



# SUCCESERVARINGEN EN COMPLIMENTEN

## Overtuigingen over zichzelf

Veel kinderen die mishandeld of verwaarloosd zijn hebben negatieve overtuigingen over zichzelf: "ik kan toch niets", "niemand vind mij lief", "ik ben slecht" etc. Dergelijke negatieve verwachtingen kunnen maken dat ze bij een uitdaging of bij het moeten leren van nieuw gedrag bij voorbaat al opgeven.

Om kinderen positieve overtuigingen over zichzelf te laten ontwikkelen hebben ze veel positieve ervaringen nodig; door samen plezier te maken. Humor relativeert en helpt ze het gevoel te geven dat ze ok zijn. Laat merken dat je er vertrouwen in hebt dat het goed komt, dat ze het kunnen. Laat een kind leuke klusjes voor je doen. Zeg en laat merken dat je het kind goed vindt zoals hij of zij is ook als ze fouten maken.

Dat wil niet zeggen dat je de negatieve gevoelens die ze over zichzelf hebben negeert. Als kinderen zeggen dat ze iets toch niet kunnen helpt het vaak niet om te zeggen: "Jawel, jij kan dat wel". Wat vaak beter helpt is iets te zeggen als: "Dat lijkt me een rotgevoel. Ik zie dat je wel je best doet, ik zie ook dat het soms niet lukt. Ik wil je daar graag bij helpen". Het kind voelt dan dat hij begrepen en serieus genomen wordt. (Lavery, 2013).

## Succeservaringen

Laat ze succeservaringen opdoen door iets van ze te vragen waarvan je weet dat ze het kunnen. Prijs hen vervolgens als het ze gelukt is. Beloon niet pas als een doel gehaald is, maar ook elk stapje in de goede richting. Vier samen een succes door een high five of op een andere speelse manier en deel ze met de groep

## Complimenten

Complimenten zijn een bevestiging van een succeservaring. Bij onveilig gehechte kinderen komen ze echter niet altijd aan omdat het niet strookt met het beeld dat ze van zichzelf hebben. Lavery (2013) beschrijft een aantal manieren waarop complimenten meer effect hebben.

- Houd het kort en ondersteun het met een glimlach of aanraking bijv. "Dat heb je goed opgelost, ga nu maar weer lekker spelen"
- Prijs de taak niet de persoon. Dus, "wat een keurig opgeruimde tafel", in plaats van "wat een nette jongen ben jij" .
- Prijs de inspanning niet het resultaat; "wat heb je goed doorgezet", "wat heb jij hard gewerkt". Ook als het niet lukt: "Dat was moeilijk om te doen, ik vind het knap dat je het geprobeerd hebt, we blijven gewoon oefenen."
- Vier samen een succes door een vreugde dansje te doen, een high five of op een andere speelse manier.
- Geef ook erkenning als iets niet gelukt is; "Jammer dat het niet lukte, even een knuffel, straks proberen we het nog een keer".

Bron: Lavery, S. (2013). Let's learn together. A guide for parents and teachers of adopted children in primary school in Northern Ireland.