

HET BREKEN VAN DE WEERBARSTIGE KINDERWIL: STRAFFEN EN BELONEN

door [Christel Rengers](#) | 1 juli 2010

'Kinderen moet je kort houden anders lopen ze over je heen'

'Kinderen moeten weten wie de baas is'

'Kinderen hebben nu eenmaal grenzen nodig'

Via deze negatieve stellingen over kinderen worden jonge ouders aan alle kanten gewaarschuwd. Verschillende 'deskundigen' benadrukken keer op keer het belang van straffen en belonen als middel om kinderen te laten luisteren. Dat opvoeden ook zonder straffen en belonen kan zal in dit artikel blijken.

WAAR KOMEN STRAFFEN EN BELONEN VANDAAN?

Het systeem van straffen en belonen is gebaseerd op de principes van het conditioneren. De psycholoog B.F. Skinner (1904-1990) ontdekte het 'operante conditioneren'. Hij experimenteerde met dieren hoe hij gedrag kon beïnvloeden. Zo liet hij ze een knop indrukken om bij iets lekkers te komen. Hij ontdekte dat hij dieren in ruil voor dit lekkers bepaald gedrag kon laten vertonen. Andersom ontdekte hij dat nare omstandigheden het gedrag lieten afnemen. Bij de ontdekking van deze manier van gedragsbeïnvloeding is dus geëxperimenteerd op dieren, maar het wordt vandaag de dag toepast bij mensen en bij kinderen in het bijzonder. Onze huidige manier van opvoeden en veel bekende opvoedmethodes zijn hier grotendeels op gebaseerd. Wij belonen kinderen immers als ze iets goed doen en straffen ze als ze iets fout doen. Het doel hierbij is ongewenst gedrag te laten afnemen en positief gedrag te laten toenemen. Bij deze manier van opvoeden wordt echter aan een aantal belangrijke punten voorbij gegaan. Misschien vraag je je af wat precies de nadelen zijn van straffen en belonen. En wat is dan het alternatief? Hieronder zal ik puntsgewijs enkele nadelen van straffen en belonen toelichten met voorbeelden en alternatieven.

De focus ligt op het gedrag, niet op de oorzaak

DE NADELEN VAN STRAFFEN:

Wanneer je een kind straft leg je de focus op het gedrag en ga je voorbij aan de oorzaak van het gedrag. Je kunt je afvragen waarom een kind bepaald gedrag vertoont. Er is eigenlijk altijd wel een reden te vinden, alleen is die voor ons niet altijd even duidelijk. Door de oorzaak te achterhalen kun je daar op inspelen. Op deze manier voelt het kind zich gehoord en begrepen.

HET IS NIET LEERZAAM

Neem bijvoorbeeld een time-out, wat kortweg inhoudt dat je een kind isoleert op een aangewezen plek met als doel bepaald gedrag te laten afnemen. Bij het toepassen van een time-out haal je het kind letterlijk uit de situatie. Het kind krijgt op deze manier niet de kans om met de situatie om te gaan. Je kunt je afvragen of dit leerzaam is. De boodschap die een kind mogelijk krijgt is bijvoorbeeld dat slaan van jou niet mag, maar het leert niet waarom het niet mag. Stimuleer kinderen liever het samen of zelf op te lossen. Zien wat het effect van slaan is op andere kinderen maakt op vaak meer indruk. Het is wenselijker dat een kind leert waarom slaan niet fijn is dan dat een kind besluit alleen nog maar te slaan als er geen getuigen bij zijn. Ook wordt er gesteld dat het kind tijdens de straf kan reflecteren op zijn gedrag en dat het gedrag afgewezen wordt en niet het kind. Maar het is helaas niet alleen het gedrag dat drie minuten op de trap moet zitten. Laat staan dat kinderen zelfstandig op de trap hun gedrag gaan overdenken en er ook nog eens wat van leren.¹

VANZELFSPREKENDHEDEN MOETEN VERDIEND WORDEN

Een time-out is eigenlijk een time-out van positieve aandacht en daarmee ook van liefde.² Dat is ook gelijk de reden waarom het werkt. Kinderen willen, net als volwassenen, het gevoel hebben dat er van ze gehouden wordt en dat ze gewaardeerd en geaccepteerd worden. Een time-out appelleert aan de diepe angst jouw liefde te verliezen. Bij een time-out krijgt een kind geen positieve aandacht of waardering en leert een kind dus dat jouw positieve aandacht en liefde verbonden zijn aan voorwaarden. Met andere woorden; positieve aandacht is iets wat verdiend moet worden en wel met gewenst gedrag. Terwijl positieve aandacht vanzelfsprekend zou moeten zijn.

JE WEET NIET WAT STRAF DOET

Aan de buitenkant kun je niet zien wat straf met een kind doet. Het kan een kind angstig maken of onzeker. Dit is tegelijkertijd ook één van de redenen dat straf werkt. Het doel van straf is echter voor de meeste ouders dat een kind er iets van leert en niet dat het bang gemaakt wordt. Je wilt het liefst dat kinderen vanuit intrinsieke motivatie bepaald gedrag vertonen en niet vanuit angst. Wanneer je kiest voor een vorm van straf ben jij de motivatie om dit gedrag niet te vertonen (externe motivatie), het komt niet vanuit henzelf (intrinsieke motivatie). Tegelijkertijd is het niet bevorderlijk voor een open relatie tussen ouder en kind. Omdat kinderen geen straf of een afkeurende opmerking willen krijgen is de kans groot dat ze zullen liegen om dit te voorkomen.

JE MISBRUIKT JE MACHT

Bij het geven van straf maak je gebruik van de macht die je van nature hebt over kinderen. De boodschap die zij vervolgens kunnen krijgen is dat degene met de meeste macht de baas is. Het stimuleert niet tot samenwerken of zelf nadenken, noch bevordert het de ontwikkeling van de sociale vaardigheden. Je doet, even zwart/wit gesteld, immers gewoon wat de 'baas' zegt. Het stimuleert het volgzzaam zijn, maar biedt weinig ondersteuning in het natuurlijke proces om te ontwikkelen tot een zelfstandige volwassene. Terwijl dat laatste een van de belangrijkste doelen van opvoeden zou moeten zijn. Ook kan het hen een gevoel van grote onmacht en frustratie geven. Ze voelen zich machteloos omdat ze geen ruimte tot verweer hebben. Kinderen die op deze manier behandeld worden zijn sneller geneigd anderen ook zo te behandelen.

OVERWICHT VIA STRAFFEN EN BELONEN IS TIJDELIJK

De zogenaamde macht die je via straffen en belonen hebt is ook tijdelijk. Hoe ouder kinderen worden des te minder 'macht' jij over ze hebt. Kinderen gaan dan meestal minder om straf geven en de beloningen moeten steeds groter worden om ze tevreden te stellen.³ Het is daarom juist belangrijk om te investeren in een goede vertrouwensband, waardoor zij jouw mening als waardevol beschouwen. Op die manier heb je toch nog enige invloed op de keuzes die ze maken.

DE NADELEN VAN BELONEN EN PRIJZEN:

JE MANIPULEERT GEDRAG

Het is belangrijk in de gaten te houden waarom je een kind beloont. Beloon je hem om het gedrag te beïnvloeden of beloon je hem omdat hij echt iets bijzonders heeft gedaan? Wanneer je een kind beloont, zodat hij bepaald gedrag vertoont manipuleer je het gedrag van je kind. Het is eigenlijk de omgekeerde vorm van straf. Alleen klinkt het minder vervelend. In het geval van belonen krijgt een kind bijvoorbeeld een sticker in plaats van straf. Feit blijft dat de motivatie niet vanuit het kind zelf komt, maar dat jij het kind probeert te motiveren.

JE MAAKT KINDEREN AFHANKELIJK VAN BELONEN EN PRIJZEN

Kinderen zijn erg gevoelig voor belonen en prijzen. Door dit veelvuldig te doen maak je een kind afhankelijk van jouw goedkeuring en neemt het jouw persoonlijke waarden als maatstaf. Kinderen die alleen kunnen bepalen of iets goed is door naar anderen te kijken zijn over het algemeen erg onzeker. Onzekere kinderen zijn afhankelijk van nog meer bevestiging, waardoor het een vicieuze cirkel wordt. Terwijl je de eigenwaarde van het kind ook kunt versterken door het waardeoordeel aan hen over te laten. Op deze manier leren kinderen zichzelf en hun vaardigheden op waarde te schatten in plaats van naar ons te kijken of het goed is. Een positief gevoel over wie je bent en wat je kunt vergroot automatisch het zelfvertrouwen. Ook wanneer kinderen ergens minder goed in zijn is het waardevol om het oordeel hierover aan hen over te laten. Een kind kan bijvoorbeeld niet zo goed zijn in voetballen, maar geniet misschien wel enorm van het spel en het groepsgevoel. Het is niet aan ons om te bepalen wat het resultaat behoort te zijn, laat staan te bepalen of het al dan niet goed is. Men zegt niet voor niets 'de reis is belangrijker dan de bestemming'.

HET ONTNEEMT HET PLEZIER VAN EEN KIND

Wanneer je ergens een waardeoordeel aan hangt geeft dat weinig ruimte voor de eigen mening of het gevoel van een kind. Bijvoorbeeld: wanneer je over een tekening zegt: "Wat mooi!" heb jij al bepaald dat het mooi is. Maar wat vindt het kind er zelf van? Het kind krijgt weinig ruimte om

vanuit zichzelf trots te zijn. Ook sluit je de mogelijkheid tot een gesprek uit. Jij hebt bepaald dat het mooi is, dus wat valt er verder nog over te zeggen? Dit geldt voor alle vaardigheden. Wanneer je ruimte geeft voor de mening en gevoelens van een kind kan het zelf bepalen wat het ergens van vindt. Je kunt ook iets constateren, bijvoorbeeld dat er blauw gebruikt is, zonder daar een oordeel over te vellen. De kans is groot dat een kind er dan zelf ook nog iets over vertelt.

HET KIND VERLIEST INTERESSE

Wanneer een kind gewend is overal een beloning voor te krijgen of geprezen te worden is de kans groot dat hij met het gedrag stopt wanneer er eens geen beloning volgt. Het doel wordt de beloning en niet de activiteit op zich. Je legt hiermee de nadruk op de uitkomst en niet het proces. Uit verschillende onderzoeken is gebleken dat kinderen die geprezen worden voor hun gedrag het betreffende gedrag steeds minder vaak gaan vertonen.⁴ Helemaal als er geen beloning meer op volgt. Wat je wilt bereiken is dat kinderen vanuit zichzelf delen, gewoon omdat het fijn is en niet omdat er een compliment tegenover staat. Je kunt ook in deze situatie benoemen wat je ziet. Bijvoorbeeld: "Kijk eens naar Pepijn's gezicht, volgens mij is hij heel blij met het autootje!" Je wijst het kind dan op het effect van zijn gedrag zonder het te prijzen.

HET VERMINDERT DE PRESTATIE

Aan de ene kant omdat het doel het verkrijgen van complimenten wordt en niet de activiteit op zich. Aan de andere kant kunnen kinderen een bepaalde druk ervaren om te presteren. Voorbeeld; wanneer een kind geprezen wordt voor iets wat hij doet wil hij dat de volgende keer net zo goed doen om weer geprezen te worden. Hier kan een kind onzeker van worden, omdat het bang is te falen. Het neemt ook het plezier weg, omdat de druk zo hoog wordt. Daarnaast hebben slimme kinderen al snel door wat ze moeten doen om de beloning te krijgen. En dat is dan ook gelijk het enige wat ze zullen doen. Ze doen dan het minimale wat gevraagd wordt. Ze zullen minder snel iets uit zichzelf doen (intrinsieke motivatie), gewoon, omdat dat aardig is.

HET STIMULEERT COMPETITIE

Wanneer je een beloning tegenover gedrag zet kunnen kinderen met elkaar gaan concurreren. Bijvoorbeeld: wanneer jij een kind beloont omdat het snel zijn boterham op heeft stimuleer je de anderen om ook door te eten. Zij willen immers ook wel een beloning. Hiermee wordt het eten een wedstrijd in plaats van iets wat je gezamenlijk doet, omdat het gezellig is. Niet alle kinderen voelen zich hier prettig en veilig bij. Wederom ga je hier dan voorbij aan de activiteit op zich en wordt snel klaar zijn het doel.

BELONEN LEIDT DE AANDACHT AF VAN HET PROBLEEM

Wanneer je een kind beloont voor bepaald gedrag ga je voorbij aan de oorzaak van het gedrag. Je kunt je ook afvragen waarom een kind bepaald gedrag vertoont in plaats van het te manipuleren. Bijvoorbeeld: als een kind zijn boterham niet wil eten en jij zegt dat hij iets lekkers mag of een grote jongen is als hij dat wel doet, is de kans groot dat ze de boterham op zullen eten. Maar je staat niet stil bij de oorzaak. Het kind kan buikpijn hebben, verdrietig zijn of gewoon geen honger hebben.

NOOIT MEER STRAFFEN OF BELONEN?

Zo bekeken kleven er meer nadelen aan straffen en belonen dan je op het eerste gezicht zou denken. Het zijn eigenlijk kortetermijnoplossingen met veel ongewenste bijwerkingen op de lange termijn. Daarnaast heeft het in veel gevallen niet eens het beoogde effect. Anders zou je immers geen straf meer hoeven geven. Het feit dat je het steeds weer opnieuw moet geven wijst erop dat het eigenlijk niet werkt. Dit betekent echter niet dat je angstvallig elke vorm van straffen of belonen moet elimineren. Het wil al helemaal niet zeggen dat je je kinderen geen complimentjes meer mag geven. Het is meer de vraag wat je wilt bereiken met het compliment. Uiteindelijk geef je een compliment om de eigenwaarde van een kind te vergroten. Bovendien blijft het belangrijk om bij je gevoel te blijven, als je ergens supertrots op bent, laat je dat natuurlijk gewoon blijken! Zo kun je benoemen wat je ziet zonder er een waardeoordeel aan te hangen. Het kind krijgt dan de ruimte om zelf bepalen wat het vindt. Hierdoor vergroot je de kans dat kinderen zichzelf beter leren kennen, hun vaardigheden op waarde leren schatten en eigenwaarde ontwikkelen. Dit artikel is bedoeld om je meer inzicht te geven in wat straffen en belonen daadwerkelijk betekent

voor de ontwikkeling van een kind. Vanuit dat inzicht zal je wellicht straffen en belonen niet meer als opvoedstrategie willen toepassen.

MEER WETEN?

Wie meer wil weten over opvoeden zonder straffen en belonen kan verder lezen in de volgende boeken: “Unconditional parenting” van Alfie Kohn. Dit boek gaat over de gevolgen van straffen en belonen en geeft een totaal nieuwe visie op opvoeden en kinderen weer. “Opgroeien in vertrouwen” van Justine Mol is een beknopte Nederlandse versie hiervan en “Luisteren naar kinderen” van dr. Thomas Gordon geeft veel praktische voorbeelddialogen.



[Opgroeien in vertrouwen | Justine Mol | ISBN 9789066656635](#)



[Unconditional parenting | Alfie Kohn | ISBN 9780743487481](#)



[Luisteren naar kinderen | dr. Thomas Gordon | ISBN 9789021547893](#)

[unconditionalparenting.com](#)

[alfiekohn.org](#)