

# Alles over (niet) belonen

*Opvoeden Vanuit Verbinding*  
*www.opvoedenvanuitverbinding.be*



## 10 redenen om je kind niet te belonen

Meer en meer ouders vandaag staan kritisch tegenover straffen. Maar hoe zit het nou met belonen? Dat is toch zeker niets mis mee? Moeten we onze kinderen niet aanmoedigen en hun zelfvertrouwen sterken?

In onze cultuur is een belangrijke waarde in het opvoedingsproces het ontwikkelen van een gezond zelfvertrouwen in het kind. Belonen wordt vaak gelegitimeerd op deze gronden. Toch heeft belonen een contraproductief effect. Ik zet de redenen hiervoor even op een rij. Vooraf: belonen is meer dan stickers geven voor "goed gedrag", je kind na een klusje een half uur TV beloven, of zelfs een nieuwe iPad aankopen in ruil voor "goede punten". Vele beloningen worden louter communicatief meegegeven, bijvoorbeeld, "wat ben je slim!", "flinke meid!" of "goed gedaan!". Dit indachtig: let's go!

### 1. Belonen geeft het kind de boodschap dat de ouder "goed gedrag" niet van het kind had verwacht.

Wanneer de ouder het kind beloont voor goed gedrag kan het kind kan de indruk krijgen dat de ouder geen vertrouwen in hem stelt. Het kind kan gaan twijfelen aan zichzelf. Dit ligt aan de basis van het gevoel van vele volwassenen dat bepaalde delen van hen "niet oké" zijn of dat ze als persoon niet helemaal "oké" zijn (vandaar dat psychologen zo vaak inzetten op de acceptatie van het verhaal van een persoon die hun praktijk bezoekt). Immers, het mensbeeld dat onder belonen schuilt is vaak weinig veelbelovend: als we kinderen niet belonen, hoe leren ze dan "goede dingen" te doen? Kinderen absorberen zo'n mensbeeld snel. Kinderen zijn van nature zeer capabel om rekening te houden met anderen en willen dat ook doen. En ze zijn in ontwikkeling. Ze bouwen een wil op, een ego, enzovoort. Een genuanceerd begrip van hoe beide elementen samengaan is cruciaal om de autonomie van het kind te ondersteunen bij het aanscherpen van ethisch handelen.

### 2. Belonen leidt af van altruïstisch gemotiveerd gedrag

Wanneer kinderen beloond worden voor gedrag leidt dit hen tevens af van de onderliggende redenen waarom dit gedrag als "goed" beschouwd wordt, zoals rekening houden met anderen, zorgzaam zijn, verantwoordelijkheid nemen, enzovoort. Eerst wordt het kind van deze waarden afgeleid naar het niveau van het gedrag. Na een poos gaat de motivatie van het kind om een beloning te krijgen primeren. De motivatie achter het gedrag heeft dan niets meer te maken met rekening houden met anderen, zorgzaam zijn of verantwoordelijkheid nemen. Het is ook heel goed mogelijk dat een kind gaat rebelleren en weigert het "gevraagde" gedrag te stellen. Ook in dit geval gaat het kind uiteindelijk volledig voorbij aan de onderliggende waarden.

### 3. Kinderen imiteren gedrag en beleven hier plezier aan. Hen belonen maakt van gedrag een strategie.

Kinderen willen in verbinding staan met anderen, en dat doen ze onder andere door het gedrag van diegenen die dicht bij hen staan te imiteren. Zij nemen dan ook op zeer natuurlijke wijze waarden en de gedragingen die daarmee verbonden zijn over. Belonen verandert gedrag een "performance". Het wordt iets wat ze gaan doen - of erger nog, moeten doen - om de goedkeuring van de ouder en/of een beloning te krijgen. Het experimenteren met gedrag wordt hierbij "houterig". Het plezier te imiteren verandert in een blik naar de ouder na een gesteld gedrag: "was het goed?" Neem nou dat je kind je graag nadoet en een verpakking naar de vuilbak brengt. Je ziet de

voldoening op zijn gezichtje. "Ik deed net hetzelfde als mama!" Je belooft hem. Wat later doet hij het weer. Hij gooit de verpakking in de vuilbak en ... kijkt naar jou in de hoop weer beloond te worden. Wie belonen toepast als strategie, krijgt vaak als antwoord van het kind: een strategie. Helaas gaan kinderen dan ook vaak voelen dat ze die strategie moeten toepassen om geliefd te worden.

(De ouder die nu verzucht dat hij zijn kind toch altijd graag ziet mag niet vergeten dat dit voor kinderen vaak niet zo overkomt. Belonen geeft kinderen vaak de indruk dat ze liever gezien worden als ze die dingen doen die hun ouders van hen vragen. Dit effect wordt versterkt wanneer ouders hen misprijzen als ze dit niet doen. Wanneer we willen nagaan of belonen constructief is, moeten we vooral peilen naar het perspectief van het kind en welke impact belonen heeft op het wereldbeeld-in-opbouw van het kind).

#### 4. Het kind wordt gemanipuleerd door de ouder.

Door belonen zal een kind zich afhankelijk gaan gedragen van de ouder. Een kind krijgt meer liefde en affectie wanneer het zich "goed" gedraagt. Het traint zich om zich naar de wensen van de ouder te gedragen (immers, zie reden 3: kinderen willen er graag bijhoren). Het kind kan angstig worden: vindt de ouder het (nog) wel goed wat ik nu doe? Op langere termijn leidt belonen het kind af van wat voor hem betekenisvol is als unieke persoon in dit leven. Het kind zal streven naar de goedkeuring van anderen en zijn eigen unieke stem verliezen. "Mag dit wel?" "Is dit goed?" of zelfs "ben ik een goed persoon als ik dit doe?" Ook hier is er ook een andere mogelijkheid: het kind gaat stevig rebelleren tegen hetgeen van hem "gevraagd" wordt. Het kind is het beu, zoals het in het Engels zo duidelijk klinkt, "to jump through hoops": om door hoepels te springen.

#### 5. Kinderen voelen zich angstig om de "beloning te verliezen".

Kinderen kunnen bezorgd zijn om de goedkeuring die ze via beloning krijgen te verliezen. Bij frequent belonen ervaren kinderen vaak (dit vaak op een impliciet niveau) dat hun ouders voorwaardelijk van hen houden. Ze vrezen dat wanneer ze om één of andere reden een gedrag stellen (neem nou, met minder goede punten naar huis komt, om gelijk welke reden ook) dat verschillend is van het gedrag waarvoor ze werden beloond, ze de goedkeuring van hun ouders verliezen. Kinderen hebben bij frequent belonen vaak het gevoel dat ze "niet helemaal oké zijn" en dat dit ooit "ontdekt" zal worden. Zo kan een kind dat vaak beloond wordt met de woorden dat

hij "heel erg slim is" angstig zijn dat op een dag zou blijken dat dit toch niet zo is; dat hij door de mand zal vallen. Hij kan dan zijn studies gaan verwaarlozen. Door niet of minder te studeren heeft het kind een andere reden om een lagere score te behalen, hij had immers niet eens moeite gedaan. Of een kind wordt erg perfectionistisch, om zeker het beeld dat anderen van hem hebben niet teleur te stellen. Kinderen die beloond worden hebben vaak meer faalangst in plaats van minder (en vinden het vaak moeilijk om te verliezen, want nemen dit als een persoonlijk falen). In de bewoording "wat ben je slim!" wordt het slim zijn immers niet aan een bepaald gedrag gekoppeld, maar aan het kind als persoon geweten. Het kind heeft nu "iets te verliezen" en dit "iets" is ontzettend belangrijk, namelijk "eigenwaarde". Voor een kind dat beloond wordt, bijvoorbeeld door de zin dat "hij erg slim is", kan zich al angstig voelen wanneer deze beloning niet gegeven wordt, ook al wordt hij niet gestraft. "Waarom werd ik nu niet beloond? Deed ik het dan niet goed?" De eigenwaarde van het kind wordt fragiel. (Vandaar trouwens dat ouders die na een poos willen stoppen met belonen het kind overigens best een beetje extra begeleiden doorheen dit proces).

6. Kinderen die beloond worden om iets wat hen geen energie heeft gekost kunnen het gevoel krijgen dat ze bepaalde rechten hebben zonder dat ze de bijbehorende verantwoordelijkheden leren dragen.

Laat ons bij het voorbeeld blijven dat ik net aanhaalde: een kind dat beloond wordt met de woorden dat hij zeer slim is, kan bijvoorbeeld erg boos worden wanneer hij een onvoldoende haalt, ook al studeerde hij niet voor een test. Het kan hem toch immers niet overkomen? Hij is toch slim? Of... loog papa/mama nu tegen me?

7. Kinderen die vaak beloond worden zijn meer bezig met het resultaat van iets dan met het proces dat ertoe heeft geleid.

Helaas kost dit kinderen veel levensvreugde. Het kost hen het vertrouwen dat ze ook die dingen aankunnen waar ze op het eerste zicht niet zo goed in lijken te zijn. Het kost hen het vertrouwen dat ze obstakels met inspanning kunnen overwinnen. Vaak durven ze niet meteen iets nieuws te proberen, voor ze zeker zijn dat ze er goed in zijn of dat hetgeen wat ze willen proberen "goedgekeurd" wordt. Met andere woorden, het ontnemt hen een belangrijke mate van autonomie, zelfzekerheid en ondernemerschap.

8. Kinderen voelen zich vaak eenzaam.

Wanneer ouders of andere verzorgers het gedrag van kinderen belonen kunnen kinderen de ervaring hebben dat hun interne leefwereld (te) weinig aan bod komt; dat het voor mama en papa niet uitmaakt waarom ze iets doen of hoe ze zich bij iets voelen. Het enige wat lijkt te tellen is dat ze zich goed gedragen. De ouder plakt een oordeel op het kind zonder dat hierbij gepeild werd wat het kind er zelf van vindt.

### 9. Als er broers of zussen in de buurt zijn, kan belonen leiden tot rivaliteit

Stel dat je zusje telkens te horen krijgt dat ze – we blijven bij het voorbeeld! – “erg slim is”. Maar jij wordt hiervoor zelden geprezen. Je zou je wel eens niet zo slim gaan achten. Vaak zit onder belonen een impliciete vergelijking (of wordt belonen op zo'n manier geïnterpreteerd door het kind, en alweer, dit is hetgeen wat telt) en dat heeft zo zijn eigen nare gevolgen.

### 10. De ouder die gedrag beloont gaat er vaak van uit dat hij of zij beter weet dan het kind wat hij moet doen, en bevraagt het kind of de situatie niet.

De ouder mist een kans om te vragen wat het betekent voor het kind om bepaald gedrag te stellen; hoe het kind zich ergens bij voelt. Zo verliest de ouder de kans om zijn of haar kind beter te leren kennen. Kinderen geven vaak authentieke, boeiende informatie mee wanneer hun mening gevraagd wordt. Het gebeurt niet zelden dat ouders een verfrissende kijk op het leven ontwikkelen door vragen te stellen aan kinderen die het leven van de ouder verrijkt.

Zo, 10 redenen op een rij. Belonen ondermijnt het zelfvertrouwen van kinderen eerder dan dat het hun zelfvertrouwen een “boost” geeft. Zelfvertrouwen dat “van buitenaf” op het kind “wordt geplakt” – onder de vorm van goedkeuring – is iets heel anders dan vertrouwen dat van binnenuit groeit. Ook komt het de ouder-kind relatie niet ten goede, of zelfs relaties met broertjes of zusjes. Tot slot komt het de morele intuïtie van kinderen niet ten goede.

## Waarom ik mijn dochter niet beloon: de relatie met ons, ouders

Laatst was ik op bezoek bij vrienden en mijn dochter wou naar de WC. Waarna een papa vroeg aan zijn zoon of ook hij niet eens op het potje wilde. "Dan krijg ik een koekje!" antwoordde de jongen van 2,5. Wat volgde was een minutenlange strijd of hij dat koekje nu wel of niet zou krijgen. De strijd ging door tot de mama uiteindelijk binnenkwam: "heeft hij aangegeven dat hij naar het potje moest? Dan krijgt hij een koekje!" Zo, opgelost. Of... niet?

Nadien hoorde ik dat de jongen niet of niet consistent aangeeft wanneer hij naar de WC moet. Het belonen zou hierbij moeten helpen. Bij mij ging echter meteen een alarmbelletje rinkelen. Wat maakt dat deze jongen moeite heeft met het aangeven dat hij naar de WC moet?

Misschien herkent de jongen het gevoel niet naar de WC te moeten

Of, misschien is de jongen terughoudend om hulp te vragen wanneer hij naar de WC moet.

Ik kon me meteen het volgende scenario voorstellen: op een drukke crèche dag had de jongen aangegeven dat hij naar de WC moest. De verzorgsters hadden het allen druk en hadden geïrriteerd gereageerd: "Wacht nu toch eens! Ik ben bezig!" (of iets dergelijks) Of misschien was in het jonge leven van de jongen een moment geweest van schok die de jongen een beetje "uit zijn lichaam" had getild. Bij zeer jonge kinderen kan een episode van "langer" huilen zonder dat er respons komt er bijvoorbeeld toe leiden dat het kind zich van het lichaam (en dus van de pijn) distantieert om deze dragelijk te maken. Nog tal van andere mogelijke oorzaken schoten me te binnen.

Hield het koekje de jongen om zijn lichaam meer in te voelen? Zo leek het althans niet. De jongen was zo gefixeerd op het koekje dat er eigenlijk geen concentratie over was om zijn lichaam meer in te voelen. Aandacht voor de eigenlijke ervaring van de jongen — of er misschien iets was dat "geheeld" wilde worden, was er ook niet.

Gevolgen voor de ouders

Zoals zo vaak het geval is bij belonen, is het ook hier zo dat de jongen eigenlijk afgeleid wordt van wat de ouders eigenlijk zouden willen dat hij leert.

Een signaal dat de jongen geeft wordt bepleisterd.

Bovendien komt er machtsstrijd. De jongen is nu extrinsiek gemotiveerd om naar het potje te gaan. De ouders zullen nu druk ervaren om "consequent" te zijn. En dat is een weinig realistische klus. Papa weet niet wat mama doet en vice versa. Bovendien zijn er "grijze gebieden". Tal van verschillende situaties vereisen elk een unieke respons. Daarop inspelen kan nu eigenlijk niet meer. Een artificiële context doet zijn intrede in het huishouden. Ouders halen op deze manier de volgende slagzin binnen: "het is niet eerlijk!" Voelt een situatie anders aan voor de kinderen dan voor de ouders, of willen ze gewoon dat koekje, dan kunnen ze zich voortaan beroepen op "van mama krijg ik dan wél een koekje."

Belonen zette de jongen er ook toe aan om te liegen. Zo werd op een heel typerende wijze een afstand gecreëerd tussen zoonlief en de ouders. Geen enkele ouder wilt dat zijn of haar kind liegt tegen hem. Toch moedigt het systeem van belonen, dat ouders zo vaak wordt opgedrongen, kinderen hiertoe aan. Was het eigenlijk de vader geweest die de jongen ertoe had gebracht naar het potje te gaan, dan exclameerde hij toch heel luid "ik heb het zelf gezegd!" toen mama binnenkwam. Immers, op basis van dit gegeven zou de beslissing worden gemaakt of hij al dan niet een koekje zou krijgen.

Helpt het?

Los van het al het voorgaande vrees ik daarenboven ook nog eens dat belonen niet de kortste weg is om kinderen te leren naar het potje te gaan. Hun aandacht is afgeleid van waar het eigenlijk om gaat. De jongen bijvoorbeeld leert heel veel dingen, maar pas in laatste instantie om zijn lichaam

in te voelen en om duidelijk aan te geven wat hij nodig heeft – en, nog het allerbelangrijkste, dat zijn wezen ertoe doet.

### Opvoeden is meer dan conditioneren

Kinderen kunnen bijzonder snel leren om op het potje te gaan. En dat zonder strijd, zonder belonen, zonder straffen, zonder ... een nieuwe strijd om koekjes. Zeker, kinderen zijn anders en hebben een eigen ritme, maar wanneer je merkt dat de potjestraining veel aandacht gaat opeisen, dan is het wel zo handig even te kijken wat er speelt bij het kind. Elk opvoedingsmoment biedt tal van lessen aan aan kinderen. En wie wilt nu niet dat zijn kind zich bewust is van zijn lichaam? En duidelijk kan aangeven wat hij of zij nodig heeft? De uitnodiging is dan om ons kind te ondersteunen om zich te gronden, te aarden in zichzelf, eerder dan opnieuw een laag van afleiding te introduceren, of dat nu een koek is of een sticker of een kruisje op een blad papier.



## Waarom ik mijn dochter niet beloon: twee eenvoudige voorbeelden

Hier heb ik het vooral over die vorm van belonen waarbij we onze kinderen willen aanmoedigen. Het is bij deze vorm dat we minder makkelijk zien waarom onze kinderen er wel eens geen baat bij zouden kunnen hebben. De twee volgende voorbeelden zijn voorbeelden uit mijn eigen gezinsleven. Ik heb ze uitgekozen omwille van hun eenvoud. Ze geven de impact weer van belonen, zowel op korte als op lange termijn.

In de eerste situatie wandel ik met mijn dochter (2,5 jaar) naar huis van de speeltuin. Mijn dochter had een zeer duidelijke intentie. Ze wilde naar huis om te gaan slapen. Haar lichaam vertelde haar dat ze moe was. Om naar huis te wandelen gaan we van een klein bergje af. Een voorbijgangster "beloont" mijn dochter: "Wat flink dat jij daarvan af kan! Knap hoor!" Wat dan gebeurt is eigenlijk heel boeiend: mijn dochter blijft op het bergje klimmen. Ze loopt er weer af en blijft al doende de aandacht van de dame vragen. Het belonen had bij haar als effect dat ze van haar eigen pad afdwaalde, op zoek naar de goedkeuring van iemand anders. Dat is precies wat we kunnen verwachten op de lange termijn: "Ik doe dit alles omdat mensen dit van me verwachten; ik word dan beloond met hun goedkeuring. Maar wat wil ik eigenlijk zélf?"

In de tweede situatie is mijn dochter een beetje aan het "rough housen". Een beetje. Ze springt op en neer van de zetel zoals ze wel vaker doet. Ze doet dit voor uren aan een stuk en kent erg goed haar grenzen (tenminste, wanneer ze niet moe is). Op een dag is er een gast bij ons thuis wanneer ze dit doet. De gast belooft haar "Wow, zo hoog dat je gaat! Jij kan erg goed klimmen!" Mijn dochter gaat ineens veel hoger dan ze ooit heeft gedaan, en harder. Daarbij verliest ze de verbinding met haar eigen inschattingsvermogen. Slechts een paar tellen na de beloning valt ze van de bank. Niets ernstigs gelukkig. Wel een heel tastbaar voorbeeld van hoe mijn dochter even uit haar lood werd geslagen door de externe "beloning" van iemand anders. Ze richtte zich naar die evaluatie (hoger is beter!) in plaats van te luisteren naar haar innerlijke kompas.

We herkennen dit allemaal wel, niet? Het gevoel dat we van onze innerlijke weg verwijderd zijn, soms zelfs niet meer weten wat die weg eigenlijk inhoudt. Opvoeden zonder belonen is ruimte laten voor ons kind om bij zichzelf te blijven, in het midst van het leven. Om niet meer of niet minder te zijn dan zichzelf. Om ten volle geliefd te worden. Zomaar.

P.S. Kinderen die vaak beloond werden zijn vaak die eerste "feel" voor hun weg een beetje kwijt. Ze hebben - wanneer men er voor kiest niet langer te belonen - wat tijd nodig (en soms wat extra begeleiding) om hun innerlijke stem opnieuw te ontvangen en om deze in vertrouwen op te volgen.

## Waarom ik mijn dochter niet beloon: het sociale aspect

Laatst kwamen er vriendinnen spelen bij mijn 2,5 jarige dochter. Ik merkte dat één van de vriendinnen "beloond" werd omdat ze nu op een "grote" fiets reed. Eerst en vooral: alle begrip voor de ouders. We belonen vaak om een "uitdagende" situatie snel op te lossen: om een ruzie te onderbreken tussen broers of zussen onderling ("Oh maar jij kan al op de grote fiets! Laat kleine zus maar met de andere spelen!") of omdat we hen er op de één andere manier ertoe aan willen zetten om iets te doen waar ze misschien geen zin in hebben ("Je kan niet achterop bij mama, maar jij bent toch al groot? Jij kan op de grote fiets!"). Hier wil ik de gevolgen van deze "strategie" toelichten, want ze zijn sterk cultureel ingebed en daardoor niet altijd even zichtbaar. Het is belangrijk: de strategie om te belonen versterkt precies datgene wat we willen vermijden, namelijk: conflict tussen kinderen onderling en meer eenkennigheid in onze kinderen.

We hebben thuis zo'n drie kinderfietsen van allerlei kleuren en formaten, en een step. Het kind dat beloond was geworden omdat ze "al" op de grote fiets kon, wilde plots niet meer met een andere fiets rijden. Ze wou enkel nog de "grote" fiets. De hele ochtend vertelde ze dat ze al op de "grote fiets" kon. De beloning - louter verbaal in dit geval - had haar het idee gegeven dat de grote fiets "beter" was dan de andere fietsen en dat zij "flinker" was nu ze op de grote fiets kon. Nu lag er dus een druk op haar: dat zelfbeeld behouden; die "extra" goedkeuring van haar ouders behouden. En dat kon ze door met zwaai te tonen dat ze de grote fiets de baas kon. Liefst de hele tijd.

Een ander gevolg was dat er meer strijd kwam tussen de kinderen. Niemand anders mocht nog op de grootste fiets die wij in huis hadden fietsen, en bovendien kregen de andere kinderen de boodschap dat hun fietsen "minder waard" waren. Het is eigenlijk ook een logisch gevolg: het is een pak minder aantrekkelijk om een fiets te delen met leeftijdgenoten wanneer die fiets jouw zelfwaarde vertegenwoordigt. Van de fiets hangt nu ook de goedkeuring van de ouders af. Het is voor het kind meteen ook belangrijker geworden om deze te bekomen, want belonen kan aan hem of haar het idee geven dat de ouders enkel of althans meer van hen houden onder bepaalde voorwaarden.

Was er aanvankelijk sprake van een situationeel belangenconflict (broer en zus wilden allebei een bepaalde fiets of een kind wilde achterop de fiets van mama, dan maakt herhaald belonen hiervan een structurele belangenstrijd. Bijvoorbeeld, zus mag niet meer met de fiets rijden want die is

voor "grote jongens". Of, een volgende keer wanneer het wel zo zou uitkomen wilt het kind ook niet meer achterop bij mama, want dat is "voor kleintjes." Het gebeurt zeer vaak dat het kind dat in de aanvankelijke situatie bijvoorbeeld niet mee wilde met de fiets eigenlijk een andere nood had die niet werd ingevuld. Misschien was hij of zij moe of had het kind de behoefte om even dicht bij mama te zijn. Wanneer we ons kind ertoe brengen te doen wat we willen door hen te belonen, dan ervaren ze niet dat deze nood werd erkend. Ook dit aspect van belonen zorgt ervoor dat een kind meer in "verdediging" gaat.

Kan het anders?

Kinderen die klaar zijn voor "een grotere fiets" zullen met veel lust opgaan in het proces om met een grotere fiets te leren rijden. Wat je ziet wanneer ze hiervoor niet beloond worden is dat de vreugde blijft. De vreugde "verhardt" niet; hij wordt niet "defensief" of "oppositieel". Dit zowel naar andere kinderen ("ik kan dat wel al, jij niet!" of, wat je ook vaak hoort, "wat een baby!") als naar zichzelf toe. Zo betekent het voor kinderen die niet beloond werden niet veel om eens een stap terug te zetten wanneer dat voor hen juist blijkt. Of wanneer een situatie dat van hen vraagt. Kinderen die niet beloond worden zullen het niet of minder erg vinden om op een kleinere fiets te rijden wanneer dat zo uitkomt.

Laatst vonden we een grotere fiets in de Kringloopwinkel voor mijn dochter. Ze voelde zich blij met de fiets, én hij was te groot voor haar. Ze wandelde er dus graag meer rond, zonder erop te zitten. Hele afstanden deden we er mee; de fiets aan de hand. Voorbijgangers zeiden dan wel eens "je moet er wel op gaan zitten hé!" en dan zei ze – zonder schaamte en heel neutraal – "Hij past niet voor mij..." Wanneer we deze boodschap even neutraal kunnen ontvangen als onze kinderen ze geven, dan zijn we op weg naar een wereld waarin vreugde, inderdaad, niet altijd te vinden is waar we het verwachten (een fiets aan de hand dragen is ook gewoon leuk!) Waarom zou er maar één manier zijn om iets te doen? (een beeld dat we impliciet meegeven aan onze kinderen wanneer we hen vertellen: "toon eens aan dat kindje hoe dat moet!") Kunnen we kinderen zichzelf laten zijn, dan bouwen we de basis voor een wereld waarin de dingen zeker niet altijd gelijk zijn, maar waar er wel plaats is voor gelijkwaardigheid. Onze kinderen kunnen ervaren dat groeien leuk is – een natuurlijk proces, geen prestatiegericht "moeten" om de goedkeuring van anderen of de eigenwaarde in stand te houden.

## De keerzijde van belonen is...

### schaamte

Zo zal een kind dat beloond wordt ("goed zo!" "wat flink!") omdat het "niet bang" is zich niet zelfzekerder voelen – zoals we wel eens denken. Hij zal zich even bang voelen. Alleen... Is de kans groot dat hij het niet meer durft zeggen. Hij voelt zich beschaamd om het te vertellen. Angstig om de beloning te verliezen. Dubbel angstig dus...

Het is vaak een te grote impuls voor een kind om zich alleen te voelen met angsten zonder dat hij hierbij gereguleerd wordt door een volwassene. Een kind kan dan ook al gauw in een "freeze" of bevriesrespons gaan wanneer het zich dan toch bang voelt. Met alle gevolgen vandien.

Toch zijn ook vele hulpverleners zich niet bewust van dit neveneffect van belonen. Iets om oplettend voor te zijn!

## Een leeg blad

"Wat een mooie tekening heb je gemaakt! Duim omhoog," riep de serveerster mijn dochter toe vandaag toen we het restaurant verlieten met een...

leeg blad.

Mijn dochter van drie is extreem oplettend. Zo vertelde ze me laatst dat ze een bepaald liedje maanden geleden ook in de wagen had gehoord; op weg naar precies die en die winkel. Ze weet nog wat een meisje zei toen ze op een speeldade was, ook weer maanden geleden. Waar ze zich pijn deed, en wanneer, ook weer maanden geleden. Maak u geen illusies: uw kind is even oplettend als het mijne. Het is dankzij deze alomvattende alertheid dat kinderen zo snel opgroeien dan ze doen. Want u weet het: de jaren vliegen voorbij.

In ieder geval, mij ontging het niet dat de serveerster niet had opgemerkt dat mijn dochter eigenlijk niets had getekend. Ik ben er zeker van dat mijn dochter dit ook best een vreemde opmerking vond, gezien de toestand van haar blad.

Vaak belonen we wanneer we eigenlijk niet de tijd en ruimte willen of kunnen geven om echte aandacht te schenken ("Wat heb je getekend?" "Wat vind je ervan?"). Zo worden beloningen vaak over de schouder "weggegooid" ("mooi hoor"). Kinderen krijgen dan – naast een push naar extrinsieke motivatie, de boodschap "en eigenlijk maakt het toch niet uit wat je doet" (bijvoorbeeld, "de serveerster merkte niet eens dat ik niets had getekend!").

(Kunnen we als opvoeders nog meer om machtsstrijd vragen, vraag ik me dan af? Ik beeld me namelijk in dat kinderen dan best wel willen testen of het er nu toe doet of niet? Of zij er toe doen of niet? Of de beloningen dan wel iets betekenen?)

Of we belonen wanneer we eigenlijk beseffen dat we iets gedaan hebben wat voorbij de grens van ons kind ging. Zo belonen we kinderen wanneer ze ons ergens heen lieten gaan terwijl ze ons

eigenlijk nodig hadden. Of we belonen kinderen omdat ze flink waren bij de tandarts, terwijl ze tijdens de hele behandeling als een object werden benaderd.

Hoe anders zou het zijn wanneer we die "flink" zouden weglaten en hen gewoon zouden aanspreken tijdens zo'n behandeling? Hoe anders zou het zijn wanneer we hun gevoelens zouden erkennen, "nee, jij wilt echt niet dat ik wegga hé?" Hoe anders zou het zijn, zouden we eerlijk zijn: "ik heb nu echt geen tijd om je aandacht te geven, en toch wil ik graag je tekening zien. Zullen we binnen tien minuten afspreken in de keuken? Breng je dan je tekening mee? Ik wil graag horen wat je hebt gemaakt!"

Hoe anders zou het zijn, zouden we kinderen échte aandacht geven?

## Erkenning als alternatief voor beloning

Jullie weten het intussen: ik ben geen voorstander van belonen in de opvoeding. Geen stickertjes; geen "als je je kamer opruimt krijg je een ijsje"; geen "goed zo's" of "bravo's".

Ik hou er ook niet van beloningen te krijgen trouwens. Geen stickers in de winkel die me vastketenen om naar die winkel te blijven gaan. Ook voel ik me ernstig omgekocht als ik eigenlijk iets niet wil doen (een verzekering nemen, zeg maar) en ik dan wat "alsjes" naar mijn oren gesmeten krijg. Ik hou ook niet zo van "goed zo's" of "je bent braaf's" die mijn richting uitkomen in één of andere vermomde "voor volwassenen" taal.

Toch ontving ik laatst een email met daarin "sjapeau" en die email raakte me diep. Zo diep dat ik er tranen van in mijn ogen kreeg.

Waarin lag hem dan het verschil?

De persoon die me de email stuurde gaf blijk me te zien en te kennen. Hij had me beluisterd. En hij gaf me vanuit zijn beleving een gevoel van erkenning. Van gezien en gekend zijn - en daarbij nog eens gewaardeerd worden.

Het ontbreken van erkenning is precies waarom belonen (en straffen) zo vaak diepe sporen nalaat bij kinderen - wanneer het dag na dag ingezet wordt als opvoedingstool. Een kind heeft eten en drinken nodig, zeker, én om een emotioneel gezond leven te leiden is het nodig dat een kind zich "gekend" weet; dat het "gezien wordt". Bij belonen en straffen achterhalen opvoeders de diepere achterliggende beweegredenen van kinderen vaak niet (langer) en worden kinderen enkel op hun gedrag aangesproken. Een kind voelt zich dan vaak niet begrepen en alleen.

Zelfs wanneer we een kind aanspreken op een gedrag dat we niet willen aanmoedigen in onze kinderen is deze vorm van erkenning geven mogelijk én wenselijk.