

Ik ben twee, dus ik zeg nee!

Omgaan met de peuterpuberteit

I Om het minste of geringste krijgen ze een driftbui. Alles willen ze 'zelluf' doen. En ze roepen vooral heel vaak 'nee!'. Peuters van een jaar of twee kunnen behoorlijk lastig zijn. Met dank aan de peuterpuberteit.



II Je staat in de supermarkt bij de kassa. Vanuit het karretje kijkt je 2-jarige begerig naar het snoepgoed in het rek naast hem. "Mama, ikke chocola?" Eerst vraagt hij het nog lief, maar hoe vaker jij nee zegt, hoe kwader hij wordt. "Ikke chocolááá!" Voor je het weet, zet hij het op een krijsen en maakt hij een scène van jewelste. En die andere mensen maar kijken, verwijtend of juist meewarig. Herkenbaar?

Grenzen opzoeken

III Het kan behoorlijk vermoeiend zijn, het gedrag van een peuter. Opeens krijgt hij een eigen willetje. Hij gaat de grenzen opzoeken van wat kan en mag. Hij probeert zelfstandiger te worden, net zoals pubers in de puberteit. Vandaar dat deze periode de peuterpuberteit wordt genoemd. Of de 'Ik ben twee, dus ik zeg nee'-fase. Die fase kan beginnen rond de achttien maanden en duurt normaal gesproken tot de kleutertijd. Daarna keert de rust vaak terug.

Oorzaak

IV Maar waar komen die woedeaanvallen en dat nee-geroep nou vandaan? Eigenlijk is de verklaring wel logisch. Je kind is in staat om steeds meer dingen zelf te doen.

V Hij kan zelf de kast openmaken en er snoep uithalen. Hij kan zelf uit zijn bed klimmen. Alleen mag dat niet zomaar, er blijken regels te bestaan. Als hij dat ontdekt, raakt hij zwaar gefrustreerd.

VI En dan zijn er al die dingen die hij zo graag 'zelluf' wil doen, maar die hij nog niet kan. Ook die onmacht leidt tot veel frustratie. Onder woorden brengen kan hij het niet, dus werpt hij zichzelf op de grond en gaat gillen, schoppen, slaan en huilen.

Praktische tips

VII Mocht je de peutertijd vanwege dit gedrag een moeilijke fase vinden, dan ben je absoluut niet de enige. Heel wat ouders vragen zich af hoe ze het beste met de nukken van hun kleintje kunnen

omgaan. Daarom volgen hieronder een paar praktische adviezen.

- Eén van de belangrijkste tips: probeer rustig te blijven en word niet kwaad. Als je boos reageert en terug gaat schreeuwen, wordt zijn driftbui alleen maar erger.
- Als zijn koppige gedrag enigszins binnen de perken blijft, kun je hem het beste negeren. Gewoon even geen aandacht aan hem schenken. Met een beetje geluk draait hij vanzelf weer bij. Hem afleiden met iets leuks wil ook nog wel eens werken.
- Op andere momenten werkt dat niet. Dan begint hij te slaan en dingen stuk te maken. Zeg duidelijk dat dit niet mag en zet hem even apart. Een paar minuten op de gang bijvoorbeeld. Dan kan hij uitrazen en kalmeren. Onderhandelen heeft overigens geen zin tijdens een driftbui. Je kind zal niet luisteren en is in al zijn woede toch niet voor rede vatbaar.
- Zorg dat je duidelijke regels hebt en wees consequent. Dan weet je puberende peuter waar hij aan toe is. Wat dat betreft is het niet handig om 'voor één keertje' toe te geven en hem toch het koekje te geven waar hij het op gemunt had. Weliswaar heb je dan even rust, maar hij zal de volgende keer gegarandeerd weer proberen om zijn zin te krijgen.
- Een vaste routine is prettig voor jonge kinderen. Dus op gezette tijden eten en spelen en een vast bedtijdrutueel. Zo weet je kleintje wat hij kan verwachten.
- Moedig je kind aan om zoveel mogelijk zelf te doen: aan- en uitkleden, eten, tanden poetsen enzovoorts. Als hij iets goed doet (of het heel hard probeert), laat hem dat dan weten: "Wat knap dat je dat al kunt!". Dat geeft hem zelfvertrouwen.
- Na een uitbarsting van razernij voelt je peuter zich verward en heeft hij troost nodig. Geef hem maar een dikke knuffel en laat hem merken dat je nog steeds heel veel van hem houdt. Tenslotte zijn het zijn tegendraadse buien waar je een hekel aan hebt – niet aan hem!

Door: Angélique van Beers op www.infonu.nl
11-12-2008. Laatst gewijzigd op: 13-10-2010