

**Hoe kry ek my kinders om te luister die eerste keer as ek praat?**

Of jou kind afskakel as jy ‘n opdrag gee, dat speelgoed opgetel moet word of aanhou om sy boetie te slaan wanneer jy al gesê het hy moet ophou, kan vir jou moedeloos laat.

Dikwels ding jy mee met TV programme en ander afleidings om jou kind se aandag te kry. Dan is hulle nog geneig om selektiewe gehoor ook te hê.

Kom ons maak ‘n paar eenvoudige veranderinge aan die manier waarop ons opdragte gee.

* Moet nie op jou kind skree nie.
* Raak ontslae van afleidings voordat jy ‘n opdrag gee. Sê bv.: “hou gou op om te speel”, “sit die pop neer”.
* Nadat aandag gevestig is, maak oogkontak, gee jou opdrag duidelik en vra dat hulle dit moet herhaal. Vir kinders met ADHD help dit soms as jy aan hulle hand of skouer vat as jy die opdrag gee.
* Indien hulle nie die eerste keer luister nie, sê dat jy hulle voorregte gaan ontneem. Die pop weg vat of waarmee gespeel is weg neem.
* Onthou jy vra nie of jou kind dit wil doen nie, jy gee ‘n opdrag. “Help my asseblief om die sokkies op te tel”, gee kinders opsie om “nee” te sê. “Tel asseblief die sokkies op.”
* Gee jou kinders 5 minute waarskuwing: “Ons eet oor 5 minute.” In plaas van “kom eet nou!” Na die 5 minute gaan jy terug en sê: “kom ons gaan nou lekker eet.”. So leer ons hulle op ‘n respekvolle manier.
* Gee ook vir jou jonger kinders slegs een opdrag en wag dat hulle dit voltooi voor jy die volgende een gee.
* Versterk goeie keuses. Prys jou kind: “jy het die sokkies so vinnig opgetel toe ek jou gevra het.”
* Verskaf gevolge vir slegte keuses, as jou kind nie jou opdrag uitvoer nie. Sê: “As jy nie dadelik die sokkies optel nie, sal ek jou kar/pop vat en jy gaan die res van die dag nie daarmee kan speel nie.”
* Indien jou kind nóg steeds nie gehoor gee aan jou opdrag nie, ontneem hom/haar van ‘n voorreg vir 24 uur.
* Met konsekwente optrede behoort jou kind jou opdragte uit te voer.