

Weg met de naughty chair

7 redenen waarom
de strafplek
niet werkt.

De Naughty chair, de time-out methode, je kind even op de trap zetten: iedereen doet het weleens. Maar redacteur Catelijne Elzes vindt het een zwaktebod.



‘Wat dacht je ervan om zelf even lekker op de gang te gaan staan?’

1

Alles wat *naughty* is, is stom

Bij het woord *naughty* denk ik meteen aan dat boek van twee, zogenaamd stoute meisjes: schrijfster Heleen van Rooyen en lingerieontwerper Marlies Dekkers. O, wat zijn we lekker stout. *Naughty* klinkt kinderachtig, een beetje ouderwets en vooral: niet serieus te nemen. Wie gebruikt het woord ‘stout’ nog tegen zijn kind? Jij bent stout geweest, je moet op de stout stoel, stoute jongen. Natuurlijk, *naughty chair* is maar een etiket maar volgens mij is de methode niet los te zien van zijn naam (nomen est omen). En zijn ze dus allebei stom.

Een strafplek helpt niet

‘Bij ons staat er elke dag wel één op de gang’, bekent mijn buurvrouw en peutermoder **Godelief Wouters** (32). ‘Als ze met hun eten klieren of elkaar blijven slaan, geef ik een waarschuwing. Luisteren ze daar niet naar, dan zet ik er eentje even op de trap in de gang. Het werkt gewoon. Soms zijn ze een kwartier achter elkaar aan het klieren en is het binnen een seconde over als ik er één straf geef.’ De strafplektechniek lijkt dus te helpen. Maar wees eens eerlijk. Gaat je kind echt nadenken over wat hij heeft gedaan als je hem op deze manier afzondert? Helpt het ook op de lange termijn? Volgens mij niet. In elk geval niet bij mijn kinderen. Die zijn nu negen en zes en hun tafelmanieren rammelen nog steeds. De een gaat steeds weer met zijn knieën boven tafel zitten en de ander is een hardnekkig smakker. Terwijl ik ze toch regelmatig om die redenen van tafel heb gestuurd. Mijn opvoedheldin Heleen de Hertog van de workshops en boeken *How2Talk2Kids* legt uit dat kinderen die naar een strafplek worden gestuurd drie soorten reacties kunnen vertonen: ze halen hun schouders op en zitten hun tijd uit, ze voelen zich een slecht persoon en gaan daarna proberen het hun ouders naar de zin te maken of ze zinnen op wraak. Dat laatste komt meestal tot uiting in een kreet als: ‘Jij bent een stomme mama.’ Bij alle drie de reacties steken de kinderen er weinig van op. Ze doen hun “emotionele huiswerk” niet. En ja, dat kan echt anders.’ (zie punt 4)

Je wilt geen bange kinderen

Opvoedcoach Justine Mol zegt ook zinnige dingen als ik haar vraag wat er slecht is aan straffen. Ze vertelt dat ze onlangs een gesprek had met een moeder over de *naughty chair*. ‘Welke behoefte wordt er vervuld als je je kind er opzet?’, vroeg ze de vrouw. Die antwoordde dat het haar behoefte aan gehoord worden bevredigde. En de behoefte aan orde, want het leverde zowel haar als haar kind duidelijkheid op. Justine vroeg haar of ze ook behoeften kon noemen die op zo’n moment niet werden vervuld. En toen was de lijst veel langer. De moeder noemde: contact, respect, harmonie, plezier, ontspanning. ‘Wat ben ik eigenlijk aan het doen’, riep ze uit. Dat vind ik herkenbaar. Op de momenten dat ik vroeger een van mijn peuterzons op de gang zette, knaagde er iets. Ze keken me met grote, vochtige ogen aan en ik voelde me naar.

Voor mij was het een zwakgebod. Ik wist gewoon niks beters. Maar ik wil niet dat mijn kinderen naar me luisteren omdat ze bang voor me zijn. Tijd voor een andere aanpak.

Er zijn alternatieven (gebruik bijvoorbeeld humor)

‘Nee, ik gebruik de *naughty chair*-methode vrijwel nooit. Mijn dochter is nu vier jaar en heeft haar hele leven slechts twee keer in de hal gestaan. Maar toen werd het ook echt gevaarlijk omdat ze met haar bord ging gooien’, aldus vriendin **Deborah Freriks** (43). ‘Ik ben er tegen om het als standaard opvoedmiddel te gebruiken. Ik wil mijn kind leren dat je conflicten met een dialoog kunt oplossen. Daar heeft ze later ook wat aan. Door een kind apart te zetten, stop je met communiceren. Heb je alle manieren al geprobeerd om je kind iets uit te leggen, vraag ik me dan af. En heb je al geprobeerd humor in te zetten? Laatst zat mijn dochter omgekeerd op haar stoel en wilde niks eten. Ik vroeg haar zich om te draaien en te vertellen wat er was. “Maar dat wil ik niet”, schreeuwde ze. “En dat wil ik wel”, riep ik terug. “Nietes”, “Welles”, riepen we. En mijn man opeens: “Wellietes”. Toen was het ijs gebroken. Gretig deed ze mee aan het woordspelletje. Ze begon te lachen en ondertussen at ze haar rijst.’

Er zijn nog meer alternatieven

Loslaten is ook een mooie manier om met ongewenst gedrag van je kind om te gaan. Je kunt je bijvoorbeeld afvragen of het eigenlijk wel zo erg is dat hij met zijn lepel in de hutspot slaat. Opvoedcoach Justine: ‘Je kunt de neiging hebben zo veel structuur te bieden dat je kind het niet meer volgt. Wat mag nou wel en niet en waarom? Het kan zinvol zijn je eigen regels weer eens onder de loep te nemen.’ Natuurlijk, gevaarlijke situaties moet je vermijden maar knoeien, spelen, die ene broek niet aan willen, hoeveel controle wil je eigenlijk? En als je je kind terechtwijst, straft, wat doet dat dan met zijn gedrag? Zal hij misschien dingen stiekem gaan doen (zoals zijn broer of zus slaan) en jou niet meer alles toevertrouwen? Kortom: heiligt het doel de middelen? Of kun je het laten gaan? En nog een andere insteek: heeft je klierende kind misschien behoefte aan iets? Spelen? Bewegen? Kun je hem iets anders geven om mee te klieren? Een alternatief bieden? Heleen de Hertog (*How2Talk2Kids*): ‘Stel dat je tweejarige met zijn zwaardje op je pasgelakte deur slaat. Dan zeg je bijvoorbeeld: “Ik zie dat je met je zwaard wilt slaan. Dat mag niet op de deur, wel op het kussen”. Gaat hij dan nog door, dan kun je hem de keuze geven: “Dit zijn de keuzes: óf je speelt ermee op de manier die mag of je levert ‘m in.” Uiteindelijk is het resultaat misschien nog steeds dat je hem zijn zwaard afpakt, maar hij leert wel dat hij daar zelf invloed op heeft. Mocht je tweejarige het nog niet helemaal snappen, dan zet je in elk geval de goede toon voor later.’

TEKST: CATELINE ELZES/BEELD: ELLEN MANDEMAKER

6

De comfy-chair werkt beter

Eigenlijk heb ik, en met mij vele moeders, tijdens een *naughty chair*-moment vaak zelf een time-out nodig. Je geduld is op, je weet even niet meer hoe het moet en om erger te voorkomen, verwijder je je kind. Dat is op zich niet gek, maar zo’n afzondering kan behoorlijk vernederend zijn voor je kind. Eigenlijk zeg je ermee: jij bent zo slecht, ik wil je even niet meer zien. Wat dacht je ervan om zelf even lekker op de gang te gaan staan, of op een stoel in een andere kamer te gaan zitten (*the comfy-chair*)? En hoe zou het zijn als je gedurende de dag wat vaker je hart lucht, zonder te ontploffen? ‘Ik ben nu even heel boos, ik ga stampen/even naar mijn slaapkamer/heel hard zingen.’ Benoem je emoties. En zorg dat er momenten gedurende de dag zijn dat je voor jezelf kiest. Door hulp in te schakelen, niet mee te doen met blokkentorens bouwen, even een paar bladzijden uit een boek te lezen. Grote kans dat je met rust wordt gelaten als je rustig uitlegt waarom je even de behoefte voelt gas terug te nemen.

Pubers zet je niet meer op de *naughty chair*

Het lijkt nog ver weg, maar straks is je kind groot. Door nu te blijven communiceren, zul je daar straks de vruchten van plukken. Gaat je kind herhaaldelijk de fout in, ga dan eens met hem om tafel zitten. Ja, ook met een peuter kan dat. Zoek samen oplossingen voor een terugkerend probleem (als hij zich niet wil aankleden, of zo). Neem alles serieus, schrijf alles op. Ook zijn voorstel: voor altijd in pyjama blijven. Kijk dan naar de lijst met oplossingen en geef aan of je daar allebei mee kunt leven. Vaak voelt een kind zich enorm serieus genomen en dat helpt al. Plus: als je samen de regels maakt, voelt hij zich medeverantwoordelijk. Daar zul je als hij twee is misschien nog niet zo veel van merken, maar als hij zes is wel. ■

MEER LEZEN?

- Justine Mol, *Opgroeien in vertrouwen – opvoeden zonder straffen en belonen*, SWP, € 11,90
- Adele Faber & Elaine Mazlish, *Effectief communiceren met kinderen* (bewerkt door Heleen de Hertog) *How2Talk2Kids*, € 22,50



Ben je het eens met Catelijne, of juist totaal niet? Praat mee op oudersvannu.nl.