

IK BEN NIET CONSEQUENT MAAR KAN DAT EIGENLIJK WEL? OPVOEDERS ZIJN NET ECHTE MENSEN!

Alle ouders hebben een plaatje in hun hoofd met verwachtingen en wensen voor hun oogappel, ook al laten de meeste ouders zich daar niet gemakkelijk over uit. Door zich aan de "opvoedregels" te houden denken ze dat ideaalplaatje te bereiken – alsof er een recept voor "goed opvoeden" zou bestaan. Aan consequent zijn hechten wij veel waarde, het lijkt soms het hoofdingrediënt van het recept voor een goede opvoeding. Aangevuld met wat andere waarden als beleefdheid, humor en eerlijkheid moet het toch lukken, zou je zeggen....

Maar consequent zijn is een erg lastige opgave voor een mens. Ieder mens is immers anders opgevoed en zit iedere dag weer anders in zijn of haar vel. Zie maar eens consequent te blijven als je net hebt gehoord dat je partner ontslagen wordt, je schoonmoeder extra zorg vraagt of je baas aan je kop zeurt dat je harder moet werken. Maar ook onder minder extreme omstandigheden bent u de ene dag beter in staat om een luisterend oor te bieden, te genieten van de zonnige kant van het leven en de humor van een wellicht niet helemaal gelukke grap van uw kind in te zien. In die zijn lijken opvoeders net echte mensen!

Soms is dat voor kinderen verwarrend. Want de ene dag komt uw kind thuis in een warm bad van liefdevolle aandacht, plezier en gezelligheid, terwijl het kind onder exact dezelfde omstandigheden een paar dagen later een donderpreek krijgt te horen, omdat u nu net even niet zo goed in uw vel zit.

Ouders gaan er soms van uit dat kinderen wel snappen waarom u het nu even niet trekt, terwijl dat geenszins helder is voor kinderen. Dat maakt kinderen onzeker: je weet immers nooit hoe je vader of moeder zal reageren. Als we daar meer duidelijkheid over verschaffen, wordt de wereld een stuk veiliger en minder onvoorspelbaar gezien vanuit het kindperspektief.

De meeste ouders in mijn praktijk reageren: maar ik kan mijn kind toch niet opzadelen met mijn eigen sores?? Nee, dat klopt voor een deel. Sommige problemen van volwassenen zijn inderdaad niet geschikt voor kinderen. Maar aan elk kind kunt u uitleggen dat u zich niet zo lekker voelt en dat u zijn of haar uitgelaten stemming nu even niet zo kan waarderen. Dat schept helderheid, het kind weet waar het aan toe is en zal in de meeste gevallen bereid zijn om rekening te houden met uw omstandigheden (mits dit niet schering en inslag wordt).

Kinderen horen wat ouders niet uitspreken

Veel ouders denken dat ze nooit verdrietig, boos of onzeker mogen zijn in het bijzijn van de kinderen. Ik zie ouders zich bijvoorbeeld door een (v)chtscheiding heen worstelen en met enige trots zeggen "dat de kinderen er niet veel van gemerkt zullen hebben, hoor". Lees: "We hebben de ruzies steeds tot de avond-uren weten uit te stellen". Helaas zijn kinderen erg goed in staat om juist dat te horen wat we niet uitspreken. Dus hoe u uw best ook doet om consequent uw kind weg te houden van "grote-mensen-leed"...het zal niet veel zoden aan de dijk zetten. Kinderen voelen feilloos aan wat wij niet communiceren.

Communiceer ook over uw eigen (gevoels)leven met kinderen. En laat vooral wel zien hoe u ook onzeker kan zijn, hoe u omgaat met verlies en verdriet of een conflict oplost. En laat het ook gewoon weten als u een keer een nare dag hebt. Dan leren kinderen als vanzelf dat sombere dagen net zo goed bij het leven horen als leuke dagen. En heel belangrijk: dat ze ook weer over gaan!

Kinderen zijn heel flexibel in het aannemen van de werkelijkheid van alledag. Als het maar helder en duidelijk is wat dat voor hen betekent. Dus mijn advies zou zijn: praat zoveel mogelijk over waarom en hoe u de dingen doet. Overigens: uitleggen wat u doet betekent niet dat u over alles gaat onderhandelen. Uitleggen en duidelijkheid verschaffen is slechts mededelen hoe de wereld in elkaar zit, niet over elke regel steggelen!

Er is niet één manier om een perfecte opvoeder te zijn maar er zijn wel duizend manieren om een goede opvoeder te zijn.

Regels zijn in mijn optiek grote richtlijnen, niet meer en niet minder. Als u er een keer van afwijkt – door welke omstandigheid dan ook, wellicht omdat u gewoon mens bent ☺ - blijft de richtlijn bestaan maar kan met heldere communicatie eenvoudig van de regel worden afgeweken. En kan u zomaar besluiten om een keer met de handen te eten als u daarvoor in de stemming bent. Of mag uw peuter vandaag wel op de bank springen.... Mits u helder uitlegt dat het alléén vandaag geldt!

Overigens is het een groot verschil of u met een peuter praat, een lagere schoolkind of een middelbare scholier. Niet alleen per kind verschilt het nivo van communicatie maar ook is het erg leeftijdsafhankelijk. Jonge kinderen tot een jaar of 7 halen fantasie en werkelijkheid nog gemakkelijk door elkaar. Rust, Reinheid, Regelmaat en Rituelen (4R) zijn belangrijke peilers in hun leven. Daarna wordt hun denken concreter en zijn ze steeds beter in staat te begrijpen wat een ander meemaakt en kunnen ze relatief gemakkelijker schakelen in onverwachte situaties.

De meeste pubers (10-15 jaar) kunnen prima begrijpen dat u niet altijd consequent bent. Maar dat zullen ze u dan ook direct laten weten en er wellicht handig gebruik van maken, niet altijd in uw voordeel. Op weg naar volwassenheid zijn regels een heel prettige houvast, als alles verder in het puberleven (tijdelijk) erg chaotisch verloopt. Dus in die fase worden regels juist weer iets belangrijker. Naast de 4 R'en komen er voor de ouders bovendien bij middelbare scholieren nog 3 B's bij: Betrouwbaarheid, Betrokkenheid en Beschikbaarheid!

Tot slot: laat los wat u los kan laten. Regels geven houvast en duidelijkheid, voor ouders én voor kinderen, maar zullen uiteindelijk nooit het hoofdingrediënt zijn voor een recept om gelukkig te worden!