

Blog nr. 13

14 Oktober 2013

Onderwerp: Het helen van het kind in jezelf.

Je weet het niet meer. Waarom doet jouw kind niet wat jij wil? Waarschuwingen helpen niet, straf heeft niet het gewenste effect, zelf heel boos worden werkt niet meer. Jij en je man schieten steeds vaker uit je slof, de sfeer in huis heeft er onder te lijden en je gaat steeds op zoek naar hardere maatregelen. Net zolang tot je kind weer een 'gewenste' reactie geeft. Sommige dagen zijn uitputtend, andere dagen zijn best om door te komen. Je schrikt van je eigen gedachten dat je dit niet voor ogen had toen je een kind kreeg. Als je al ooit op die spreekwoordelijke roze wolk hebt gezeten dan is die ervaring na enkele jaren volledig aan gruzelementen.

Wat is er nu precies zo erg aan het gedrag van je kind? De woedeaanvallen, dwars zijn, zijn zin willen hebben, gooien/schoppen/slaan/bijten, slecht eten, niet zelf gaan slapen, niet mee naar de winkel willen, onrustig in de auto, enz., enz. Soms het één, dan weer het ander? Het put je uit, je relatie lijdt eronder maar ook hebben broertjes en zusjes last van al het gedoe in huis.

Van groot belang is het erkennen dat het zo niet langer kan, voor niemand in het gezin. Daarna komt het besef dat jouw kind jouw onverwerkte emoties spiegelt. Zijn weerstand komt vaak bij vader of moeder vandaan.

Gebeurtenissen uit het verleden bepalen vandaag jouw manier van reageren, omgang met emoties, veerkracht en draagkracht met betrekking tot probleemsituaties. Kinderen pikken dat op en reageren precies zoals jij. Met onverwerkte en onderdrukte gevoelens kun je zelf niet omgaan dus als je kind juist dat gedrag laat zien weet je ook niet hoe dáár mee om te gaan. Toch zit er een grote positieve drijfveer achter. Kinderen vinden dat wij 'heel' mogen zijn en ze laten onze blinde vlekken zien. Juist daar waar aandacht voor nodig is om je verder te ontwikkelen en niet te blijven hangen in onverwerkte ellende van vroeger.

Het is van groot belang om te praten over het kind in jezelf dat eigenlijk hetzelfde gedrag vertoont als je eigen kind alleen dat is niet zichtbaar. Maar het feit dat je het niet ziet betekent niet dat het er niet is. Erkenning van het verdrietige, getraumatiseerde, boze, ontwijkende kind kan confronterend zijn. Toch is het een begin van het helen van het kind in jezelf.

Wat heeft het kind in jezelf nodig om zich gelukkig te voelen. Jij kunt als volwassene dat kind geven wat het nodig heeft. Een luisterend oor, begrip, een knuffel, leiderschap, liefdevolle correctie, vertrouwen, onvoorwaardelijke liefde, aandacht, enz.

Zodra het kind in jezelf weer gelukkig is zal jouw eigen kind direct ander en positiever gedrag laten zien. Maar je bent ook in staat om in de emotionele behoefte van je kind te voorzien. Je kunt nu geven zonder weerstand met liefde en respect.