

Niks fout met een strenge hand

Ouders plaatsen hun kinderen graag op een piëdestal. Het gevolg is vaak dat hun kroost veeleisend en soms ronduit tiranniek wordt. Grenzen stellen is de beste remedie, vindt psychologe Lyliane Nemet-Pier. – Door Marie-Françoise Dispa

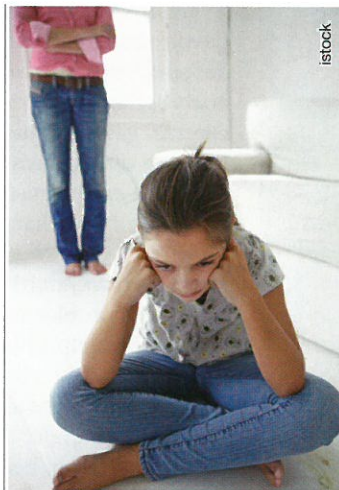
De Franse psychologe Lyliane Nemet-Pier schreef met *Aimer ses enfants sans se laisser dévorer* een boek dat ouders handvatten aanreikt bij de opvoeding van weerbarstige kinderen. “Vele ouders weigeren nog altijd toe te geven dat ze niet altijd overlopen van liefde voor hun kinderen”, stelt Lyliane Nemet-Pier. “En toch heeft iedere ouder wel eens een moment waarop hij zijn kind verwenst.”

Dat is meer dan ooit het geval in onze huidige maatschappij, waarin ouderlijk gezag alsmear meer ondermijnd wordt. “Toen ik 40 jaar geleden in dit beroep stapte, kwamen ouders naar mij omdat ze hun tieners niet meer in de hand konden houden. Vandaag voelen vele ouders zich al radeloos tegenover hun kinderen van 2 of 3 jaar oud.”

Vraagtekens

In onze maatschappij worden kinderen soms geïdealiseerd en verafgodd. Al van jongs af roepen ze bij hun ouders bewondering op: de weerbarstigheid, de grillen en zelfs de woede van een kind worden gezien als het bewijs van vroegtijdig zelfstandig worden. “Ouders durven hun zo perfecte kinderen geen grenzen op te leggen, uit angst hun

“Ouders durven hun zo perfecte kinderen geen grenzen op te leggen, uit angst hun liefde te verliezen.”



liefde te verliezen”, stelt Lyliane Nemet-Pier. “Om hun kinderen te verleiden, gaan ze over alles onderhandelen. ‘Doe je je jas aan?’, ‘Ga je nu je medicatie innemen?’ Altijd met een vraagteken, alsof het kind de keuze heeft. Kinderen mogen over alles mee beslissen. Ouders houden blindelings rekening met hun wensen, waardoor ze een verantwoordelijkheid op hun schouders leggen die ze in feite niet kunnen torsen. Bijgevolg worden die kinderen veeleisend, opdringerig, ongenietbaar. De ouders krijgen dan al snel het gevoel dat hun kinderen hen overmeesteren en verslinden.”

Om het evenwicht te herstellen, geeft Lyliane Nemet-Pier 8 tips om iedereen weer op zijn plaats te zetten. “In de auto, bijvoorbeeld, zijn het de ouders die aan het stuur zitten. De kinderen mogen uit het raam kijken.”

1. Aanvaard je negatieve gevoelens. Ergernis, vijandigheid of zelfs nu en dan haat tegenover je kinderen: het is normaal.

2. Dwing respect af, maar zonder je kinderen te beledigen of te kleineren. ‘Dek de tafel’ zeggen komt heel anders aan dan ‘Dek de tafel, dan doe je tenminste iets’.

3. Voor koppels: zorg ervoor dat je daadwerkelijk partners bent, luister naar elkaar en werk samen. Zo vermijd je dat je kinderen in de verleiding komen om jou en je partner tegen elkaar op te zetten of je meningsverschillen uit te buiten.

4. Aarzel niet om je kinderen aan andermans zorgen toe te vertrouwen, vooral als je voelt dat je ergernis wel eens tot agressiviteit zou kunnen leiden.

5. Maak tijd vrij. Tijd om ouders te zijn, samen met je kinderen dingen te beleven die voor mooie herinneringen zorgen. Maar ook tijd om even *geen* ouders te zijn, voor jezelf en je partner.

6. Laat je kinderen soms alleen zijn: wanneer ze hun innerlijke wereld getemd hebben, zullen ze minder geneigd zijn hun ouders met oneindig veel eisen plat te walsen.

7. Geef niet op wat belangrijk voor je is. Hoe meer je jezelf kunt ontplooien, hoe meer je voor je kinderen kunt openstaan.

8. Probeer niet perfect te zijn. Als je je zwakheden niet voor hen verbergt, zullen ze niet bang zijn voor hun eigen zwakheden. ▣