

Dit mag wel!

Deze column is geschreven door Irene Heim, zij is sinds 2005 integratief kindertherapeute. Ze behandelt kinderen die om welke reden dan ook uit balans zijn.

Grenzen stellen. Wat is dat eigenlijk? En op welke manier geef je grenzen aan? Grenzen stellen is eigenlijk niets meer of minder dan duidelijke afspraken maken met een jeugdlid over wat voor gedrag je verwacht. Kinderen kunnen je als streng ervaren als je grenzen stelt. Ze kunnen boos reageren of een conflict aangaan. Er zijn ouders die liever geen boos of ontevreden kind hebben en daardoor weinig grenzen stellen of de grenzen steeds bijstellen. Zo ook de ouders van Josje.

Josje is een meisje van 5 jaar. Ze wordt door haar ouders aangemeld in de praktijk omdat ze constant over grenzen heengaat. Als ze in de supermarkt zijn en ze krijgt geen snoepje, zet ze het bijvoorbeeld op een brullen. Haar moeder voelt zich dan zo gênant omdat alle mensen naar haar kijken, dat ze uiteindelijk maar toegeeft. Ook thuis gaat ze over grenzen heen. Als ze moet opruimen doet ze dat niet en gaat languit op de grond liggen en als ze onder de douche haar haren moet wassen, rent ze weg. Haar ouders zijn zo moe van de strijd, dat ze vaak maar toegeven aan haar wensen. En juist dit toegeven versterkt haar gedrag. Door toe te geven, krijgt Josje de bevestiging dat haar gedrag ok is omdat ze daardoor krijgt wat ze wil.

Natuurlijk kan in de praktijk gewerkt worden aan Josje haar gedrag.

Veel constructiever is het echter om te kijken naar het gedrag van de ouders. Wat hebben zij nodig om hun grenzen te stellen? Wat hebben zij nodig om duidelijke afspraken te maken met hun dochter? Wat maakt dat ze dit lastig vinden?

Door de antwoorden op deze vragen, krijgen ouders zelfinzicht en kunnen ze een lijn

trekken met datgene wat zij graag zouden willen en hoe zij dit kunnen communiceren naar hun dochter.

Van tevoren afspraken maken met Josje, vond Josje fijn. Aangeven wat ze wel mocht in plaats van wat ze niet mocht, gaf haar duidelijkheid. Voordat ze de supermarkt ingingen, mocht ze bijvoorbeeld het winkelkarretje duwen en mocht ze een toetje uitkiezen wat ze lekker vond. Door haar in de supermarkt te wijzen op wat ze goed deed en wat ze mocht, voelde zij zich gezien.

Grenzen stellen is noodzakelijk. Door grenzen te stellen creëer je een situatie waarin een kind zich veilig en sociaal kan ontwikkelen. En dat hoeft dus niet per se met boosheid of strengheid gepaard te gaan



TIPS VOOR SCOUTS

Grenzen stellen binnen Scouting is natuurlijk ook belangrijk. Geef duidelijk aan welke regels er gelden binnen je speltak en ook waarom deze regels er zijn. Als er regels overschreden worden, spreek jeugdleden daar op aan. Geef aan wat er wel mag, in plaats van wat er niet mag. Beloon het positieve gedrag. Leer het kind nadenken over alternatieven, zo vergroot je het probleemoplossend vermogen.