

Hoe help ik mijn kind op de middelbare school?

Natuurlijk zie je je kind graag gelukkig. Dat geldt voor thuis, maar ook op school. Wat kun jij eraan doen dat hij zich op school prettig voelt en goede resultaten haalt?

1. Kijk eerst de kat uit de boom

Houd je kind goed in de gaten; voelt hij zich goed, is hij open over wat hij ervaart, haalt hij goede cijfers? Als dat niet zo is, praat er dan over. Zoek samen een oplossing, en maak daar afspraken over.

2. Vang hem op als hij 's middags van school thuiskomt

Bespreek met hem hoe de dag is verlopen; hoe voelt hij zich, heeft hij vriendjes en vriendinnetjes, kan hij goed meekomen? Stel hem op zijn gemak en biedt hem aan om hem te helpen als hij dat nodig heeft.

3. Creëer een goede leeromgeving

Denk daarbij aan goed meubilair, een opgeruimde werkplek en weinig afleiding. Houd in de gaten of hij echt geconcentreerd met zijn schoolwerk bezig is, en niet met bellen, sms-en, app-en of gamen. Muziek is goed, maar niet te hard en zonder dat er doorheen gesproken wordt.

4. Prijs je kind in plaats van hem te straffen

Praat er met hem over en probeer erachter te komen waarom iets niet goed gaat. Stel vragen in plaats van dingen vast te stellen. Probeer hem op een prettige manier te stimuleren en te helpen, en beloon hem als je vindt dat hij iets goed heeft aangepakt.

5. Houd in de gaten dat het leren en privéleven in balans zijn.

Stress is ook op school niet gezond. Dus help hem met het maken van een planning, waarbij leren en ontspannen in balans zijn. Stimuleer hem ook om regelmatig pauze te nemen.

6. Moedig hem aan om dingen met je te bespreken

Stel je open voor hem, zodat hij, als er dingen niet goed gaan, naar jou toekomt om er over te praten. Je kunt hem alleen helpen als je weet waar hij hulp bij nodig hebt.

7. Let goed op negatieve signalen

Houd je kind wel in de gaten; komt hij vrolijk thuis, vertelt hij positieve verhalen, of is hij timide, vertelt niets, gaat meteen naar zijn kamer, heeft nergens zin in, etc. Praat dan met hem; is er iets aan de hand of wordt hij misschien gepest. Ga daar wel voorzichtig en met respect mee om.

8. Geef hem een hengel, in plaats van elke dag een vis.

Leer en stimuleer hem om na te denken over een oplossing, in plaats van hem de oplossing in zijn schoot te werpen. Maak bijvoorbeeld niet zijn huiswerk, maar leg hem rustig uit hoe hij dat zelf kan doen.

9. Verdiep je in wat hij moet doen voor school

Zorg dat je weet wat hij moet doen en wanneer het af moet zijn (agenda) en hoe hij het moet doen (methode), zodat je weet wat hij doet, hoe hij het doet en of hij het doet. Corrigeer hem door tips te geven: 'Misschien is het een idee om...'