

Geef ruimte aan hun beleving en emoties, hiermee bouw je aan de vaardigheid EQ genaamd. Een super belangrijk ingrediënt voor een gelukkig leven.

Voorkom dat je in de haast zegt; "Och kom maar, valt wel mee, sta maar op, stel je niet aan." dat soort opmerkingen die voor een kind voelen alsof ze hun gevoel niet mogen voelen, of zich aanstellen. Dat zorgt voor dis-connectie en dat zorgt vervolgens weer voor dwars gedrag.

Zeg bijvoorbeeld:

- ☒ "Voel jij je soms een beetje vergeten als ik met de baby bezig ben? Dat mag je zeggen hoor."
- ☒ "Het is niet altijd makkelijk, hè, als alles anders is. Ik ben trots op hoe jij ermee omgaat."
- ☒ "Je hoeft niet altijd lief te zijn. Je mag ook boos zijn. Ik blijf van je houden."

Vertel dat jij ook moet wennen en het soms moeilijk vindt. Als je dit soort dingen zegt, dan versterkt dat enorm jullie band. Hij is niet alleen in dit verhaal en voelt zich niet anders, wat kan zorgen voor een gevoel van onwaardigheid.

Deze uitspraken zijn afgestemd op de ontwikkeling van jonge kinderen: ze zijn concreet, positief en geven het kind een gevoel van invloed, erkenning en connectie.