

## Praten

Elisabeth

Bijna alle ouders twijfelen zo nu en dan of ze het allemaal wel goed doen. Ook Annelies Wiersma vroeg zich dit af toen haar zoontje twee jaar oud was. Na een tip van haar zus verdiepte ze zich in de deugdenleer van de Canadese psychologe Linda Kavelin Popov. Inmiddels geeft Wiersma diverse workshops over deze opvoedmethode en schreef ze er een boek over: 'Haal het beste uit je kind én jezelf'.

# Opvoeden is geen eenrichtingsverkeer



'Mijn eerste kind was ook zo'n leuke steentje. Hij wilde behulpzaam en zelfstandig zijn, maar dat bleek

me dat niet goed uit te werken. Ik zijn alleen vrolijk de grond in, boeien. Het was ik en jammer! Mijn zus heeft de vragen waarom ik vertelde en stuurde mij het grote deugdenboek van ouders en kinderen van Linda Kavelin Popov. Ik ben er in begonnen en het

leek me wat meer los gelaten. Het was er in sprong en te lezen hoe belangrijk een deugd en gebod is in de relatie tussen ouder en kind'.

### Karakterverving

De deugdenleer gaat uit van een groot aantal deugden, van verantwoordelijkheid en moed tot enthousiasme en behulpzaamheid. Wiersma: 'Het is een manier om kinderen te begeleiden bij hun karakterverving. De deugdenleer gaat er vanuit dat iedereen over alle eigenschappen beschikt, maar niet in gelijke mate. Het zijn de verschillen van je karakter. Het ene kind is wel geduldig, het andere vooral heel assertief en weet een ander heel anders te domineren. Als ouder kun je je kinderen begeleiden in het ontwikkelen van de eigenschappen.'

Na het lezen van het deugdenboek legde Wiersma haar driejarige zoontje de betekenis van gebod uit. En moesten ze het lang rij, ze bleef het woord vervolgens onbegrepen gebruiken. 'We hebben er mij had geroepen, dat zei ik dat ik het goed vond dat hij zoveel gebod had gehad. En hij wist dat hij me vragen en

een beetje gebod bleef ook wel duidelijk over te komen dat een gebod was als "leer nou van je".'

*'Je legt altijd uit hoe je iets bedoelt. Dat wordt alleen "wat ben jij vast-kennend", maar ook waarom je dat wilt'*

Nag een voorbeeld. Een kind dat overtuigd van de moed, welke deugd, hoe de suggestie dat je bij bent met zijn enthousiasme, maar daarbij niet vergeet dat je ook rekening kunt houden met anderen. Dat je gebod kunt hebben

ook wel anders met jou te maken. Dat bevestig je ten eerste een nieuw eigenschap in je kind en een tweede heb je het de eigenschappen van die het verduidelijken. Uitendelijk geeft dat een signaal aan kinderen ouder en kind.

### Oubollige woorden

De meeste en volgens sommige mensen zelfs oubollige woorden waarmee de deugden worden omschreven, zijn volgens Wiersma vooral een kwestie van woorden. Na een tijdje gaat het helemaal automatisch en merk je dat je de deugdenleer verself gebrukt. 'Voor kinderen ligt het anders. Die hebben nog niet eens de kans gekregen een negatieve associatie op te bouwen met deze woorden. Voor hen zijn het gewoon nieuwe woorden waarmee ze omvergaan zijn.'

Daarbij zijn de woorden natuurlijk inderdaad belangrijk dat hun inhoud. 'Je hebt vast aan de kern van het woord', aldus Wiersma. 'Je legt altijd uit hoe je het bedoelt hebt. Dus moet alleen "wat ben jij vast-kennend", maar ook waarom je dat vindt. Dat zorgt dat je bij voorkeur woorden niet vergeet, omdat je daarmee suggereert

dat je kind dat altijd is. Je kunt daarmee beter zeggen dat je merkt dat het niet alle gedrag voortvarendheid dat zijn. Het is ook heel leuk om dat soort eigenschappen te leren merken. Zowel bij je kind als bij jezelf. Want ook zelf leer je dankzij de deugdenleer veel te weten over jezelf. Opvoeden is helemaal geen eenrichtingsverkeer van ouder naar kind. Ik heb mijn boek niet voor niets de titel gegeven "Haal het beste uit je kind én jezelf".'

### Concreet

Naar Wiersma ook vorig verhoop had in de deugdenleer van Linda Kavelin Popov is ze zelf ook cursussen en workshops gaan geven. En ze schreef een boek waarin de deugdenleer op een praktische manier wordt benadrukt. 'Wiersma: 'Tijdens de cursussen die ik gaf hoorde ik van veel mensen dat ze het toch nog best moeilijk vonden. Want of woorden de deugden uitgebreid bespreken in het grote deugdenboek, je moet daarin ook een weg kiezen. Daarbij help ik met dit boek wel concrete voorbeelden van cursussen en vooral ook de opvoeding van mijn eigen zoon'.

### Book en cursus

Annelies Wiersma schreef het boek 'Haal het beste uit je kind én jezelf' dat is uitgegeven door ACT en Vitae. ISBN 978-90-533-810-9-9. [www.act.nl](http://www.act.nl). Voor meer informatie over Annelies Wiersma, cursussen en andere boeken kun je kijken op [www.annelieswiersma.nl](http://www.annelieswiersma.nl).