

VRAAG VAN DE MAAND

December 2023

Jeugd en Gezin Gooi en Vechtstreek | Burgemeester de Bordesstraat 80, 1404 GZ Bussum | (035) 692 63 50 | www.jggv.nl

Ruzie tussen broertjes en zusjes: hoe voorkom je dat je steeds politieagentje moet spelen?

“NEE, ik had die eerst!”, “Je maakt mijn treinbaan stuk, stommerd!”, “Jij bent het allerstomste zusje ooit!”. Dat waren waarschijnlijk niet de scenario's die je in gedachten had toen jullie in verwachting waren van een (volgend) broertje of zusje. Toch horen ruzies tussen broertjes en zusjes erbij. Je kind kan bij een ruzie met een broer of zus geen afstand nemen door naar huis te gaan, zoals hij dat bij een vriendje zou doen. Dat maakt dat het brandje dat jij zo goed denkt te hebben geblust, soms na tien minuten alweer aangewakkerd is. Dit kan veel van je vragen als ouder. Maar, hoe ga je hier het beste mee om?



De positieve kant

Ruziënde kinderen is vervelend, maar is zeker ook zinvol. Zie je gezin als een mini-maatschappij, waarin je kinderen leren hoe met elkaar om te gaan. In hun eigen vertrouwde omgeving leren ze oefenen met sociale vaardigheden, die ze hun hele leven nodig zullen hebben. Hoe mooi is dat?!

Jouw houding

- Accepteer dat ruzie maken erbij hoort en blijf rustig. Kinderen leren het meest wanneer jij rust en vertrouwen uitstraalt.
- Bewaak je eigen grenzen. Haal diep adem of loop bewust even weg van de ruzie om je eigen emoties te reguleren.
- Kies bewust wanneer (en of) je ingrijpt. Wanneer je niet ingrijpt, geef je je kinderen de ruimte om zelf te oefenen met het oplossen van ruzies.

Jouw handeling

- Grijp je in, probeer dan vooral vragen te stellen om de kinderen zelf te laten praten en tot een oplossing te komen.
- Geef eerst aandacht aan de emoties: emoties die niet geuit zijn vormen de grootste oorzaak van kinderruzies (zo kan het dus de hele dag doorzetten). Troost je kind als het verdrietig is en help je kind te kalmeren als het boos is.
- Blijf uit het aanwijzen van een schuldige, vooral als je er niet bij was. Vaak krijgen oudste kinderen de schuld, omdat van hen wordt verwacht dat ze rekening houden met een jonger broertje of zusje. Elk kind handelt vanuit zijn eigen behoefte!
- Probeer helder te krijgen wat ieders behoefte is, pas wanneer dit duidelijk is komt er ruimte voor oplossingen.
- Kom tot een oplossing door bijvoorbeeld te vragen: “wie heeft er een idee hoe jullie dit kunnen oplossen?” Help de kinderen tot een goede oplossing te komen en check of iedereen tevreden is.

Ieder kind is anders

Vergelijk je kinderen niet met elkaar. Het is snel gezegd: "Kijk, hij zit tenminste rustig te spelen". Op korte termijn kunnen zulke uitspraken soms helpen, maar op de lange termijn kunnen kinderen denken dat die broer die altijd zo rustig speelt meer geliefd is. Kinderen met elkaar vergelijken, kan onderlinge ruzies in de hand kan werken, omdat ze jouw woorden ook tegen elkaar kunnen gebruiken.

Geef het goede voorbeeld

Je kinderen leren van hoe jij grenzen duidelijk maakt! Geef zelf dus ook het goede voorbeeld wanneer je een meningsverschil met iemand hebt.

Wil je meer informatie of persoonlijk advies?

Vind je het fijn om eens hardop na te denken hoe jij deze tips thuis kunt toepassen? Je bent van harte welkom bij onze Gezins- en Opvoedcoaches. Neem contact met ons op voor (gratis) advies en ondersteuning: telefoon 035 69 26 350, e-mail info@jggv.nl. Op onze website www.jggv.nl en via social media (@JeugdGezinGV) geven wij meer praktische informatie over gezond opgroeien en opvoeden.

Boekentip

Liever een goed boek om hier verder over door te lezen? Dan kunnen we van harte 'Maakt me niet uit wie er begon!' aanraden van Eva Bronsveld & Elsbeth Teeling.



Disclaimer

Deze nieuwsbrief is uitsluitend informatief ten behoeve van ouders en verzorgers van minderjarigen binnen de regio Gooi en Vechtstreek. Delen van deze informatie via de website of nieuwsbrieven van de scholen in de regio is toegestaan.