

## Vraag van de week

# 'HOE HOUD IK HET LEUK MET MIJN PITTIGE KLEINKIND?'

**Hanneke (63):** "Ik pas één dag per week op mijn kleinkind van zes. Hij is nogal temperamentvol. Hoe houd ik het gezellig?"

**Karla Mooy:** "Het is belangrijk dat je je realiseert dat er een reden is voor het temperamentvolle gedrag van je kleinkind. Pittige kinderen zijn vaak prikkelgevoelig. Ze hebben veel behoefte om zelf dingen te bepalen omdat dat grip geeft op al die prikkels en dus op hun leven. Ik noem het hun 'fabrieksinstelling', waardoor ze vaak dwingend zijn.

Maar hoe ga je daarmee om? Ten eerste: blijf rustig. Neem het niet persoonlijk als hij boos wordt. Hij kan ergens niet goed mee omgaan, vaak doordat iets anders gaat dan hij vooraf had bedacht. De emotie vlamt dan op, waarbij hij allerlei boze dingen roept. Realiseer je dat hij niets aan dat opvlammen kan doen. Alleen als je zelf rustig blijft kun je het probleem oplossen. Dat moet dan wel échte rust zijn, want ingehouden irritatie voelt hij. Probeer met mildheid naar hem te kijken. Je accepteert dan zijn boosheid – wat niet betekent dat de manier waarop hij het uit acceptabel is. Kijk met compassie naar wat er met hem gebeurt. Pittige kinderen zijn een uitdaging voor de mensen in hun omgeving, want je komt jezelf goed tegen als je met ze moet omgaan. Het helpt dan als je weet dat je uiteindelijk die macht ook niet hebt. Het kind is een zelfstandig wezen. Je kunt wel leren om met hem om te gaan, doordat je leert zien welke dingen zijn boosheid triggeren. Je kunt dan dingen anders organiseren of anders communiceren, zodat die momenten minder vaak voorkomen en minder escaleren. Anders organiseren heeft te maken met hun behoefte aan duidelijkheid. Maak dus samen met je kleinkind goede afspraken. Bij het vaststellen van snoepmomenten kun jij bijvoorbeeld stellen hoe vaak hij snoep mag. En hij bepaalt op welk moment en welk snoepje. En moet hij mee boodschappen doen, leg dan uit naar hoeveel winkels je gaat, dat geeft hem houvast. En geef hem in de supermarkt een rol en een keuze daarin: wil je de wagen duwen of helpen om boodschappen te zoeken? Pittige kinderen worden onrustig als ze er maar wat bij hangen. Soms moet je wel even doorpakken omdat iets echt móét gebeuren, bijvoorbeeld in een autostoeltje zitten. Zeg dan dat je snapt dat het niet leuk voor hem is. Het gaat om een combinatie van begrip tonen én doen wat er moet gebeuren. Dan is er geen strijd, maar alleen een boos kind en jij doet wat je moet doen. Ten slotte: zorg dat je overal ruim de tijd voor neemt, want als hij voelt dat je gehaast bent, zal hij eerder dwars gaan liggen."

Op deze plek geven (medisch) specialisten antwoord op gezondheidsvragen van lezeressen. Heb je ook een vraag die je wilt voorleggen aan onze (medisch) specialisten? Stuur hem naar [redactie@margriet.nl](mailto:redactie@margriet.nl), o.v.v. 'Vraag aan'.



DEZE WEEK:

**Karla Mooy is ontwikkelingspsycholoog en opvoedcoach. Ze is auteur van het boek *Ontspannen opvoeden* en geeft op [ontspannenopvoeden.nl](http://ontspannenopvoeden.nl) veel opvoedtips voor pittige kinderen.**