

Hoe geef je een klein gebaar van aandacht?



Allereerst: kijk om je heen. Op veel momenten in het dagelijks leven kom je kinderen tegen - bij je in de buurt, op het schoolplein, in de bus of trein, in de supermarkt, op het sportveld, enzovoort. Daar kan je even contact maken.

Tips in het contact

Verwacht niet dat kinderen je alles vertellen. Steun is niet altijd een goed gesprek, maar kan juist ook zitten in de gewone dingen, zoals een spelletje spelen.

Wees een rolmodel. Laat zien dat je aardig bent voor anderen en dat je optimistisch en vol vertrouwen blijft, ook als er iets ergs gebeurt.

Toon interesse. Stel oprechte vragen. Een kind voelt direct of de aandacht echt is.

Kijk naar wat een kind wel kan, in plaats van naar wat een kind niet kan.

Zie je dat een kind (of gezin) buiten de groep valt, nodig ze dan juist uit en sluit ze niet buiten.

Stel ook een vraag als je iets vervelends hoort of ziet: 'Kan ik je helpen?' of 'Is er iets wat je me wil vertellen?'. Dat geeft het kind de ruimte om zelf te kiezen wat hij wil zeggen.

Geef complimenten over de inzet van een kind, niet de prestatie. Dus: 'Wat leuk dat je meedoet!', 'Wat fijn dat je dit opruimt' of 'Dankjewel voor je hulp.'

Doe wat je belooft. Wees betrouwbaar.

Luister goed, neem de tijd. Oordeel niet.



Voorbeelden

Een vriendelijk gezicht, een schouderklopje of een kaartje kan al heel wat zijn voor een kind en het kind het gevoel geven dat hij of zij gezien wordt. Jongeren uit ons **onderzoek** noemen de volgende voorbeelden uit hun eigen leven:

Met m'n oom mag ik soms mee vissen.

Mijn vriend kwam voor mij op. Dat gaf me een blij gevoel.

Mijn buurvrouw doet allerlei activiteiten met ons, zoals cakejes bakken.

De moeder van een vriendin nodigt mij uit om een spelletje te komen spelen of te komen avondeten, dat is heel fijn.

Mijn voetbaltrainer geeft mij complimenten.

Ik mag drie keer in de week na schooltijd mee naar de ouders van mijn vriendin, want bij mij thuis is er veel stress.

Mijn neefje en nichtje stuurden kaarten en kwamen langs toen ik in een gesloten instelling zat.

Mijn oma geeft mij tips, bijvoorbeeld om met muziek op een stukje te gaan wandelen als ik me niet goed voel.

Ik kan goed praten met mijn juf.

Een vriendin gaf me iets kleins wat veel betekenis voor haar heeft en wat haar hielp in slechte tijden.

Mijn groepsleiding bracht thee toen het slecht ging en heeft toen met mij gepraat.



Belangrijk om te onthouden

Verwacht niet iets terug. Als een kind het niet gewend is om positieve aandacht te krijgen, kan het daar ook niet altijd positief op reageren. Een kind hoeft eigenlijk ook niet vol dankbaarheid te reageren op iets wat normaal zou moeten zijn.

Weet dat bijna alle ouders het beste voor hebben met hun kinderen. Vaak is er bij problemen thuis meer aan de hand dan op het eerste gezicht lijkt. Neem dat als uitgangspunt op het moment dat jij ook contact hebt met de vader of moeder van het kind, ook al past wat zij doen niet bij wat jij normaal of goed vindt. De vraag 'Kan ik je helpen?' aan een andere volwassene, doet het altijd beter dan de zin 'Jij doet het niet goed'.

Maak je je ernstige zorgen over het kind? Blijf betrokken als je kunt, maar zoek ook contact met het sociaal wijkteam bij jou in de buurt (via de gemeente kun je het telefoonnummer vinden) of vraag advies aan Veilig Thuis. Bespreek dit als het kan wel eerlijk met het kind.