laat merken dat je last hebt van het gedrag van je kind en niet van je kind zelf.

Bied je kind alternatieven, zodat het weet wat wél mag: 'Je mag niet binnen met je rolschaatsen, maar wel buiten op het pleintje.'

Neem de tijd om negatief gedrag van je kind rustig samen te bespreken. Kies daar een goed tijdstip voor en doe het liever niet na een heftige ruzie.

Ook moeilijke omstandigheden is het belangrijk om grenzen te blijven stellen. Dat geeft je kind houvast.

Voorkom grenzen stellen: geef aan wat je verwacht

Je kunt voorkomen dat je een grens moet stellen door te zeggen wat je wél van je kind verwacht. Door regels af te spreken of door positief gedrag te belonen leert je kind gaandeweg waar het aan toe is. Bijvoorbeeld: 'Wil je me helpen met de tafel afruimen?' Als je kind dit inderdaad doet, kun je het daarvoor belonen: 'Wat kun jij al goed helpen!'

Pedagogische ondersteuning voor kinderen van 0 tot 13 jaar is een voorziening uit de sociale basis en is dus gratis voor ouders. Kortom kun je tips en advies gebruiken bij de ondersteuning van je kind en je hebt alledaagse vragen over je kind? Dan kun je contact opnemen met mij en dan kijken we samen wat nodig is.

Tot ziens,

Hacer Ural
06- 30885642
h.ural@lumenswerkt.nl



Bron: Opvoedinformatie Nederland