



Samenwerken als een team


Maak geen ruzie in het bijzijn van de kinderen! Een verstandig advies, maar niet altijd even gemakkelijk in praktijk te brengen.

Kinderen gedijen het best in een stabiele thuissituatie waar weinig ruzies zijn, waar ouders op een positieve manier met elkaar communiceren en conflicten oplossen zonder woede of geweld. Ruzie in het gezin kan invloed hebben op de ontwikkeling van een kind. Daarom is het belangrijk dat ouders goed met elkaar communiceren en samenwerken als een team.

Tips:

- **Maak geen ruzie waar je kind bij is.** Meningsverschillen tussen ouders over de opvoeding komen regelmatig voor. Wanneer je het niet eens bent met de manier waarop je partner een opvoedingssituatie aanpakt, kun je dat beter op een later tijdstip bespreken. Kies een geschikt moment zonder kinderen erbij. Vertel op een rustige manier hoe je erover denkt. Stel je ook open voor de mening van je partner.
- **Steun elkaar.** Wanneer je partner een goede manier heeft gevonden om met een bepaald probleemgedrag van je kind om te gaan kun je hem of haar steunen door deze aanpak ook toe te passen.
- **Probeer slechte communicatiepatronen te vermijden.** Bijvoorbeeld je stem verheffen, elkaar steeds onderbreken, cynisch reageren of niet luisteren.
- **Neem tijd voor elkaar.** Neem elke dag even de tijd om met elkaar te praten over wat je die dag hebt gedaan. Praat over leuke dingen die je hebt meegemaakt met de kinderen of over problemen die zich hebben voorgedaan. Spreek je waardering uit wanneer je vindt dat de ander iets goed heeft aangepakt.

Het kan voorkomen dat je onvrede voelt over je relatie zonder dat je partner dat weet. Probeer dan met je partner te praten over jouw gevoelens. Doe je dat niet, dan bestaat de kans dat deze spanning de relatie met zowel je partner als je kinderen beïnvloedt. Het kan moeilijk zijn om hierover te praten. Het beste is een moment te zoeken waarop je niet door de kinderen kan worden gestoord. Vraag professioneel advies wanneer het niet lukt om samen het probleem op te lossen.

Ook op Twitter  is het opvoedsteunpunt een vraagbaak voor Zeeuwse ouders op het gebied van opgroeien en opvoeden. Stel een vraag of volg ons op: **@PosOpvoedenZLD** of bezoek onze website voor meer tips & hulp bij opvoeden:

<https://www.ggdzeeland.nl/onderwerpen/jeugdgezondheidszorg/algemenetips/>





Opvoedsteunpunt gemeente Veere
Marieke Sas, pedagogisch adviseur GGD Zeeland

- Locatie: Gemeentehuis, Traverse 1 te Domburg
- Openingstijd: maandag van 13.00 – 15.30 uur.
- Voor het maken van een afspraak kunt u op werkdagen contact opnemen tussen 8.30 – 13.30 uur, telefoonnummer 0118 – 655060.

