# Verslag

**Ouderbabbel De Fontein opvoedingsondersteuning – 23 maart 2012**

Anne organiseerde in het begin van het schooljaar al een babbel rond opvoedingsondersteuning in het Huis van het Kind. Nu gaat de babbel door op school.

Niet alle aanwezige ouders waren ook bij de vorige babbel rond opvoedingsondersteuning aanwezig. Tania heeft een powerpoint gemaakt, maar houdt deze eerder achter de hand. De bedoeling is om vooral te vertrekken vanuit de vragen van de ouders. Zij dienden ook op voorhand een aantal vragen in waar ze mee worstelen.

Anne heeft iedereen welkom met een tasje koffie en een koekje. Ze legt uit hoe de middag zal verlopen.

Er zijn negen ouders aanwezig. Eén daarvan is papa, één iemand oma. Vier van de ouders waren vorige keer ook aanwezig. Tijdens de babbel komt nog één mama binnen. Het gaat zowel om ouders van de kleuterschool als van de lagere school.

Tania start met de vraag wat ze hebben onthouden uit vorige sessie:

* Drie soorten beloningen en welk soort beloning meer deugd doet.
* Belang van het benoemen van positief gedrag.
* Je beseft sneller wanneer je iets beter op een andere manier had aangepakt.
* Als de situatie ontploft is, neem je even afstand voor je verder gaat.

Er is vorige sessie vooral gepraat rond het positieve: bekrachtigen, zelfvertrouwen, complimenten, ...

Nu gaan we het meer hebben over het stellen van grenzen, omdat dit veel naar voor kwam bij de vragen die werden ingediend. Het is niet de bedoeling om een pasklaar antwoord te geven. Jammer genoeg kan dat niet, en is het een proces van vallen en opstaan. Wat werkt bij het ene kind, werkt niet bij het andere.

Vermijden om negatief gedrag te bekrachtigen

* Een kind dat krijgt wat hij wil na lang zeuren, ziet zeuren als gedrag om opnieuw te stellen.
* Kinderen halen soms winst uit een situatie zonder dat wij dit beseffen.
* Je eigen reactie hangt ook voor een groot stuk af van hoe je je zelf voelt. Kinderen lijken dit zelf ook te merken. Als je je zelf niet zo goed voelt, zal je ook sneller reageren op de negatieve dingen, en is er geen ruimte om naar de goede dingen te kijken. Kinderen maken hier een spelletje van, aandacht is aandacht, dus zij zullen dan nog meer negatief gedrag stellen.
* Kinderen hebben veel positieve bevestiging nodig om positief gedrag te blijven stellen. We hebben sneller de neiging om te reageren op negatief gedrag, waardoor kinderen meer negatief gedrag stellen. Onbewust. Per opmerking die je geeft, zou je drie à vier complimenten moeten teruggeven...
* Als kinderen goed bezig zijn, is het ook gemakkelijker om ze gewoon te laten doen, in plaats van hen af te leiden. Je mag later (iets later) natuurlijk ook altijd een compliment geven over hun fijn gedrag (nadat een spel is afgerond bvb.).
* Wij doen complimenten zelf vaak af. Kinderen doen dat ook. Wij geven verbaal ons compliment terug. Zij doen dat in hun gedrag (bvb. beginnen wiebelen als je ze een compliment geeft over rustig zijn).
* Een kind dat zich omdraait in de hoek en onnozel deed, krijgt weer aandacht. Het is ook heel moeilijk om dit gedrag te stoppen voor zichzelf behalve als ze voelen dat ze er geen aandacht meer voor krijgen.
* Je kan jezelf in time out zetten als het te veel is, jezelf even verwijderen en dan pas reageren (als dat kan natuurlijk). Kinderen beseffen dat we niet meer consequent zijn als we kwaad zijn, en dan hangen ze het nog meer uit.
* Als je begint met negeren moet je volhouden tot het bittere einde indien niet bevestig je eigenlijk dat ze lang moeten doordoen om goede reactie te krijgen. Het risico is dan dat je kinderen leert om het lang vol te houden met lastig doen. Als je denkt dat je het toch niet zal volhouden gebruik je beter een andere manier. Als het wel lukt heb je meteen je grenzen gesteld. Het is ook moeilijk om om te gaan met andere mensen die kijken, voor jezelf als ouder, maar ook omdat ze dan aandacht krijgen van andere mensen (ook voldoende om door te doen voor sommige kinderen).

Probleem van kinderen die niet luisteren

* Probeer te vermijden dat je iets 100 keer herhaalt. Maak duidelijk dat je het maar één keer zal vragen.
* Vroeger gaf men al eens een klets. Waarom luisteren kinderen dan sneller? Omdat ze schrik hebben van het gevolg. Nu willen we dat kinderen zelf gemotiveerd zijn om het anders of goed te doen. Dat zorgt ook voor meer zelfvertrouwen bij hen. Op lange termijn zijn ze meer bestand tegen groepsdruk.
* Leg uit waarom je iets vraagt/verwacht (uiteraard niet voor elk klein ding).
* Kinderen mogen meer de dag van vandaag. Ze luisteren minder goed, maar er wordt ook meer gepraat met kinderen.
* Wat verwachten we eigenlijk van een kind bij 'luisteren'? We verwachten dat ze een opdracht uitvoeren, dat ze afspraken naleven, dat ze voldoen aan de verwachtingen, ... Er worden heel veel opdrachten aan kinderen gegeven.
* Let op hoe je een opdracht geeft aan een kind! Probeer rustig te blijven. Maak je opdracht concreet genoeg. Deel de opdracht in stappen in. ‘Maak je klaar’ bestaat uit veel dingen: doe je schoenen aan, neem je boekentas, ... Vraag niet te veel dingen tegelijk. Werk eventueel met structuurkaarten of Basje. Routine werkt voor sommige kinderen beter. Zorg er voor dat je ook checkt of de opdracht wordt uitgevoerd, kinderen weten of iets opgevolgd wordt.
* Het aftasten van grenzen is een gezonde drang naar zelfstandigheid voor een kind.
* We willen zelfstandige, mondige kinderen die voor zichzelf kunnen opkomen, dus dat zorgt ook voor extra verwachtingen naar de ouders.
* Als je al goed hebt gelet op de manier waarop je de opdracht hebt gegeven, kan het soms toch nog mislopen. Probeer rustig te blijven.
* Hou er rekening mee dat kinderen proberen onderhandelen, en het onderste uit de kan proberen halen.

Kinderen en ruziemaken

* Het is normaal dat kinderen ruzie maken. Je leert hier zeer veel uit. Ze moeten dat onderling zelf ook een beetje leren.
* “Ik was eerst. Die heeft nog een koekje gekregen. Die mocht dat doen en ik niet.”
* Onzekere kinderen zullen meer vergelijken met andere kinderen. Kinderen wedijveren met elkaar. Als aandacht min of meer gelijk verdeeld is, zouden kinderen niet moeten vechten om aandacht. Maar anderzijds hebben sommige kinderen net iets meer aandacht nodig dan andere.
* Sommige kinderen komen hun aandacht of succes alleen maar bij ouders op. Anderen hebben al eigen succeservaringen, en hebben voldoende bij een paar extra complimenten van ouders.
* Het ene kind bouwt zijn zelfvertrouwen gemakkelijker op dan het andere.

Kinderen en fouten maken

* Een kind moet ook beseffen dat het fouten mag maken. Dus een kind moet ook een beetje weten wat het niet kan. Het moet ook kunnen omgaan met fouten maken.
* De boodschap dat fouten maken ok is, is een eerste stap. We moeten ook laten zien dat we fouten kunnen maken. Dan is het natuurlijk nog niet noodzakelijk ok voor haarzelf om fouten te maken.
* Sommige kinderen worden overladen met complimenten, zij zijn het voortdurend gewoon om het goed te doen. Dit is ook gevaarlijk.
* Moet je kinderen leren omgaan met falen, en hen forceren? Of dit zo laten?
* Sommige kinderen kunnen ook niet verdragen dat anderen fouten maken. Klikkers komen eigenlijk tonen dat ze het foute gedrag zelf niet tonen: *'fijn dat jij dat niet doet'* is niet wat ze verwachten. Kinderen die dit constant doen, ligt moeilijker. De andere kinderen vinden dit waarschijnlijk niet fijn. De kinderen zouden iets anders moeten leren, namelijk iets positief zeggen.
* Je kan niet samen met de kinderen nadenken op het moment dat ze kwaad zijn, dat kan pas als ze kalm zijn.
* Je leert onder broers en zussen van je mening uit te spreken tegen elkaar, van eigenlijk heel eerlijk te zijn, en de lelijkste dingen tegen elkaar te zeggen, en het toch terug goed te maken, samen.
* Het feit dat je ok vindt dat je kinderen ruzie maken, heeft ook een effect op hoe je kinderen hier mee omgaan.
* Wanneer twee ‘doodbrave’ kinderen vechten denk je meteen dat er iets ergs zal gebeurd zijn. Je voelt medelijden en vraagt wat er is gebeurd. Bij ‘stoute’ kinderen doe je dat niet en haal je ze gewoon uit elkaar. Als ze de 5e keer op de dag ruzie maken reageer je ook al meteen anders.

Kinderen en eten

* Je kan kinderen over drie dingen niet dwingen: eten, slapen en naar toilet gaan. Dit wil niet zeggen dat je je kind niet kan helpen.
* Een kind dat ambetant doet over eten krijgt veel aandacht want ouders zijn hier sterker bezorgd over (vitamines) dan over kleren bijvoorbeeld.
* Het is belangrijk om de strijd met je kind over eten te vermijden. Bij een hardnekkig probleem moet natuurlijk niet vergeten worden dat er soms ook nog medische problemen zijn. Eens je zeker bent dat het probleem daar niet zit, kan je aan de slag want dan weet je dat ze aan het onderhandelen zijn.
* Je kan vragen om je kind aan tafel te laten zitten tot iedereen klaar is.
* Je kan zonder strijd meedelen dat er verwacht wordt dat ze een bepaalde hoeveelheid opeten. Je schenkt er verder geen aandacht aan.
* Je geeft je kind best niets meer om te eten als het weigert te eten. Je kind zal zichzelf niet uithongeren.
* Als je een gevolg geeft aan ‘niet eten’, moet dit iets zijn waar je controle over hebt (dessert). Als het gaat over de afwas doen, wordt het weer een strijd.
* Je kan in stapjes werken: twee hapjes, 1 spruitje, ... en dan belonen. Als ze niet meewerken, geen aandacht geven.
* Je kan twee dingen klaarmaken die ze niet lusten, en ze laten kiezen ☺

**Evaluatie**

De activiteit voldeed aan de verwachtingen van de deelnemende ouders. Er werden niet noodzakelijk zeer nieuwe dingen gezegd, maar het is fijn dat het eens opgefrist wordt. Je krijgt ook het gevoel dat het allemaal niet zo erg is, dat iedereen wel ergens mee worstelt. Je kan er ook eens met anderen over praten, dat doet deugd.

Een babbel rond opvoedingsondersteuning is zeker voor herhaling vatbaar. Een suggestie is beloningssystemen en de valkuilen daarrond.

Voor de andere babbels: huiswerk, gezonde voeding