

VAN SWANGERSKAP TOT GRAAD 1

Baba & Kleuter

Hoekom smag kinders na suiker?

Patricia en haar sterretjie

SWANGERSKAP

- Induksie
- Fetusfeite
- Keiserfoto's

A-Z van peuterdisipline

JOU persoonlikheid vorm jou kind

Klub vir ouers

September 2008, Uitgawe 110
R23,50 (BTW ingesluit)
Buiteland: R20,61 (BTW uitgesluit), Namibië: NS23,50



Groot Eksperiment:

Terug na lapdoeke



Sluit aan vir hope voordele en besparings

'n Ma met 'n

persoonlikheid

Elkeen van ons is geseën met 'n unieke persoonlikheid en dikwels kom dié persoonlikheidstrekke juis vorendag sodra die groot taak van kinderopvoeding op ons pad kom. Onthou, jou persoonlikheid speel beslis 'n groot rol in die vorming van jou kind s'n.

Terésa Coetzee

KOM JY SOMS met 'n ruk tot stilstand en wonder waarom jy optree soos jy optree? Raak jy soms moedeloos omdat dit voel asof jy net nie die mas opkom met al die hoë vereistes wat die lewe aan jou stel nie? Jou persoonlikheid en die manier hoe jy ouerskap benader, het dalk baie meer met dié gevoelens te make as wat jy mag dink. Jou persoonlikheid gaan bepaal hoe jy die opvoeding van jou kinders gaan hanteer. Hoe jy (en hulle later) na die wêreld gaan kyk en hoe jy (en hulle later) die dinge en situasies gaan hanteer wat op hul pad kom. Ons het vier tipe ma's uitgesonder en hoewel

ONTHOU:
Ons almal is uniek en géén ander ma gaan presies soos een van die volgende moeders wees nie. Die goue middeveg is om 'n balans te vind tussen die vier persoonlikhede. Glo in jou instinkte en gaan voluit vir jou rol as ouer!

jy dalk nie presies soos een van hulle is nie, mag jy dalk oor 'n meerderheid van dié karaktereenskappe beskik.

Volgens Liesl van der Sandt, spelterapeut en maatskaplike werker by die kindertraumakliniek in Pretoria moet 'n mens van die uitgangspunt uitgaan dat elke ma net die beste vir haar kind wil hê. As jy byvoorbeeld neig om 'n perfeksionistiese ma te wees, is dit omdat jy regtig hoë eise aan jouself stel om net die beste vir jou kinders te gee. Alles moet perfek wees, volgens jou eie vooropgestelde idees.

Die wete dat jou kind goeie en slegte dinge op sy lewenspaadjie gaan ervaar, maak dat ons graag ons kinders lewensbestand wil grootmaak. ➔

Petronella was haar lewe lank 'n presteerder. Sy is in beheer van haar lewe. Wat haar loopbaan betref het sy vinnig die leer van sukses geklim. En toe sy die dag besluit om kinders te hê, was sy oortuig dat sy dié lewenstaak ook perfek sou aanpak.

Maar nou, 'n paar jaar later voel sy soms oorweldig deur al die eise wat die lewe aan haar stel. Sy het intussen weer begin werk, maar soms wil sy in 'n bondeltjie opkruel en uitbars in trane omdat sy tot haar eie ontnugtering besef dat al probeer sy hoe hard, sy nie alles presies reg kan doen nie.

Eienskappe van die perfeksionis-ma:

Hierdie ma het gewoonlik vaste en onbuigsame opinies of reëls. Sy beoordeel haar kind se gedrag en soms wil sy dit selfs reguleer en domineer. Soms sukkel sy regtig om af te daal na haar kind se vlak toe. Sy vind dit moeilik om met haar kind te gesels of na hom te luister en daarom kry die kind ook selde geleentheid om sy standpunt te stel. Dié mamma se nee bly haar nee. Sy is geneig om besluite vir haar kinders te wil neem, alles moet geskied volgens wat vir die ma korrek en aanvaarbaar is. Sy plaas boonop baie druk op haar kind om aan te pas by haar lewenstyl. Sy het 'n vaste roetine uitgewerk en sy verwag van haar kind om daarby in te val. Omdat die ma 'n presteerder is, verwag sy ook van haar kind om een te wees en sy sal druk op haar kind plaas om te presteer.

Voordele van perfeksionis wees:

Ongelukkig plaas perfeksionisme baie spanning op jou as ma. Maar ook op jou man en jou kinders. As jy egter 'n perfeksionis is wat jousef dwing om meer buigsaam te wees, kan die reëls en roetine wel vir jou kind struktuur en sekuriteit bied. Vir 'n klein kind wat struktuur en sekuriteit nodig het, kan 'n effe buigsame perfeksionistiese ma se roetine vir die kind 'n mate en gevoel van beheer skep binne die roetine, sodat sy weet 'dit is my eettyd, badtyd en dit is my slaaptyd'. Hierdie persoonlikheidsstipe is gewoonlik goeie beplanners. Die positiewe is verder dat wanneer alles wel vlot verloop, voel die perfeksionistiese ma baie gelukkig. Mamma se "beheer oor haar lewe" laat die kinders rustig voel solank alles vlot verloop. Die perfeksionistiese ouers se kind vaar in meeste gevalle gewoonlik goed op skoolgebied.

Nadele van perfeksionis wees:

Hierdie ma's ervaar hoë spanningsvlakke as dinge nie by hul leefwêreld inpas nie, byvoorbeeld as die kind ewe skielik siek word. 'n Gevoel van "ek moet by my werk, my huishouding, my kind en my sosiale aktiwiteite bybly", kan angstigheid skep. Indien ma nie by alles kan uitkom nie, ervaar sy 'n totale gevoel van buite beheer wees. Soms voel hierdie ma soos 'n totale mislukking! Sodra haar wêreld nie perfek funksioneer nie, ervaar sy gevoelens van ontoereikendheid, minderwaardigheid, gefrustreerdheid en moontlik skaamte omdat sy dalk ander se hulp moet vra en gewoon is om op haarself te steun. Die kind ervaar gevoelens van ontoereikendheid, minderwaardigheid en skaamte. Die kind kan spanning- of angsprobleme ontwikkel; hy of sy sukkel dalk om vol te hou by mamma se pas en is onseker oor homself. Die kind leer om oormatig van ander afhanklik te word en is bang om verantwoordelikheid te neem of te aanvaar. Sukses moet gewaarborg wees voordat die kind uitdagings aanpak.

Die perfeksionis en haar kinders:

Die perfeksionistiese ma heg 'n hoë waarde aan gehoorsaamheid by haar kinders. Hierdie ma sal nie met haar kinders rede- neer of in gesprekvoering betrokke raak nie. Sy sal nie verduidelik hoekom nie, want haar "nee, bly haar nee". Sy het of skep hoë verwagtinge by haar kinders, dat hulle moet presteer by die skool of in buitemuurse aktiwiteite. Besluite word meestal vir die kind geneem. Die kind leer nie beheer aan deur keuses uit te voer nie. Die perfeksionistiese ma se kinders moet by haar lewenstyl aanpas, sodat alles haar kan akkommodeer in haar besige program.



Petronella Perfeksionis

As kind het **Nelie** dit nie maklik gehad het; haar pa is vroeg dood en haar ma moes alleen die mas opkom met vier kinders. Sy ken van swaarkry. En sy weet dat die lewe die manier het om klappe uit te deel, sonder dat 'n mens dit noodwendig verdien. Tot vandag toe voel Nelie maklik negatief oor goed. Sy twyfel dikwels in haar eie vermoëns, sy is skepties as mense haar komplimenteer en sy dink nie sy is 'n goeie ma vir haar kinders nie. Sy twyfel of haar kinders normaal gaan wees.

Eienskappe van 'n negatiewe/pessimistiese ma:

Ongelukkig straal hierdie ma met haar liggaamstaal bitter min lewensvreugde uit. Negatiewe ouers vergelyk graag hul kinders met ander ouers se kinders en sien net hoe hul kinders te kort skiet. Die gevolg is dat hulle baie van die klein vreugdes van ouerskap mis. Hierdie ma maak dikwels die fout om negatiewe gesprekke te voer voor haar kinders – "ek weet nie wat van hierdie land van ons gaan word nie."

Hoekom is negatiewe so sleg?

Negatiewe bring spanning by 'n mens mee en dit kan jou gesondheid baie nadelig beïnvloed.

Het jy al gesien hoe 'n persoon wat altyd negatief of pessimisties is se gesig begin vorm aanneem daarvolgens en sy hele liggaamshouding negatiewe uitstraal. Dit maak dat ander mense nie naby daardie persoon wil kom nie, of enigsins gesprekke wil aanknoop met daardie persoon nie, want dit gaan net afbrekend wees.

As 'n mens net negatief en pessimisties is, mis jy uit op soveel spesiale oomblikke in die lewe wat om jou gebeur, want jou uitkyk versuur alles. Jy steel ook ander se vreugde met jou uitkyk.

'n Negatiewe ma en haar kinders:

Hierdie ma is gewoonlik só vol van haar eie negatiewe dat sy nie ingestel is op haar eie kinders se behoeftes en emosies nie. Sy is soms nie eens bewus daarvan nie.

In plaas van om haar kinders bystand te gee in tye wanneer hulle opgevang word in hul angste en vrese, kan sy net op haarself fokus of die situasie vererger. Soms maak sy haar kinders se emosies af as minder belangrik te wees.

Die kind van die negatiewe of pessimistiese ma gaan nie leer hoe om met emosies soos vrese, angste en aggressie te werk nie, want hy of sy kan nie binne die ma-kind verhouding daarmee omgaan nie. Die kind kan ook moontlik negatiewe selfgesprekke aanleer, byvoorbeeld. "Dit is te moeilik om te doen, ek kan nie, ek moes nie hier gewees het nie!"

'n Negatiewe ma kan die manier hoe haar kind sosialiseer, beïnvloed. Gelukkig is nie alle negatiewe ma's se kinders ook negatief nie. Dit hang van ander invloede wat 'n rol in die kind se lewe speel, byvoorbeeld die pa, die ouma en oupa, sy maatjies en sy skool. Die kind kan dalk 'n groot optimis wees. →

Negatiewe Nelie



Hanna gee nie 'n hel om nie (Die "Happy go lucky" ma)

Hanna is 'n baie eksentrieke wese en sy het haar nog nooit laat voorskryf deur die reëls en regulasies van die lewe nie. Sy is 'n regte dromer en kunstenaar – sy haat enige vorm van roetine en sy neem baie maklik waaghalsige, impulsiewe besluite.

Haar beste eienskap is dat sy glad nie vinnig paniekerig raak nie. Haar slegste eienskap is dat sy graag haar kinders by haar gewillige vriendinne, skoonma, kennisse of wie ook al sal gaan aflaa. (Toe die nood eenkeer gedruk het, het sy hulle selfs alleen by die huis gelos.)

Hanna vat nie haar kinders vir elke bakatel dokter toe nie, hoewel sy eenkeer groot geskrik het toe 'n gewone verkoue wat sy bietjie afgeskeep het, omgesit het in longontsteking!

Eienskappe van die "happy go lucky" ma

Ongelukkig het hierdie ma geen begrip van die waarde van roetine in haar en haar kinders se lewe nie.

Haar beroep of plesier kom soms voor die pligte van moederskap.

Sy sukkel soms om te prioritiseer en beplan nie vooruit nie.

Sy vat die dag soos hy kom.

Kinders se belange en behoeftes is soms 'n bysaak wat sy rondom sal werk. Sy lewe vir die oomblik!

Mamma tree soms emosioneel en fisies nalatig op "in die oomblik" ten opsigte van die kinders se beste belang.

Hierdie ma's misbruik soms mense se goedheid.

Dalk was sy nog nie gereed vir swangerskap nie en het sy nie geweet wat die pligte van ouerskap behels nie.

En die voorbeeld van ouerskap wat haar eie ma gestel het, was nie ideaal nie.

Voordele van hierdie "happy go lucky" ouerskapstyl

Die ma trek meestal die voordeel uit hierdie ouerskapstyl, maar gelukkig kan die kind moontlik leer hoe om maklik aan te pas by verskillende mense en van vroeg af goeie sosialiseerders wees.

Nadele van die ouerskapstyl:

Daar is vir hierdie ma se kind geen struktuur of roetine nie, en dit is binne 'n gestruktureerde verhouding waar 'n kind meestal liefde en fisiese en emosionele versorging ervaar.

'n Sterk moeder-kind verhouding sal baie moeilik vorm, as ma ouerskap as net "Happy Go Lucky" ervaar!

Die kind se konsep van gesag word versteur.

Hierdie kinders word dikwels nie aan regverdige en logiese reëls blootgestel nie en presteer ook nie altyd so goed op skool nie.



OLGA OORBESKERMEND

Die oomblik toe **Olga** se pasgebore baba in die holte van haar arm plekgevind het, het sy besef haar doel hier op aarde is om hierdie wesentjie te beskerm teen al die aanslae van die lewe. En as sy kon, het sy hierdie klein bloedjie toegevoeg in watte om hom teen al die gevare van die lewe te beskerm. Sy weier dat haar kind vir 'n halfuur by selfs haar beste vriendin gaan bly – selfs al het sy 'n krisis. Haar kind het nog nooit by 'n maatjie gaan speel nie en boonop moet sy op haar tande kners om nie daadwerklik op te tree as ander kinders dalk 'n bietjie rof met hare speel nie.

EIENSKAPPE VAN 'N OORBESKERMENDE MA:

Hierdie ma sien net gevare raak in alle situasies waaraan die kind blootgestel kan word en daarom verhinder sy haar kinders om aan sekere aktiwiteite deel te neem. In die proses ontnem sy hom ongelukkig ook van talle belangrike ontwikkelingsmylpale. Sy laat nie haar kind self keuses maak nie.

Sy sien haar ouerskap as net haar rol (die pappa is dalk bietjie onbetrokke) en sy is geneig om haar kind se vryheid weg te neem.

IS DAAR VOORDELE AAN OORBESKERMING?

In vandag se gevaarlike tye is dit amper realisties om meer oorbekermend te wees; kinders kan immers nie meer vrylik rondbeweeg nie. Hierdie ma weeg oorsaak en gevolg teenoor mekaar op.

Deur gewoon net baie lief te wees vir jou kind laat jy jou kind steeds toe om ingeligte besluite te neem, en die gevolge daarvan te dra. Maar deur net oorbekermend te wees, kan jy jou kind dalk versmoor in die baie watte waarin jy haar toedraai.

As die kind 'n kleuter is, is dit goed om streng grense te stel binne 'n roetine, vir aanpassing later in die samelewing. Die kind ervaar 'n sterk gevoel van emosionele en fisiese versorging as jong kind. Die kind leer wat reg en verkeerd is as die oorbekermende ma buigsam is en verduidelik hoekom sy nie wil hê dat hy of sy byvoorbeeld te hoog op die speelraam klim nie.

NADELE VAN 'N OORBESKERMENDE MA:

Op enige ouderdom ná kleuterjare is te streng grense binne 'n te streng roetine, sonder buigsamheid, nie so goed vir latere aanpassing in die samelewing nie – die kind in sy middelkinderjare wil aan meer keuses blootgestel word binne die struktuur wat die ma skep. Die ouer kind ervaar versmoring binne 'n oorbekermende verhouding met die ma, en smag soms na eie keuses en begin soms rebel-leer teen die oorbekerming.

Die kind sukkel soms om maats te maak, omdat hy weerhou was van aktiwiteite waar daar juis maats gemaak kon word. Hy begin soms self later let op gevare rondom hom en dit wek angstigheid. Hulle is ingestel op "wat kan verkeerd gaan as ek dit doen," met ander woorde negatiewe uitkomst.

Hulle verwyrt die ouer as dinge vir hulle skeef loop. BK

Bronne: Carl Honré se *Under Pressure, Rescuing our children from a culture of hyper parenting*. Orion Books 2008.

Margaret Fourie se *Positiewe Ouerskap, die rol van kommunikasie in die gesin*. Metz Press, 2008.