

'Positief corrigeren betekent duidelijk zijn, maar probeer niet te overdrijven'

Nieuwe opvoedcursus uit Australië brengt weer gezelligheid in het gezin

ARNHEM • Het gezin moet weer gezellig worden. De cursus Positief Opvoeden helpt ouders om op een leuke manier met hun kroost om te gaan. Opvoeddeskundige Jacqueline van Rijn: 'Hoezo zijn tips raar? Wie een puppy koopt, volgt toch ook een cursus.'

RENSKE BAARS

Vrijwel alle peuters zien de supermarkt in ieder geval een keer in hun leventje als de uitgelezen plek om eens flink lastig te gaan doen. Huilen, krijsen, gillen of gewoon op de grond gaan liggen en met de knuistjes op de tegelvloer timmeren: het overkomt elke ouder wel een keertje. „Geen punt! Blijf aardig en probeer het kind op een rustige manier tot kalmte te manen.”

De tips van opvoedkundige Jacqueline van Rijn van het Nederlands Jeugd Instituut (NJI) zijn simpel, maar doeltreffend. En dat is ook de kern van het programma Positief Opvoeden. Vaak horen ouders dat 'het gewoon bij de leeftijd van het kind hoort' en is daar de kous mee af. „Maar aan die mededeling hebben vaders en moeders helemaal niets,” vindt Van Rijn. „Want ze willen weten wat ze op dat moment kunnen doen om het probleem op te lossen.” Al een paar duizend ouders hebben inmiddels de opvoedcursus met de Triple P-methode (Positief Pedagogisch Programma) gevolgd. „En het werkt,” vertelt Van Rijn die het positieve opvoedprogramma op dit moment als een inktvlek over Nederland laat uitvloeien. „We hebben in Nederland talloze methodes, maar eigenlijk is van geen enkele wetenschappelijk bewezen dat het werkt. Van Triple-P, dat oorspronkelijk uit Australië komt, weten we dat wel.”

En dat het zin heeft, weet Stefanie van Eijden uit Arnhem inmiddels ook. Haar zoon Job is 8 jaar en behoorlijk verlegen. „Dat werd een

obstakel voor hem, want thuis was hij best pittig.” Van een vriendin hoorde ze dat een opvoedcursus heel handig was geweest en het leek haar ook wel wat. Van Eijden: „Mijn probleem is dat ik niet consequent genoeg ben. Als Job iets uithaalt, krijgt hij eerst een waarschuwing. Maar daar blijft het vaak bij. Ik ga niet over tot een straf en hij komt er gewoon mee weg. Niet handig, want de volgende keer gaat hij gewoon een stapje verder.”

Door de cursus weet de Arnhemse moeder inmiddels dat ze de straf niet te zwaar moet maken. Na twee waarschuwingen moet Job nu een paar minuten op een stoeltje stilzitten. Daarna helpt zijn moeder hem weer op gang om lekker te gaan spelen of mee te doen. „Voorheen mocht hij dan als straf een hele avond geen televisie kijken. Maar dat vond ik zo zielig, dat ik dan toch toegaf,” verduidelijkt Van Eijden. Een klassieker, beaamt de opvoeddeskundige. „Veel ouders trappen in die valkuil. Maar als je de straf gemakkelijk houdt, zoals een *time-out*, dan maak je het voor jezelf ook gemakkelijker.”

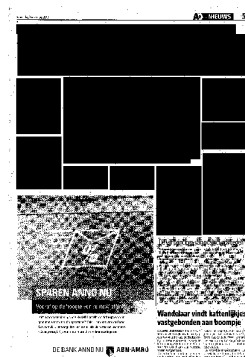
Met de verlegen Job gaat het na de cursus stukken beter. „Hij is helemaal opgebloeid,” verklaart Van Eijden. „Ik weet nu dat ik hem meer moet uitdagen: ik zag hem nog als klein jongetje, maar een kind van 8 kan veel meer aan.”

Voorheen bleef hij het liefste binnenshuis. Nu heeft hij zich, onder lichte dwang van zijn moeder, aangesloten bij een vereniging. „Daar ben ik trots op en dat laat ik hem weten. De verlegenheid is gewoon zijn karakter. Maar hij kan er nu beter mee omgaan.”

■ www.positiefopvoeden.nl

« **Job is helemaal opgebloeid nadat ik de cursus heb gevolgd.**

Stefanie van Eijden,
moeder van Job (8)





Stefanie van Eijden speelt met haar zoontjes Sam en Job (r.): 'Hij is helemaal opgebloeid'. FOTO COR DE KOCK

De vijf principes van positief opvoeden

Het opvoedprogramma van Triple-P hanteert vijf basisprincipes. Handig voor aan de koelkast of om af en toe weer door te nemen:

1 Kinderen een veilige en stimulerende omgeving bieden. Een glazen salontafel is misschien wel mooi, maar niet praktisch met kleine kinderen.

2 Kinderen laten leren door positieve ondersteuning. Als een kind iets goed opruimt, prijs het dan. Dat heeft veel meer zin dan mopperen als het niet goed gaat.

3 Een aansprekende discipline hanteren. Blijf kalm en leg de

regels duidelijk uit. Maar ga ook niet eindeloos door met waarschuwen.

4 Realistische verwachtingen hebben. Vraag eens aan vrienden wat zij verwachten van hun kinderen. Soms onderschat je een kind of verwacht je juist veel te veel van ze.

5 Zorg goed voor jezelf. Ouders hebben vaak de neiging om alles in dienst te stellen van hun kinderen. Maar een leuke vader of moeder heeft juist een eigen agenda. Kinderen kunnen best begrijpen dat ouders tijd voor zichzelf nodig hebben.