



GGD Regio Nijmegen

postadres

postbus 1120
6501 BC Nijmegen

bezoekadres

Groenewoudseweg 275

telefoon (024) 329 71 11

fax (024) 329 72 22

ggd@ggd-nijmegen.nl

www.ggd-nijmegen.nl

Fotograaf: Paul Breuker



Peutergedrag en grenzen stellen



GGD Regio Nijmegen



De peuterperiode is voor kinderen en ouders een heftige periode. Een kind groeit op en leert stap voor stap; het leert ook wat wel en niet mag. Uw kind leert dit door gedrag van anderen na te doen, maar ook omdat u uw kind beloont en straft. Dat lijkt eenvoudig, maar in de praktijk valt het niet altijd mee. In deze folder leest u daar meer over.

De ontwikkeling van een peuter

Een kind in de peuterfase ervaart steeds meer dat het een eigen persoonlijkheid heeft met eigen wensen en ideeën en een eigen wil. Als ouder merkt u dit doordat uw kind 'ik' gaat zeggen, 'nee!' of 'van mij' roept, of alles zélf wil doen. Het kind botst nu vaker met zichzelf of met de mensen om zich heen, omdat het dingen nog niet kan, mag of juist moet. Ook 'even wachten' is nog erg moeilijk voor een peuter. In het begin kunnen peuters hun gevoelens en wensen niet zo goed in woorden duidelijk maken. Ze hebben regelmatig een driftbui, vooral als iets niet mag of lukt.

In de peuterfase hebben kinderen een beperkt geweten. Dingen die ze niet mogen, doen ze telkens weer. Toch zijn ze dan niet altijd ongehoorzaam. Het innerlijke besef van regels en van 'goed' en 'kwaad' moet zich nog verder ontwikkelen. Bovendien wordt het gedrag van deze kinderen nog erg door impulsen bepaald en niet door 'weten'. Ze zitten dan overal aan met hun handjes. 'Mag niet!' is iets dat ze geregeld te horen krijgen, maar helpen doet het dikwijls niet. Evenmin als boos worden, schreeuwen of een tik uitdelen.

Peuters hebben het gevoel dat de wereld om hen draait. Ze denken alleen vanuit zichzelf en kunnen zich moeilijk verplaatsen in een ander. Daarom kunnen ze ook nog geen rekening houden met een ander. Samen spelen en samen delen, is in het begin erg moeilijk. Het gaat met de nodige botsingen gepaard. Daar leren kinderen echter óók van, en meestal gaat het vanzelf weer over. Het ene kind heeft meer last van driftbuien dan het andere en ook de heftigheid van een driftbui kan verschillen. Dit heeft te maken met het verschil in karakter tussen kinderen.

Grenzen en regels

Een kind heeft ruimte nodig om dingen zelf te kiezen en te doen. Zo ontwikkelt het zelfstandigheid en vertrouwen. Maar een kind heeft tegelijkertijd ook behoefte aan grenzen en regels. Die geven houvast en maken z'n wereld overzichtelijk: uw kind voelt zich veilig. Ook al heeft uw kind behoefte aan regels, toch zal het er regelmatig tegen protesteren. Dat is normaal; het is voor hem of haar een oefening in het zelfstandig worden.

De oplossing is niet om uw kind altijd maar de zin te geven. Uw kind zal blijven zoeken totdat u een duidelijke grens stelt aan wat het mag en niet mag. Te veel regels en grenzen maken uw kind onzeker. Het krijgt dan onvoldoende de kans om dingen uit te proberen en zichzelf te ontwikkelen. Om te voorkomen dat u als ouder de hele dag loopt te verbieden, is het beter het huis aan te passen aan een spelende peuter. Beperk het aantal regels tot wat echt nodig is en wees daar consequent in. Want bij een peuter werkt vooral herhaling van de boodschap.



Belonen of straffen

Om uw kind regels te leren, is het nodig dat u uw kind beloont en straft. Hoe korter de tijd tussen overtreding en straf of tussen gewenst gedrag en beloning, hoe groter het effect. Uw kind snapt zo het verband tussen zijn of haar gedrag en uw reactie. Beloont u uw kind, dan is de kans groot dat het zijn of haar gedrag herhaalt. Belonen is iets doen wat uw kind prettig vindt: een aai, een knuffel of samen de eendjes voeren.

Belonen levert op korte én op lange termijn gewenst gedrag op. Toch is het soms nodig om uw kind te straffen, omdat u dan snel duidelijk kunt maken wat uw kind niet mag. Bijvoorbeeld als het bijt of slaat. Maar het effect van straffen is van korte duur. Uiteindelijk bereikt u met straffen alleen iets als u tegelijkertijd direct het gewenste gedrag aanmoedigt.

Hoe verandert u ongewenst gedrag?

- Pak uw kind vast, maak oogcontact en zeg kort en duidelijk wat precies niet mag.
- Zeg ook waarom het niet mag.
- Maak met uw stem en gezicht duidelijk dat het ernst is.
- Leg uit wat wél mag of hoe het anders kan.
- Straf consequent: niet nu eens wel, dan weer niet.

Als dit niet helpt

Als uw kind doorgaat met het ongewenste gedrag om zijn of haar zin door te drijven of om aandacht te krijgen, dan zijn er twee mogelijkheden:

- U kunt het gedrag op dat moment negeren. Geen aandacht leidt in eerste instantie soms tot verergering van het ongewenste gedrag, maar blijft u consequent negeren, dan zal het gedrag snel verdwijnen.
- Als u het gedrag niet kunt negeren omdat het te hinderlijk of gevaarlijk is, kunt u het kind apart zetten op een saaie plek, totdat het weer rustig is.

Aandachtspunten bij het straffen:

- Als u erg boos bent, voorkom dan dat u uw kind te zwaar straft. Tel bijvoorbeeld tot 10 voordat u ingrijpt.
- Als u uw kind straft, wijs dan alleen zijn of haar gedrag af. Zeg bijvoorbeeld: "Je mag niet in de plassen lopen", in plaats van "Jij bent een vervelend kind".
- Als uw kind iets doet wat u niet wilt, geef dan aan wat het wél kan gaan doen. Bijvoorbeeld: "Je kunt goed voetballen, doe het alleen niet in de kamer maar in de tuin".
- Waarschuw uw kind één of twee keer en neem vervolgens direct actie. Haal bijvoorbeeld het potlood uit zijn of haar handen als het toch op de tafel blijft kleuren.

Als u uw kind gestraft hebt, is het belangrijk om het zo snel mogelijk weer goed te maken. Pas dan eindigt voor uw kind zijn of haar straf. U kunt dit doen door bijvoorbeeld even te knuffelen of door over de gevoelens te praten: "Wat was jij boos! Gelukkig is het nu weer over!".



Aandacht

Aandacht geven speelt een belangrijke rol bij belonen en straffen. Elk kind heeft aandacht nodig. Wanneer uw kind aandacht wil en dit niet voldoende krijgt, gaat het erom vragen. Dikwijls door iets te doen wat u niet wilt. Het kind heeft namelijk nog liever aandacht in de vorm van straf dan helemaal geen aandacht (negatieve aandacht is ook aandacht!).

U hoeft uw kind niet telkens aandacht te geven als het daarom vraagt. Maar áls u aandacht geeft, doe dat dan voor de volle honderd procent: het gaat even alleen om uw kind. Geef aandacht door bijvoorbeeld samen een boekje te lezen of samen een wandelingetje te maken of door te knuffelen. Als u dat regelmatig doet, accepteert uw kind het gemakkelijker wanneer u zo af en toe géén aandacht kunt geven. Bijvoorbeeld als u met iemand anders praat.

Tot slot, duidelijke regels, consequent gedrag en aandacht voor de dingen die uw kind goed doet, geven zekerheid in een peuterleven. En die zekerheid heeft uw kind nodig om zich goed te kunnen ontwikkelen.

Vragen

Door deze folder komt u misschien op wat ideeën, maar niet alle ouders hebben genoeg aan de tips die hierin staan. Als dat ook voor u geldt, dan kunt u over uw peuter komen praten op het consultatiebureau of kan de verpleegkundige van de GGD bij u thuis komen. Zij is te bereiken via het bedrijfsbureau van de afdeling Jeugdgezondheidszorg: (024) 329 71 11 op werkdagen tussen 08.30 en 14.00 uur.

Meer informatie

- www.ggd-nijmegen.nl
- groeiboekje
- peuterbrieven
- brochure RVU (educatieve omroep): *Als je het even niet meer weet*, te bestellen via www.rvu.nl (onder bestelgids)