

Inleiding van het boek "Zelfverzekerd jouw kind opvoeden."

Onder opvoeden verstaan we: "het bewust en onbewust beïnvloeden van de ontwikkeling van een kind, zodat hij/zij zich kan gedragen volgens de normen en waarden van de omgeving". Hierdoor kan een kind voor zichzelf opkomen, verantwoordelijk, zelfstandig en met zelfvertrouwen functioneren in de maatschappij.

Opvoeder ben je tot jouw kind ongeveer 18 jaar is, daarna vervalt deze rol, echter de rol van ouderschap vervalt echter nooit! Dat ben je vanaf de conceptie tot zelfs na de dood.

Het is toch bijzonder, dat wanneer je naar een baan solliciteert er van je verwacht wordt dat je kennis hebt van het beroep, weet welke rollen er zijn en welk gedrag er past, binnen het bedrijf waarin je gaat werken. Je hebt bepaalde vaardigheden nodig om het werk te kunnen uitvoeren. Voor het beroep "ouderschap" heb je dit allemaal niet nodig.

"Ouder" zijn is een vak apart. Je hebt er niet voor geleerd en je hebt er geen certificaat of diploma voor gekregen. Al decennia wordt er gedacht dat iedereen die een kind krijgt, het van nature in zich heeft om ouderschapstaken uit te kunnen voeren, omdat je kunt putten uit de bron van jouw eigen opvoeding. *Maar is dat voldoende voor jou?*

En wat als jij het totaal anders wil doen, dan hoe jij bent opgevoed?

Opvoeden is soms lastig en ingewikkeld maar tegelijkertijd ook mooi en ontroerend.

Factoren die het opvoeden van jouw kind beïnvloeden:

- jouw persoonlijkheid als opvoeder;
- jouw eigen opvoeding;
- jouw wensen, idealen en ideeën hoe jij een bijdrage wilt leveren aan de ontwikkeling jouw kind;
- jouw eigen normen en waarden;
- de omgeving waarin jouw kind opgroeit.

In het eerste gedeelte van het boek wordt er ingezoomd op nature. Je mag dan eerst naar jezelf kijken, waardoor jij jouw kind nog beter leert kennen. Jouw kind is immers een uniek mens, met 50% DNA van jou en 50% DNA van jouw partner.

In het 2^e deel wordt er ingezoomd op nurture. Hier kun jij, eventueel samen met jouw partner, met de kennis, inzichten en handvatten een model maken wat de basis wordt, om jouw kind zo goed mogelijk en met de beste intentie te verzorgen, te begeleiden en te laten ontwikkelen.

Soms worden er vragen gesteld om over na te denken of geef ik tips om jou nog beter te helpen bij het maken van keuzes. **Jij bepaalt wat je ermee doet!**

Voor je begint met het maken van de gebruiksaanwijzing, moet je weten dat de perfecte vader of moeder niet bestaat. Ik weet nu, achteraf, dat je mag leren van "fouten" die je maakt. Toegeven dat je "iets" niet zo goed hebt gedaan, omdat je niet beter wist of omdat er onbewust iets jouw gedrag beïnvloedde, is helemaal niet erg. Het maakt de band met jezelf, jouw partner en jouw kind alleen maar sterker. Jij bent ook maar een mens en geen robot.

Vraag 1.

Waarom wilde jij vader of moeder worden?

Waarom wilde jij een kind op deze wereld zetten?

Waarom wilde jij jouw DNA doorgeven aan een nieuw individu?

Wat de reden ook is, wanneer je de beslissing om ouder te worden met de beste intentie hebt genomen, is het de juiste beslissing. Besef wel dat jij vanaf nu, zal moeten leven met deze beslissing en dat je vanaf nu, overall verantwoordelijk voor bent. Je mag jouw kind, jouw beslissing, nooit verwijten.

Ik weet nog, dat toen ik zwanger was van de oudste, ik de opvoeding anders wilde doen dan mijn ouders het hadden gedaan. Omdat ik nu, achteraf weet hoeveel invloed mijn keuzes hebben gehad op de opvoeding, besloot ik dit boek te schrijven om jou te helpen, zodat jij de juiste keuzes kunt maken, die een positieve invloed hebben op het geluk van jouw kind.

Keuzes maken, we doen het elke seconde, elke minuut, elk uur van de dag, vaak onbewust. De keuzes die je maakt zijn niet voor eeuwig! Je hebt elke keer opnieuw, de mogelijkheid om een nieuwe keuze te maken, met het inzicht dat je hebt gekregen door de eerder gemaakte keuze.

Als je eerlijk bent tegen jezelf, dat het niet zo'n goede keuze was en wanneer je er iets mee doet om het te verbeteren of op te lossen, dan is een keuze geen verkeerde keuze maar een leerdoel. Je hoeft jezelf niet op de kop te geven, verdrietig of boos te worden na het maken van een keuze die niet goed is uitgevallen. Je mag in alle rust en vertrouwen een nieuwe keuze maken.

Achter elk gedrag wat iemand laat zien schuilt iets. Als therapeut besef ik dat maar al te goed. Ik geloof 100% dat iemand die zijn kind pijn doet, dat niet expres doet. Ik weet dat die persoon niet beter weet, ziek is, een trauma heeft opgelopen in zijn/haar jeugd of omdat het in de genen zit. Dit wil niet zeggen dat ik het gedrag goedpraat!

Helaas kwam mijn wens, mijn gedachte om het anders te doen niet uit. Niet omdat ik het niet wilde of mijn best niet heb gedaan, maar omdat mijn onbewuste pijnen en trauma's steeds opspeelde en de regie van mijn bewustzijn overnam.

Uit onderzoek is gebleken dat ouders: *of* hun kinderen opvoeden, zoals ze zelf zijn opgevoed *of* dat ze het totaal anders doen en doorslaan naar de andere kant en gaan overcompenseren.

Wanneer iets niet bekend is gaat ons hoofd, de amygdala, ons tegenhouden en hetzelfde oude gedrag laten zien omdat het veilig en bekend is. Hierdoor gaan ouders hun kind geven wat ze zelf nodig hadden en zichzelf helen ten koste van de ontwikkeling van hun unieke kind.