

Boodschappen doen met kinderen: zó blijft het leuk

Grijpgrage handjes die van alles uit de schappen trekken, woedeaanvallen die uitgerekend midden in het gangpad plaatsvinden... Boodschappen doen met een dreumes of peuter kan een heel 'avontuur' zijn.

1. Ga op een rustig tijdstip

Kinderen hebben vaak weinig geduld, dus probeer op een zo rustig mogelijk tijdstip boodschappen te doen. Zo hoef je niet lang met je kind in de rij voor de kassa te staan. En heb je een bescheiden publiek, mocht hij om de één of andere reden een scène schoppen.

2. Stel duidelijke regels op

Wil je graag dat jullie uitje zo gezellig mogelijk verloopt? Maak dan van tevoren wat duidelijke afspraken met je kind. Leg hem bijvoorbeeld uit dat hij dicht bij je in de buurt moet blijven, omdat jullie elkaar anders kunnen kwijtraken. Vraag hem ook of hij zo rustig mogelijk wil lopen in de supermarkt. Het is misschien verleidelijk om te zeggen dat hij overal van af moet blijven, maar zo'n waarschuwing kan bij kleine kinderen juist averechts werken.

3. Maak er een echt uitje van

Jij hebt die boodschappen vast het liefst zo snel mogelijk achter de rug. Maar even snel naar de supermarkt met een peuter werkt meestal niet. Neem er daarom de tijd voor en probeer het een beetje als een uitje te zien. Op die manier voorkom je irritaties bij jezelf als het allemaal wat langer duurt omdat je peuter treuzelt.

4. Maak samen een boodschappenlijstje

Als je graag wilt dat je kind zich gedraagt in de supermarkt, is het belangrijk om hem bezig te houden. Een leuke manier is om hem zelf ook een boodschappenlijstje te geven. Ga samen op zoek naar alles wat er op zijn lijstje staat en laat hem ook zelf dingen pakken. Kinderen vinden het geweldig als ze 'volwassen' dingen mogen doen.

5. Neem een tussendoortje mee

Als kinderen in de winkel iets lekkers zien, stoppen ze het 't liefst meteen in hun mond. Om een woedeaanval om eten te voorkomen kun je daarom het beste zelf wat meenemen, zoals een doosje rozijnen of een cracker. Geef hem dit zodra je de supermarkt in loopt. Zo heeft je kind waarschijnlijk minder oog voor al het lekkers om zich heen.

6. Vertel wat je aan het doen bent

Probeer je kind zoveel mogelijk te betrekken bij het boodschappen doen. Vertel hem waar je naar op zoek bent en waar je naartoe loopt. Zo voorkom je dat hij zich gaat vervelen of om aandacht gaat bedelen.



Bron: Ouders van Nu