

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.cedar.nl/pro).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

info@boomamsterdam.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

Boeken

Pittige jaren: praktische gids bij het opvoeden van jonge kinderen

Carolyn Webster-Stratton (2007). Houten: Bohn Stafleu Van Loghum. 356 pp. € 29,50. ISBN 978-90-313-4890-9.

Het is half negen en tijd om te gaan slapen voor de vierjarige Lia. Haar ouders zitten in de woonkamer met vrienden te praten terwijl Lia op de vloer speelt. Haar vader zegt: 'Schat, het is bedtijd'. Lia blijft doorspelen alsof ze hem niet hoort. Hij herhaalt zijn opdracht, maar nu iets strenger. 'Het is allang bedtijd, ga alsjeblieft naar bed nu.' 'Nee, ik ben nog niet moe', zegt ze, 'ik wil nog niet naar bed.' Haar vader begint zich hulpeloos te voelen en zegt bij zichzelf: als ik haar dwing krijgt ze een driftbui, ik laat haar nog even opblijven totdat onze vrienden weggaan. Maar in plaats daarvan besluit hij te onderhandelen. 'Je snapt toch wel dat je morgen niet uitgerust bent als je niet gaat slapen. Kom op, wees gehoorzaam en ga je pyjama aantrekken.' Lia antwoordt: 'Ik ben niet moe, ik ga niet!' Volgens mengt haar moeder zich boos in het gesprek. 'Als je nu niet onmiddellijk naar bed gaat, krijg je problemen, meisje!' En ze denkt bij zichzelf 'Als Raymond nou maar eens wat minder toegeeflijk was. Wat zij nodig heeft, is iemand die haar laat zien wie de baas is'. Ondertussen huilt Lia, koppig en slaperig: 'Maar ik ben nog niet moe, ik wil niet gaan slapen...' (p.290).

Jengelen, niet luisteren en boze buien horen bij jonge kinderen. Maar hoe reageer je daarop als ouder? Hoe kun je kinderen helpen om beter met hun boosheid om te gaan? In het boek *Pittige jaren, praktische gids voor het opvoeden van jonge kinderen* geeft de auteur antwoord op allerlei praktische opvoedingsvragen.

Pittige jaren is geschreven als hulpboek voor ouders en bestaat uit drie delen. In het eerste deel, *De basis voor succesvol ouderschap*, bespreekt de auteur verschillende opvoedingsvaardigheden. Ze gaat uit van een piramide van opvoedingstechnieken waarbij de basis bestaat uit zaken die zorgen voor een stevige band tussen ouders en hun kind. De ouders kunnen dat bereiken door dagelijks samen met het kind te spelen, te luisteren naar hun kind, mee te voelen met wat het meemaakt, door te praten met hun kind en samen problemen op te lossen. Een positieve relatie tussen ouder en kind geeft ouders mogelijkheden om positief gedrag van hun kind aan te moedigen, het zelfvertrouwen van het kind te vergroten en de onderlinge vertrouwensband te versterken. De auteur maakt duidelijk dat ouders, wanneer zij op deze manier met hun kind bezig zijn, straf-

fen minder nodig hebben en dat het luisteren van het kind gemakkelijker verloopt. Vervolgens leren ouders hoe zij grenzen kunnen stellen, hoe zij kunnen reageren als hun kind niet luistert en hoe zij op een geweldloze manier confrontaties kunnen vermijden. De nadruk ligt steeds op de basis van de piramide, namelijk de sfeer en het samen dingen doen en delen in het gezin.

In het tweede deel van het boek ligt de nadruk op de interpersoonlijke vaardigheden van ouders zelf. Hoe kunnen ouders omgaan met hun eigen gevoelens van boosheid, frustratie en onmacht bij het opvoeden? Stapsgewijs wordt ouders verteld hoe zij hun zelfcontrole kunnen vergroten en hoe zij hun dagelijkse stress beter kunnen reguleren. Een hoofdstuk is gewijd aan het verbeteren van de onderlinge communicatie tussen ouders en hoe zij samen problemen binnen hun gezin kunnen bespreken op een samenwerkende, oplossingsgerichte en niet-kritische manier.

In het derde deel is elk hoofdstuk gewijd aan een veel voorkomend probleem in de opvoeding, zoals ongehoorzaamheid, ruzie tussen broertjes en zusjes, verzet tegen slapen gaan, controle over televisie en computer en kinderen helpen bij het omgaan met echtscheiding. Mogelijke oorzaken van deze problemen worden besproken en praktische suggesties worden hieraan toegevoegd.

In het boek worden de reeds bekende opvoedingsthema's in een modern jasje gestoken. De auteur geeft veel mogelijke oplossingen en put daarbij uit een rijke ervaring in het werken met gezinnen met jonge kinderen. Principes uit de (cognitieve) gedragstherapie en het oplossingsgericht werken worden praktisch en concreet toegelicht. Zeer werkzaam in de gewone, dagelijkse opvoeding.

Mooi is de nadruk die ligt op de sfeer en de waarde van de vertrouwensband tussen ouder en kind. Als systeemtherapeut krijg ik dagelijks gezinnen in mijn kamer waarvan de ouders willen dat er beter geluisterd wordt, dat er thuis minder ruzie is en

dat de kinderen zich beter aan de regels en afspraken houden. Het liefst willen zij dat de therapeut hun kinderen dat gaat leren. Indien ik de gezinsleden vraag wat zij leuk vinden om met elkaar te doen, dan blijkt vaak dat plezierige gezamenlijke momenten niet of nauwelijks meer voorkomen. Ouders en kinderen zitten vast in een patroon van ruzie, machtsstrijd, onmacht en een cultuur van ieder voor zich. De opvoedingspiramide die in *Pittige jaren* beschreven wordt, geeft helder weer hoe in zo'n gezin de basis verdwenen is. De nadruk in de therapie zal dan ook liggen op meer dingen samen doen, luisteren naar elkaar, praten met elkaar en samen problemen oplossen.

Het boek is zoals gezegd geschreven voor ouders. Het heeft een praktische indeling en overzichtelijke hoofdstukken, maar het

...de basis in het opvoeden is een stevige band...

taalgebruik is regelmatig ingewikkeld. Het hoofdstuk *Kinderen leren hun emoties de baas te blijven* heb ik een aantal keer aan ouders laten lezen. Het begint met een pakkend praktijkvoorbeeld van een voetbalteam. Vervolgens wordt het woord emotie uitgelegd. Er staat dan bijvoorbeeld 'Het eerste – en meest basale – niveau betreft neurofysiologische en biochemische reacties, inclusief de lichamelijke processen die gereguleerd worden door het autonome zenuwstelsel...' (p.144-145). Veel ouders haken na het lezen van dit soort zinnen al snel af. Jammer, want wat volgt – op welke manieren kunt u uw kind helpen – geeft goede suggesties. Voor ouders met een opvoedingsniveau van mbo, hbo of hoger is het boek goed leesbaar.

Voor hulpverleners en systeemtherapeuten is *Pittige jaren* een prettig opvoedingsboek en zeker een aanrader. Het gaat een stap verder dan opvoedingsvoor-

lichting en ouderbegeleiding. Vooral het tweede deel over communicatie tussen ouders en het reguleren van eigen emoties geeft ouders richtlijnen voor hoe zij zelf aan hun eigen basis kunnen werken voor een vertrouwensband met hun kind. Ook komt duidelijk naar voren hoe belangrijk het is om als ouders samen te werken met de school. De vervolgstap, namelijk het belang van andere steunpersonen zoals familie, burens en vrienden, wordt niet gezet. Als systeemtherapeut had ik dat graag gezien. Ouders hebben vaak het gevoel er alleen voor te staan en voelen zich ten opzichte van hun omgeving falen als ouder. Als het normaal is opvoedingsproblemen te delen met andere (jonge of oudere) ouders, is een praktische gids bij het opvoeden gewoon in het eigen netwerk aanwezig.

Lenny Rodenburg

