

Omdat ik het zeg!

Regels en grenzen bij peuters



OKé 

CENTRUM VOOR JEUGD EN GEZIN

Regels en grenzen zijn nodig

Kinderen zijn kinderen. Ze moeten nog veel leren en hebben daarbij leiding en aanmoediging nodig van volwassenen. Door je kind duidelijk te maken wat je als opvoeder wel en niet goed vindt, leert het wat je belangrijk vindt in het leven.

Moeder van Youssef (2,5 jaar):

'De regels die ik Youssef leer, zijn eigenlijk basismatnormen. Zoals dat je je aan afspraken moet houden. Dat vind ik belangrijk voor nu, maar ook voor later.'

De wereld is voor veel peuters groot en onoverzichtelijk. Dan is het fijn als iemand de boel in de gaten houdt. Als je duidelijke regels en grenzen stelt, weet je kind wat er van hem verwacht wordt. Dat geeft houvast en structuur.

Vader van Noa (1 jaar):

'Eigenlijk ben ik de kapitein op een woelige zee. Ik houd koers en geef de grenzen aan. Daardoor weten mijn 'matrozen' waar ze aan toe zijn en voelen ze zich veilig aan boord.'

Door kinderen met regels en grenzen op te voeden, leer je ze rekening te houden met anderen.

Leidster van Jesse (3 jaar):

'Kinderen moeten leren dat ze niet alleen zijn op de wereld. Ik leer ze al snel met regels om te gaan. Hoe verder ze komen als ze straks op school zitten, hoe meer ze met allerlei voorschriften te maken krijgen. Bijvoorbeeld bij huiswerk maken, of bij sport.'

Streng zijn of toegeven?

Veel volwassenen vinden het moeilijk om regels en grenzen te hanteren. Want kinderen protesteren tegen regels en dat kan lastig zijn. Ze gaan huilen, krijgen een driftbui of blijven zeuren om toch hun zin te krijgen.

Maar door het stellen van regels en grenzen doe je kinderen niet tekort. Peuters hebben echt een aantal regels nodig. Geef dus niet toe aan de druk die je kind soms uitoefent. Als je gaat toegeven, wordt het de volgende keer veel moeilijker om iets van je peuter gedaan te krijgen.

Ieder doet het op zijn eigen manier

Ouders verschillen in wat zij belangrijk en toelaatbaar vinden, en wat niet. Dat komt doordat iedere ouder anders is en doordat de situaties waarin kinderen leven ook verschillen. Ook kinderen verschillen. Het ene kind heeft meer regels nodig dan het andere. Bijvoorbeeld omdat het heel ondernemend is.

Gehoorzamen moet?

Kinderen hoeven niet altijd hun zin te krijgen, maar ouders ook niet. Kinderen moeten ontdekken wat zij zelf belangrijk vinden. Af en toe is het daarvoor nodig dat ze de regels kunnen overtreden en tegen grenzen aan kunnen schoppen. Dat is belangrijk voor hun ontwikkeling. Kinderen hoeven ook niet altijd gehoorzamen: het zou niet goed zijn als een kind zonder meer alles doet wat een ander tegen hem zegt!

Houd wel rekening met de behoeften en mogelijkheden van je kind. Stel niet te hoge eisen!

Moeder van Dylan (2 jaar):

'Kleine kinderen worden druk als ze lang stil moeten zitten. Als je dan boos wordt, houd je er geen rekening mee dat ze gewoon nog niet stil kunnen zitten.'

Wat kun je van een peuter verwachten?

Peuters begrijpen meestal niet waarom een regel er is. Daardoor vinden ze het moeilijk om zich eraan te houden. Of het gaat per ongeluk: je zoontje rent bijvoorbeeld uit enthousiasme met vieze laarzen de kamer in.

Ook moet een peuter nog leren dat een verbod blijft gelden als zijn ouders er niet bij zijn.

Moeder van Vonne (3,5 jaar):

'Als ik in de kamer ben weet Vonne heel goed dat ze niet aan de plantenbak mag komen. Maar als ik de kamer uitga, lijkt het wel of ik het verbod meeneem. Dan komt ze er toch aan!'

De volgende fase is dat je peuter wel weet wat de regel is, maar toch doorgaat met stout doen. Hij schuift dan de schuld op een ander. Niet hij, maar de pop heeft het gedaan. Dat wil niet zeggen dat je kind liegt. Het betekent dat hij al bijna heeft geleerd om zich aan de regel te houden.

Tips

- Houd het aantal regels beperkt tot wat echt noodzakelijk is. Als er teveel regels zijn, wordt je peuter belemmerd in zijn natuurlijke drang om te bewegen en op ontdekking uit te gaan.
- Help je peuter het nut van de regel te begrijpen. Zeg kort en duidelijk waarom hij iets niet mag, en vertel er zo mogelijk bij wat wél de bedoeling is. Het kind aankijken en/of bij de hand pakken ondersteunt de boodschap. 'Nee Carima, dit boek van mama mag niet kapot, maar in dat tijdschrift mag je wel scheuren'.
- Maak de regels zo dat ze gemakkelijk uit te voeren zijn. Als je peuter speelgoed moet opruimen, zet dan de doos alvast klaar.
- Vermijd een machtsstrijd. Blijf rustig en consequent als je kind dwars is. Leid hem af, maak een grapje of geef hem twee mogelijkheden waar hij uit kan kiezen: 'We trekken je korte broek uit want het is koud buiten. Welke broek zullen we aandoen: de zwarte of de blauwe?'
- Je kunt de ene dag meer hebben dan de andere, maar probeer toch zo consequent mogelijk te zijn.

Een peuter kan zich niet aan regels houden als hij niet weet welke er vandaag gelden. En wat vóór de driftbui niet kon, mag daarna ook niet.

- Soms zijn er grote verschillen in aanpak tussen moeder en vader en/of andere familieleden. Probeer dan in elk geval op de belangrijkste punten één lijn te trekken.
- Geef zelf het goede voorbeeld, dus houd je aan de regels.
- Peuters zijn het luisteren nog aan het leren. Ze proberen soms van alles uit om te kijken waar de grenzen liggen. Wees soepel, blijf regels op een vriendelijke manier herhalen en probeer geen straf te gebruiken.
- Geef complimenten voor gedrag dat moeilijk is voor je kind, maar dat je vaker wilt zien.
- Bouw aan een band met je kind. Geef speciale aandacht door regelmatig samen iets leuks te doen. Dan zal hij meer rekening houden met jou en anderen. Extra aandacht is bijvoorbeeld samen een boekje lezen of iets leuks doen.

Als nee zeggen en verbieden niet helpt

Als nee zeggen en verbieden niet helpt, kan het nodig zijn een onplezierige maatregel te nemen.

Maar:

- Probeer ongewenst gedrag te voorkomen, zodat onplezierige maatregelen niet nodig zijn. Zet dure spulletjes bijvoorbeeld op een hoge plek, zodat je peuter er niet bij kan.
- Bedenk waarom je kind zich lastig gedraagt. Is het te lang geleden dat je aandacht voor hem had? Of verveelt hij zich en heeft hij iets anders nodig om mee te spelen?

Negeren

Als je kind blijft doorzeuren en om aandacht blijft vragen, dan kun je dit gedrag stoppen door het te negeren. Stel: je hebt al drie keer tegen je peuter gezegd dat hij geen koekjes meer mag, maar hij blijft erom zeuren. Door niet meer te reageren en iets anders te gaan doen, laat je zien dat de boodschap duidelijk moet zijn. Loop de kamer uit of ga de krant lezen. Negeer het gedrag van je kind niet langer dan het lastige gedrag duurt. Geef weer aandacht als je kind gewenst gedrag laat zien. Gevaarlijk gedrag kun je natuurlijk nooit negeren!

Apart zetten

Heeft je kind zijn gedrag niet meer in de hand en gaat het maar door met schreeuwen of ruzie maken, dan is apart zetten vaak het enige wat je nog kunt doen. Op een stoeltje in de kamer of op de gang, en nooit langer dan vijf minuten. Als je kind rustig is, zeg je dat je dat fijn vindt en laat je het weer terugkomen.

Straf geven door...

- Natuurlijke gevolgen te laten ervaren. Bijvoorbeeld: als je kind geen handschoenen aan wil, krijgt het koude handen. De volgende keer zal hij ze waarschijnlijk wel aandoen.
- Iets leuks af te pakken. Gaat je kind ondanks waarschuwingen toch door met in de kamer fietsen, dan zet je het fietsje even weg.

Houd jezelf in de hand

Heb je jezelf een keer niet in de hand gehad, zeg dan na afloop dat het je spijt. Niemand is een volmaakte opvoeder. Komt het vaak voor, praat er dan eens met iemand over. Je kunt ook contact opnemen met de huisarts, of langskomen tijdens een inloopspreekuur van het OKé-punt.

Meer weten?

Heb je vragen over opvoeden en opgroeien? Neem eens een kijkje op de website van het OKé-punt: www.okepunt.nl. Daar vind je ook de tijden en locaties van opvoedspreekuren. Of bel de OKé-telefoon: (036) 535 73 66 (op werkdagen van 9.00 - 16.30 uur). Opvoeden, je staat er niet alleen voor!