

Altijd een weer weerwoord

- Als je een vraag stelt, kan je kind ook nee zeggen! Het geeft ruimte voor een eigen mening en reactie. **Bewaar je vragen dus voor momenten dat een kind ook echt een keuze heeft.** Moet iets gewoon gebeuren dan moet je niet vragen maar stellen. Dus niet: 'Wil je even helpen met afruimen?' Maar: 'Ik wil dat je eerst de tafel mee helpt afruimen voor de tv aan gaat.' Of: 'Als de tafel is afgeruimd mag de tv aan.'
- **Formuleer je vraag met een keuze erin.** Dus niet: 'Ga je nu eindelijk je kamer eens opruimen?' Maar: 'Ruim je je kamer vandaag op of morgen?'
- **Voorkom discussie.** Er komt vaak een wedervraag of weerwoord, **jij hebt de keuze om hier weer op in te gaan of niet.** Zeg het als het voor jou klaar is en geef antwoord als de reactie van je kind reëel is of echt iets toevoegt. Wanneer je aangeeft dat je helder bent geweest en er niet meer op ingaat, doe dat dan ook echt niet meer. Als je regelmatig (na een tijdje proberen) toch weer reageert, is de beloning compleet en blijft ze het doen! Over veel dingen kan gepraat worden en sommige dingen zijn onderhandelbaar maar sommige ook niet. Klaar, punt. Wees heel duidelijk en kordaat op die momenten, dat geeft minder ruimte voor reactie.
- **Probeer heel duidelijk te zijn in je vragen en verzoeken. Hoe beter jij het formuleert en hoe meer vanuit een ik-boodschap, hoe minder het weerwoord.** Leg direct duidelijk uit **waarom** je iets wil of waarom iets niet kan of mag.
- Betrek je kind bij afspraken en beslissingen. Je kind kan heel goed meedenken over hoe jullie iets kunnen doen of afspreken. Gezamenlijk gemaakte afspraken werken veel beter dan dingen die door ouders Opgelegd worden.
- **Stel zelf wat vaker vragen aan je kind waar ze op kan reageren en over kan meedenken.** 'Hoe zie je dat voor je vanmiddag?' Of: 'Hoe zou jij graag willen dat we het afspreken?'
- **Gebruik humor!** Als je de humor kunt blijven inzien van zijn of haar weerwoord in plaats van er geïrriteerd op te reageren – wat heel begrijpelijk is hoor – bereik je vaak zoveel meer en kun je er zelf makkelijker mee omgaan. 'Jee, ga je ook gewoon nog af en toe in één keer 'ja mam natuurlijk' zeggen'? Of: 'Huh? In één keer 'ja mam'? Moet je niet even een paar keer tegen me in gaan?' Niet cynisch maar vanuit liefde en humor, dan kan het veel doen.
- **Het kan soms ook helpen als je het gewoon bespreekbaar maakt.** 'Lieverd, ik merk dat je van alles wat ik zeg iets vindt of een wedervraag hebt. Ik word er af en toe horendol van. Hoe kan ik mijn vragen of verzoeken zo maken dat jij ook zo nu en dan in één keer ja zegt of het gewoon accepteert? Grote kans dat je kind een aantal van bovenstaande tips noemt! Of leg uit dat je er niet elke keer meer op in gaat en dat het ook soms gewoon klaar is.
- **Het allerbelangrijkste is dat je je kind ziet, blijft zien en erkent in zijn wil en gevoelens.** Hoe heftig ze ook zijn. Wat een kind nodig heeft is een ouder die blijft staan. Ook al 'blaast' je kind nog zo hard.
- **Ga niet op elk argument in.** Sterker nog, argumenten zijn vaak ook manieren om aandacht en grenzen te vragen. Ga zitten op de bank, neem een slokje thee en laat iets leuks je te binnen schieten. Een boekje, oma bellen of wat dan ook. Afleiding zorgt ervoor dat de zon weer gaan schijnen.

Hoe ga je niet in op een discussie of een reactie

- Het kan prettig zijn om je kind uit te leggen dat je vanaf nu niet meer steeds ingaat op zijn weerwoord of reactie. Nee=nee. Punt.
- Op het moment dat je kind iets wil of begint met de discussie, probeer je zo duidelijk mogelijk je standpunt te geven. Leg direct uit wat er wel of niet mag, en wat daar de reden van is. Hoe duidelijker jij in één keer bent, hoe minder discussie.
- Geef ruimte om even te reageren of iets te vragen, en kijk of dat een terechte vraag of toevoeging is. Zo ja, dan kun je daar kort op ingaan. Zo nee, dan geef je aan dat je duidelijk bent geweest en nu niet meer reageert op zijn verhaal/vragen hierover. Zo ben je duidelijk dat je het kind niet als persoon negeert, maar dit stukje gedrag.
- Dan komt het erop aan om vol te houden. Je moet echt niet meer reageren – noch verbaal noch non-verbaal -, anders helpt het niet.
- Uiteraard moet daartegenover staan dat je wel aandacht geeft, als je kind weer op een leuke manier praat of aandacht vraagt. En wees alert op momenten dat hij uit zichzelf stopt met de discussie of in één keer 'nee' accepteert en doet wat je vraagt. Juist die momenten moet je groot maken.

Een eigen mening stimuleren

Vraag naar de mening van je kind! Het is prima als je kind er anders over denkt dan jij. Toon respect voor die mening. Zo leert je kind dat mensen anders denken en dat iedere mening telt.

Het is belangrijk voor kinderen dat hun ouders hen stimuleren bij het vormen van een eigen standpunt. Dat kun je doen door positief, open en vriendelijk te praten over allerlei onderwerpen, zoals wat er in de maatschappij gebeurt, wat je op televisie ziet of in de krant leest, wat je kind beleeft en wat jij bijvoorbeeld allemaal meemaakt op je werk.

Eigenlijk zijn kinderen met een sterke eigen wil heel bijzonder.

- Ze weten wat ze willen
- Ze weten zichzelf te sturen
- Ze gaan vol voor hun doel en zijn zeer gedreven, door het vuur dat in ze zit
- Ze zijn levendig en moedig
- Ze laten zich door niemand afleiden of uit het veld slaan.

Hierdoor zijn kinderen met een sterke eigen wil geboren leiders! Er ligt dus een gouden toekomst voor ze in het verschiet. Fijne bijkomstigheid: ze rollen gemakkelijker door de (pre)puberteit en adolescentie (12-23 jaar) heen. Juist omdat ze zichzelf weten te sturen.