

Hoe kan een Video-hometrainer ouders helpen bij opvoedvragen?

Als video-hometrainer kom ik bij ouders thuis die uiteenlopende opvoedvragen hebben. De één wil graag dat zijn kind wat gehoorzamer is, de ander dat het zijn bord leeg eet. Een ouder van een kind met ADHD wil bijvoorbeeld leren om niet altijd politieagentje te moeten spelen. Iets wat al deze ouders gemeen hebben is dat ze meer willen genieten van hun kinderen en meer plezier beleven aan de opvoeding. En daar help ik ze mee.

Wanneer ik bij ouders binnen kom hebben ze allerlei verwachtingen ten aanzien van video-hometraining. Mensen denken vaak dat ik film als het flink uit de hand loopt. Dit is niet verwonderlijk als je denkt aan programma's als Super Nanny of Eerste Hulp Bij Opvoeden. Maar niets is minder waar. Ik ben op zoek naar een dagelijks voorkomende situatie waarvan de ouders vinden dat het wel goed gaat en er dus de meeste kans op geslaagd contact zal zijn. "Vreemd" denken de meeste mensen wat kan ik daar nou van leren. "Heel veel" zeg ik dan en leg vervolgens uit waar ik naar kijk.

Als video-hometrainer kijk ik naar de basiscommunicatie tussen ouders en kind. Het kind neemt initiatieven om contact te maken met zijn ouders. Dit contact is de basis van waaruit een kind zich aan de ouders hecht en zich kan ontwikkelen. Wanneer ik met ouders naar de beelden kijk laat ik zien wat er goed gaat. Dit is een bewustwordingsproces, ouders zien wat werkt en gaan dit vaker toepassen. Ook op momenten dat het moeilijk wordt. Want hier ligt vaak de crux: op moeilijke momenten laten ouders hun communicatievaardigheden varen met als gevolg dat het kind zich niet gehoord voelt.

Bij een gezin waar ik kwam om te helpen bij eetproblemen ontstond elke avond weer een strijd om de kinderen te laten eten. Van gezellig samen zijn was nauwelijks nog sprake. De ouders trokken met de beste bedoelingen van alles uit de kast. Ze waarschuwden en dreigden veelvuldig: "eet je bord leeg anders geen toetje" dit is een opmerking die ouders vaak maken om hun kinderen te stimuleren met eten. Ik heb de moeder haar zesjarige zoon zien voeren in de hoop dat hij wat groente at. Dit deed ze uit liefde voor haar zoon, zo krijgt hij de broodnodige vitamines binnen was haar redenatie. Ondanks alle goede bedoelingen werkt dit averechts, het kind gaat eten een vervelende aangelegenheid vinden.

Ik ben begonnen met het filmen van een spelletje waar het hele gezin aan deelnam. De ouders zagen wat zij bijdroegen aan de gezellige sfeer, wat hun kwaliteiten waren. Vervolgens gingen zij tijdens de maaltijd oefenen met de basiscommunicatie. De maaltijd werd weer gezellig zonder dreigen en waarschuwen. En de kinderen gingen steeds beter eten. Om dit te bereiken waren vijf video-opnames nodig.

Dit is een van de vele voorbeelden die ik kan geven over hoe video-hometraining ouders kan helpen bij opvoedvragen. De camera vinden de meeste ouders in het begin een beetje eng, het is best een hele stap om een vreemde in je huis toe te laten die jou gaat filmen. Maar na een of twee keer filmen merk ik dat ouders erg kunnen genieten van hun kinderen op beeld. Het is ook gewoon leuk om te zien welke initiatieven je kind neemt. Aan het eind van het traject is het contact tussen de ouders en het kind vaak aanzienlijk verbeterd. De ouders kunnen zelfstandig weer verder en hebben plezier in de opvoeding. Daar doe ik het voor als video-hometrainer.