

SUCCESERVARINGEN EN COMPLIMENTEN

Overtuigingen van een pleegkind over zichzelf

Veel pleegkinderen hebben negatieve overtuigingen over zichzelf: "ik kan toch niets", "niemand vind mij lief", "ik ben slecht" etc. Dit kan een gevoel van hulpeloosheid en machteloosheid met zich meebrengen. Dergelijke negatieve verwachtingen kunnen maken dat ze bij een uitdaging of bij het moeten leren van nieuw gedrag bij voorbaat al opgeven.

Om een kind positieve overtuigingen over zichzelf te laten ontwikkelen is veel positieve aandacht nodig, bijvoorbeeld door samen blij te zijn, plezier te maken. Het is belangrijk om als pleegouder te laten merken dat je er vertrouwen in hebt dat het goed komt, dat ze het kunnen. Zeg en laat merken dat je het kind goed vindt zoals het is.

Als kinderen bijvoorbeeld 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

Onveilig gehechte kinderen hebben vaak weinig succeservaringen. Vaak moet je die als pleegouder creëren. Laat hen succeservaringen opdoen door iets van ze te vragen waarvan je weet dat ze het kunnen. Prijs hen vervolgens dat het ze gelukt is. Onveilig gehechte kinderen hebben het nodig te horen dat ze goed zijn zoals ze zijn ook als ze fouten maken.

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*. Gedownload op 18-02-2016 van www.adoptionuk.org/northern-ireland/let's-learn-together