

positief opvoeden

Elke maand advies van ontwikkelingspsycholoog en systeemtherapeut Steven Pont

Kun je TE VEEL complimenten geven?

Je dochter heeft een tekening gemaakt en die laat ze je zien. 'Dat is een mooie tekening!' roep je enthousiast. Tien minuten later staat ze weer met een tekening voor je neus. Je ziet in haar ogen dat het haar eigenlijk niet om die tekening gaat, maar om iets anders: hallo, waar blijft mijn compliment?

Kinderen zijn zeer gevoelig voor de manier waarop we met ze omgaan. Als ouders voelen we dat aan en dat is een van de redenen waarom we onze kinderen vaak complimenten geven. We gaan ervan uit dat hun zelfvertrouwen en hun zelfbeeld daarvan groeit, waardoor ze steviger in de wereld komen te staan. Maar dat is maar ten dele waar. Complimenten kunnen kinderen zekerder van zichzelf maken, maar – vreemd genoeg – ook onzekerder.

IDENTITEIT

Als we bijvoorbeeld vaak tegen een kind zeggen dat het slim is, dan wordt dat zijn of haar identiteit: ik ben slim. Doet dat kind een keer iets dat niet zo slim is, dan raakt die ervaring aan de kern van wat het kind voor zichzelf inmiddels 'is' en dat frustrert. Uit onderzoek blijkt dat kinderen die gewend zijn om te horen dat ze slim zijn, gemiddeld vaker opteren voor een makkelijke opdracht boven een moeilijke, als ze de keus hebben. Met het kiezen van de makkelijke opdracht verhogen ze immers de kans op een hoog cijfer en daarmee bevestigen ze nog eens extra hun slimme identiteit.

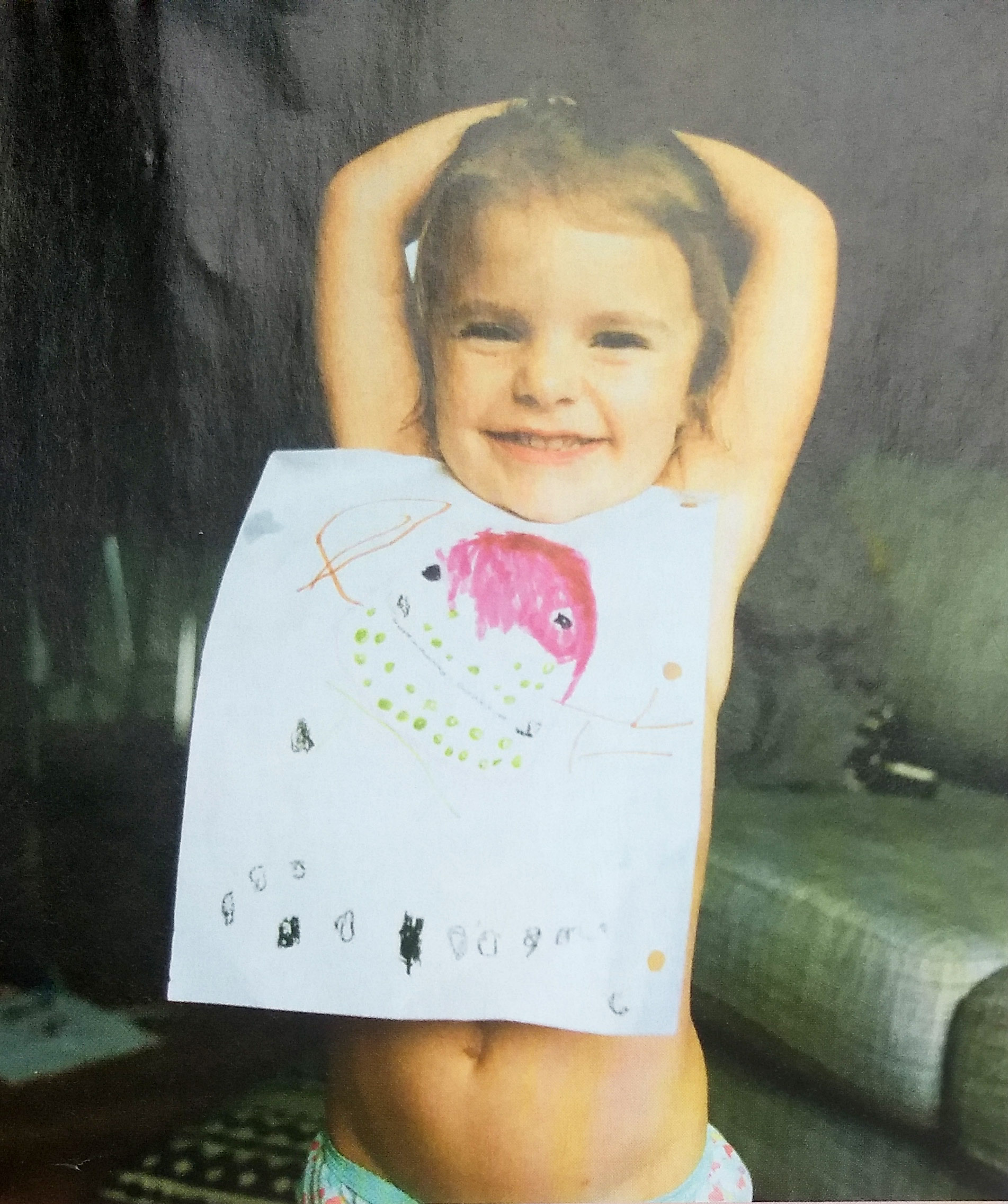
En dan kan een kind ook nog 'complimentverslaafd' worden: het onderneemt zijn acties niet meer omdat het dat leuk vindt, maar omdat het hoopt op een compliment. Dus:

die tekening wordt gemaakt voor het compliment dat erop zal volgen.

REALISTISCH

Dat wil allemaal natuurlijk niet zeggen dat we niet aardig tegen onze kinderen kunnen zijn. Een warm gezin is een geweldige voedingsbodem voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van een kind. Maar er mag ook milde kritiek zijn. Die twee moeten in een zekere verhouding tot elkaar staan, om te voorkomen dat je kind een onrealistisch zelfbeeld krijgt. Het narcisme onder de westerse jeugd neemt toe en dit is een van de verklaringen daarvoor.

Ook is het belangrijk om je bewust te zijn van het soort compliment dat je geeft. Dus als je tekenende dochter verwachtingsvol naar je kijkt, zeg je bijvoorbeeld: 'Wow, op die zon heb je volgens mij goed je best gedaan en hij kleurt ook mooi bij die wolken.' Het gaat immers niet om iets wat je kind heeft gedaan (een tekening gemaakt) en niet om wie het 'is' (een goede tekenaar), maar je waardeert de moeite die het heeft gedaan. En bij het slimme kind uit het andere voorbeeld zeg je



JE KIND DENKT: ik ben blijkbaar een Picasso

iets als: 'Dat heb je slim aangepakt', of: 'Wat goed dat je dat boek helemaal hebt uitgelezen.' Zo moedig je het aan om doorzettingsvermogen te ontwikkelen, een belangrijke vaardigheid in het leven.

'IK HOU VAN JE'

En hoe zit het dan met 'Ik hou van je', een zinnetje dat sommige ouders wel tien keer per dag zeggen en dat toch

ook een soort compliment in zich heeft? Daarmee draag je bij aan die warme voedingsbodem die een gezin kan zijn. Maar het zou natuurlijk zonde zijn als je het zo vaak zegt dat het zijn betekenis verliest. //

Bronnen o.a.: E. Brummelman, S. Thomaes, *How children construct views of themselves. A social-developmental perspective, Child Development, 2017*

EERLIJK EN SPECIFIEK

- ▶ Complimenteer je kind alleen als je het echt meent. Kinderen voelen manipulatie haarfijn aan en je ondermijnt je werkelijke complimenten ermee.
- ▶ Formuleer je compliment kort, maar wel concreet en duidelijk. Dus niet alleen: 'Goed gedaan', maar: 'Goed dat je je fiets in de schuur hebt gezet', of: 'Wat een mooie toren heb je gebouwd.'
- ▶ Laat je kind zichzelf ook een gericht compliment geven als het iets heeft overwonnen. Vraag bijvoorbeeld: 'Hoe vind je het dat je vandaag zelf aan je gymtas hebt gedacht?', 'Ben je blij dat je je vriendje toch durfde te bellen?'
- ▶ Complimenteer nieuw gedrag, maar stop als het gewoon geworden is, bijvoorbeeld bij de tafel afruimen. Je kunt je kind nog wel bedanken natuurlijk: 'Dank voor de schone tafel. Fijn.'
- ▶ Leer je kind ook complimenten ontvangen. Het hoeft de eigen prestaties niet kleiner te maken dan ze zijn – ook volwassenen hebben daar een handje van wanneer ze niet weten hoe ze op een compliment moeten reageren. 'Dankjewel' is prima.
- ▶ Laat geen 'maar...' volgen op je compliment. Het is geen opmaat naar een klacht.