|  |
| --- |
| **Kokumu** |
| http://kokumu3.tripod.com/imagelib/sitebuilder/layout/spacer.gif |
| http://kokumu3.tripod.com/imagelib/sitebuilder/layout/spacer.gif |
| http://kokumu3.tripod.com/imagelib/sitebuilder/layout/spacer.gif |
| spelen2.jpg  **door: Patty Wipfler**    Veel Peuters gaan door een periode van maanden, dat ze bijten. Ze bijten hun mama's en papa's of ze bijten andere kinderen, wat veel zorg en emotionele lading met zich meebrengt. De ouders van kinderen die gebeten worden, gaan sterk in de verdediging en hun houding van:"Ik moet mijn kind beschermen", kan heel makkelijk voelen als:"Jouw kind is slecht en ik zal mijn kind niet met jouw kind laten spelen."    **De meeste kinderen experimenteren met bijten**  Elk kind experimenteert door te bijten. Baby’s bijten op hun bijtring, de borst van hun moeder, of de vingers en schouders van hun ouders. Gewoonlijk communiceert, het onmiddellijk ineenkrimpen of huilen van de veraste ouder, dat bijten zeer doet en na wat experimenten, heeft het kind genoeg geleerd over bijten om verder te gaan. Het experiment stopt. Er is niets slecht of verkeerd aan dit experiment met bijten. De baby doet wat het moet doen om te leren.  Het helpt in het leerproces, als de volwassene reageert met een "Au! Bijt me alsjeblieft niet", maar beschuldigen, straffen of de baby de les lezen helpt niet. Een baby moet experimenteren om te leren, dus een paar pijnlijke momenten zullen nodig zijn, voordat het leerproces verder kan gaan. Ouders moeten zichzelf veiligstellen met een kind dat bijten onderzoekt. Het slaat bijvoorbeeld nergens op om je vinger in de mond te stoppen van een kind dat met bijten experimenteert.  Een beet van een peuter is heel zelden een experiment. De meeste peuters weten al dat bijten de ander pijn doet. Je zult wel denken:”Nou als hij WEET dat het pijn doet, waarom besluit hij het dan te doen?” Volgens mij besluiten peuters niet om te gaan bijten. In hun hart zijn ze heel genereus en willen ze niemand pijn doen. Een peuter bijt, omdat een grote golf van emoties, plotseling over hem heen komt. Hij heeft het niet gepland en hij wist niet hoe het te stoppen. Het is als een nies of een hoest. Het lijf doet dat voor interne en niet te controleren redenen.    **Peuters bijten als ze zich bang of gefrustreerd voelen.**  Een van de momenten waarop peuters zullen bijten, is als ze zich bang voelen of gefrustreerd, en niemand hebben gevonden die wil luisteren. Peuters hebben elke dag veel kansen nodig om hun frustraties, angst en andere gevoelens te uiten. Ze willen dichtbij mama en papa zijn, maar mama’s en papa’s moeten werken, winkelen, eten klaarmaken, telefoneren en voor andere kinderen zorgen. Kleine teleurstellingen en eenzame momenten stapelen zich op. Peuters zijn klein en kwetsbaar en als ze niet in staat zijn om dichtbij en verbonden te zijn met hun ouders en hun verzorgers, creëert dat een echte noodtoestand in hun emotionele leven. Gewone dagelijkse gebeurtenissen kunnen een peuter boos en alleen achterlaten, ook al is er, volgens een volwassene, niets moeilijks gebeurd.  Bijvoorbeeld, als een ouder een avond voor werk weg is, begrijpt een peuter haar afwezigheid niet. Hij voelt zich bang en probeert te huilen, in de hoop zijn angsten en verdriet te verwerken in de armen van iemand die van hem houdt en zal luisteren. Maar de goed bedoelende verzorger, gelooft dat de peuter zich beter zal voelen als hij niet huilt en geeft hem een fles en brengt hem naar bed. De volgende dag bij het kinderdagverblijf bijt hij een kind dat bij hem in de buurt komt. Hij probeerde om een gezonde huilbui te hebben over het missen van zijn ouder, maar kon dat niet. Dus de gevoelens die hij wegstopte kwamen naar buiten in de vorm van bijten. Hij weet niet waarom en hij heeft niet gekozen om te bijten. Hij was eenvoudig te gespannen om goed te kunnen functioneren.    **De gevoelens van peuters kunnen komen van huidige gebeurtenissen en gebeurtenissen van een tijd terug**    De spanningen die peuters aanzetten oom te bijten kunnen komen van dingen die pas gebeurd zijn. De geboorte van een zusje of broertje, de afwezigheid van een ouder, een verhuizing, getuige zijn van geweld op de tv, verandering van oppas, zijn de soorten van gebeurtenissen, die betrekking kunnen hebben met een kind dat bijt.  Het feit dat een kind gevoelens heeft, die in de vorm van bijten worden uitgedrukt is niet de schuld van de peuter. het is eenvoudig een van de uitdagingen, waar verzorgers van kinderen mee om moeten gaan. Bijten is als een loopneus. Het is gewoon, het is niet fijn voor de ouder, maar ook niet voor het kind en het kan een ongunstig effect hebben op andere kinderen. Wij, volwassenen kunnen het kind door het bijten heen helpen en zijn vrienden beschermen.  Bijten kan ook gedreven worden door gevoelens over gebeurtenissen aan het begin van het leven van een kind. Ik ken verschillende peuters die soms bijten of uithalen naar andere kinderen. Meestal wordt er geslagen of gebeten als de kinderen samen zitten of spelen in afgesloten ruimtes. Als de ouders en ik beginnen uit te zoeken wat voor spanningen er kunnen zijn, hebben we opgemerkt dat al deze kinderen een moeilijke geboorte hebben gehad. Allemaal zijn ze na een lange bevalling geboren of nadat ze een tijdje vastzaten in het geboortekanaal. We gissen (met jonge kinderen is gissen het beste wat je kunt doen) dat in gesloten ruimtes zitten, opgeslagen gevoelens van paniek kunnen oproepen. Het kind kan bijten vanwege niet te sturen angsten overgebleven van gevangen te hebben gezeten en niet in staat zijn om voor zichzelf te zorgen.  Peuters kunnen ook vanuit frustratie bijten. Een peuter zijn, is een grote hoeveelheid dingen zien die mensen doen en denken:”Ik wil DAT doen!” De peuter weet niet dat het nog niet de kracht en coördinatie heeft om hem helemaal te slagen. Het is een hoopvolle en tegelijkertijd een periode van leven vol met frustraties. Als een peuter een driftbui krijgt, de natuurlijke, gezonde ontspannende reactie op frustratie, mag dat niet. De frustratie van een kind kan opgebouwd worden totdat hij het niet uit kan staan om dichtbij andere kinderen te zijn. Hij bijt of haalt uit, omdat de opgebouwde frustratie in hem geen uitgang heeft gevonden.  **Je hoeft niet te weten waarom een kind bijt**  Gissen, waarom een kind bijt kan helpen als je kunt voorspellen wanneer dit gedrag opkomt, zodat je dichtbij kunt zijn, klaar om tussenbeide te komen om het kind te helpen en andere kinderen te beschermen. Maar om de spanning die het bijten veroorzaakt te helen, hoef je de reden achter het gedrag van een kind niet te weten. Of je nu nagedacht hebt over een soortgelijke situatie of niet, je behulpzame acties zullen hetzelfde zijn.    **Een kind helpen om spanningen te verwerken op productieve manieren**  Bijten lost de spanning niet op. Gewoonlijk voelt een kind zich nog slechter nadat hij iemand heeft gebeten dan daarvoor, wat er dan nog eens bij komt. Als je kind iemand heeft gebeten, heeft hij nodig dat je dichtbij hem komt en hem liefdevol vertelt dat het je spijt dat je niet door had, dat hij je hulp nodig had. Dan verplaats je jezelf zo dat je hem in de ogen kunt kijken en hem vraagt of er iets aan de hand is. Meestal zul je geen uitleg in woorden krijgen. Het is je vraag en je belangstelling in zijn gevoelens die er toe doen. Voordat hij beet, verloor hij het bewustzijn van verbondenheid met wie dan ook. Je bereidheid om je te verbinden zal hem helpen om jou de verwarde gevoelens te laten zien, die hij met zich meedraagt. Meestal wil hij dan niet naar je kijken en dat kan eruit zien of hij zich niet wil verbinden. Hij zal wel beginnen te kronkelen en te draaien. Als je liefdevol blijft proberen om oogcontact te maken en hem vertellen dat je nu bij hem wilt zijn, zal een kind dikwijls in staat zijn om gevoelens los te laten door te huilen of een driftbui, zodra jij wat tijd hebt genomen om te proberen de verbinding te maken.  De spanningen die het bijten veroorzaken zullen door huilen, driftbuien, transpiratie en soms beven tijdens het huilen en worstelen, losgelaten worden. Dit uiten van verwarring heelt de spanningen. Als je dichtbij kunt blijven, kunt blijven luisteren, hem kunt vertellen dat je om hem geeft, en hem de tijd gunt, zal hij deze spanningen met veel toewijding en passie helen. Als hij klaar is zal hij helemaal niet meer willen bijten. Een andere laag van dezelfde soort spanningen kunnen na een tijdje weer erin sluipen, maar jouw kind zal je laten zien dat hij ontspannen is en zich veel dichter bij jou voelt. Na verschillende goeie huilbuien, zal het bijtgedrag stoppen, omdat je hem hebt geholpen, de opgestapelde verwarrende gevoelens, die dat gedrag veroorzaakten, weg te halen.    **Strategieën die je kind afleiden van het bijten**    Je hoeft niet te wachten totdat het bijten weer gebeurt om te proberen te helpen. Er zijn manieren die dit kunnen voorkomen en heel snel effect hebben. dat zijn: Speciale Tijd en Blijf en Luister.    **Strategie nummer een: *Speciale Tijd***    De eerste stap om een kind te helpen dat begint te bijten is om zijn vermogen om je aandacht en je liefde te voelen sterker te maken. Speciale Tijd is een ideaal instrument voor deze stap. Je maakt een bepaalde hoeveelheid tijd vrij voor je kind alleen. Laat hem weten, dat dit Speciale Tijd is en hoe lang het zal duren, kom daarna dichterbij, biedt warmte, oogcontact en enthousiasme aan en speel, zoals je kind wil spelen.  Als hij op een manier speelt dat jou buitensluit, kom dan nog dichterbij, raak hem liefdevol aan en maak nog meer oogcontact. als hij eenmanier vindt om met je te lachen (zonder dat je hem kietelt) probeer het lachen dan aan de gang te houden, omdat gelach ook helpt om spanningen los te laten. Als de tijd voorbij is laat hem dan weten dat je het fijn vindt om met hem te spelen en dat er gauw een andere Speciale Tijd zal zijn  Speciale Tijd die dagelijks of zo vaak mogelijk in een week wordt gedaan zal een kind aanmoedigen om zijn gevoelens op het moment dat ze opklomen aan jou te laten zien. Misschien gaat hij wel weer huilen als je weggaat, of in plaats daarvan een driftbui krijgen of chagrijnig zijn als hij dat extra koekje waar hij om vraagt niet krijgt. Dit is vooruitgang, ook al zou conventionele wijsheid het interpreteren als terugval. Speciale Tijd heeft de relatie opgewarmd, zodat het kind hoopt dat je hem in je armen zult nemen en heel lief zegt:"Het spijt me dat je, je zo verwart voelt."    **Strategie nummer twee: *Blijf en Luister***    Kinderen die beginnen te bijten proberen hun ouders en verzorgers duidelijk te maken dat ze veel gevoelens hebben die gehoord moeten worden. Deze gevoelens uiten zich in smoesjes zoals niet in het autozitje willen, niet uit willen kleden om in bad te gaan, of niet in staat zijn om met spelen te stoppen om naar het kinderdagverblijf te gaan. Ze beginnen te huilen of krijgen een driftbui, maar ouders hebben geleerd om de uitbarsting te stoppen, terwijl hij zijn verwarring loslaat, door te huilen of door een driftbui.  Blijf en luister geeft het kind deze kans. Als de ouder opmerkt dat het bijna tot een uitbarsting komt dan komt  hij dichterbij, laat voor een tijdje andere verwachtingen los en luistert met warmte. Kinderen weten precies hoe spanningen te ontladenOuders en verzorgers hebben de gelegenheid om hunreacties te vernieuwen, zodat huilen en driftbuien het effectieve, maar tijdrovende werk kunnen doen, van gevoelens oplossen die de oorzaak zijn van moeilijk gedrag. Als ouders moeten we ons trainen om te denken:" O, wat goed een driftbui. hij vertrouwt mij en hij heeft er nogal een dag op zitten." Of:" Ach ze gaat nu even huilen. Het zou fijn zijn om wat tijd te nemen om met haar contact te maken, ik ben de hele dag aan het jagen geweest."     Het steeds weer gebruiken van *Speciale tijd* en *Blijf en Luister* zal de spanningen weghalen die ervoor zorgden dat een kind ging bijten. Het kan even duren, peuters hebben vaak al veel spanningen weggezet tegen de tijd dat ze hun verwarring laten zien door te bijten. Maar je zult ze zien ontspannen, veel vrijer spelen en je steeds meer laten zien van de emotionele uitbarstingen die ze nodig hebben om weer vrolijk en ontspannen te kunnen zijn.    **Peuters kunnen ook bijten wanneer je heel speciaal lief en nabij bent.**    Het kan zijn dat een ouder soms knuffelt en heel nabij speelt met hun verrukkelijke peuter, en dat hun kind ze zomaar uit het niets bijt. Het is een schok en het voelt als een belediging! Als dat verschillende keren gebeurt, raken ouders op hun hoede voor nabije spelletjes met hun kind. Ze kunnen niet begrijpen waarom hun kind ze bijt gedurende het meest lieve moment tijdens het spelen.  De kans om te knuffelen en te lachen en een ouder naar ze te zien stralen is erg geruststellend voor een kind. Hij neemt zoveel mogelijk van de vrolijkheid en de liefde van zijn ouder als hij kan in zich op. Als zijn kleine kopje overstroomt van verbondenheid en plezier kan elke angstknoop die hij niet heeft verwerkt, hem grijpen en zich aankondigen door hem aan te zetten om te bijten. Een beet midden in warm en nabij spel betekent:"Ik ben klaar om je een paar grote gevoelens te laten zien, maar ze komen zo snel, dus heb ik je nodig om me te helpen er bij te komen. "Vaak gaat het om kinderen, die angsten opzij hebben gezet, door vroege fysieke uitdagingen, trauma's of een moeilijke geboorte, die aangeven dat ze hulp nodig hebben met hun angsten door te bijten tijdens nabij spel.  Als je bent gebeten is het slim om zo min mogelijk geschrokken te reageren. Houd je kind tegen je aan en zeg iets als:”Liefje ik kan je mij niet laten bijten. Vertel me waar je aan denkt.” Zoek oogcontact en blijf heel dichtbij. Het voelen van je aandacht en je bereidheid om te luisteren zullen jouw kind helpen om van bijten zonder er gevoelens over te hebben (angsten maken de meeste mensen, grote en kleine, gevoelloos) te groeien naar zich boos, paniekerig en gefrustreerd te voelen. Blijf dichtbij en wees ondersteunend: jouw aandacht helpt het kind te focussen op de gevoelens die hij moet uiten en helen. Jouw aandacht is de balsem, die diep in zijn hart zal blijven als hij klaar is.  **Een kind helpen om veilig zijn evenwicht te vinden ook al bijt hij.**  Als je kind je eenmaal in het midden van nabij en lief spel heeft gebeten, verwacht dat hij dit weer zal proberen, als je de volgende keer weer zo nabij en vol warmte met hem speelt. Spanningen worden steeds weer opnieuw aan ouders getoond, als ze niet zijn losgelaten.  Als je liefdevol de aanval van een kind dat klaar is om te bijten kunt stoppen, door je hand op zijn voorhoofd te zetten, dan kun je jezelf beschermen en hem de gevoelens, die hij heeft laten opmerken. Hou hem dichtbij en toch een stukje weg van de plek waar hij wil bijten en vertel hem iets als:”Ik laat je niet op mij knagen lieverd.” Zo veilig en dichtbij vastgehouden, met je ondersteuning en aandacht, kan een kind door zowel hard te lachen spanning op die manier veilig loslaten, of door hard te huilen, omdat je hem niet laat bijten. Hij zal de angst kunnen voelen die maakt dat hij probeert iemand te “pakken”. Dit is een andere manier om een “sessie” te beginnen. (een sessie is het moment van huilen en driftbuien, om gevoelens onder onwerkbaar gedrag, los te laten)    **Het is niet de schuld van het kind**    In geen enkel geval zal het helpen als een kind dat bijt zich schaamt, beschuldigd wordt. Hij kaner niets aan doen dat zijn gevoelens zo strak zijn verpakt dat het bijten hem overkomt. Hij heeft geprobeerd te huilen en geprobeerd een driftbui te krijgen, maar heeft nog niet het succes gehad die nodig is om deze aanhoudende spanningen los te laten.  Je kunt helpen, of je nu ouder, oppas of een vriend bent. Elk nadenkend persoon is de juiste persoon om naar de gevoelens van een kind te luisteren. En elk kind zal het bijten achter zich laten, zodra het gevcoel van binnen hem toestaat te ontspannen en zich veilig te voelen. |

**HELP! MIJN KIND BIJT, KRABT en SLAAT**

Een ouder is ook maar een mens en ook ouders kunnen soms erg primair reageren als hun bloedje een ander kind pijn doet.

Ze pakken de arm van hun kind en bijten, slaan of knijpen (weliswaar zachtjes) terug onder het mom van: "Nu moet jij maar eens voelen hoe dat voelt.".   
Toch is dat niet verstandig omdat je dan met agressie op agressie reageert.

Je kunt je beter beheersen in de wetenschap dat ook deze fase weer vanzelf over gaat. Je kind doet niet zo om jou te pesten.

Reageer in ieder geval niet te heftig, maar maak je kind wel duidelijk dat je zijn gedrag absoluut niet accepteert.

Maak je kind duidelijk dat hij een ander pijn heeft gedaan, troost het slachtoffer, stuur je kind voor een tijdje de kamer uit, maak er niet een al te groot punt van.   
  
**Neem je kind serieus**   
Hoewel je bijten of knijpen niet echt kunt (en hoeft te) voorkomen, kun je je kind wel helpen om zijn emoties op een andere manier te uiten.

Deze adviezen komen er op neer dat je (de emoties van) je kind serieus neemt.   
  
- Ga als je kind moe wordt, samen iets rustigs doen: een boekje lezen, een video kijken, een spelletje doen.   
- Sommige kinderen hebben ruimte nodig. Zij hebben veel beweging (buiten) nodig om hun energie kwijt te raken. Als ze die energie niet voldoende kwijtraken, gaan ze zich uitleven op speelgoed of de medemens.   
- Vertel als je samen op stap gaat aan je peuter wat het programma is, zodat hij zich daar op in kan stellen.   
- Als je kind toch boos wordt, probeer hem dan eens aan te moedigen om heel hard op de grond te gaan stampen. Ga naast hem staan en stamp om het hardst. Wie weet vergeet hij te slaan, schoppen, knijpen.   
- Leg je kind zo vaak mogelijk uit wat er gaat gebeuren. Zeker als je naar de kapper, de tandarts of de dokter gaat, moet je voorkomen dat je kind bang wordt en daardoor agressief wordt.   
- Probeer een woedebui niet uit te stellen door je peuter vol te stoppen met ijsjes, snoep of een speen.   
- Als je iets moet doen waarbij je het niet kunt hebben dat je kind een uitbarsting krijgt, neem hem dan niet mee.   
- Ga niet mee in de buien van je kind en zorg dat je niet in een machtsstrijd verzeild raakt.   
Laat kinderen met rust als ze niet met elkaar willen spelen.   
- Neem de tijd voor je peuter. Die heeft geen boodschap aan druk-druk-druk, dus gun hem zijn eigen tempo en manier.   
- Gun je kind wanneer dat mogelijk is macht over situaties. Laat hem bijvoorbeeld bij het naar bed gaan, kiezen of hij eerst wil badderen en boekje lezen of eerst nog even wil spelen. Als hij het gevoel heeft dat hij iets te zeggen heeft over zijn eigen leven, voelt hij zich minder in het nauw gedreven en minder snel boos.   
- Probeer vooral aandacht te schenken aan positief gedrag van je kind. Prijs dat zoveel mogelijk.   
- Soms kan het helpen als je een emotie van je kind benoemt ('Je bent boos, he?') en hem een alternatief biedt voor naderend ongewenst gedrag. Geef hem bijvoorbeeld een kussen of een boksbal om tegen te slaan als hij boos is, zodat zijn opgekropte energie eruit kan. Dat je begrijpt hoe hij zich voelt, kan hem al ontzettend helpen.   
- Moedig je kind aan om te zÃ©ggen dat hij boos is, zodat je samen naar een oplossing of een uitlaatklep kan zoeken.   
  
O-hij-heeft-het-weer   
Nu je weet waarom je kind af en toe bijt of slaat, is het misschien al wat beter te hanteren. Toch kan het handig zijn om te weten hoe je het beste kunt reageren. Wijs het ongewenste gedrag af, maar vertel je kind dat zijn (boze, verdrietige, gefrustreerde) gevoel een normaal gevoel is.   
Zeg niet dat je je kind stout vindt, maar dat je zijn gedrag vervelend vindt.   
Maak je als kinderen elkaar in de haren vliegen, niet druk over wie de 'schuldige' is.   
  
Grijp wel in en maak duidelijk dat je niet wilt dat ze elkaar pijn doen.   
Corrigeer je kind als hij iets doet wat je niet wilt, maar ga zelf niet agressief doen.   
Zeg tegen je kind wat je niet wilt (bijten, slaan, schoppen) en waarom je dat niet wilt en zorg meteen voor een afleiding.   
Waarschuw je kind Ã©Ã©n of twee keer. Luistert hij niet, geef hem dan een time-out. Til hem op en haal hem uit de situatie. Zet hem - gedurende een minuut of drie - ergens apart zodat hij geen aandacht krijgt. Ga daarna naar hem toe en maak het weer goed.   
Geef het ongewenste gedrag niet te veel aandacht en blijf rustig. Beloon hem niet door zelf van slag te raken.   
Dit alles betekent dus niet dat je het moet toelaten als je peuter bijt of slaat. Grijp in, want het kan heel beangstigend voor hem zijn als hij door het lint gaat en niemand doet iets.   
Geef het goede voorbeeld. Als je je zelf vaak agressief gedraagt, is het niet aan je kind uit te leggen dat hij dat niet mag.   
  
Tijdelijk   
Misschien een opluchting om te weten dat het over gaat. Dat bijten, slaan, spugen een probleem van tijdelijke aard is, gekoppeld aan de peuter- of kleutertijd. Als je je dat tot in je tenen realiseert, dan kom je al een heel eind. Lukt het je bovendien nog om je gevoel voor humor te gebruiken, dan weet je dat je niet meer op hoeft te zien tegen de tijd dat je tweede in de bijt-fase belandt. Dan kun je alleen nog maar vertederd raken als je dochtertje van drie je toevertrouwt: "Mama, ik slaade niet, dat deed mijn hand."   
bron: Arlene Eisenberg e.a., Alles over de peuterjaren, van 13 tot 36 maanden, Van Holkema & Warendorf, 1999.

**Hoe straf je een kind dat bijt?**

Als een kind bijt, bijten sommige ouders terug. Totaal ongehoord, luidt het advies van Ouders Online. Ook bij de Genkse Opvoedingswinkel vinden we praktische tips over hoe je met stoute kinderen kunt omgaan.

Heel vaak bijten kleine kinderen gewoon uit boosheid. Op een geslepen manier wachten ze en vooraleer je iets gemerkt hebt, zet het letterlijk zijn tanden in de benen, armen, buik of andere lichaamsdelen van zijn slachtoffer.

**Terugbijten?**

Sommige moeders bijten gewoon terug. Ze hopen dan dat het kind hiervan zo erg schrikt, dat het er spontaan mee ophoudt. Volgens opvoeddeskundigen heeft terugbijten echter weinig zin. Peuters kunnen zich immers onvoldoende inleven in de gevoelens van iemand anders. Zij begrijpen niet dat de pijn van het terugbijten overeenkomt met de pijn die zij anderen aandoen met hun bijtgedrag.

Wat beter is, is om het kind onmiddellijk en kordaat apart te zetten met de uitleg erbij dat hij elke keer dat het bijt, straf krijgt. Gewoon omdat bijten niet mag. Probeer ook te achterhalen in welke situaties het kind tot het bijtgedrag overgaat.

**Andere tips voor ouders met een bijtend kind**

1. Bijt niet terug. Je leert je kind dan vooral dat reflexmatig agressief gedrag loont.
2. Haal een bijtend kind weg uit de situatie en zet het even apart. Blijf rustig en roep niet. Vertel de regel: “Als je bijt, ga je even op de gang, want bijten mag niet.”
3. Geef een kind alternatieven. Leer je kind zijn agressie op een andere manier te uiten. “Ben je kwaad? Dan mag je heel hard op de kussens van de bank gaan slaan.”
4. Kijk naar het gedrag van je kind. Ga na waarom en wanneer hij tot bijtgedrag overgaat.
5. Beloon gewenst gedrag. Maak complimenten als je kind iets goed doet.
6. Straf een kind nooit door het naar zijn kamer te sturen: de slaapkamer moet een veilige en prettige kamer zijn en geen plek waar je heen moet omdat je iets fout gedaan hebt. Door de aanwezigheid van speelgoed aanzien kinderen bovendien een tijdje op de slaapkamer zitten onvoldoende als straf.
7. Leer kinderen met hun gevoelens omgaan. Leer ze dat gevoelens, ook de negatieve, normaal zijn. Leer ze zo snel mogelijk de vier basisgevoelens te benoemen: boosheid (om je zin te krijgen); angst (om te reageren als er gevaar dreigt; verdriet (om je te kunnen terugtrekken als iets te heftig wordt) en vreugde (om te laten zien dat je je goed voelt).
8. Leer je kind dat het zinvol is om over je gevoelens te praten. “Ik zie dat je boos bent, wat is er gebeurd?”
9. Wie bij zichzelf merkt dat hij of zij zich niet kan beheersen en op het boze kind altijd zelf ook reageert met lichamelijke agressie, zoekt best hulp. Het kan best zijn dat jij zelf in je jeugd geleerd hebt om boosheid af te reageren op een ander.

# Mijn kind bijt andere kinderen



**"Het is belangrijk positief gedrag van je kind te bevestigen. Zo stimuleer je het dat gedrag te herhalen en niet het bijten"**  
  
Mijn zoontje van zeventien maanden bijt in het kinderdagverblijf regelmatig andere kinderen. Is zijn gedrag wel normaal? En vooral, hoe moet ik daarop reageren?  
  
"Rond veertien, vijftien maanden komen kinderen in de peuterpuberteit. In die fase is het niet zo uitzonderlijk dat ze andere kinderen slaan, schoppen of zelfs bijten. Dat is dikwijls een gevolg van de frustraties waarmee de peuterpuberteit voor de meeste kinderen gepaard gaat. Ze zijn op een leeftijd gekomen dat ze al bepaalde dingen willen, maar nog niet kunnen en dat maakt hen vaak heel boos. Of ze willen hun willetje opleggen aan andere kinderen, maar merken dat dat niet altijd het verhoopte resultaat oplevert. Kinderen die nog niet voldoende in staat zijn om die boosheid en frustraties verbaal te uiten, omdat ze daarvoor nog niet taalvaardig genoeg zijn, zullen dat soms op een fysieke manier gaan doen. Bijvoorbeeld door anderen te bijten. Soms kan bijten ook puur imitatiegedrag zijn, bijvoorbeeld wanneer ze andere kinderen in de crèche dat zien doen. Of gewoon een manier om aandacht te vragen. Ze hebben één keer iemand gebeten, merkten dat daarop gereageerd werd en dat ze plots veel aandacht kregen en dus doen ze het opnieuw op een moment dat ze aandacht willen."  
"Wat ook de reden is waarom je kind bijt, het is essentieel dat je als ouder onmiddellijk, kordaat en consequent op dit gedrag reageert. Het is belangrijk te weten dat een peuter nog niet beseft dat hij andere kinderen pijn doet als hij hen bijt of slaat. Hij kan zich nog niet in een ander verplaatsen, beschikt nog over onvoldoende inlevingsvermogen. Leg hem dus uit dat bijten niet kan, dat hij daarmee andere kinderen pijn doet, en leer hem op een andere manier conflicten op te lossen. Bijt je kind bijvoorbeeld een ander kind omdat het net dat speelgoed wil waarmee de ander aan het spelen is, ga dan naar je kind toe, kniel op ooghoogte, kijk en raak het aan en zeg op een duidelijke en besliste manier: 'Jantje, bijt Tine niet. Je mag met deze auto spelen.' En als hij dat vervolgens doet, geef hem dan ook een complimentje. Dat laatste is ontzettend belangrijk. Niet alleen je kind aanspreken op zijn negatieve gedrag, maar ook zijn correcte gedrag bevestigen. Op die manier zal je je kind aanmoedigen om dat laatste te herhalen. Leer je kind vervolgens ook een ander kind lief over het gezicht te aaien of een zoentje te geven. Zo oefen je het om zachtaardig te zijn in plaats van andere kinderen pijn te doen."  
"Ten slotte nog dit. Soms stellen kinderen aan zichzelf heel hoge eisen, willen ze dingen die ze nog niet kunnen en raken ze daardoor gefrustreerd. Maar ook te hoge verwachtingen van ouders kunnen aanleiding geven tot dergelijke gevoelens van boosheid en frustratie. Stel geen te hoge eisen aan je kind, verwacht bijvoorbeeld niet van een kind van anderhalf dat het langer dan twintig minuten stil blijft zitten aan tafel of van een kind van twee dat het spontaan zijn speelgoed met andere kinderen deelt. Want hoe meer je je kind frustreert, hoe groter het risico dat het die frustratie op een fysieke manier zal uiten en gaat schoppen, bijten of slaan."  
  
Door Caroline De Ruyck en Veerle Maes mmv Anne Aelvoet, opvoedingsconsulente bij Kind & Gezin  
Goed Gevoel, april 2008

Bijtgrage kids

*‘Toen onze Mop een Mopje was, was-ie aardig om te zien.*

*Nu bromt hij alle da-hagen en bijt nog bovendien...’*

Dit kinderliedje is een klassieker bij jong en oud. Maar het zijn niet alleen ondeugende

hondjes die hun tanden laten zien. Ook heel wat peuters in de opvang gaan door een heuse

“bijtfase”. Erg vervelend voor alle betrokkenen, dat wel. Maar is het ook verontrustend?

En hoe ga je er op de werkvloer mee om?

Waarom bijten peuters? Omdat het net zoals slaan, krabben,

duwen en ander agressief gedrag tot hun normale ontwikkeling

behoort. Peuters zijn volop op zoek naar zichzelf en

hun plaatsje in de wereld. Ze willen alles zelf doen, maar

beschikken over beperkte vaardigheden. Ze zitten dan ook

boordevol frustratie. Aangezien ze die nog niet voldoende

verbaal kunnen uiten, doen ze dit vooral fysiek. Soms is bijten

ook een manier om de aandacht te krijgen. Eén flinke hap

en peuterlief staat gegarandeerd in het middelpunt van de

belangstelling.

**Een uitweg voor spanning**

Bijten is niet de schuld van een kind, het overkomt hem. Je

kunt bijten het best vergelijken met een opgekropte spanning

die een weg naar buiten zoekt. Eén troost: het bijten gaat

vanzelf over als je er gepast op reageert. Als een kind groter

wordt ontdekt hij andere, aanvaardbare manieren om spanning

te uiten. Hij kan bijvoorbeeld over zijn gevoelens praten,

met de woordjes die hij al kent.

Denk er ook aan dat een kind niet alleen uit frustratie of agressie

bijt. Misschien wil hij soms afrekenen met dat vervelende

gevoel van doorkomende tandjes. Of misschien

is hij tijdens het ophaalmoment zo enthousiast om je terug te zien, dat hij bij het knuffelen

zijn tandjes in je wang zet.

Agressief gedrag is eigen aan de peuterleeftijd, maar dat betekent

niet dat je het moet toestaan in de opvang. Maak er

kordaat en rustig een einde aan. Bijt zeker nooit terug, ook

niet zachtjes. Een peuter leert op die manier niet dat je iemand

pijn doet wanneer je iemand bijt: daarvoor is zijn inlevingsvermogen

onvoldoende ontwikkeld.

**Wat in de opvang?**

Beschuldig een kind niet of vereenzelvig hem niet met zijn

bijtgedrag. Niet het kind is stout, maar het bijten is verkeerd.

Wat kun je dan wel doen in de opvang?

• Reageer onmiddellijk op het bijtgedrag van een kind. Zeg

duidelijk dat hij het andere kind heeft pijn gedaan en dat

dit niet mag.

• Licht toe dat hij zich wél boos of gefrustreerd mag voelen.

Zet hem eventjes apart. Herhaal dit telkens wanneer het

kind bijt.

• Troost het slachtoffer. Gebeten worden doet pijn en is niet

leuk.

• Observeer kinderen die bijten. Wanneer doen ze het?

Vermijd deze situaties zo veel mogelijk, zodat de verleiding

minder groot wordt om te bijten.

• Leer kinderen hun gevoelens benoemen.

• Blijf kalm. Herinner jezelf eraan dat het kind geen schuld

draagt en dat bijten tot een normale ontwikkeling

behoort. Je zult er sowieso opnieuw mee geconfronteerd

worden in je opvang.

• Toon begrip voor de emoties die het bijtgedrag bij de

ouders van de kinderen teweegbrengt.

ook discreet. Ik zeg nooit wie

gebeten heeft: dat is te beschuldigend. We weten