

TIPS



Geef
je kind
wat
ademruimte!

Geef je kind wat ademruimte!

Vooraf bij de traditionele hoofdverblijf-bezoek regelingen, waarbij één ouder zijn kind slechts twee dagen op veertien ziet, heeft de ouder in kwestie vaak het gevoel dat hij de beperkte tijd met zijn kind(eren) optimaal moet besteden. Vaak worden er daarom een waaier van leuke activiteiten gepland en is er nog zelden tijd voor een 'eenvoudig' samenzijn of eens domweg niks doen. Hoe amusant deze bedrijvigheid ook kan zijn, een kind heeft evenzeer nood aan rust of gewoon wat tijd voor zichzelf.

Het kan een zeer rijke ervaring zijn om ook eens 'gewone' dingen te doen met je kroost. De kans is groot dat jullie elkaar echt beter leren kennen als jullie gevoelens niet onderdrukt worden door de opwindende in een speeltuin of de aanwezigheid van een oma. Gewone bezigheden, of zelfs saaie karweitjes, kunnen interessante gesprekken op gang brengen die zeer bevorderlijk zijn voor een goede relatie. Maak je daarom niet te veel zorgen over hoe je de dagen met je kinderen precies zal invullen en geniet eenvoudigweg van elkaars gezelschap!

Zoals reeds gezegd heeft je kind af en toe wat tijd en ruimte voor zichzelf nodig. Een eigen plekje met plaats voor zijn favoriete spulletjes waar hij zich af en toe kan terugtrekken is zeer bevorderlijk voor zijn welzijn. Moet je kind een kamer delen met broers of zusjes, zorg er dan voor dat er toch een plaats wordt uitgekozen (een lade, kast of doos) om persoonlijke spulletjes te bewaren en gebruik je fantasie om plekjes te creëren waar je kind zich kan terugtrekken: een grote doos die omgebouwd wordt tot een huisje, een 'kamp' in een hoekje tussen kast en muur, een boomhut enz.

Tot slot nog dit: de band die je kind heeft met jouw familie (en omgekeerd) is zeer waardevol en het is daarom ook warm aanbevolen om deze relaties te koesteren en te onderhouden. Daar staat tegenover dat je kind wellicht niet staat te springen om het ene bezoekje na het andere af te leggen en 's avonds afgepeigerd in bed te ploffen. Tracht dit soort visites daarom zo veel mogelijk te beperken in de tijd en wees creatief in het bedenken van alternatieven om jouw familie te betrekken bij de momenten die je deelt met je kind.

© **Copyright Annelies Geraets.**

Alle rechten voorbehouden. Gehele of gedeeltelijke overname, plaatsing op andere sites, verveelvoudiging op welke andere wijze dan ook en/of commercieel gebruik van deze informatie is niet toegestaan, tenzij hiervoor uitdrukkelijk schriftelijke toestemming is verleend door Annelies Geraets of tenzij aan de onderstaande voorwaarden wordt voldaan.

Deze informatie mag worden bekeken op een scherm, gedownload worden op een hard-disk of geprint worden, mits dit geschiedt voor persoonlijk, informatief en niet-commercieel gebruik, mits de informatie niet gewijzigd wordt, mits de volgende copyright-tekst in elke copy aanwezig is: "© Copyright Annelies Geraets", mits copyright, handelsmerk en andere van toepassing zijnde teksten niet worden verwijderd en mits de informatie niet wordt gebruikt in een ander werk of publicatie in welk medium dan ook.