

TIPS VOOR MEER VERBINDING MET JE KIND

1

WORD JE BEWUST
VAN JE EIGEN
ENERGIE. ZIT IK
LEKKER IN MIJN
VEL? HEB IK
STRESS? PIEKER IK
VEEL?

JE KIND VOELT HET
VAAK AAN EN KAN
ERDOOR GERAAKT
WORDEN OF
LASTIG GEDRAG
GAAN VERTONEN.

2

BENOEM ALLES
WAT GOED GAAT
EN NEGEER INDIEN
MOGELIJK HET
NEGATIEVE
GEDRAG.

WAAR JE OP EEN
POSITIEVE MANIER
AANDACHT AAN
GEEFT, ZAL ZICH
HERHALEN.

JE VERGROOT
HIERMEE OOK HET
ZELFVERTROUWEN
VAN JE KIND.

3

ZET JE
SMARTPHONE OP
STIL ALS JE KIND
UIT SCHOOL KOMT
EN GEEF BEWUSTE
AANDACHT. LAS
TELEFOONVRIJE
MIDDAGEN IN.

TIPS VOOR MEER VERBINDING MET JE KIND

4 MAAK VAN HET
NAAR BED GAAN
EEN VAST RITUEEL
EN NEEM SAMEN DE
DAG DOOR. WAT
GING GOED? WAT
GING MINDER
GOED? WAT ER
OOK IS GEBEURD,
MORGEN IS WEER
EEN NIEUWE DAG
OM BLIJ TE ZIJN!

6 ZORG GOED VOOR
JEZELF!
KINDEREN KIJKEN
HET GELUK BIJ JOU
AF. DOOR GOED
VOOR JEZELF TE
ZORGEN, GEEF JE
JE KINDEREN DEZE
BELANGRIJKE
LEVENSLIES MEE.

5 LUISTER MET
AANDACHT NAAR
HET VERHAAL VAN
JE KIND. VUL NIET
IN, MAAK GEEN
ZINNEN AF, WEES
GEDULDIG.
GEEF GEEN
ONGEVRAAGD
ADVIES.
LUISTER GEWOON:
JE KIND VOELT
ZICH ERKEND.

TIPS VOOR MEER VERBINDING MET JE KIND

7

VOLG JE GEVOEL!
LAAT MENINGEN
VAN ANDEREN LOS
EN LAAT
ONGEVRAAGD
ADVIES LINKS
LIGGEN. JOUW
KIND IS UNIEK EN
JIJ BENT UNIEK.
STEM AF OP JE
OERGEVOEL EN
HANDEL
DAARNAAR.

9

GENIET VAN HET
LEVEN EN NEEM
JOUW KIND
DAARBIJ ALS
VOORBEELD.
KINDEREN ZIJN
MEESTERS IN
"LEVEN IN HET NU"
EN KUNNEN INTENS
VAN HET LEVEN
GENIETEN.
WAT WIL HET KIND
IN JOU UIT HET
LEVEN HALEN?

8

ZEG OPRCHT
SORRY ALS DE
SITUATIE DAAROM
VRAAGT. JOUW
KIND LEERT SORRY
ZEGGEN ALS HET
KAN AFKIJKEN VAN
HET GOEDE
VOORBEELD.
IEDEREEN MAAKT
FOUTEN, OUDERS
OOK!

HET NIEUWE KIND RUST EN BALANS IN JE GEZIN BEGINT BIJ JOU

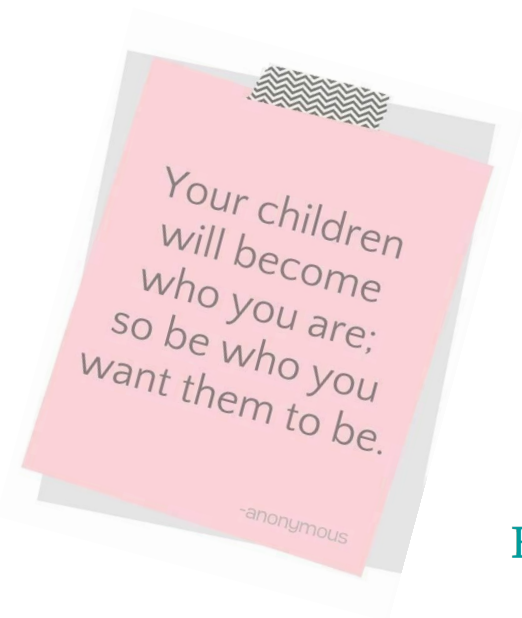
Kinderen hebben een eigen manier om ons laten weten dat er iets met ze aan de hand is. Een kind uit dit bijvoorbeeld door lastig gedrag te vertonen of stil te worden en zich terug te trekken.

Als er wat met een kind aan de hand is, hebben we de neiging om de oorzaak bij het kind te zoeken.

Vanuit mijn werk als Kindertolk heb ik echter ervaren dat er vaak meer aan de hand is en dat ouders zelf heel veel kunnen doen om hun kind te helpen.

Gedragsproblemen bij kinderen kunnen een indicatie zijn dat er iets in het gezinssysteem verstoord is. Ik ga samen met de ouder op zoek naar de (innerlijke) oorzaak en help ze de stappen te zetten die nodig zijn om weer rust en balans in huis te creëren.

Saskia Markestein is professioneel Kindertolk en Oudercoach met jarenlange ervaring in het begeleiden van ouders die worstelen met kinder- en opvoedproblemen.



HetNieuweKind

