

OVER REGELS EN GRENZEN EN WAAROM U NIET ALTIJD CONSEQUENT HOEFT TE ZIJN

Bekijkt u de volgende 5 situaties eens?

- Jesse doet een suikerklontje in de thee;
- Marieke laat 5 klontjes in haar thee glijden;
- Bert pakt de lege borden van tafel en brengt ze naar de keuken;
- Olga gooit haar vuile spijkerbroek in de wasmand;
- Annika drukt 8 keer het televisietoestel aan en uit.

Gewetensvraagje: Wedden dat u bij Marieke en Annika dacht: Nou....dat zou ik niet accepteren. Klopt dat?

Welnu, dan is helder waar voor u de grens ligt. Het lastige met grenzen is dat ze nergens vastgelegd zijn. Er staat nergens dat het verboden is om 5 klontjes suiker in de thee te doen. Net zo min staat er op de gebruiksaanwijzing van uw televisietoestel dat het verboden is om het 8x aan en uit te zetten.

Grenzen kunnen van persoon tot persoon verschillen: sommige opvoeders accepteren heel veel van kinderen, anderen krijgen snel en vaak een niet-pluis-gevoel. Daarmee is de ene opvoeder niet beter dan de andere, ze zijn gewoon verschillend. Kinderen kunnen daar uitstekend mee omgaan, ze weten precies bij wie welke regels en grenzen horen.

Uw grens kan ook per kind verschillen: wat u van de een nog acceptabel vindt (een keer je broek niet in de wasmand gooien) kan u bij de ander doen ontploffen (omdat hij of zij een sloddervos is die "nóóit" zijn kleren in de was gooit). Hetzelfde gedrag kan dus heel verschillende reacties oproepen.

Hoe u grenzen kan stellen:

- Doe het oprecht en alleen als het echt nodig is. Zie ook eens wat door de vingers;
- Luister naar uw persoonlijke grens: wanneer is uw grens bereikt? Heeft u een niet-pluis gevoel, dan is voor u de grens bereikt. De een ligt er niet wakker van als een kind voor het eerst alleen naar de supermarkt gaat, de ander moet er voorlopig niet aan denken. Het heeft ook heel veel te maken met uw eigen opvoeding;
- Luister ook goed naar de argumenten en behoeften van uw kind. Openstaan voor verzet betekent niet dat u alles goed moet vinden. U luistert ernaar, laat het kind stoom afblazen en vervolgens vertelt u uw eigen mening, wat u ervan vindt+;
- Leg helder en duidelijk uit waarom u een grens stelt: een grens stellen zonder uitleg heeft geen enkele functie;
- Doe het met aandacht: iets roepen vanachter het aanrecht terwijl uw kind in de kamer is heeft nauwelijke effect;
- Waarom wilt u eigenlijk dat uw kind zich zo of zo gedraagt? Wat zou er kunnen gebeuren als u eens niet zou ingrijpen? Ga voor uzelf eens na welke prijs u betaalt om uw gelijk te krijgen.

Hoe minder routine, des te meer je leeft!

Herkent u deze uitspraken? Niet met je voeten op de bank! Wil je alsjeblieft je rommel opruimen! Zorg je dat je op tijd thuis bent? Maak je niet het speelgoed van je zus kapot? Eet je je bord leeg? Er wordt hier niet gevloekt! Kijk je goed uit met oversteken? Geef eens een hand aan die mevrouw....

En zo zijn er honderden regels en grenzen die we kortweg in drie soorten kunnen indelen:

- **Veiligheid:** Ik ben bang dat je je brand aan de kachel;
- **Behoeften:** Ik wil naar oma (behoefte van de ouder), ik wil buitenspelen (behoefte van je kind);
- **Waarden en normen:** Ik vind het belangrijk dat je een hand geeft aan visite.

Veel opvoeders worstelen met consequent zijn over regels en grenzen. Van mij hoeft u niet consequent te zijn, als u maar duidelijk bent. Consequent zijn is een voor mensen bijna onmogelijke

opgave: u voelt zich immers niet iedere dag hetzelfde, de omstandigheden veranderen dagelijks en ook de interactie met de ander is niet voorspelbaar. Gelukkig maar, het zou een saaie boel worden!.

Zolang er helder gecommuniceerd wordt over het feit dat je afwijkt van de regel, de behoefte of de norm, zijn kinderen uitstekend in staat zich aan te passen aan "niet-consequente" regels en grenzen. Stel vanavond eens voor met de handen te eten ipv met mes en vork. Niet consequent zult u zeggen voor uw kind dat net de tafeletiquette onder de knie heeft gekregen maar.... het geeft lucht, ruimte en humor in huis. Bovendien is het heel leuk om samen bewust een keer de regels te overtreden als u gewoon uitlegt dat dat alleen vandaag zo is. Daarmee oefent u tevens op een speelse manier dat iedere dag de regels weer anders kunnen zijn door veranderende omstandigheden. En dat daar prima mee te leven valt, mits er helder over gecommuniceerd wordt!