



# OMDAT IK DAT ZEG!

WERKT DAT NOG WEL?



*Straffen en belonen – veel mensen voeden hun kind zo op. Maar er zijn pedagogen die een radicaal andere methode bepleiten: gelijkwaardigheid en uitwisseling. “Zeg nou zelf: is hard roepen dat je kind moet opruimen de manier om hem aan het opruimen te krijgen?”*

*Tekst: Renate van der Zee.*

# AFSPRAKEN MAKEN

*is iets anders dan  
regels stellen*

◁ “Je hebt je bord niet leeggegeten, dus krijg je ook geen toetje.” “Als je nú niet stopt met die computer, mag je vanavond niet televisiekijken.” “Weer een onvoldoende omdat je je huiswerk niet hebt gemaakt! Je krijgt geen zakgeld.” Het zijn heel gewone zinnen die ouders bezigen om hun kinderen in het gareel te houden. We hebben ze allemaal wel eens uitgesproken, of in ieder geval variaties erop. Het gaat over straf: geen toetje, geen televisie, geen zakgeld. Deze kleine sancties zijn algemeen geaccepteerd als een welkome hulp bij de opvoeding. Beloning vormt de tegenhanger van straf. We vinden het heel gewoon om onze kinderen te belonen als ze een prestatie hebben geleverd. Er zijn zelfs gezinnen waarin kinderen worden beloond als ze simpelweg hun kamer opruimen. Nuchtere opvoeders zullen dat te ver vinden gaan, maar er zijn weinig ouders die er kwaad in zien als een kind een cadeautje krijgt voor een mooi rapport. Straffen en belonen vormen nu eenmaal de instrumenten waarmee ze hun kinderen proberen bij te sturen. Of om, heel prozaïsch, even rust in de tent te hebben.

## MOTIVATIE VAN BINNENUIT

De laatste jaren is er een tegenbeweging gaande. Er zijn pedagogen die vinden dat straffen en ook belonen onnodig is bij het opvoeden van kinderen. Sterker nog: dat het schadelijk is. Een van hen is de Amerikaan Alfie Kohn, schrijver van boeken en artikelen op het gebied van menselijk gedrag, onderwijs en opvoeden. In zijn boeken *Punished by Rewards* (Gestraft door beloning) en *Unconditional Parenting* (Onvoorwaardelijk ouderschap) wijst hij straffen en belonen af als manieren om kinderen te manipuleren. Het kind wordt daarvoor volgens hem tot een soort huisdier gemaakt dat door de hoepel van de ouder moet springen en vervolgens een koekje krijgt. ‘Straffen en belonen werkt alleen op de korte termijn’, schrijft hij. ‘Door kinderen om te kopen of te dreigen met straf, bereik je dat ze doen wat je wilt, zolang de beloning of de straf blijft komen. Maar meer zal je nooit krijgen.’ Kinderen zouden niet meer

doen dan strikt noodzakelijk om de beloning te krijgen of de straf te ontlopen. Ouders bereiken er volgens Kohn vooral mee dat hun kinderen de motivatie van binnenuit verliezen om iets te doen. Kohn haalt allerlei onderzoeken aan waaruit blijkt dat hoe meer je mensen beloont voor wat ze doen, hoe meer ze de interesse verliezen in die activiteit. Ze richten zich op de beloning en niet meer op de taak. ‘Veel mensen doen dingen omdat ze het leuk vinden – totdat ze ervoor betaald krijgen. Daarna peinzen ze er niet over om datzelfde weer te doen zónder dat het wat oplevert.’ Ouders doen er volgens hem veel beter aan hun kinderen te betrekken bij het zoeken naar oplossingen voor problemen binnen de opvoeding. ‘Als je een kind zélf een manier laat bedenken om bijvoorbeeld ’s ochtends op tijd de deur uit te gaan, dan neemt het zijn leven in eigen hand. Je geeft je kind zeggenschap over de oplossing en daardoor heb je veel meer kans op succes. Afgezien van het resultaat is ook dit hele proces van groot belang. Er zit een heel andere dynamiek in een familie waarin het draait om respect en waarin kinderen niet worden behandeld als huisdiertjes.’

Alfie Kohn vindt dat we af moeten van het idee dat chaos het resultaat zal zijn als ouders geen controle over kinderen uitoefenen. Het alternatief is volgens hem niet een opvoeding waarbij alles mag, maar waarbij kinderen liefdevolle begeleiding krijgen bij het nemen van verantwoordelijke beslissingen. Kinderen moeten weten dat hun ouders onvoorwaardelijk van hen houden. Maar als je straft en beloont stel je als ouder voorwaarden aan je liefde.

Hij gaat zelfs zover dat hij ook het geven van complimenten afwijst als een vorm van belonen, vanwege het schadelijke effect. Het zou kinderen verslaafd maken aan complimenten, wat weer zou doorwerken als ze volwassen zijn. Deze aan complimenten verslaafde mensen zouden niet meer in staat zijn zelfstandig te kijken naar de waarde van de dingen die ze doen. In plaats daarvan zijn ze volledig afhankelijk van anderen om een goed gevoel te krijgen.

## Alternatieven voor straffen en belonen

1. **Samen genieten.** Als je zoon zijn kamer heeft opgeruimd, zal hij daar trots op zijn. Het plezier wordt vergroot, als jij meegeeniet. Maar zeg niet dat je geniet omdat hij het zo goed gedaan heeft, want dan ben je aan het prijzen.
2. **Samen treuren.** Als je kind ruzie heeft gehad met een vriendinnetje en daar verdrietig om is, kun je zeggen wat jij denkt dat ze voelt en daar samen om treuren. “Ben je verdrietig omdat jullie niet allebei hetzelfde wilden doen?” Op die manier ben je er voor haar, en is ze niet alleen met haar verdriet.
3. **Dankbaarheid uiten.** Als je kind iets gedaan heeft waar je blij mee bent, zeg dan bijvoorbeeld: “Dank je wel voor het opruimen. Heerlijk!” Het uiten van dankbaarheid is een plezierig alternatief voor: “Wat ben jij goed!”
4. **Zeggen wat het jou doet.** Zeg hoe jij je voelt als een kind iets doet wat je afkeurt, zoals een ander kind slaan. Zeg dat je niet wilt dat iemand pijn heeft.
5. **Belangstelling tonen.** Toon oprecht belangstelling voor wat je kind bewoog om iets zús of zo te doen.
6. **Duidelijkheid bieden.** Kinderen zullen eerder geneigd zijn zich aan gedragsregels te houden als ze bij het opstellen van die regels betrokken waren. Denk steeds: is deze regel echt nodig? Kunnen we het vervangen door een verzoek?
7. **Grenzen stellen.** Kinderen hebben grenzen nodig, omdat weten waar je aan toe bent veiligheid en rust kan bieden. Bewaak die grenzen door te gaan staan voor jouw eigen waarden. Benadruk die steeds weer als een kind die waarden schendt. Blijven ze over een grens gaan, richt je dan op wat hen daartoe beweegt. Als ze dwarsliggen, betekent dat hen inderdaad iets dwars zit.
8. **Ingaan op behoeften.** Wat een kind ook doet, hij doet het om een behoefte te vervullen. Een straf of een beloning gaat voorbij aan wat het kind werkelijk nodig heeft. Zoek dus naar die onderliggende behoeften.

## HET GESPREK AANGAAN

Justine Mol herkent dit bij zichzelf. Zij is de schrijfster van onder meer het boek *Opgroeien in vertrouwen* en trainer in gewelddoos communiceren. “Ook ik ben verslaafd geraakt aan complimenten”, vertelt ze. “Ik kom uit een katholiek gezin met tien kinderen en ben opgevoed met een pak slaag als ik stout was en aandacht als ik iets goeds had gedaan. Ik verwijt mijn ouders niets, maar heb wel ingezien dat straffen en belonen niet vruchtbaar zijn voor de ontwikkeling van een kind. Mij heeft deze opvoeding afhankelijk gemaakt van de complimenten van anderen om me goed te voelen.”

Justine heeft zelf drie, inmiddels volwassen kinderen en tijdens hun opvoeding beloofde en strafte ze zo min mogelijk. Ze ging uit van gelijkwaardigheid en uitwisseling. Als er een probleem was, ging ze in gesprek met haar kinderen, om te ontdekken wat de behoeftes waren die schuilgingen achter hun gedrag. “Als je straft, onderdruk je de eigenheid van een kind”, zegt ze. “Neem bijvoorbeeld een kind dat zijn ouders ergens over hoort praten en erdoor heen roept dat het niet waar is. Je kunt zo’n kind bestraffend toespreken: hij moet zijn mond houden als zijn ouders aan het woord zijn. Je kapt daarmee het kind af. Wat hij denkt of voelt, wordt de kop ingedrukt. Het gevolg is dat hij verwijderd raakt van wat voor hem echt is. Je kunt ook met je kind in gesprek gaan en kijken waarom hij dit zegt.”

Dit gaat misschien op voor kinderen vanaf een bepaalde leeftijd, maar met heel jonge kinderen is natuurlijk nog geen gesprek mogelijk. Een gesprek lijkt ook niet erg wenselijk als een peuter aanstalten maakt om het tafelkleed weg te trekken terwijl er een pot hete thee op tafel staat. Justine Mol: “In zulke gevallen moet je natuurlijk meteen ingrijpen. Maar er is een verschil tussen bestraffende macht en beschermende macht. Een tik uitdelen, dat is bestraffende macht. Een kind wegtrekken als het iets gevaarlijks wil doen, dat is beschermende macht.” Een nadeel van belonen en straffen is volgens haar niet alleen dat het weinig bevorderlijk is voor de ontwikkeling van

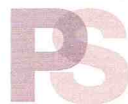
kinderen, maar ook dat het zo weinig effect heeft. Er is een korte termijn-effect: het is even rustig in huis. “Maar waarom wil je dat je kind doet wat je vraagt? Uit angst? Of omdat het van binnenuit gemotiveerd is?”

## VASTHOUDEND MAAR NIET DWINGEND

Maar nu even praktisch. Als we niet mogen straffen of belonen, wat moeten we dan doen? Bij de manier van opvoeden die Kohn en Mol voorstaan, gaat het erom dat je voortdurend met je kind in gesprek gaat en afspraken met elkaar maakt. En daarbij in de gaten houdt dat afspraken iets anders zijn dan regels. Regels worden door de ouders gesteld, afspraken worden in overleg met het kind gemaakt. Justine Mol had op een gegeven moment bijvoorbeeld met haar dochter overlegd over wat zij wilde doen in het huishouden. De dochter wilde stofzuigen. Dat zou ze regelmatig gaan doen. Maar na een tijdje merkte Justine dat er steeds minder werd gestofzuigd. In plaats van haar dochter bestraffend toe te spreken dat ze zich niet aan de afspraken hield, ging ze met haar in gesprek om te kijken wat de reden hiervoor was. Haar dochter zei: “Je hebt altijd kritiek dat ik de hoeken niet goed doe. Ik moet het op jouw manier doen en dan vind ik er niets meer aan.” Justine besloot daarop tevreden te zijn met de manier waarop haar dochter stofzuigde en liet het verder los. Haar dochter vond het stofzuigen weer leuk omdat ze het mocht doen zoals zij dat wilde en ze ging het steeds beter doen. Uiteindelijk kwamen ook de hoeken aan de beurt. Justine Mol: “Belangrijk is dat je vasthoudend bent. Dat is iets anders dan dwingend. Vasthoudend is dat je blijft zeggen wat voor jou belangrijk is. En dat je blijft kijken naar de onderliggende behoeftes van je kind en dat je het ruimte en vertrouwen geeft. Je kind vertrouwen vergt moed. Kun je het toestaan verdriet en pijn te ervaren? Of wil je dat allemaal voorkomen en het sturen met straffen en belonen?”

Maar, zullen veel ouders zeggen, is het niet ongelofelijk veel gedoe om elke keer maar weer in gesprek te gaan met je kind? En

krijgen kinderen op deze manier niet veel te veel vrijheid? Moet een kind niet gewoon leren om bepaalde dingen, zoals zijn troep opruimen, te doen zonder discussies? Het zijn vragen die Justine regelmatig krijgt voorgelegd. “Ik hoor vaak van mensen: wat een rompslomp! Ze denken dat deze manier van opvoeden meer tijd en aandacht vergt. In het begin is dat inderdaad zo. Je moet het jezelf aanleren zo te communiceren. Maar zeg nou zelf: is hard roepen dat je kind moet opruimen de beste manier om hem daadwerkelijk aan het opruimen te krijgen? Week in week uit ruzie maken met je kinderen over opruimen in huis, dat is toch pas echt rompslomp? Ik zeg niet dat mijn kinderen perfecte opruimers zijn geworden door mijn methode. Vooral toen ze pubers waren, slingerde heel wat troep door het huis. Maar we spraken met elkaar af dat we iedere zaterdag samen opruimden. Ze hadden de intentie tegemoet te komen aan mijn behoefte aan orde. Dat wist ik, dus maakten we er geen punt van als het een keer niet gebeurde. Tussendoor keek ik vooral naar mezelf. Ik merkte dat ik me eigenlijk alleen aan hun troep ergerde als ik moe was. Dus pakte ik op die momenten hun spullen op en legde ze achter hun kamerdeur. Het was heerlijk om geen energie te verspillen aan ergernis en gemopper. Mijn kinderen zeiden vervolgens: het is veel gezelliger in huis. Kijk, als je doel is: alle troep moet onmiddellijk weg, dan werkt deze methode niet. Maar als je doel is: meer gezelligheid in huis, dan werkt het wel.” Kinderen voeden ons op. Vanuit hun reacties zie je of jouw manier van opvoeden aanslaat, vindt Justine Mol. En verder moet je als ouder ook niet te veel van jezelf vengen. Ze vindt het vooral belangrijk dat je als ouder je grenzen aangeeft. Vasthoudend blijven zeggen wat je wel en niet prettig vindt. En als je het echt hélemaal hebt gehad, mag je gerust een keer toevlucht nemen tot een beloninkje of een strafje. □



Meer weten? Kijk dan op de website van Justine Mol: [www.comma2me.nl](http://www.comma2me.nl).