



Gewenst gedrag

Wanneer begint het *échte* opvoeden?

Illustratie **Claudie de Cleen**

Er komt een moment dat je als ouder beseft dat je niet alleen verzorger bent, behept met de taak van voederen, badderen en troosten, maar dat je moet gaan opvoeden. Vaak komt die realisatie te laat: je hebt één keer je telefoon aan je dreumes gegeven ter afleiding en nu gilt je kind elke keer om dat apparaat met leuke filmpjes. Wanneer moet je als ouder met het serieuze opvoedwerk beginnen?

Wat zeggen de deskundigen?

Vanaf 1 jaar, wanneer een kind kruipend de wereld gaat ontdekken, voelt het voor ouders vaak alsof het echte opvoeden begint. Opeens moeten er grenzen getrokken worden ('Nee, niet aan die schoen sabbelen!'). 'Het lijkt een kantelpunt, maar eigenlijk borduren ouders voort op patronen die in dat eerste levensjaar zijn opgebouwd: ze hebben de basis voor de interactie met hun kind allang gelegd, bijvoorbeeld door spelletjes als kiekeboe, waardoor ze hun kind goed aanvoelen', zegt Maartje Luijk, pedagoog en universitair hoofddocent aan de Erasmus Universiteit Rotterdam.

Opvoeden begint dus vroeg. 'Zelfs als de baby nog in de buik zit, maak je als moeder en vader al keuzen, bijvoorbeeld of de baby een apart bedje krijgt of niet', volgens Luijk. 'Later zijn die afwegingen misschien nog bewuster. Ga je samen die grote geit aaien op de kinderboerderij omdat je het belangrijk vindt dat je kind niet bang is voor dieren?'

Ouders moeten niet vergeten dat jonge kinderen de hele dag op zoek zijn naar aandacht, meent pedagoog Simone van Overbeek. 'Ze laten dus vooral gedrag zien dat veel aandacht oplevert. Dat kan variëren van de blaadjes van een plant plukken tot aan op de trap willen klimmen.'

Wat doe je daar vervolgens mee? 'Ik adviseer ouders: vertel wat goed gaat, doe een suggestie voor ander gedrag en

benoem het voordeel van dit gewenste gedrag', zegt Van Overbeek. Op deze manier blijf je neutraal. Een valkuil van ouders is dat ze bij het corrigeren van ongewenst gedrag hun gevoel erin leggen, waardoor ze hun kind een schuldgevoel meegeven. Van Overbeek: 'Je kind kan dan namelijk twee dingen doen: dit gevoel afwijzen ('Ik doe het op mijn eigen manier') of het aantrekken ('Het komt door mij dat papa/mama hier zo verdrietig van wordt').'

Hoe pak je het aan?

Op jonge leeftijd duidelijke regels maken over eten, snoepen, slapen en tv-kijken scheelt opvoedstrijd. 'Als je kind om een snoepje zeurt, kun jij verwijzen naar die 'één snoepje per dag'-afpraak', zegt ontwikkelingspsycholoog Karla Mooy. 'Dan ben jij als ouder niet de boeman. Vertel je kind: ik vind het ook sneu voor jou, maar het is nou eenmaal de afspraak.' Maak je geen afspraken, dan moet je steeds in het moment beslissen wat je als ouder ergens van vindt en dat is lastig.

Opvoeden wordt moeilijker wanneer je als ouder denkt dat jij het gedrag van je kind moet dicteren zodat het zich volgens de normen gedraagt. Mooy: 'Stel: je peuter gooit eten op de grond. Je kunt als ouder denken: ik zet hem of haar als straf op de gang, anders krijg ik een ongemanierd kind. Of je denkt: voedsel is om te eten en hoort niet op de grond, dus ik pak het bordje even weg. Dat is geen straf, maar een logische consequentie van iets wat niet de bedoeling is.'

Daarbij hoef je volgens Mooy echt niet altijd consequent te zijn, de heilige graal in opvoedland, want je gemoedstoestand als ouder verschilt per dag. 'Je kunt best uitleggen aan je kind: gister mocht de muziek hard, maar vandaag niet, want ik heb hoofdpijn. Als je kinderen begrenst vanuit je eigen behoefte, dan kom je authentiek over en nemen ze het makkelijker aan.'

Anna van den Breemer