



Opvoedtips

Tips voor positief opvoeden

Elk kind heeft aandacht, rust, regelmaat en duidelijke grenzen nodig om zich goed te kunnen ontwikkelen. Positieve opvoeding helpt je kind groeien tot een zelfverzekerde volwassene.

Hoe geef je positieve aandacht?

› Geef aandacht en complimenten

Prijs je kind voor goed gedrag en laat zien dat je trots bent. Ook als iets niet helemaal lukt.

› Rust en regelmaat

Een vaste dagindeling en genoeg slaap maken je kind blijer en rustiger.

› Stel grenzen

Maak duidelijke regels (5 tot 7 regels) en leg uit waarom ze belangrijk zijn. Wees strikt én geef zelf het goede voorbeeld.

› Wat als het misgaat?

Herinner je kind aan de regels. Blijf rustig en bied een passende oplossing.

Zorg goed voor jezelf. Dan kun je je kind beter helpen. Zo wordt opvoeden leuker en gaat het gemakkelijker.

Lees hier meer

Heb je vragen?

Neem contact op met de Jeugdgezondheidszorg van de GGD Zuid-Limburg.

Je kunt ons telefonisch bereiken via 088-880 5044. Voor actuele openingstijden en andere manieren van contact kijk je op onze website: www.ggdzl.nl/jgzcontact