

KOPPELING

Is alles geregeld?

Tonnis Bolks

"Hoe laat moet jij altijd naar bed?" "Mag jij op zondag televisiekijken?" "Hoeveel zakgeld krijg jij?" "Moet jij je eigen kamer opruimen?"

Allemaal vragen die kinderen elkaar kunnen stellen. En dan komen er allerlei verschillende antwoorden. Wat zou uw zoon of dochter zeggen als dit aan hem of haar gevraagd zou worden?

Uit de antwoorden van de kinderen zal blijken of er regels bestaan binnen het gezin. Regels met betrekking tot het naar-bed-gaan, het televisiekijken, het geven van zakgeld, het opruimen van je eigen kamer. En zo zijn er nog veel meer punten te noemen waarbij regels gesteld kunnen worden: het samen eten, het maken van huiswerk, de besteding van de vrije tijd, het hebben van taken in huis, enz.

Huisregels

Kinderen vragen om duidelijkheid. Kinderen willen weten waar ze aan toe zijn. Daarvoor is het stellen van (een aantal) regels een van de eerste 'benodigdheden'. Want de regels kunnen zorgen voor een geordend gezinsleven. Als het kind weet wat van hem of haar verwacht wordt, kan het zich makkelijker veilig en geborgen voelen. Als er regelmaat zit in het leven binnen het gezin, dan geeft dat een stuk rust. De grenzen zijn bepaald. Kortom: regels in huis zijn een belangrijk hulpmiddel bij het creëren van een goede sfeer in het gezin. Het kan een heleboel 'gezeur' en gemopper voorkomen.

Een aantal voorbeelden

Welke regels worden dan zoal bedoeld? Hierboven staan al een aantal praktijkgevallen genoemd waarin regels goed kunnen werken. Bij dagelijks terugkerende gebeurtenissen kunnen afspraken worden gemaakt. Een paar voorbeelden: We vinden het bijvoorbeeld prettig dat het eten ordelijk verloopt. Daarom stellen we regels: niet van de tafel lopen en tijdens het eten niet naar de wc. Wat doen we met kinderen die iets niet lusten?

In het gebed laten we uitkomen dat we God bedanken voor het eten. Welke kinderen bidden dan hardop en tot welke leeftijd doen ze dat? Wordt er na het eten nog gezongen? Als we dat als een vaste gewoonte hebben, dan wordt het ook niet vergeten. En als het eten op is, wie is er dan aan de beurt om te helpen met de afwas?

En na het avondeten? Eerst aan het huiswerk of meteen achter de televisie? Je kunt afspreken: je maakt eerst je huiswerk en dan mag je nog wat voor jezelf doen. En dat hoeft natuurlijk niet per se televisiekijken te zijn.

Het televisiekijken kan met een vaste regel ook worden beperkt. Per dag mag er bijvoorbeeld door de wat oudere kinderen drie kwartier worden gekeken; meer niet. Van tevoren kan dan (samen) worden opgezocht wàt er wordt bekeken.

We kunnen voor onze kinderen een vaste tijd stellen waarop ze naar bed gaan. Je zoon van zeven gaat bijvoorbeeld om half 8 en je dochter van dertien om half 9. Je hoeft dan niet elke dag aan te horen: "Mam, mag ik nog even opblijven?"

Regels voor regels

Er zijn wel een aantal zaken waarop moet worden gelet als het gaat om huisregels. Het moet niet zo zijn dat er regels worden gesteld om de regel zelf. Het gaat om duidelijkheid naar de kinderen toe. Het gaat om regelmaat. De ene regel moet niet op de andere worden gestapeld. Dan krijg je een sfeer van: wie overtreedt welke regels? Er moeten niet meer regels worden gesteld dan nodig zijn.

De regels die er zijn, moeten wel consequent worden toegepast. Zo niet, dan hebben ze geen zin. Dan wordt het regel dat van de afspraken wordt afgeweken. Dan werkt het niet. De naleving van de gestelde regels moet goed worden bijgehouden.

De kinderen moeten weten wat er wordt bedoeld met een bepaalde regel. Het moet duidelijk uitgelegd zijn en niet voor meerdere uitleg vatbaar. Anders kan er immers mee gesjoemeld worden.

Houd er rekening mee dat kinderen met elkaar gaan vergelijken wat er bij hen thuis wel en niet mag. Een kind kan, op school bijvoorbeeld, uit de toon vallen als er heel afwijkende regels zijn gesteld.

De leeftijd en de ontwikkeling van het kind moet heel goed in de gaten worden gehouden. We aanvaarden de kinderen zoals ze zijn. Met een jong kind gaan we anders om dan met een puber. Voor het opstellen van regels geldt dat natuurlijk ook. Maar voor alle leeftijden geldt: het kind moet kunnen begrijpen hoe de regel 'werkt'. Anders scheidt het alleen maar onduidelijkheid.

Per leeftijd verschillend

Heel jonge kinderen leren al bepaalde regels. Een kind dat net kan lopen, mag niet aan de kopjes komen die op tafel staan. Peuters proberen van alles uit. Op deze leeftijd is het heel belangrijk grenzen te stellen. Dit mag wel en dat mag niet. Heel koppig kan het kind daartegen ingaan. Maar we moeten vasthouden aan bepaalde regels. Ook regelmaat in wat er zoal op een dag gedaan wordt, geeft een stuk veiligheid.

Kleuters kunnen de regels heel goed leren, maar het hoe en het waarom ervan begrijpen ze vaak nog niet.

Kinderen van zes tot twaalf denken: 'Mijn vader en moeder weten wat goed voor mij is. Zij zeggen dat het zo zit en daarom is het zo.' Bij het omgaan met afspraken staat dat voorop. Op deze leeftijd leren ze verantwoordelijkheid dragen.

Pubers nemen niet alles zomaar meer aan. Zij worden zelfstandig en willen testen of de regels wel waarde hebben. Een aantal ervan zal worden bijgesteld. De puber moet de zin van regels inzien en moet duidelijk merken dat er achter de regels normen en waarden liggen. Ouders zullen heel goed moeten letten op hun eigen gedrag, want die normen en waarden gelden ook voor hen.

Het is een eerste vereiste dat er een goede band is tussen ouders en kinderen. In een sfeer van vertrouwen kan een heleboel. Het zelfvertrouwen van een kind wordt door het scheppen van duidelijkheid alleen maar versterkt.

Met liefde toepassen

Wij hebben onze kinderen van God gekregen. We zijn blij met ze en hebben onze kinderen lief. Na bovenstaand verhaal kan de gedachte zijn: we houden van onze kinderen als ze zich maar houden aan de regels. En de kinderen gaan dat misschien ook wel denken: 'Als ik me maar aan de regels houd, dan vinden ze me wel lief.' Natuurlijk moet het die kant niet op. Voorop staat dat we van onze kinderen houden.

Vervolgens stellen we regels om onze kinderen een gevoel van veiligheid en geborgenheid te geven. In een relatie die gebouwd is op liefde. 'Ik heb het beste met je voor en daarom...' Dan moet er natuurlijk rekening worden gehouden met de gevoelens van kinderen. Een positieve benadering moet voorop staan. De regels moeten niet voortkomen uit een negatieve gedachte: ik wil dit niet en dat mag ook niet. Dat is geen goede houding. Er moet niet krampachtig worden omgegaan met wat er moet en wat er niet kan. In een ontspannen en positieve sfeer worden regels volledig geaccepteerd en absoluut niet als (streng) regels ervaren.

En die positieve houding is ook iets waarin ouders hun kinderen voorleven. Ook met betrekking tot de regels geldt dat. Wat we van onze kinderen verwachten, daar staan we zelf ook achter.

Regels voor onszelf

Nu hebben we het alleen nog maar gehad over regels die we stellen voor onze kinderen. Maar voor onszelf hebben we ze ook. God heeft ons de Bijbel gegeven. Daarin vinden we Tien Regels waaraan wij ons moeten houden. Uit dankbaarheid willen we dat ook doen. En vanuit die regels kunnen we verder.

Ook voor opvoeders geldt: regels scheppen duidelijkheid. Gods geboden zijn duidelijk. Maar hoe vertalen we die regels naar de praktijk? Is en blijft dan ook alles duidelijk? Zeggen we naar aanleiding van 'eer uw vader en uw moeder': de kinderen moeten 'u' tegen ons, als ouders, zeggen. En blijft, met de regel 'gedenk de sabbatdag' in ons hoofd, de televisie op zondag uit?

Zo zijn er meer vragen te stellen. Het lijkt er wel eens op dat bepaalde regels niet meer zo duidelijk gesteld mogen worden. Dat levert onzekerheden op. Boeken, bladen en artikelen over opvoeding worden, vooral door jonge ouders, veel gelezen. Om een antwoord te vinden op de vraag: 'Hoe moet ik het doen?' De regels worden opgezocht. Gelukkig is er genoeg verantwoorde literatuur te vinden op dat gebied.

Laten we vooral beseffen dat het in de opvoeding, ook al hebben we het goed geregeld, vaak mis gaat. We kunnen uit onszelf de opvoeding niet aan. Gods hulp hebben we elke dag nodig. In vertrouwen op Hem kunnen we in een ontspannen sfeer duidelijkheid scheppen. Laten we dan dagelijks om zijn hulp vragen. Want wat God regelt, is goed geregeld!

Mogelijke bespreekpunten:

- Durven we nog wel regels te stellen?
- Moeten we, als gereformeerde ouders, samen niet méér overleggen als het gaat om het opvoeden van kinderen?
- Welke regels hebben we, als ouders, voor onszelf?