

'De beste straf? Kies dat uit wat ze het liefst hebben'

Hoe stuur je ongewenst gedrag bij: geen verhaaltje, in de hoek staan of toch die tablet afnemen? Een peuter die de puber uithangt. Een tiener met apenstreken. Het maakt veel ouders onzeker: mag ik mijn kind wel straffen? Soms móét het, stellen experts. 'Als je kind zich niet gedraagt, moet je niet met een beloning zwaaien om het op andere gedachten te brengen.'

ELINE DELRUE. De Morgen 2018-07-16

"Thuis krijg ik weleens straf", gniffelt Magnus (6). "Dan mag ik niet naar De buurtpolitie kijken, mijn lievelingsprogramma. Of niet op de Nintendo spelen. Ik vind straf wel erg, ik mis al die leuke dingen dan. De laatste keer straf was op school, niet zolang geleden. Ik was een beetje onbeleefd geweest tegen de opvangjuf. Toen moest ik in de refter tegen de muur staan. Dat maakte mij zó beschaamd."

"Gelukkig is het straffen enkel nodig in zijn hele lastige en brutale periodes", vult mama Annelies (42) aan. "Wij reserveren dat voor de momenten waarop we zelf aan het eind van ons Latijn zijn, als al de rest niet werkt. Zo hebben we een fase gehad waarin hij veel lelijke woorden gebruikte en erg veel vloekte. Toen was de regel: drie keer 'godverdomme' is één keer De buurtpolitie overslaan. Toen heeft hij zijn programma twee keer moeten skippen."

Magnus: "Twee keer? (verbijsterd) Ik dacht dat het wel vijf keer was. Dat was zo erg."

Je kind straffen, soms gebeurt het weldoordacht, maar vaak ook impulsief, in het heetst van de strijd. Niet zelden blijf je als ouder met een hoop vragen - en een schuldgevoel - achter. Moest het nu echt zo? Konden we nu wel straffen? En hoe dan het best? "Duizenden ouders worstelen daar dagelijks mee", erkent **Leen Du Bois**, woordvoester van Kind en Gezin. "'Oké, mijn kind tast zijn grenzen af, maar wanneer zeg ik dat het nu echt wel genoeg is geweest?'"

Bij baby's jonger dan zes maanden is er nog geen zeggen aan. Bij hen kun je nog niet spreken van (on)gehoorzaam zijn. Pas tussen de zes en negen maanden herkennen kleintjes het effect van hun eigen gedrag en begint de betekenis van het woordje 'nee' door te dringen. Vanaf twee jaar kan een peuter eenvoudige opdrachten uitvoeren. Of ook niet.

Leen Du Bois: "Precies omdat hun vaardigheden volop in ontwikkeling zijn, zijn kinderen tussen twee en drie jaar het meest ongehoorzaam. Dan hebben ze ineens door: 'Wat mijn mama en papa stout vinden, vind ik wél plezierig. Toch eens testen.' Heb je een heel nieuwsgierige kleuter in huis die het allemaal wil uitproberen, dan heb je meer bij te sturen dan bij een kind dat van nature minder de grenzen opzoekt. De reactie van ouders is aandacht en dat vinden ze fijn, welke vorm die aandacht ook aanneemt."

'Geen schermpjes'

Een goeie straf verzinnen is moeilijk? Bedenk liever hoe je je kind kunt **aanmoedigen**, tipt Kind en Gezin. Leen Du Bois: "De bedoeling is dat je als ouder meer tot belonen dan tot straffen komt. Er zijn ongetwijfeld veel zaken waar je kind blij van wordt: samen voetballen, een stukje speelgoed, wat langer opblijven. Voor sommige kleuters is het woord 'flink' al een hele opsteker. Die aandacht doet groeien. Dat neemt niet weg dat **je mag straffen bij gedrag dat echt niet hoort**. Dan moet je toch **tenminste benoemen dat het niet gepast is**."

Het doet Annelies terugdenken aan Magnus' kleutertijd, toen hij "niet te straffen was". "Er was zo precies niks wat hij erg vond. Als we hem zeiden: 'Vanavond mag je geen schermpje kijken', dan antwoordde hij doodleuk: 'Goed, dan lees ik wel een boekje.' Toen heb ik lange tijd de omgekeerde tactiek toegepast. Was

hij een hele dag flink, dan volgde er 's avonds een beloning. We hadden een verrassingsdoos, vol met kleinigheden. Daar mocht hij dan iets uit kiezen. Nu is dat niet meer nodig, hij is al groter en verstandiger."

Magnus: "Ja, zo is dat." (giechelt)

Al mag het belonen ook niet doorslaan, waarschuwt **Mark Van Bellinghen**, kinder- en jeugdpsychiater in het Onze-Lieve-Vrouweziekenhuis in Aalst. "Bij de opvoeding is het principe: je bekrachtigt gewenst gedrag én je probeert ongewenst gedrag te ontcrachten. Dat gewenste gedrag mag je regelmatig belonen, geen probleem. Maar als kinderen ongewenst gedrag stellen, dan mag je niet met een beloning zwaaien om hen op andere gedachten te brengen. Zo dreigen we 'narcistische ettertjes' te kweken. Ontcrachten moet ook.

"Zo zag ik onlangs een gezin met een puber die vijftien uur per dag aan het scherm zit. Die jongen gaat niet meer naar school. Dan ga je hem toch niet belonen voor die overige negen uur van de dag waarop hij er niet aan zit? Nee, dan moet je als ouder het roer overnemen."

Geen televisie, vroeger naar bed, een weekendje huisarrest... Heel wat straffen bestaan erin dat je je kind iets ontzegt, in de hoop dat het wangedrag zich niet herhaalt. **Van Bellinghen**: "Cruciaal is dat je kind de link legt tussen de consequentie - de straf - en zijn gedrag. Bij pubers kun je daar al beter over praten. Jonge kinderen kun je een paar minuutjes apart zetten, om duidelijk te maken: voor dit gedrag krijg je eventjes geen aandacht van mij. Legt het kind die link niet, wat je bijvoorbeeld vaak ziet bij kinderen met autisme, dan zal de straf geen enkele pedagogische impact hebben."

Een straf, volgens sommige experts een ongelukkig woord, is eigenlijk een boodschap: 'Dit kan niet.' **Van Bellinghen**: "Opvoeden betekent dat jij ervoor zorgt dat je kind later zelf in staat is om in deze samenleving zijn mannetje te staan. Vergelijk het met autorijden. Wil je kind later een auto kunnen besturen, dan moet het op het gaspedaal leren duwen. Absoluut, een kind moet grenzen durven aftasten. Maar het moet evengoed de rem weten zitten. Als niemand ooit in zijn plaats remt, terwijl hij het zelf nog niet kan, dan zal hij het later ook niet doen. Geef als ouder dus geen verstek om af en toe zelf het rempedaal in te drukken. Zo stoom je je kind juist klaar voor de maatschappij."

Leen Du Bois beaamt: "Bij straffen draait het erom kinderen iets te leren, hun gedrag bij te sturen. Je moet het doen om hen te helpen bij hun groei en ontwikkeling, niet om hen te kwetsen."

Dreigementen

Al kan het kinderen best frustreren, ondervond Aster (8) al: "Als ik straf krijg, voel ik me boos! (roept het uit) Maar ik blijf niet eeuwig boos, hé. Ik word dan weer blij. Mijn laatste keer straf? Geen boekje voor het slapengaan, omdat ik stout deed."

Mama Karen (34): "Als hij 's avonds treuzelt, is er ook geen tijd meer voor een verhaaltje. Zo probeer ik hem oorzaak en gevolg van zijn gedrag te laten inzien. Soms verbieden we schermmpjes. Maar dat is weggelegd voor de iets ernstigere feiten. (lacht) Voor wanneer hij echt brutaal is, en hij maar een grote mond blijft opzetten. Dan is het een paar dagen zonder tv of spelletjes."

Aster: "Mijn ergste straf ooit? Ik heb hem niet gekregen, maar mijn papa zei eens dat als ik mijn boterhammen niet zou opeten, ik dan een jaar geen tv mocht kijken. Echt waar, zo zei hij dat. Ik heb ze dan wel opgegeten."

Zo gaat dat dan, als je kroost je het bloed onder de nagels vandaan haalt, net na die drukke werkdag. Dan flap je er al eens een dreigement uit. Genre: 'Jongen, als je nu je jas niet aantrekt, ga je nooit meer met

mama naar de winkel.' **Leen Du Bois**: "Alleen is het niet de goeie aanpak. Ten eerste hou je zo'n straf zelf niet vol. En ten tweede maakt het dreigen op zich doorgaans maar weinig indruk."

Kies daarom altijd voor een straf die in verhouding staat tot de feiten, klinkt het. Stel: je kleuter heeft met de afstandsbediening zitten knoeien en die is kapot. Dan is een maand zonder Peppa Pig helemaal buiten proportie. Zet je kind liever een paar minuten apart, zegt Du Bois, en het beseft al heel goed: "Ho, nu heb ik een lijn overschreden."

Volgens kinderrechtencommissaris **Bruno Vanobbergen** is het "een belangrijke denkoefening voor ouders: staan de straffen die we hanteren in verhouding tot het vergrijp? En hoe kunnen we ervoor zorgen dat ze ook effectief zijn? Want als een straf buiten alle proportie is, dan zal die maar weinig effect hebben. Je merkt dat op school, in de jeugdhulp. Kinderen en jongeren komen dan in verzet, hebben totaal geen begrip voor de beslissing. Neem je van een 15-jarige, bijvoorbeeld, een maand lang de gsm in beslag, dan is dat al heel ernstig, omdat dit nu eenmaal een ontzettend belangrijk communicatiemiddel is voor zo'n tiener."

Bij het kinderrechtencommissariaat lopen af en toe klachten binnen van jongeren. **Vanobbergen**: "Ze vinden dat ze oneerlijk gestraft zijn, en hebben daar thuis een conflict over. Maar als kind kun je het niet met alle beslissingen van je ouders eens zijn. Soms botst het, dat is onvermijdelijk. Opvoeden kan niet zonder een vorm van macht. Op zich is daar ook niks verkeerd mee, als ouders die macht inzetten om hun kinderen te beschermen. Als je zoon van acht langer wil opblijven, maar jij weet dat hij 's anderendaags in de klas zal zitten suffen, dan stuur je hem toch naar bed. Is dat een straf? Niet vanuit ons perspectief, maar het kind kan het wel zo ervaren."

Slaan maakt agressief

Er moet een hiërarchie zijn tussen ouders en kind, treedt **Mark Van Bellinghen** bij. "Ingebed in een veilige, emotionele verbondenheid. **Ouders moeten autoriteit kunnen uitoefenen, zonder overmacht. Lijfelijk straffen kan niet, want dan stel je zelf ongewenst gedrag. Als ouder heb je steeds een voorbeeldfunctie.**"

Ook Kind en Gezin ziet alleen maar nadelen aan de 'pedagogische tik' - de sporadische tik op de vingers of billen. Leen Du Bois: "Slaan heeft geen enkele opvoedende waarde. Sommige ouders dragen weleens het argument aan dat het zo snel werkt: 'Geef ik een mep op de handjes, dan stopt het gedrag onmiddellijk.' Maar met zo'n tik toon je je kind alleen maar wat je niet wilt. Je leert het nog niet wat het wel moet doen."

Slaan leidt op termijn ook tot emotionele problemen bij het kind, zoals angst en een laag gevoel van eigenwaarde, waarschuwen deskundigen. Kinderen die regelmatig een tik vangen, zijn later zelfs vaak agressief tegen hun partner, zo toont een recente studie in het Journal of Pediatrics. **Du Bois**: "Door te slaan leer je je kind dat er een verband is tussen liefde en geweld. Dat is verwarrend. Je geeft het signaal dat iemand met macht een ander mag slaan. Zo zet je die hele vertrouwensband op de helling."

Deskundigen spreken dan ook liever niet van een banaliserende 'tik', als je weet dat duizenden kinderen in ons land thuis systematisch fysiek en psychisch geweld ondergaan. Moet ook België dan geweld tegen kinderen opnemen in het strafwetboek? Meer dan vijftig landen wereldwijd gingen ons daar al in voor, zoals Zweden, Griekenland, Brazilië en Frankrijk. **Bruno Vanobbergen**: "Wij zouden dat liever in het burgerlijk wetboek zien, omdat we ons ervoor hoeden ouders te criminaliseren. Wel moeten we het signaal geven: geweld tegenover kinderen doen we niet. Dat hoort niet, ook niet thuis. Sommige ouders vinden nog altijd: dat hoort erbij."

Jaagt je kleuter je de gordijnen in met zijn vuile praat, blijf dan liever doof. Soms is negeren nog de beste straf. Het kan bij kinderen van 1 tot 7 jaar, stelt Kind en Gezin.

Karen paste het trucje al toe op Anna, haar jongste. "Toen ze pas drie was, was het extreem. Met die plotse huil- en driftbuien. Kreeg ze dan ineens haar kuren tijdens het winkelen, dan kon ik haar niet zomaar in een hoek zetten. Dan was het gewoon negeren. Al die andere mensen trokken dan wel een gezicht: 'Kijkt die moeder nu echt niet om naar haar kind dat daar op de grond ligt te krijsen?' Euhm, nee." (lacht)

Let wel, zo stipt **Mark Van Bellinghen** aan: "Bij jonge kinderen is negeren als straf een goeie zaak. Maar als je ongewenst gedrag bij pubers negeert, dan versterk je het. Dan geef je je kind als het ware de toelating en is het negeren een vorm van verwaarlozing. **Grenzen trekken is essentieel voor de ontwikkeling van empathie en geweten, dus moet je bijsturen.** Veel ouders zijn daar tegenwoordig bang voor."

Geluk zit in een klein hoekje, frustratie soms ook. **Dreigt de boel te escaleren, zet je kind dan even op time-out.** Dat kan in die 'ouderwetse' hoek, maar ook op een stoeltje, of in een kamer apart. "Zie het als een pauze, niet zozeer als een straf", stelt Leen Du Bois. "Zo kun je het zelf ook even stilleggen en blijf je niet te lang in die boosheid hangen."

Magnus (6): "Vroeger moest ik thuis weleens in de veranda gaan staan, als ik stout was geweest. Dan was ik superboos, en werd ik zo rood als een tomaat."

Bruno Vanobbergen: "Mijn zoontje van drie heeft een groot eergevoel. Als we hem in de hoek zetten, is hij daar echt beschaamd over. Maar mijn dochter van vijf vindt dat helemaal niet erg. Dat glijdt gewoon van haar af. Er is dus niet zoiets als dé goeie straf. Als je echt wilt dat de boodschap binnenkomt - 'dit doe je niet' - moet je zoeken waar je kind gevoelig voor is."

Annelies: "Het is een beetje gemeen, maar je kiest inderdaad datgene uit wat ze het liefste hebben. Anders werkt het toch niet. Bij mijn dochter is dat dan haar iPhone afnemen voor één dag. Haar kunnen we niet straffen met De buurtpolitie."

Maar bestaat er eigenlijk een plezierige straf?

Magnus: "Ja, toch wel. Geen verhaaltje voor het slapengaan. Dat vind ik niet zo erg."

Bruno Vanobbergen: "Oei, daar gaat de droom van de ouder." (lacht)