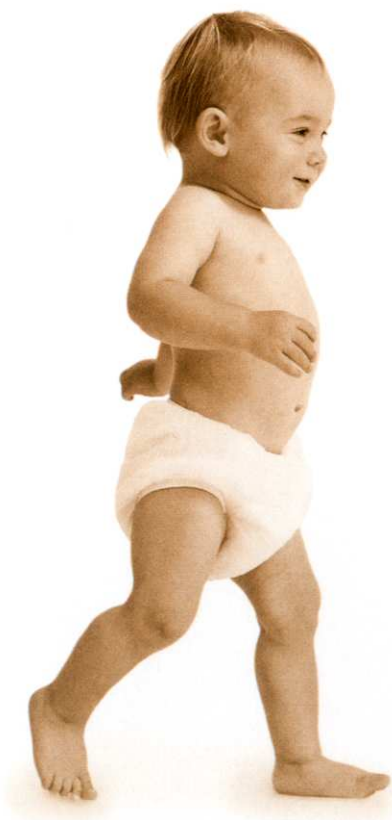


Mag best, doe toch

Informatie voor ouders / verzorgers van kinderen van 1,5 – 4 jaar.



IK word groter!

Inleiding

Dit boekje gaat over je peuter, een kind in de leeftijd van ongeveer anderhalf tot vier jaar. In hoofdstuk 1 wordt een beeld geschetst van je peuter; hoe gedraagt hij zich, hoe ontwikkelt hij zich, hoe denkt en voelt hij. In hoofdstuk 2 komen enkele hoofdpunten aan de orde die belangrijk zijn in de dagelijkse omgang met je peuter. Hoofdstuk 3 gaat over opvoedingsmiddelen; hoe kun je op je peuter reageren, welke manieren zijn er om je peuter 'de goede kant' uit te krijgen. Tenslotte volgt een lijst met goed leesbare boeken, waar je in de praktijk veel aan kunt hebben.

Om de leesbaarheid te vergroten wordt over je peuter als 'hij' geschreven, maar uiteraard gaat het hele verhaal ook op voor een peuterdochter.

Hoofdstuk 1 De peuter

Het lijkt niet eenvoudig om een beeld van de peuter te schetsen. Immers elk peutertje is uniek en heeft zijn eigen karakter en temperament. Ook is de omgeving in de eerste jaren al van invloed geweest op je kind. Toch zijn er een drietal kenmerken te noemen die typerend zijn voor de peuterleeftijd, en die samen een soort blauwdruk van de peuter geven.

Actie

Een eerste kenmerk is de activiteit van je peuter; het is een uitgesproken 'doe-kind'. De passieve babytijd is voorbij: hij kan lopen, praten en zelf iets ondernemen. En dat doet hij dan ook met overgave! Voortdurend is hij op ontdekkingsreis in de wereld om hem heen; hij onderzoekt, hij ondergaat, hij ervaart aan den lijve. Stukje voor stukje bouwt hij zodoende zijn wereldbeeld op. Daarbij werkt hij vooral met zijn lijfje en handen en is hij minder met woorden of al denkend bezig.

Volwassenen leren vaak al veel door over iets te lezen, te praten, te luisteren, na te denken. Voor peuters geldt echter: niet denken maar doen. Niet praten over of kijken naar, maar zelf voelen, ondergaan en ervaren. Dat is zijn leuze. En daarom is de overbekende kreet 'alleen kijken met de oogjes en niet met de handjes!' ook een bijna onmogelijke opgave voor hem. Je ontnemt hem met zo'n bevel een heel belangrijk werktuig: zijn handen.

Al dat ontdekken gebeurt met een eindeloze energie van 's morgens vroeg tot 's avonds laat. Je wordt er als ouder soms zelf doodmoe van. Op een voor jou veel te vroeg tijdstip staat hij in zijn bedje trappend in de startblokken: het spel dat leven heet kan beginnen! Na het broodnodige middagslaapje (onder protest!) zijn de batterijen weer opgeladen en stort je peuter zich enthousiast opnieuw op alles wat de wereld hem te bieden heeft. Hij doet en voelt alles voor de volle honderd procent, maar het wisselt ook snel.

Dat zie je bijvoorbeeld bij zijn emoties. Je boze peuter is heel boos, razend van top tot teen. Het blijft zelden bij een gefronst gezichtje alleen, of een beschaafd 'Ik ben boos op jou.' Nee, hij schopt en gilt en huult en vuurt dodelijke blikken af. En dat alles tegelijk. Zo ook bij verdriet; om niets (in jouw ogen) kan hij ongelukkig zijn en als een hoopje ellende op je schoot zitten. Maar op het moment dat jij je afvraagt hoe je hem ooit weer kalm of gelukkig krijgt, is de bui net zo snel over als hij begon. De emotie is meteen en ongeremd geuit en doorleefd, en iets anders trekt zijn aandacht alweer.

Behalve bij allerlei emoties zie je die grote maar snel wisselende betrokkenheid ook bij alles wat hij doet. Wanneer hij bijvoorbeeld verft, verft hij alles in enkele minuten; het bedoelde blad papier, de tafel, zichzelf, de grond en eventuele andere kinderen in de buurt.

Spelen met duplo betekent alle blokken door de hele kamer en meehelpen met afwassen houdt automatisch in dat ook de keukenvloer een flinke beurt krijgt. Hij duikt in zijn activiteiten en spel, maar zijn concentratie is nog van korte duur.

Zelfdoen

Zo rond het tweede levensjaar breekt bij je peuter het zogenaamde 'ik-bewustzijn' door. Hij wordt zich bewust van zichzelf, van het feit dat hij bestaat. Dit vermogen om als het ware naar zichzelf te kunnen kijken is een uniek menselijke eigenschap en een teken van een gezonde geestelijke ontwikkeling. Diep zwakzinnige kinderen komen nooit tot dit zelfbewustzijn. Je peuter wordt een 'eigenheid' met een eigen wil en een eigen persoonlijkheid. Hij hoeft niet meer passief te ondergaan wat grote mensen van hem willen, maar kan tot op zekere hoogte zelf het heft in handen nemen. En hij doet dit dan ook -zijn aard getrouw- met overgave!

Er is vaak een soort protest-automatisme; wat jij ook zegt of voorstelt, hij zal het tegenovergestelde zeggen of willen. Wil je kaas op je boterham? - Nee, vlees. Ga je mee naar de eendjes? - Nee, wil niet! (Maar ondertussen rent hij al naar de deur). Hij slaat als het ware een beetje door, is wat dronken van machtsgevoel. Dat is begrijpelijk; alles wat nieuw is, is spannend en leuk en daar ben je vol van. Als je peuter bijvoorbeeld leert lopen is dat ook een fantastische ontdekking voor hem, waar hij dagen heel intensief mee bezig kan zijn. Eindeloos oefenen, tot hij het onder de knie heeft en ook kan stoppen, keren en over de keukendrempel stappen.

Je reactie als ouder op deze twee op zich positieve ontwikkelingen is echter heel verschillend. Het eerste stapje los is aanleiding voor verrukte uitroepen en telefoontjes naar opa's en oma's: hij loopt! En je vindt het prachtig dat hij fanatiek aan het oefenen slaat. Maar als je meemaakt dat je lieve peuter zich gaat gedragen als een dwarse ezel ligt de zaak wel even anders. O jee, hij is in de koppigheidsfase gekomen.

Deze reactie wordt versterkt door de omgeving die eensgezind roept dat je van nu af aan moet zorgen dat je wel de baas blijft. En inderdaad lijkt het soms of je de hele dag niets anders hoort dan: 'Nee, nee!', 'Kan ik wel', 'Wil ik niet', 'Zelf doen', en ga zo maar door. Soms met stampvoeten of letterlijk dwarsliggen om een en ander naar behoren kracht bij te zetten.

Schrale troost: het is een fase in zijn (wils)ontwikkeling, die weer voorbij gaat. Niettemin kan het heel lastig en vermoeiend zijn als je er middenin zit. Hoofdstuk 3 gaat nader in op de praktische aanpak van zo'n koppige peuter.

Fantasie

Een derde kenmerk van je al wat oudere peuter is de grote rol die de fantasie speelt, en daaraan vastgekoppeld de peuterangsten. Om te beginnen heeft je peuter veel fantasie. Je peuter leert gaandeweg duizend-en-één weetjes over de werkelijkheid. Maar er zijn nog enorme gaten in zijn kennis, witte plekken op zijn 'wereldkaart'. En die ontbrekende kennis vult hij zelf in en aan, met behulp van zijn fantasie. Hij bedenkt hoe de zaak in elkaar zou kunnen zitten, legt verbanden en trekt oorzaak-gevolg-lijnen. Alles naar eigen inzicht.

En dan kom je bij de beroemde peuterlogica. Opa lag in het ziekenhuis en die is daar gestorven, dus in het ziekenhuis ga je dood. Of: al het badwater kan door dat kleine afvoergaatje, dus een klein kindje vast ook. En een peuter die een babyzusje heeft gekregen kan goed denken dat hij daarom nu naar de peuterspeelzaal moet (lees: het huis uit om plaats te maken).

Op de tweede plaats is zijn fantasie heel echt. Voor je peuter bestaat er weinig verschil tussen wat hij weet en wat hij denkt; het komt allebei 'uit zijn hoofd'. Met andere woorden: werkelijkheid en fantasie vloeien een beetje in elkaar over.

Gevolg is onder andere dat voor je peuter niets onmogelijk is en alles kan. Een goochelaar heeft bijvoorbeeld ook weinig succes bij peuters; een konijn uit de hoge hoed of balletjes die verschijnen en verdwijnen - waarom niet?!

Een ander gevolg is dat zijn (verzonnen) angsten dus ook echt heel eng zijn voor hem. Meegezogen worden met dat wegstromende badwater, koekiemonster uit Sesamstraat die 's nachts van zijn poster stapt en jou op komt eten, onweer; allemaal even griezelig. Als je erop reageert met logische argumenten die zijn fantasie en angsten ontkrachten, spreek je eenvoudig niet dezelfde taal.

Derde gevolg is dat het echt zijn van zijn fantasie ten onrechte een jok-indruk kan geven. Snoepjes in de winkel heeft hij bijvoorbeeld 'zomaar van een meneer gekregen', de vaas 'is door de baby omgestoten', en toen hij buiten speelde heeft hij 'een draak verslagen.' Hij verzint het ter plekke, maar als het eenmaal in zijn hoofd zit komt het hem zelf heel aannemelijk voor.

Nu er een beeld op tafel ligt van je peuter, wordt het tijd eens te kijken naar wat je daar als ouder tegenover kunt zetten. Wat heeft je peuter nodig en wat is voor jou belangrijk om te weten als je dagelijks te maken hebt met een peuter. Daarover gaat hoofdstuk 2.

Hoofdstuk 2 Grondbeginselen

In dit hoofdstuk worden een vijftal grondregels besproken. Ze zijn van belang om in gedachten te houden als je ouder -dus opvoeder- bent. In dit geval toegespitst op de opvoeding van je peuter, maar in zijn algemeenheid gelden ze voor de opvoeding van elk kind.

Geborgenheid

Op de eerste plaats moet je bedenken dat je peuter nog maar een klein hummeltje is. Juist in de peuterleeftijd bestaat het gevaar dat je je kind (figuurlijk) groter inschat en te hoge eisen aan hem stelt. Zeker als je ook nog een baby hebt. Hij lijkt misschien al heel wat met zijn gedecideerde 'Ik wil dat niet', 'Dat kan ik wel alleen', en zijn eigenwijze opmerkingen. Maar in feite kan hij het nog op geen enkele manier alleen bolwerken in de onbegrijpelijke grote mensenwereld. Hij weet en kan nog steeds meer niet dan wel. En je voortdurende stroom van onvoorwaardelijke liefde, zorg, aandacht en tijd, kortom geborgenheid, heeft hij dan ook broodnodig. Die is van groot belang voor een gezonde ontwikkeling, meer dan een keurig verantwoorde pedagogische aanpak.

Als de basis maar goed is, en je peuter voelt dit feilloos aan, dan zijn blunders in de opvoeding van alledag niet onoverkomelijk. Die geborgenheid is overigens een grondrecht; je peuter hoeft het niet te verdienen met lief zijn en kan het nooit verliezen door welk vervelend gedrag ook.

Respect en ruimte

Ook dit punt behoort tot de brede onderstroom van je opvoeding; geborgenheid alleen is niet genoeg. Het houdt in dat je je peuter accepteert en respecteert 'met alles erop en eraan'; zijn karakter, zijn talenten, zijn zwakke plekken, zijn gevoelens, zijn voorkeuren. Hij mag zich ontwikkelen op eigen wijze en naar eigen mogelijkheden. Je geeft hem figuurlijk de ruimte om groter te groeien, om te experimenteren, om zelf te ervaren, om eigen keuzes te maken, om zelfstandig te worden. Zelfs als dat anders is dan jij hoopt of wenst; je kind is geen eigendom en ook niet 'maakbaar'. Dus je peuter moet later niet gaan studeren omdat jij die kans gemist hebt, ook moet nog blijken of hijzelf die voetbalcarrière wel ziet zitten en misschien is je kind wel een huismusje in plaats van een sportief buitenmens zoals jij.

Respect hebben en ruimte geven betekent overigens niet dat je maar passief moet toekijken hoe een en ander (in de soep) loopt en dat je niet mag ingrijpen. Als opvoeder moet je wel degelijk de ontwikkeling van je peuter begeleiden en bijsturen; bepaald gedrag en eigenschappen stimuleren of juist afremmen en hem normen en waarden aanreiken. Dit recht op zelfbeschikking lijkt misschien een zwaar begrip in verband met nog zo'n klein afhankelijk kind. Maar opvoeden begint op het moment dat je peuter geboren is, en vanaf dan geldt dus ook dit grondbeginsel. Zelfbeschikking kan immers gaan over kleine en grote zaken in de opvoeding, en de invulling van het begrip is afhankelijk van leeftijd, aard en ontwikkeling van je peuter.

Misschien wordt hiermee wel de kern van het opvoeden en het moeilijkste van het ouderschap geraakt: je kind in zijn waarde laten en hem gaandeweg loslaten. Steeds meer stapjes terug doen waar je eerst gewend was alles te bedisselen en te beslissen, en uiteindelijk jezelf als opvoeder overbodig maken.

Aanpassen

Als ouder moet je je aanpassen aan het niveau van je peuter, andersom kan natuurlijk niet. Als uitgangspunt gelden zijn tempo en zijn mogelijkheden. Eerst wat betreft zijn tempo.

Als volwassene kun je vooruit denken en het geheel overzien. Je bent ook gewend snel te handelen en veel te doen op een dag. Maar jouw tempo van efficiënt bezig zijn kan je peuter letterlijk en figuurlijk niet bijbenen. Als reactie zal hij 'in staking' gaan en zich als een koppige ezel gedragen. In je omgang met je peuter moet je als het ware terugschakelen naar de eerste versnelling. Als je hem je programma beetje bij beetje van tevoren aankondigt en hem vertelt wat je daarbij van hem verwacht, geef je hem de kans zich erop in te stellen en zijn eigen zaakjes af te ronden. Hij zal sneller en enthousiaster meedoen.

Bijvoorbeeld: 'Bouw jij even je toren af terwijl ik de afwas afmaak, dan gaan we daarna samen boodschappen doen.' Ga er ook van uit dat activiteiten met je peuter erbij ongeveer anderhalf keer zo lang duren, zoals die boodschappen en allerlei huishoudelijke karweitjes.

Nu wat zijn mogelijkheden betreft. Dat betekent dat je begrip hebt voor en rekening houdt met de kenmerken van je peuter en het gedrag en situaties die daaruit kunnen voortvloeien; zijn lijfje als voornaamste 'instrument', zijn actief bezig zijn, zijn koppigheid, zijn fantasie. Besef ook dat zijn taalgebruik nog vrij simpel is; hij kan zijn gedachten en gevoelens nog niet zo precies verwoorden.

In alle alledaagse gesprekken met je peuter is dat meestal geen probleem, maar juist als er een probleem is tussen jullie is het belangrijk dat je ook als het ware tussen de regels door luistert. Het gaat niet alleen om wat hij zegt, maar vooral om wat hij ermee bedoelt. Dus wanneer jouw peuter woedend gilt 'Stomme mama!', betekent dat niet dat hij jou afwijst als moeder, maar alleen dat hij ervan baalt dat hij bijvoorbeeld van jou de keuken niet blank mag zetten.

Hetzelfde verhaal gaat op voor zijn gedrag; dat is spontaan, ongeremd en onbeheerst. Wanneer bij problemen zijn emoties hoog oplopen komen die gevoelens vaak lijfelijk naar buiten; schoppend en schreeuwend reageert hij zijn frustratie of zijn agressie af.

Bijvoorbeeld wanneer jij iets verbiedt, wanneer hij meer wil dan hij kan, of wanneer jij zijn kromme taaltje niet begrijpt. Hij heeft nog niet de zelfbeheersing en zoals gezegd ook nog niet voldoende taalontwikkeling om zijn emoties met woorden en op een nette manier te uiten. En ook hier gaat het er om dat je reageert op dat gevoel, die frustratie achter zijn gedrag. Wanneer je alleen reageert op wat je hoort (zijn taal) en wat je ziet (zijn gedrag) dan mis je de werkelijke boodschap erachter.

Om misverstanden te voorkomen: je hoeft zijn onbehoorlijke taal en ontoelaatbaar gedrag natuurlijk niet te accepteren! Maar je voert als het ware een twee-sporen-beleid; je laat merken dat je de emoties en bedoelingen van je peuter begrijpt en respecteert, maar dat je de manier waarop die naar buiten komen niet kunt toestaan. 'Ik begrijp best dat je het niet leuk vindt dat ik de kraan dichtdoe, maar ik wil niet dat jij mij stom noemt. Zo praten we niet tegen elkaar.' 'Je bent boos omdat ik veel met de baby bezig ben he. Maar je mag haar niet slaan, kom maar bij mij als je boos bent op je zusje.'

Tenslotte iets over de zogenaamde luisterafstand van peuters; je kunt ervan uitgaan dat je peuter echt kan luisteren naar iets (lees: gehoorzamen) over een afstand die gelijk is aan zijn kalenderleeftijd in meters. Dus als je wilt dat je tweejarige niet alleen hoort wat je zegt maar er ook werkelijk naar luistert en ernaar handelt, dan moet de afstand tussen jullie niet meer dan ongeveer twee meter zijn. Vanaf je comfortabele bank voor de derde keer naar je peuter in de achterkamer roepen dat hij van de stereo af moet blijven heeft dus geen zin. Hij hoort het wel en misschien roept hij ook nog bereidwillig 'Ja mama!', maar dat is alleen maar een 'ontvangstbevestiging' van jouw stem. Wat je zegt is niet overgekomen. Nog beter is het als je eerst de naam van je kind zegt en oogcontact maakt.

Zorg ook dat wat je zegt duidelijk is, dat je boodschap overkomt. Let daarvoor op je woordgebruik, maak korte zinnen, geef een opdracht tegelijk en praat zelfverzekerd. Vermijd verder vage of verwarrende opmerkingen als: 'Hou daar mee op' en 'Leuk ben je hoor'. Maak positieve zinnen, en gebruik zo min mogelijk het woordje 'niet'. Dus 'Leg dat boek maar op de tafel, dat is van papa he' is beter dan 'Stoute jongen, daar mag jij niet aankomen.'

Structuur

Je peuter heeft uit zichzelf nog geen idee van tijd en geen overzicht over het geheel; elke dag is voor hem weer een eindeloze stroom van gebeurtenissen en indrukken. Hij heeft structuur van buitenaf nodig om een gevoel van overzicht en duidelijkheid te krijgen. Dat krijgt hij door een dag- en week- ritme, regelmaat in zijn leventje en bepaalde rituelen (bijvoorbeeld bij het naar bed brengen).

Hoe deze 'drie R's' ingevuld worden zal per gezin verschillen; belangrijk is dat ze er zijn. Je peuter weet waar hij aan toe is en krijgt wat grip op zijn leventje; maandag en woensdag peuterspeelzaal, na Sesamstraat in bad, bij het koffiedrinken leest mamma een boekje voor, etc. Als ouder kun je zelf ook teruggrijpen op deze structuur en je peuter bijvoorbeeld leren dat er een tijd is voor aandacht en een tijd dat hij zichzelf moet vermaken; 'Nee, ik lees je nu niet voor maar straks als we koffie drinken, weet je nog?'

Zo'n structuur is geen strak tijdschema; uitzonderingen bevestigen ook hier de regel en komen de soepelheid in het dagelijks gezinsleven ten goede.

Grenzen en regels

Het is niet in het belang van je kind en van jezelf om alles te accepteren. Je peuter heeft grenzen en regels nodig; ook dat geeft hem duidelijkheid en houvast. Je peuter heeft zich nog lang niet zover ontwikkeld dat hij zelf in staat is zich 'goed te gedragen', grenzen te bepalen en te leven naar innerlijke normen. Daarom ben jij voor hem als het ware zijn geweten. Jij bepaalt in grote lijnen wat wel of niet kan. Niet op een dictatoriale manier zonder rekening te houden met je peuter, maar wel in de geest van: dit zijn de regels en daar houden we ons aan. Binnen die grenzen geef je hem zoveel mogelijk de ruimte om zelf te onderzoeken en zijn eigen beslissingjes te nemen.

Er zijn een aantal aandachtspunten voor wat betreft grenzen en regels.

- Het is belangrijk dat je voor jezelf op een rijtje hebt wat jij belangrijk vindt, waar jouw grenzen liggen en waar jij op je strepen gaat staan. Bepaal dus de huisregels. Daarmee voorkom je dat je onvoorbereid moet reageren op allerlei onverwacht gedrag van je peuter, wat kan leiden tot te gedachteloos, te veel en te snel verbieden.
- Beperk het aantal regels; houd de grote lijn aan en leg geen zout op alle slakken. Geen kind en zeker geen peuter kan een dik wetboek van allerlei ge- en verboden naleven, en als ouder zou je meer dan een dagtaak hebben aan controle op naleving ervan. Bovendien is het juist voor je peuter als ontdekkingsreiziger bij uitstek zeer frustrerend alsmaar verbodsbordjes tegen te komen. Om van de huiselijke sfeer nog maar te zwijgen.
- Train jezelf erop bij elke grens of elk verbod altijd een alternatief te geven. Wanneer iets niet kan of mag, wat kan of mag dan wel. Kijk daarbij ook goed naar wat je peuter doet; vaak kun je de situatie zo bijsturen dat jij wel vrede met zijn activiteit kunt hebben. Knoeien met water: oke maar dan met schort voor aan het aanrecht. Geef hem in plaats van jouw nieuwste Libelle reclamefolders om lekker in te scheuren en vertel hem dat hij met zijn autootje wel op de grond mag rijden (langs de 'wegen' in het vloerkleed, zie je wel) maar niet op jouw kwetsbare salontafel.
- Je peuter is een doe-kind en let meer op wat je doet dan op wat je zegt. Voor regels en grenzen geldt dus: behalve woorden ook daden. Waarschuw hoogstens een of twee keer. Wanneer je vaak waarschuwt voor je in de benen komt lijkt dat wel kindvriendelijk (ach, hij is nog klein, hij moet nog leren luisteren, kinderen zijn kinderen) maar hij leert alleen maar dat hij pas hoeft te gaan gehoorzamen als je uitgepraat bent! Ga dus met je woorden gauw tot actie over. Doe tegelijkertijd dat met je peuter wat je tegen hem zegt; pak hem bij die stereo weg, neem hem de Libelle af en geef hem wat anders, zet hem vriendelijk maar beslist van de bank.

- Denk eraan dat je duidelijk zegt wat je wilt en zet je woorden kracht bij door je lichaamstaal en een zekere uitstraling.

Dit punt van regels en grenzen is niet gemakkelijk. Het vraagt energie, inzet en doorzettingsvermogen. Niet voor een tijdje, maar door de hele peuter-opvoeding heen. De verleiding is soms groot lekker te blijven zitten en maar te doen of je een en ander niet ziet. Want je peuter zal - zijn aard getrouw- geregeld protesteren en tegen die grenzen aanduwen, proberend of hij niet net wat verder kan komen of gaan dan gisteren. Hij is nieuwsgierig of de bekende zin 'Als je nu niet..., dan...!' ook echt in daden wordt omgezet en probeert dat graag uit. En eigenlijk is hij ook nog te jong om zich uit zichzelf te kunnen houden aan alle regels; dat is een leerproces van jaren.

Overigens is dat uitproberen van je peuter ook een controle of die grenzen er nog steeds zijn, want zoals gezegd heeft hij grenzen nodig om overzicht en een gevoel van veiligheid te behouden. Dus al met al mag je nog niet veel aan gehoorzaamheid en 'goed gedrag' verwachten in deze leeftijd, ondanks al je regels en grenzen. Maar ze moeten er wel zijn!

Dit zijn een vijftal belangrijke vuistregels in de opvoeding. maar het blijft nogal vaag. Je hoort het moeders al opmerken: 'O ja, ik heb best begrip voor zijn jaloezie. maar ondertussen slaat hij mooi zijn babybroertje!' 'Ik stel grenzen maar hij lapt ze aan zijn laars.' En: 'Hoezo ritueel; hij slaapt evengoed niet.' Bovenstaande basispunten vormen een raamwerk, een kapstok voor de dagelijkse opvoedingspraktijk. En over de invulling van dat raamwerk, de alledaagse omgang met je peuter gaat hoofdstuk 3.

Hoofdstuk 3 Opvoedingsmiddelen

De centrale vraag is hier: wat voor concrete manieren en middelen heb je als ouder tot je beschikking om op je peuter te reageren, hem 'de goede kant uit te krijgen'. Je wilt graag bepaald gedrag, waarden en eigenschappen bij je peuter stimuleren of juist afremmen, maar hoe kun je dat nu zo soepel mogelijk aanpakken. Twaalf opvoedingsmiddelen, aansluitend bij de grondbeginselen uit het vorige hoofdstuk komen hierbij aan de orde.

Verbeter het kind, begin bij jezelf

Geef zelf als ouder het goede voorbeeld. Je peuter leert namelijk heel veel door nadoen, door imitatie. In je hele onbewuste doen en laten weerspiegelt zich je leefstijl, je eigen normen- en waardenstelsel. En meer dan op je woorden let je peuter op je daden en je houding. Hem een tik verkopen om hem af te leren zijn kleine zusje te slaan, zal niet werken. Hij mag niet slaan maar jij kennelijk wel; dat is verwarrend en tegenstrijdig.

Ook meer bewust het goede voorbeeld geven bij praktische zaken als tafelmanieren, opruimen en beleefd dank-je-wel zeggen, is een goed werkend opvoedingsmiddel.

Oorzaak wegnemen

Soms kan het de moeite waard zijn te zoeken naar het waarom van negatief gedrag. Wil hij perse zijn blauwe schoenen niet aan? Wellicht zijn ze te klein. De hele dag niet te genieten? Mogelijk wordt hij ziek. Een oorzaak (en daaruit voortkomend negatief gedrag) kun je natuurlijk niet altijd wegnemen, ook al heb je hem gevonden. De geboorte van een zusje als oorzaak van aandacht trekkend gedrag is daarvan een duidelijk voorbeeld.

Ook heb je niet altijd direct gelegenheid om je in de achtergrond van negatief gedrag te verdiepen. Je moet vaak onmiddellijk reageren.

Maar vooral bij langerlopend probleemgedrag kan het zeker de moeite waard zijn.

Belonen

Dit is het bewust reageren op en aandacht schenken aan positief gedrag, waardoor je peuter dat gedrag meer zal gaan vertonen. Wanneer op gedrag namelijk iets volgt wat je peuter fijn vindt (een beloning), dan wordt dat gedrag versterkt.

Belonen lijkt vanzelfsprekend. maar in de praktijk ben je als ouder veel meer geneigd te letten op negatief gedrag. Dat valt op. dat wijkt af, daar struikel je letterlijk (rommel!) en figuurlijk over. Dat word je op school al met de paplepel ingegoten; als er van de vier sommen op het bord eentje fout is komt daar een rode streep door. Een fout, in plaats van drie goed!

Toch is gebleken dat een positieve reactie op gewenst gedrag meer effect heeft dan een negatieve reactie op ongewenst gedrag. Dus 'Fijn dat je je jas hebt opgehangen, dat staat opgeruimd', is beter dan eindeloos gemopper over zijn jas die alweer in de kamer slingert. Behalve dat opvoeden 'via de positieve weg' meer effect heeft, is de sfeer in huis ook gezelliger. En wat nog belangrijker is; door je peuter overwegend positief en prijzend te benaderen krijgt hij gaandeweg zelfvertrouwen en een positief zelfbeeld. Ik kan wat, ik doe dingen goed, ik ben de moeite waard.

Er zijn verschillende vormen van belonen. Je kunt je peuter psychisch belonen, met woorden zoals het voorbeeld hierboven van de jas. Het kan ook zonder woorden; een knipoog. een knuffel, duim omhoog. Je kunt hem ook materieel belonen, dus hem iets geven zoals rozijntjes, een dropje, of een cadeautje. En tenslotte kun je hem belonen met een activiteit; bijvoorbeeld voorlezen, een spelletje doen, samen koekjes bakken.

Belonen is dus een goed opvoedingsmiddel, maar er zijn wel enkele aandachtspunten.

- Psychische beloningen behouden hun waarde, in tegenstelling tot materiele beloningen. Een knuffel blijft waardevol, dat hoeven er de volgende keer niet twee te worden voor hetzelfde effect. Maar dat geldt wel voor snoepjes en cadeautjes, die verliezen hun kracht. Overigens zijn peuters wel gevoelig voor tastbare beloningen, maar laat die in ieder geval altijd vergezeld gaan met een complimentje of knuffel.
- Wanneer je met woorden prijst, zeg dan precies waar het om gaat en beperk je tot het gebeuren op dat moment. Dus niet vaag: 'leuk hoor' of 'jij bent altijd zo lief', maar beschrijf wat je nu, in deze situatie fijn of leuk of lief aan zijn gedrag vindt, en waarom. Dat noemt men opbouwend prijzen.
- Voorbeeld: 'Je kwam meteen toen ik je riep, dat vind ik fijn want nu hebben we tijd genoeg om...'
- Gebruik ook geen woorden als 'altijd' en plak geen karakter-etiketten op als 'mijn Grote Opruimer' of 'onze Gehoorzame Oudste'. Zo iets schept verwachtingen en legt een druk op je kind om dus altijd netjes of braaf te moeten zijn. Na zo'n beoordeling (jij bent de opruimer in ons gezin) is de kans groot dat je peuter juist het tegenovergestelde gedrag gaat vertonen.
- Hij wil het rooskleurige beeld direct bijstellen omdat hij weet dat hij er niet altijd aan wil of kan voldoen. Het verloopt bij je peuter nog niet zo bewust, maar je herkent het verschijnsel waarschijnlijk bij jezelf. Wanneer iemand jou complimenteert in de geest van 'Wat ben je toch een fantastische kok' of 'Ik ken niemand die zich zo smaakvol kleedt als jij' dan ben je onmiddellijk geneigd om een en ander af te zwakken. Zo'n volmaakt beeld klopt niet. Zo'n overdreven algemeen compliment is slechts iets wat anderen zeggen over jou, en jij weet wel beter. Dat geldt ook voor je peuter. Maar beschrijvend en zonder oordeel prijzen (wat vind jij nu leuk aan dit gedrag en waarom) is wel gunstig voor het zelfvertrouwen en een positief zelfbeeld van je peuter.

Je kind kan uit jouw woorden voor zichzelf de conclusie trekken dat hij kennelijk goed kan opruimen. En zo'n ervaring is weer een steentje erbij voor het bouwwerk van zijn zelfvertrouwen.

- Beloon niet automatisch; je peuter registreert dat feilloos en voelt zich afgescheept. Een plichtmatig 'Mooi hoor' bij de tiende tekening die onder je neus geduwd wordt, is wel begrijpelijk, maar je moet niet verbaasd zijn als je peuter woedend roept 'Helemaal niet mooi!' en de tekening verscheurt of wegloopt. Het is te vaag en niet echt gemeend, hij kan er niets mee.
- Het belonen moet aansluiten op het gedrag. Dus beloon direct na de 'daad' en in de juiste 'dosering'. Het verband moet duidelijk zijn.
- Het gevaar bij materieel belonen is dat je kind de zaak om gaat draaien en niets voor niets wil doen. Een koekje als je peuter zijn speelgoed heeft opgeruimd, wordt dan: 'Ik wil een koekje en dan ruim ik mijn speelgoed op.' Voorkom dat door niet voor elk goed gedrag een beloning in het vooruitzicht te stellen, en so wie so spaarzaam te zijn met materieel belonen. Houd je ook altijd aan de juiste 'volgorde': 'Wanneer jij... dan zal ik...' en nooit 'Als ik... zul jij dan...?' Zeg dit van tevoren. Op die manier bepaal jij wat er gebeurt.
- Geef tekst en uitleg bij belonen met materiele dingen en activiteiten, en laat het altijd samengaan met een psychische beloning.

Negeren

Deze reactie houdt in: geen reactie. Het negatieve gedrag is er gewoon niet voor jou, je negeert het volkomen. Bij zeuren en eindeloos doorprotesteren wil dit nog we! eens helpen. Dus twee keer antwoorden op zijn vraag waarom hij geen derde koekje meer mag, en dan totaal niet meer reageren op zijn doordrammerige 'Ja maar...' Dat klinkt misschien makkelijk, maar dat is het niet. Het is namelijk niet alleen een kwestie van niet antwoorden; ook uit je hele lichaamstaal en je gezichtsuitdrukking moet blijken dat jij niets gehoord of gezien hebt.

Zuchten en fronsen zijn dus wel degelijk reacties. Bij negeren heeft je peuter met zijn gezeur geen succes, zijn publiek reageert niet of loopt weg, en zijn gejeugel sterft een geruisloze dood. Met elke andere reactie geef je hem alleen maar aandacht; dat is zeer belonend voor je peuter en versterkt dus het zeuren. Bovendien wordt je huisregel 'twee koekjes niet meer' zwakker naarmate er blijkbaar langer over gepraat kan worden.

Ook is negeren aan te bevelen bij niet ter zake doend gedrag. Wanneer je je peuter bijvoorbeeld naar de gang stuurt en hij kwaad de deur achter zich dichtslaat, negeer dit protesterende gebaar dan. Het gaat erom dat hij inderdaad doet wat jij zegt. Begin vervolgens niet weer een scène over die deur; voor je het weet val je van het een in het ander en loopt het conflict helemaal uit de hand. Houd in de gaten waar het in hoofdzaak om gaat.

Ten slotte is negeren ook goed bij allerlei kleine 'misstappen'. Leg niet op alle slakken zout, zie eens wat door vingers en eis niet teveel tegelijk. Als je peuter afgebrand thuiskomt van de peuterspeelzaal, zijn jas (weer) neer gooit en op de bank neerploft, doe daar dan niet al te moeilijk over. Hang die jas een keertje zelf op terwijl je er een grapje over maakt. Hij hoeft niet altijd alles te doen wat hij normaliter zou moeten kunnen.

Afleiden

Dit is iets wat bij je peuter vaak prima werkt, juist omdat alles snel hun belangstelling trekt. Je hoeft maar iets te zeggen in de richting van 'Kijk eens!' of hem een aantrekkelijk alternatief aan te bieden en je hebt zijn aandacht verlegd. Vergeten is datgene waar hij mee bezig was en wat jij niet goed vond.

Ombuigen van negatief gedrag valt hier ook onder. Neem bijvoorbeeld je opgewonden schreeuwende peuter. Zeggen 'Stil nou, rustig maar' helpt meestal niet (meer).

Effectiever is dan het schreeuwen in een spelletje om te buigen; via heel hard gillen naar heel zachtjes fluisteren en dan... etc. Gewoon oppakken bij de stereotoren met een kort commentaar en verderop weer neerzetten op een betere (speel)plek, is ook een mogelijkheid, evenals het inwisselen van die Libelle voor reclamefolders. Vooral bij hele kleintjes werkt dit nog goed.

Belangrijk is dat je wel steeds een alternatief geeft. Niet alleen duidelijk maken wat niet kan of mag, maar vooral ook wat dan wel de mogelijkheden zijn, waarbij je zo veel mogelijk aansluit bij wat hij doet.

Herinneren

Wanneer je moet reageren op ongewenst gedrag van je peuter, hoeft dat niet meteen op volle kracht, dan heb je je kruit snel vershoten. Herinneren is een licht opvoedingsmiddel, net als afkeuren, wat kan voldoen in vele situaties die om een kleine correctie vragen. Hieronder valt bijvoorbeeld waarschuwen, een extra kans waar je peuter altijd recht op heeft. Of je peuter herinneren aan een gemaakte afspraak; 'Weet je nog, je autootjes blijven in huis en mogen niet mee naar de zandbak.' Ook het noemen van een huisregel hoort in dit rijtje thuis: 'Wij slaan niet hier in huis', en 'Rommel wordt opgeruimd voor we gaan eten.'

Het simpelweg beschrijven van wat er aan schort is ook een mogelijkheid. Als ouder blijf je neutraal en vriendelijk, en het kind voelt zich niet aangevallen. Bijvoorbeeld: 'Ik zie nog duplo op de vloer en we gaan zo aan tafel', 'Je jas ligt nog in de gang' of 'Kijk eens, melk op tafel, we hebben een doekje nodig.'

Trucendoos

Dit zijn een handvol praktische foefjes om probleempjes te voorkomen, om je peuter mee te laten werken, om hem te laten willen wat jij wilt. Geen moeilijk pedagogische ingrepen, maar handigheidjes als je dagelijks met zo'n dwarse peuter te maken hebt.

Om te beginnen je woordgebruik, de manier waarop je iets brengt.

- Praat zo min mogelijk in vraagvorm; vragen is vragen om nee. Dus liever 'Kom, we gaan aan tafel' in plaats van 'Kom je eten?'
- Gebruik 'wij' in plaats van 'jij', dat spreekt meer aan. 'Ga mee, we gaan onder de douche' klinkt gezelliger dan 'Je gaat nu douchen.' Voorkom wel 'verpleegsterstaal' (hoe voelen we ons vandaag?)!
- 'Mogen' klinkt aantrekkelijker dan 'moeten': 'Je mag mee boodschappen doen.'
- Een drietal trucjes zitten verder in een keuze die je je peuter geeft.
- Laat hem de vrije keus doen uit een beperkt door jou bepaald aanbod: 'Wil je je rode of je gele trui aan?' Zo houd je het overzichtelijk voor hem en heeft hij toch een eigen inbreng.
- Heb je toch zelf een voorkeur, noem dat dan als laatste mogelijkheid. Wat hij het laatst hoort, zit het duidelijkst in zijn geheugen.
- Moet er echt iets vervelends gebeuren (bijvoorbeeld een drankje innemen of midden in zijn spel verschonen), geef hem dan een keuze binnen die situatie. Het leidt zijn aandacht af van wat nu eenmaal moet, en hij krijgt het idee dat hij toch nog zelf wat te zeggen heeft. Dus: 'We gaan even een schone luier omdoen; wil je zelf lopen of zal ik je de trap opdragen?'
- Humor wil ook nog wel eens de spanning wegnemen. Begrijp bijvoorbeeld een uitdagend gebaar expres verkeerd. Je boze peuter staat op het punt een autootje door de kamer te gooien en jij zegt heel vriendelijk: 'O, ik zie dat je met je auto's gaat spelen. Waar is je garage?' Of doe een op hol geslagen peuter eens precies na en zeg dan vergenoegd: 'Wat doen we lekker gek samen, he!'
- Ook goed in bepaalde situaties werkt de volgende zin, die je op allerlei manieren in kunt vullen. 'Nou mag je nog een keer..., en dan is het afgelopen.' Bijvoorbeeld: met water gooien in de bad-kamer, op zijn fietsje door de kamer racen, springen op de bank, of oorverdovend trommelen op jouw pannen.

Hij wordt niet plotseling uit zijn spannende spelletje gerukt maar krijgt even de ruimte een en ander af te ronden.

- En tenslotte de truc van 'het speciale speelgoedje'. Je hebt een spannend
- speeldingetje, waar je peuter alleen mee mag spelen wanneer jij... en maak de zin maar af. Bijvoorbeeld wanneer jij een telefoongesprek voert, de baby voedt, of hem aankleedt. Zodra die activiteit is afgelopen, gaat het speelgoedje weer op de kast voor de volgende keer.

Eigen schuld dikke bult

In dit geval betekent het dat je je peuter zelf de gevolgen laat ervaren van zijn negatieve gedrag. Als ouder blijf je vriendelijk; het is immers de zaak en keuze van je peuter. Hij moet wel van tevoren weten wat de (vervelende) gevolgen van zijn gedrag (kunnen) zijn, je vertelt hem dat dus een keer. 'Wanneer je nu niet uit bad komt, kom je te laat beneden voor Sesamstraat.' 'Als je ook nog langs de eendjes wil gaan, moet je nu echt even doorlopen.' 'Wanneer jij toch het tuinhek uitloopt, kun jij nog niet alleen buiten spelen, en dan moet je binnen komen.' En dat autootje dat kapot gemaakt is of kwijtgeraakt wordt natuurlijk niet automatisch vervangen. Je peuter ervaart dat bepaald gedrag van hem steeds weer vervelende gevolgen heeft; hij zal daaruit gaandeweg lering trekken en zijn gedrag verminderen of veranderen.

Dit opvoedingsmiddel werkt goed; je peuter leert meer door eigen ervaringen en gevolgen, dan door eindeloze ge- en verboden en straffen die van jou, dus van buitenaf komen. Door schade en schande wordt hij wijzer, waarbij jij er verantwoordelijk voor bent dat die dikke bult binnen de perken blijft. Dus geen handjes tegen een heet strijkijzer duwen. Daarmee leer je hem wellicht dat een strijkijzer gevaarlijk is. Maar je leert hem ook dat zijn moeder niet te vertrouwen is want ze doet onverwachts vreselijk pijnlijke dingen. De prijs is dan wel heel erg hoog.

Beter is te zorgen dat hij nooit en te nimmer in de buurt van dat hete strijkijzer kan komen; hij zal de verleiding om zoiets nieuws en spannends te onderzoeken immers niet kunnen weerstaan (ook al heb jij gezegd dat hij eraf moest blijven toen je naar de rinkelende telefoon liep!).

Time-out

Deze term komt uit de sportwereld (het spel stopt) en is niet voor niets gekozen. Het gaat erom hoe dan ook een bepaalde situatie te doen stoppen, het ongewenste gedrag te doorbreken. Of je peuter, of jijzelf gaat even uit de situatie. Belangrijk hierbij is dat je peuter ook hier zelf bepaalt wanneer de time-out voorbij is en hij weer meedoet of binnenkomt. De time out volgt als het ware logisch op zijn gedrag en hij kan dat naar keuze veranderen. Jij stelt je gedecideerd maar vriendelijk op. Je opgewonden schreeuwend rondrennende peuter kun je even naast je aan tafel zetten met de woorden: 'Dit kan zo niet. Kom jij maar even hier zitten. Wanneer je je weer rustig voelt kun je verder gaan met je spel.' Je kind dat aan tafel ieder gesprek onmogelijk maakt, kun je even op de gang zetten en zeggen: 'Zo kunnen we niet praten. Als je denkt dat je weer gezellig mee kan doen, kom je maar weer binnen,' Zoals gezegd, kun je ook zelf uit de situatie stappen. Ga de kamer uit als hij door blijft drammen, of sluit jezelf even af en op in de wc, Zonder 'publiek' is de lol er vaak gauw af.

Afkeuren

Ongewenst gedrag stopt soms ook doordat je simpelweg laat merken dat je het niet goedkeurt, met of zonder woorden. Bij kleine 'ver grijpen' kan zo'n reactie voldoende zijn. Bijvoorbeeld even het met-de-lepel-timmerende- handje tegenhouden; een verboden voorwerp stilzwijgend afpakken; even je wenkbrauwen fronsen; of iets zeggen als 'Doe maar niet he.' Hieronder vallen ook de zogenaamde ik-boodschappen; je maakt als ouder duidelijk om welk gedrag het gaat, wat de gevolgen (kunnen) zijn en wat het gedrag bij jou aan gevoelens oproept.

Bovendien geef je weer duidelijk aan wat je dan wel graag aan gedrag ziet. Zo'n boodschap is de tegenhanger van het opbouwend prijzen, het gaat hier om opbouwende kritiek. 'Wanneer jij zo hard blijft trommelen, kan ik oma niet verstaan. Ik wil graag rustig met haar praten, Je kunt op je eigen kamer gaan trommelen of hier iets anders gaan doen.'

Verbieden

Een sterke reactie is ronduit ge- of verbieden. Dan gaat het om duidelijke wetten (voor de veiligheid meestal) waar niet aan getornd kan worden en waar geen discussie over mogelijk is. 'Ik wil dat je van de lucifers afblijft', 'Jij mag onder geen voorwaarde zelf naar de eendjes fietsen', of 'Er wordt hier niet gebeten.' Gebruik zo'n krachtige stelling alleen voor zeer belangrijke zaken, zodat je peuter het gewicht ervan onderkent en ze voor hem niet ten onder gaan in alles wat tegen hem gezegd wordt. Vergeet niet om ook hier weer daden bij woorden te voegen. Overigens liggen die lucifers natuurlijk buiten zijn bereik!

Straffen

Bij dit laatst genoemde opvoedingsmiddel verbind je als ouder vervelende gevolgen aan negatief gedrag. Het verschil met 'eigen schuld dikke bult' en 'time out' is dat je bij straf geven zelf een actieve rol speelt. Jij beslist wat er gebeurt, bepaalt begin en einde van je straf en je stem en woorden zijn anders.

Straf lijkt te werken; het negatieve gedrag houdt vaak onmiddellijk op. Misschien wordt het daarom vaak gebruikt door ouders. Maar schijn bedriegt. Het effect van straf is kleiner en onvoorspelbaarder dan van belonen. Het negatieve gedrag blijft maar gedeeltelijk of tijdelijk weg. Straffen is korte termijn werk. Ander nadeel is dat door straffen de sfeer in huis en de verhouding tussen jou en je peuter aangetast wordt. Vaak en veel straffen kan op den duur leiden tot een teruggetrokken en angstige peuter. Ook maakt het je kind ongevoelig voor straf. Bovendien blijft hij afhankelijk van motivatie van buitenaf (angst voor straf bijvoorbeeld) om dingen wel of niet te doen.

Straf dus zo min mogelijk; er zijn gelukkig vele andere prettiger en betere opvoedingsmiddelen om je kind op het juiste spoor te zetten. Toch kan straffen in bepaalde situaties wel werken.

Wanneer negatief gedrag echt moet ophouden, en je peuter kan zijn gedrag ook veranderen en wanneer andere middelen niet (meer) werken, dan kan straffen als laatste redmiddel een mogelijkheid zijn. Wanneer je straft - en welke ouder doet dat nooit - dan zijn er een aantal spelregels:

- Straf moet een opvoedingsmiddel zijn en geen wraakactie. Als ouder moet je erachter staan en het bewust en beheerst hanteren, wil het nog enig effect hebben.
- Fysiek straffen is nooit goed, er zijn altijd betere alternatieven
- Wijs het gedrag van je peuter af, maar niet hemzelf.
- Straf direct; voor je peuter is vijf minuten tussen daad en straf al veel.
- Laat het soort straf logisch aansluiten op de 'overtreding'. Dus: gooien met een auto - dan op de kast ermee. En niet: dan vanavond geen toetje.
- Straf in verhouding met de zwaarte van 'het gepleegde misdrijf'. Geen twee weken huisarrest als hij de tuin is uitgelopen, maar binnenblijven tot de koffie.
- Straf heeft altijd een begin maar zeker ook een einde, en duurt op zijn hoogst enkele minuten. Voor je peuter is dat al heel lang.
- Geef kort maar duidelijk tekst en uitleg waarom je straft en waarvoor.
- Vertel je peuter ook welk gedrag je wel graag wilt zien. Onthoud dat het altijd makkelijker is om gewenst gedrag aan te leren, dan om ongewenst gedrag af te leren.

Enkele opmerkingen

Het gaat er in de opvoeding om dat je peuter uiteindelijk 'uit zichzelf de goede kant uitgaat, geleid door een innerlijk normen- en waardenstelsel. Dat hij zelf de verantwoordelijkheid voor zijn doen en laten op zich neemt en zo nodig zichzelf bijstuurt. Dat is natuurlijk een proces van jaren, maar dat begint al als je kind nog heel klein is.

Als opvoeder is het de kunst zo 'licht' mogelijk te reageren, en zo veel mogelijk verantwoordelijkheid en zelfstandigheid bij je peuter zelf te leggen. De sfeer in huis vaart er wel bij en ", je peuter ook. Hoe je reageert, dus welke reactie je kiest, is ook afhankelijk van nog een aantal andere factoren. Op de eerste plaats van je kind, de aard van je beestje. De truc 'humor' bijvoorbeeld kan bij sommige peuters averechts uitpakken; die zijn alleen maar vreselijk beledigd als je ze nadoet.

Verder hangt het af van jezelf. Hoe zit jij in elkaar, wat is jouw persoonlijkheid. Als je een opvoedingsmiddel gebruikt wat eigenlijk niet bij je past, dan werkt het geheel niet. Je moet helemaal achter welke reactie dan ook staan, om geloofwaardig te zijn. Je peuter prikt feilloos door alle gekunsteldheid heen. Wat ook meespeelt is je bui. Als je je dag niet hebt of alles loopt tegen, dan reageer je sneller en feller dan normaal. Je zult dan sneller met zwaarder geschut komen. Wellicht niet 'pedagogisch verantwoord', maar wel menselijk!

Ook een punt is de situatie rondom het gedrag; waar en wanneer. Voetbalt je peuter in jouw zitkamer of in de gang. Loopt het tegen het eind van de middag of is het lekker zaterdagmorgen. Die verschillen zijn van invloed op je reacties.

Nawoord

Tot zover dit verhaal. Hoe je het ook wendt of keert, je peuter is een mini- mensje vol uitersten. Hij ontwikkelt zich in een rap tempo tot een eigen persoonlijkheid. Al ouder maak je dit groeiproces van dag tot dag mee. Leven met zo'n huisgenootje is niet altijd makkelijk, maar gelukkig ervaren de meeste ouders de mag-best-doe-toch-periode ook vaak als leerzaam, boeiend en bovenal als een geweldige rijkdom.

Boekenlijst

Hieronder volgen diverse boeken over peuters en opvoeden. Het zijn zonder uitzondering boeken die goed leesbaar zijn en waar ouders in de praktijk iets aan kunnen hebben. Overigens is de lijst niet volledig en zijn de meeste boeken ook geschikt voor ouders met oudere kinderen.

- Theo Compennolle; 'Zit stil, handleiding voor het opvoeden van overbeweeglijke kinderen', Lannoo.
- Sanderijn van der Doef; 'Kleine mensen, grote gevoelens', de Brink.
- Thomas Gordon; 'Luisteren naar kinderen', Elsevier Amsterdam.
- Margriet Husmann en Ina Bakker; 'Positief omgaan met kinderen', Dekker & van de Vegt Nijmegen.
- Hans Janssen; 'Als kinderen niet luisteren', Boom Meppel.
- Hans Janssen; 'Kinderen vragen om duidelijkheid', Boom Meppel.
- Ruttien Schregardus; 'Kinderen met slaapproblemen', Boom Meppel.
- Dorothea Timmers-Huigens; 'Van nul tot vier praktische tips voor de opvoeding', Intra Nijkerk.

Icare JGZ streeft altijd naar kwaliteit van zorg. Om dit zichtbaar te maken heeft Icare het HKZ keurmerk aangevraagd en behaald. Dit keurmerk biedt een garantie voor kwaliteit en geeft aan dat Icare JGZ voldoet aan alle voorwaarden om optimale zorg te kunnen leveren. Daarnaast beschikt Icare JGZ over het Borstvoedingscertificaat van de World Health Organisation (WHO). Een certificaat dat wordt verstrekt aan organisaties met een borstvoedingsvriendelijk beleid.



Stichting Icare

Blankenstein 400

Postbus 900

7940 KE Meppel

www.icare.nl

Schrijver: Janet Davids-Tean
Copyright: Icare JGZ 2005

0900 88 33

24 uur per dag / 10 cent per minuut