

„Ik hou van jou!”

DEEL 2

Zeker in 2009 hebben kinderen de liefde van hun ouders nodig. Liefde omdat God ze een plaatsje heeft gegeven in het gezin. Niet omdat Marith zo lief kan helpen met de tafel afruimen, maar gewoon... om wie Marith is. Hoe laten ouders hun liefde zien?



De eerste jaren is het voor ouders meestal niet zo moeilijk om onvoorwaardelijk lief te hebben. Een baby roept automatisch vertedende reacties op. Maar als een kind zijn wil gaat tonen, wordt het al wat minder automatisch. Het is belangrijk om dan een aantal spelregels in het oog te houden:

1. Een kind is nog maar een kind. Onevenwichtigheid in gedrag hoort er onvermijdelijk bij.
2. Als een kind alleen liefde krijgt als het aan de verwachtingen van ouders voldoet (voorwaardelijke liefde), komt het in een neerwaartse spiraal terecht. Het voelt zich niet

geliefd, niet gewaardeerd en wordt daardoor onzeker en jaloers. Het voelt zich ellendig en gaat zich daardoor ongehoorzaam gedragen. Dit ontlokt ouders weer een negatieve reactie en zo is het cirkeltje rond.

3. Wanneer het kind onvoorwaardelijke liefde ervaart, voelt het zich tevreden. Het zelfvertrouwen groeit en het kind leert daardoor zijn angsten te overwinnen en te beheersen. Dit is een belangrijke basis om te groeien op emotioneel en sociaal gebied.

EMOTIONEEL RESERVOIR

Alle kinderen hebben onvoorwaardelijke liefde nodig om te groeien en te bloeien. Deze liefde sparen ze op in een emotioneel reservoir: een liefdestank die steeds gevuld moet worden. Wanneer kinderen negatief gedrag vertonen, komt dit vaak voort uit een leeg emotioneel reservoir. Wanneer ouders alleen bezig zijn om te overleven in het gezin en niet alert zijn op de behoefte van een kind persoonlijk, dreigt het emotionele reservoir op te raken. Het kind voelt zich niet meer gewaardeerd

en zoekt naar mogelijkheden om aandacht van de ouder te krijgen. Als dit niet positief lukt, dan maar negatief, want aandacht wil het hebben.

Hoe kunnen ouders liefde laten merken en het reservoir vullen?

1. Door **oogcontact**. Met oogcontact kunnen ouders gedrag positief stimuleren: bijvoorbeeld even een knipoog als de blikken elkaar ontmoeten.
2. Door **lichamelijke aanraking**.

Marith zit een boek te lezen op de bank. Moeder komt langs als ze naar de keuken loopt. Op dat moment geeft ze Marith een aai over haar bol. Marith kijkt op naar moeder. Moeder knipoogt terug en loopt verder naar de keuken. Marith voelt zich warm worden.

3. Door **gerichte aandacht** te geven. Hier wordt mee bedoeld: het ontvangen van de volle onverdeelde aandacht van de ouders.

Marith kan ervan genieten als moeder tijd voor haar vrijmaakt om een middagje naar de stad te gaan. Natuurlijk

hoort iets lekkers drinken in de stad daar ook bij.

In de veelal drukke gezinnen van tegenwoordig is het bijzonder als er gerichte aandacht is voor elk kind. Misschien een goed voornemen voor 2009: elk van de kinderen krijgt dit jaar een moment van gerichte aandacht.

VERTROUWEN

De behoefte aan geborgenheid bij kinderen lijkt soms tegenstrijdig met de drang tot zelfstandigheid. Stapje voor stapje laat het kind de ouders los om zelf te ontdekken en te groeien. De afstand tussen thuis en het kind wordt in de loop van de jaren letterlijk en figuurlijk steeds groter. Toch is dit geen tegenstrijdigheid. Bij elke stap om los te laten, heeft het kind het gevoel van vertrouwen nodig om terug te kunnen vallen op de ouders. Wanneer een kind voelt dat fouten maken mag, krijgt het de moed om weer verder te gaan. Door het vertrouwen en de acceptatie van de ouders ervaart het kind de geborgenheid die het nodig heeft voor een evenwichtige ontwikkeling.

Een veilige thuishaven betekent niet dat er geen pijn of teleurstellingen zijn. Ouders mogen en kunnen hun kind alle nare ervaringen van het leven niet besparen. Maar ouders kunnen

wel een luisterend oor bieden, liefdevolle aandacht geven en een begrijpende en meelevende houding hebben, waarmee ze uitstralen: Ik hou van jou, wat er ook gebeurt! ■

Leestip voor 2009

Dr. Charles F. Boyd
Ieder kind een eigen aanpak
Uitg. Gideon
ISBN 9789060679845;
€ 17,25

Hoewel dit boek een andere theologische visie heeft dan de GezinsGids, staan er waardevolle gedachten in. Kinderen verschillen en hebben dus ook verschillende opvoedingsbehoeften ('different children, different needs'). Vragen die belangrijk zijn: Wie

ben ik als ouder? Wie is dit kind? Hoe sluit ik in de opvoeding het beste daarbij aan? De auteur illustreert datgene wat hij wil zeggen aan de hand van Bijbelse personen. Hij laat zien dat Paulus, Petrus, Abraham en Mozes vier totaal verschillende mensen waren die ook door de Heere anders benaderd werden, passend bij hun persoonlijkheid. De auteur onderscheidt vier typen mensen (DISC-model). Ouders

kunnen nagaan tot welk type hun kind behoort en in welk type zij zichzelf het meeste herkennen. De auteur laat zien wat de sterke en zwakke kanten van de verschillende typen zijn en hoe ouders het beste aan kunnen sluiten bij de opvoeding van dit kind.



Serie over Opvoeden anno 2009

Tijd – Ik ben er voor jou!

Liefde – Ik hou van jou!

Verantwoordelijkheid – Dit doen we!

Grenzen – Dit doen we niet!