



## **Waarom maken mijn kinderen zoveel ruzie? - 11/10/2008**

We hebben drie kinderen (5, 8, 9). Die wensten we bewust, want we dachten dat het leuk zou zijn voor hen om elkaar te hebben. Vaak zijn ze leuk, maar ze maken ook veel ruzie. Op het einde van de dag voel ik me schuldig zo vaak op hen gesakkerd te hebben. Zeker omdat ze het op school prima doen, en heel sociaal en vriendelijk zijn. Waarom kunnen ze niet gewoon lief zijn voor elkaar? Kan je ruzie vermijden?

Wie elkaar graag ziet, vliegt elkaar ook wel eens in de haren. Broers en zussen kunnen elkaar niet missen; ze spelen samen en plots kantelt dat in een venijnige ruzie, pestgedrag of slaan. Het kan heel frustrerend zijn voor ouders die geweldloosheid bepleiten en hun kinderen aanmoedigen om ruzies uit te praten, en toch vaststellen dat het dagelijks herbegint.

Waarom doen ze dat? Om als volwassene in staat te zijn compromissen te sluiten en te snappen dat het goed is een beetje water bij de wijn te doen, moet je wel geoefend hebben als kind. Omgaan met emoties zoals boosheid en frustratie moet geleerd worden. Je kinderen doen het prima op school, daar ruziën ze niet, waaruit blijkt dat ze weten dat je dat beter niet doet. Maar dat is nog iets anders dan het al goed onder de knie te hebben, en daar wordt thuis lustig op voort geoefend. Dat is nodig, want bij boos zijn komen er een heleboel vaardigheden kijken. Je moet trachten goed uit je woorden te komen en de andere te snel af te zijn, je moet op tijd opmerken dat je misschien beter een stapje opzij zet om een stomp te ontwijken of je mond houden om het niet helemaal te doen ontploffen.

Heb je drie kinderen, dan zie je hoe het tempo van leren verschillend kan zijn. Er zijn er die snel onderhandelingsvaardigheden ontwikkelen, maar er zijn ook temperamentvolle kinderen, de jonge kinderen die moeten opboksen tegen grotere broers en zussen, de kinderen die met een heel pak stress van school komen waar het leren niet zo makkelijk loopt... Allemaal kinderen bij wie dat leerproces van boosheid en frustratie beheersen wat trager verloopt.

Wees ook niet verrast dat ruzies vaak over egoïstische onderwerpen gaan. 'Dat is van mij, daar moet je afblijven.' Zeker tot de leeftijd van tien jaar is dat een gewone uitspraak, want kinderen moeten nog leren te denken in het belang van verschillende mensen. Wie klein is denkt alleen aan zichzelf. Die wil het grootste stuk snoep, het langst op je schoot. Pas later komt de wijsheid dat je soms het beste moment moet afwachten. Wat je kinderen doen is dus heel gewoon.

Wat kan je doen? Stel jezelf de vraag hoe consequent jij omgaat met conflicten. Ben je een koppel waarin de vader naar hartelust mag grommen op iedereen en waar moeder haar negatieve gevoelens voor zichzelf houdt? Dan zal je daar eerst wat moeten aan doen, voor je verwacht dat je kinderen betere ruziemakers worden. Mensen onderschatten wel eens dat je kinderen ook kunt opvoeden met slechte gewoonten.

Als dat goed zit, moet je vooral trachten met aandacht te volgen wat er gebeurt bij een ruzie, zonder te veel tussen te komen. Door mee te beslissen wie gelijk heeft en wie niet, versterk je onbedoeld de bestaande conflicten. Het zijn kinderen die er van dan af op rekenen dat je altijd ter hulp zal komen bij een ruzie, en dat het steeds in hun voordeel zal zijn: 'Mama, wie denk je dat weer begonnen is met ruzie?' Probeer geen rechter te zijn, maar wel de coach. De trainer die ruzie wel toelaat als het deftig verloopt en de kinderen prijst als het na een tijdje afgelopen is.

Aangezien het koninkrijk van de engelen nog niet nabij is, zijn er natuurlijk ruzies die niet oplosbaar zijn. Wordt er geslagen of gepest, dan kom je tussen zonder de discussie op te lossen. Zet de partijen uit elkaar, stuur elke betrokkene naar zijn kamer of in een hoek, zodat er afgekoeld kan worden voor ze een nieuwe start krijgen. Leer ze vooral dat er gepraat kan worden over boze gevoelens. Als alles terug rustig is, kan je het met elk eens hebben over het oplossen van ruzies. En dus niet over wie er nu eigenlijk gelijk had.

We zijn in Vlaanderen niet sterk in praten over wat ons kwaad maakt. We houden het vaak achter onze kiezen tot de emmer echt overloopt. En dan reageren we vaak te boos. We leren kinderen beter al op jonge leeftijd hoe het wel zou kunnen.

*In 'De Opvoedingsdokter' gaat de bekende kinder- en jeugdpsychiater Peter Adriaenssens wekelijks in op een lezersvraag over opvoeden. Peter Adriaenssens is de auteur van verscheidene klassiekers over het opvoeden van kinderen.*