

Sprekende harten, strijdende zwaarden

Leesexemplaar

Sprekende harten, strijdende zwaarden

Toolbox voor moeilijk gedrag bij
kinderen en jongeren

Toepassingen van Verfijnde Pedagogiek

Katelijne Van Lommel

P E L C K M A N S

Beste leerkracht, opvoeder, (onthaal)ouder, hulpverlener, begeleider, beleidsmaker, mens, neem deze toolbox ter harte wanneer je:

- Het pedagogisch bos graag opnieuw wat meer door de bomen wilt zien.
- Te midden van uitdagingen zorgzaam met jezelf, anderen, tijd en energie wilt omgaan.
- Mee wilt kijken naar welke puzzelstukken nodig zijn om signaalgedrag te kunnen begrijpen.
- Een aanpak zoekt die interdisciplinaire kennis inzet, omzet naar dagelijkse toepassingen. Inclusief je eigen – soms even vergeten – weten.

Om dan voor jezelf en samen met anderen te gaan bepalen wat in de omgang met gedrag pedagogisch is.

Blijf vooral ook lezen wanneer je:

- Bezorgd bent dat opvoeden, begeleiden kan wegglijden in polariteiten.
- Benieuwd bent welke krachtige pedagogische erfenissen we dienen te koesteren.
- Bereid bent te kijken welke verwondende patronen we kunnen doorbreken.
- Steeds opnieuw je rol in onderwijs, opvoeding, hulpverlening, opleiding of beleid verder wilt uitbouwen, verfijnen.

Om zo op de mooiste manier onderweg te zijn in het verhaal van kinderen en jongeren. Alsook in dat van jezelf.

INHOUD

WOORD VOORAF	METEEN GELIJKGESTEMD	8
INLEIDING	EEN ONGEMAKKELIJKE WAARHEID	12
MENSELIJKHEID	VOOROP	19
DE TOON ZETTEN		27
WOORDENLIJST		28
LEESWIJZER		30
SYMBOLENBIBLIOTHEEK		36
DEFINITIE VAN MOEILIJK GEDRAG		37
ETHIEK VAN HET HUIS		41
DEEL I	BOUWEN: SPELREGELS VAN EEN LIJF EN BREIN	47
HOOFDSTUK 1	DE OPBOUW VAN EEN KINDER- EN JONGERENBREIN	48
1.1.	Belangrijke regiekamers van gedrag: je lijf en je brein	48
1.2.	Te bouwen verdiepingen	50
HOOFDSTUK 2	MEERMAALS GAAT NIET ALLES VOLGENS – EIGEN – PLAN	57
2.1.	Gangbare ontwikkeling: de juiste verwachtingen	57
2.2.	Oorzaken van moeilijk gedrag	59
2.3.	Gedrag is niet persoonlijk, het is een persoonsgerichte vraag	73
HOOFDSTUK 3	PREVENTIEVE EN CURATIEVE BOUWKUNDE	79
3.1.	Zoveel krachten, zoveel mogelijkheden	79
3.2.	Specifieke bouwstenen per verdieping	81
	Bouwstenen kelderverdieping: regulatie	81
	Bouwstenen gelijkvloerse verdieping: regulatie	83
	Bouwstenen eerste verdieping: relaties, gevoelens en emoties	101
	Bouwstenen tweede verdieping: ratio	129
	Kinderen en jongeren zijn signaaldragers	130
3.3.	Pedagogische mortel	140
	Grondhouding	140
	Persoonlijke ontwikkeling als weg	145

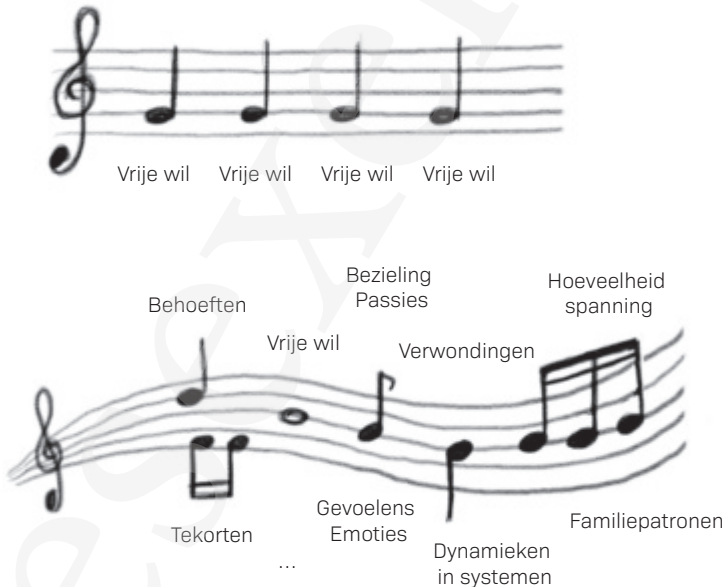
	Ons hart ertussen zetten	151
	Constructief begrenzen	153
	Beschermend en beveiligend ingrijpen	161
3.4.	Bouwtechnieken	166
	Structuur en rituelen inbouwen	167
	Modellen en sociale scripts gebruiken	178
HOOFDSTUK 4 THUISKOMEN		180
DEEL II	TRANSFORMEREN EN RENOVEREN: HEERSENDE INTERVENTIES VERFIJNEN	185
HOOFDSTUK 5 PEDALOGISCH?		186
5.1.	Inspiratie en eigen creativiteit	186
	Ladderprincipes: naar nieuwe hoogten	186
	Vertelblokken: zeg het eens in andere kleuren	188
	Gevoelsthermometers: waar worden we warm van?	189
	Laat dat rood maar voor de Liefde	191
	Regels en afspraken: de moeite om te kaderen	192
	De uitdaging van speeltijden en vrijetijdsmomenten	194
	Van Time-Out naar Ontladings- of Opladings-Tijd (OT)	195
	G-schema's: steunen op dat wat ons mens maakt	204
DEEL III	IN DE WERELD ZETTEN: ATTEND-AANPAK	209
HOOFDSTUK 6 NAAR ONDERSTEUNEND HANDELEN		210
6.1.	Keuze van de ATTEND-aanpak	210
6.2.	Integratie van diverse kaders over de benadering van gedrag	211
6.3.	Opbouw van de ATTEND-aanpak	213
6.4.	Observeren: patronen en puzzels wijzen de weg	214
6.5.	Taal verraadt visie	215
6.6.	Contact-communicatie	216
6.7.	Creatieve communicatievormen	239
6.8.	Ondersteunend handelen	245
SLOTBESCHOUWING: STOUTMOEDIGHEID		253
GRAAG TOT ONDERWEG		255
DANKWOORD		256
INSPIRATIELIJST		257

WOORD VOORAF

Meteen gelijkgestemd

Gedrag is allesbehalve eentonig. Gedrag is als een muziekstuk.

En toch hebben we meermaals het verhaal gehoord, geleerd, dat gedrag voornamelijk bepaald wordt door *de vrije wil*. Die ene noot waardoor je op elk moment je gedrag kunt aanpassen of stoppen als je maar genoeg wilt, als je voldoende je best doet. Heel wat van onze pedagogische gewoonten en verwachtingen zijn hier immers op gebaseerd. Denk bijvoorbeeld aan volgkaarten, belonings- en sanctioneringssystemen alsook de inzet van gesprekken om veelal via inzicht moeilijk gedrag overbodig te maken. Al deze interventies veronderstellen dat de vrije wil bij kinderen en jongeren steeds voldoende zeggenschap heeft om bepaald gedrag net wel of niet meer te stellen. Wel, als het zo simpel was ... dan was dit een erg duur boek. Gedrag is verfijnder, complexer. Boeiender.



Figuur 0.1. Gedrag is niet eentonig.

Gedrag is als een muziekstuk. Het krijgt vorm door heel wat noten die onderling op elkaar inspelen en waarvan de vrije wil er één is. Zo wordt gedrag bepaald door onze behoeften. Denk bijvoorbeeld aan de behoefte om gehoord en gezien te worden, graag gezien te worden, een plek te hebben, erbij te

horen en van betekenis te zijn. Alsook de behoefte aan eten, slaap, veiligheid, authenticiteit, verbondenheid, zelfstandigheid, ontspanning ... Wanneer er zich tekorten in onze behoeften als mens aankondigen, beginnen deze meteen mee hun rol te spelen. Ongevraagd, vanzelf. Kijk gerust even bij jezelf: wanneer je meermaals te weinig geslapen hebt, kan dat invloed hebben op je gedrag. Of misschien ben jij wel diegene waarvan anderen weten dat ze best even wat geduldiger zijn als je aan eten toe bent dan wel als je te weinig hebt kunnen ontspannen de laatste tijd.

De uitbouw van ons lijf en die van ons brein hebben hun zeggenschap in het verhaal van gedrag. Maar er is meer. Gedrag wordt eveneens bepaald door wat ons bezielt, onze passies, datgene waar ons hart warm van wordt en onze mond van overloopt. In ons gedrag weerklinken de verwondingen die we onderweg hebben opgelopen. Wanneer je bijvoorbeeld in een relatie gekwetst bent geraakt, zal dat invloed hebben op je gedrag in volgende relaties. Ongevraagd, vanzelf. Allerlei gevoelens, emoties hebben hun plek: of het nu over enthousiasme, onmacht, liefde of angst gaat. En ook dynamieken in kleine en grotere systemen spelen in op je gedrag als mens. Zoals familiepatronen bijvoorbeeld. Want we zijn ons hier niet altijd zo van bewust, maar elk van ons heeft zowel mooie als moeilijke erfenissen van zijn of haar (voor)ouders meegereggen: gebruiksaanwijzingen over hoe met het leven en elkaar om te gaan, over 'wat wel of niet hoort', 'wat meer of minder belangrijk is'. Deze patronen worden aan de volgende generatie doorgegeven en ze spelen hun rol op de achtergrond. Tenminste, tot we ons bewust worden van hun bestaan en gaan kijken hoe we ermee verder willen.

Te midden van zoveel verschillende noten – en dan is deze lijst nog niet volledig – kan de vrije wil onmogelijk steeds het laatste woord hebben. De aanwezigheid van pedagogische gewoonten die een beroep doen op het idee dat *genoeg willen* er veelal voor kan zorgen dat een kind, een jongere zijn of haar gedrag kan veranderen, is dus al vreemd van bij het begin.

De taal van moeilijk gedrag

Gedragsmoeilijkheden zijn geen gedragsmoeilijkheden. Gedrag is communicatie. Moeilijk gedrag dat zich herhaalt of acuut voorkomt en niet tot de gangbare ontwikkeling behoort is signaalgedrag. Het is een verborgen hulpvraag die door een lijf en een brein op een lastige, vreemde, soms zelfs grensoverschrijdende manier de wereld wordt ingestuurd. Het zijn tekorten, noden, verwondingen of ongezonde dynamieken in systemen die zich kenbaar maken: noten die spontaan de leiding nemen in het muziekstuk van gedrag om gezien,

gehoord te worden. Het is immers niet zo dat kinderen en jongeren eerst de vraag van hun lijf en hun brein krijgen of ze het goed vinden dat er moeilijk gedrag in hun functioneren zal optreden. Net zoals jongens en meisjes deze vraag niet krijgen wanneer er bijvoorbeeld eetproblemen of stemmingsproblemen in hun leven opduiken. De activatie ervan gebeurt vanzelf. Omdat een lijf en een brein het belangrijk genoeg – noodzakelijk – vinden dat bepaalde signalen in de vorm van gedrag uitgezonden worden. Met als doel om als hulpvraag (h)erkend en beantwoord te worden. We komen hier uiteraard op terug wanneer we nog eens stilstaan bij de mogelijke oorzaken van moeilijk gedrag. Hoe dan ook zorgt het feit dat gedrag communicatie is ervoor dat wij als volwassenen maar beter de taal van gedrag leren. Er vertrouwd mee raken, zodat we kunnen lezen welke noten aan het woord zijn wanneer het lastig wordt. Wanneer kinderen en jongeren vastlopen of wanneer we zelf worstelen. Opdat we betekenis kunnen vinden in dat wat zich afspeelt.

Leren dirigeren

Elk muziekstuk van gedrag is uniek. Het wordt gevormd door onze kindertijd en onze volwassenheid, door onze eigen ervaringen en die van onze (voor) ouders. Door onze eigenheid alsook door onze omgeving. En net als muziek heeft gedrag een bijzondere eigenschap: zodra je bereid bent je te verdiepen in wat er zich afspeelt, kun je regie leren nemen. Leren *dirigeren*. Maar wat hebben we dan nodig om te leren dirigeren? Om zo opbouwend mogelijk met gedrag te kunnen omgaan? Om kinderen en jongeren te begeleiden, zo gezond mogelijk te laten ontwikkelen en waar nodig samen met hen gedrag te veranderen, te transformeren? Een muziekstuk is immers niet altijd harmonisch, net als gedrag dat niet altijd is. Het is de kern van onze menselijkheid: we zijn allemaal onderweg.

Wel, indien je ooit notenleer hebt gevolgd, was dat mogelijk niet je favoriete tijdsbesteding. Voor meerdere mensen is het zelfs een noodzakelijk kwaad om zo snel mogelijk muziek te mogen creëren. Hetzelfde geldt wanneer het over gedrag gaat. Vaak willen we het liefst meteen aan de slag met de vraag 'Ja, maar wat kunnen we nu gaan dóén?!' Ik doe dus graag mijn uiterste best om het samen ontdekken van de noten uit het muziekstuk van gedrag zo boeiend mogelijk te maken. Deze basiskennis is dan ook onmisbaar in het zoeken naar antwoorden. Voor zorgteams, pedagogisch begeleiders en hulpverleners is het daarenboven vereist om aanvullend veelvoorkomende melodieën te kunnen herkennen. Combinaties van gedrag die puzzels vormen en richting geven over specifieke moeilijkheden zoals hechtingskwetsuren, stemmingsproblemen enzovoort. Dat is de eerste stap: onze bibliotheek voeden met kennis over ge-

drag. *Sprekende harten, strijdende zwaarden 1* legt zich hier uitgebreid op toe. In dit vervolg wandel ik er graag nog eens verkort met jullie door om dan over te gaan tot het uitbouwen van een concrete toolbox voor de dagelijkse praktijk.

En hiermee zijn we meteen vertrokken: velen van ons hebben al mogen ondervinden dat controle als kompas in het leven een illusie is en dat de vrije wil niet altijd leidt. Voor gedrag is het net zo. Wel kunnen we vanuit dat wat zich toont, regie leren nemen. Vanuit *willen weten* ons verbinden met wat er is. Immers: wie van muziek houdt, weet dat er naast het kunnen lezen van noten, het beluisteren of maken van muziek, het dirigeren en zelfs componeren, nog iets nodig is. Om een muziekstuk écht te proberen (be)grijpen, (be)vatten, dien je ermee te *resoneren*. Verfijnde Pedagogiek vraagt hetzelfde. Kinderen en jongeren die met ons communiceren via moeilijk gedrag vragen hetzelfde.



Figuur 0.2. Een muziekstuk van gedrag willen (be)grijpen, (be)vatten.

INLEIDING

Een ongemakkelijke waarheid

Stel je even voor. En dit is geen holle zin. Stel je oprecht even voor. Waarbij je probeert om alle 'ja, maar's' die in je opkomen even te parkeren. We zijn het erover eens dat bepaald gedrag begrensd, niet zomaar toegelaten kan worden. Dat kinderen en jongeren dienen te leren, te groeien. De vraag is alleen: [Wat is hiertoe de meest opbouwende weg?](#)

Sta jezelf dus even, een moment, toe om te kijken hoe je de volgende situatie zou ervaren als je er zelf inzat. Niet meer, niet minder. Hoe jij je zou voelen als dit scenario zich in jouw volwassen leven zou afspelen?

Het waren geen simpele maanden, de afgelopen tijd. In je job werd je meermaals overvraagd. Misschien kwamen er zelfs andere moeilijkheden bij: financieel, qua gezondheid, familiaal of iets anders. Je probeert al langer om je stress zo goed mogelijk te managen. Soms lukt dat beter, soms minder. De voorbije weken werd het echter nog lastiger. Je hebt een klas die veel van je vraagt, meer dan één leerling die voortdurend je grenzen opzoekt en dat in combinatie met nogmaals onderwijshervormingen terwijl je het noodzakelijke nu al nauwelijks gedaan krijgt. Misschien werk je in een leefgroep of kinderdagverblijf waar er reeds een personeelstekort was en waar de werkdruk met enkele zieken alleen maar verder toeneemt. Mogelijk werk je in de jeugdzorg en is het nog maar weinig menselijk te noemen hoeveel crisissen zich aandienen, hoeveel dossiers en mails je per dag dient te verwerken. Misschien vraag je je als ouder meerdere malen per week af hoe anderen de combinatie van voltijds werken en gezin klaarspelen, wil je de magische formule hiervoor graag bemachtigen en ben je zelfs bereid er een behoorlijke prijs voor te betalen. Hoe dan ook, de spanning in je leven wordt de laatste tijd extra opgedreven en je menselijke systeem komt meer en meer onder druk te staan.

Overdag, op je werk, naar je collega's toe probeer je gepast te blijven functioneren, je in te houden. Echter, wanneer je thuiskomt, krijgt je partner de rekening gepresenteerd van het feit dat je lijf en brein onder hoogspanning staan. Je bent meer prikkelbaar, korter van stof. Misschien kun je minder verdragen, reageer je nogal eens onredelijk, buiten proportie. Of trek je je net terug, ben je letterlijk dan wel figuurlijk minder aanwezig. Misschien vergeet je zelfs dingen die je beloofd had om te doen omdat je hoofd er niet naar staat. Er ontstaan conflicten. En jouw partner heeft hier op een bepaald moment genoeg van. Hij of zij grijpt in en gaat met jou aan de tafel zitten. 'Dit gedrag moet stoppen', zegt hij of zij, 'en we gaan dat als volgt aanpakken: ik heb een gedragskaart voor jou gemaakt.'



Alvorens in verbazing te blijven hangen, even verduidelijken wat zo'n volgkaart precies is. Het maakt overigens niet zoveel uit of het om een gedragskaart, een belonings- of strafsysteem gaat. Dit zijn allemaal vormen van eenzelfde principe: een voorwaardelijk volgsysteem wat in onze huidige pedagogiek bij kinderen en jongeren nog voortdurend wordt ingezet. Op zo'n kaart staat een opsomming aan gedrag dat je net wel of net niet (meer) mag stellen. In dit geval voor jou: niet meer prikkelbaar zijn, je niet meer terugtrekken, niets meer vergeten, niet meer in conflict raken, ... Dergelijke kaart gaat er dus met andere woorden van uit dat een verandering in gedrag veelal vanuit jouw individuele inspanning kan en zal komen. Door (meer) je best te doen. Je kan dit. Want als het niet lukt, volgt er wat of net niet ...

(Voor wie enkele zinnen geleden nog niet in opstand kwam: lees verder.)

'Oh ja', voegt je partner eraan toe 'en als je er niet in slaagt om aan deze verwachtingen te voldoen, ga je zaterdag niet mee naar de barbecue.'



Tenzij je nu denkt: 'Eindelijk! Rust! Een avond alleen thuis, heerlijk' of 'Gelukkig! Ik probeerde al zo lang onder die verplichting uit te komen', redeneren we verder.

(Je hoeft trouwens op dit moment geen partner te hebben om mee te gaan in het verhaal. Je menselijke ervaring is meer dan genoeg om je verbeelding te laten werken.)

Volgend weekend staat er een gezellige barbecue met jullie vriendengroep gepland. Een avond waar je echt naar uitkijkt, waarop je even kunt ontspannen, alles loslaten, genieten van lekker eten en goed gezelschap. En moest een barbecue nu toevallig niet jouw ding zijn, kies dan gerust iets anders: een avond met kameraden, een namiddag met vriendinnen. Iets wat je nodig hebt om op te laden dan wel rust te vinden. In het bijzonder tijdens periodes van veel stress of moeilijkheden.

'Je weet dus wat je te doen staat', herhaalt je partner met klem. 'Je gedrag moet nu veranderen. Anders ga je niet mee.'



Een aantal bedenkingen bij het verloop van het verhaal tot nu toe. Schat je in dat de volgkaart je spanning gedurende de week die eraan komt, zal verlagen of verhogen? Ik stel deze vraag omdat extra spanning natuurlijk net datgene is wat je kunt missen wanneer je lijf en brein aan het signaleren zijn dat het lastig om dragen wordt. Dat je iets nodig hebt, iets mist, pijn dan wel onmacht ervaart, dat je richting overleving gaat of er al in zit.

Bovendien en nog belangrijker: de oorzaken van je gedrag worden in het gesprek maar weinig in rekening gebracht. Ze worden niet wezenlijk meegenomen in de aanpak. Je gedrag wordt niet herkend als een signaal dat je vastloopt, dat je overvraagd wordt of dat de spanning buiten je eigen wil om te groot aan het worden is om als mens nog goed verwerkt te krijgen.



Nochtans is dat ook een mogelijk scenario. Het script waarbij jouw partner je gedrag niet moet goedkeuren of toelaten. Hij of zij mag zelfs willen dat het verandert of vermindert, maar dan via een zoektocht naar de oorzaken ervan. De noden, behoeften erachter. Door deze samen met jou vast te nemen. Zodat het signaal van je lijf en brein – het moeilijke gedrag – zoveel mogelijk overbodig kan worden gemaakt. Mag jouw partner daarnaast mens blijven en onrecht ervaren, zich gefrustreerd, eveneens onmachtig of gekwetst voelen? Natuurlijk. Alleen, wanneer jouw partner de kennis had doorgekregen dat gedrag niet persoonlijk is, wel een *persoonsgerichte vraag*, zou dat een wereld van verschil maken. Voor iedereen. Wanneer hij of zij van jongs af aan geleerd zou hebben dat mensen via herhaald dan wel acuut moeilijk gedrag communiceren dat ze worstelen, iets nodig hebben, zou hij of zij dit gedrag nog steeds niet moeten goedkeuren of laten bestaan. Maar het zou voor hem of haar wel duidelijk zijn dat je niet doelbewust jullie huishouden en relatie onder druk zet. Vanuit een gebrek aan motivatie, vanuit ergens geen zin in hebben, met *opzet* in de hoofdrol. Zoals bij kinderen en jongeren meermaals verondersteld wordt.



Er zijn maar erg weinig mensen die intentioneel, instrumenteel anderen schade toebrengen. Zonder wroeging moeilijk gedrag stellen waarbij ze zelf niet worstelen, niet lijden. Ook al lijkt of voelt het misschien soms anders. Maar dat heeft natuurlijk alles te maken met het feit dat er zich achter de menselijke verdedigingsmuren en façades heel wat afspeelt dat voor het blote oog niet zomaar zichtbaar is. Alsook omdat een mensbeeld van onwil ons vaker dan we denken ingefluisterd wordt. En zelfs als er iets is misgelopen in de persoonlijkheidsontwikkeling, deze verstoord is geraakt, liggen verwondingen en tekorten meestal aan de basis van bijbehorend gedrag. Dan is er bijna altijd onderweg, vooral in de kindertijd, schade opgelopen of werd deze over generaties heen doorgegeven en was de pedagogische afstemming ontoereikend. Ontbraken de nodige antwoorden en heling.

Je hoeft gedrag trouwens niet goed te keuren om open te staan voor de betekenis ervan. De grootste zorgzaamheid naar alle partijen zal echter maar vorm kunnen krijgen wanneer we bereid zijn om naar de oorzaken van gedrag te kijken. Deze zelfs te willen omarmen. Ze geven ons immers handvaten over hoe bepaald gedrag voorkomen kan worden. En over hoe we, als het toch

opduikt, het zoveel mogelijk overbodig kunnen maken. Iets wat belangrijk is voor alle partijen.

Doorheen *Sprekende harten, strijdende zwaarden* stellen we vast dat énkél een pedagogiek die onvoldoende interdisciplinair onderbouwd is het idee van *niet (genoeg) willen* kan weerhouden bij moeilijk gedrag dat zich herhaalt of acuut voorkomt terwijl het niet tot de gangbare ontwikkeling behoort. Zélf s bij jongens meisjes die nu door je gedachten gaan en over wie je denkt, over wie verteld is 'Ja, maar die doen dat toch écht vanuit de vrije wil, bewust.' Het is een hardnekkig verhaal dat ons werd ingeprent terwijl geïntegreerde kennis ons iets anders zegt. En hoewel het volledige muziekstuk van gedrag het domein van opvoedkunde misschien wat meer ingewikkeld maakt, maakt het onze omgang met elkaar meteen ook eerlijker, menselijker. Rijker.



Maar voor we aan de hoofdstukken beginnen die het idee van onvermogen onderbouwen, even terug naar het verhaal met je partner. Misschien dat hij of zij na het lezen van dit boek bereid is het idee van de gedragskaart opzij te schuiven. Om samen te kijken naar hoe het eigenlijk echt met je gaat. Naar waarom je zo kortaf bent, prikkelbaar reageert, jezelf afsluit, conflict opzoekt of herhaaldelijk dingen vergeet. En naar wat je nodig hebt. Want zelfs als je met je partner tot de vaststelling zou komen dat jullie op dit moment niet zo heel veel aan de spanningsbronnen kunnen veranderen, is er nog steeds een andere weg mogelijk. De optie om te zoeken naar hoe er *tegengewicht* aan deze overmatige stress gegeven kan worden. Bijvoorbeeld door extra ruimte en aandacht voor ontspanning te creëren, doordat je partner dan wel iemand anders tijdelijk wat dingen overneemt of net extra zorgzaam naar je is. En misschien is het ook al veel dat je als mens achter je gedrag even écht gehoord, gezien wordt. Brengt dat al meer rust.

Aangezien in de huidige pedagogiek van gedragsmoeilijkheden echter nog een andere gewoonte heerst, gaan we in dit verhaal verder met het klassieke belonings- of volgsysteem. Interventies waarbij je je gedrag onmiddellijk moet kunnen aanpassen, zelfs regelmatig veelal op jezelf. Zonder dat de oorzaken ervan voldoende in rekening gebracht worden, voldoende vastgepakt worden of dat er voldoende tegengewicht aan geboden wordt. Ook bij gebrek aan deze ondersteuning dien je je gedrag bij te sturen. Als dat niet lukt, mag je niet mee naar de barbecue met je vriendengroep.

(Voor wie in deze situatie zijn of haar partner nog niet tot de orde geroepen heeft, geweigerd heeft om in zijn of haar interventie mee te gaan dan wel een relatietherapeut gecontacteerd heeft: lees verder.)

Vanaf hier zijn er een aantal scenario's mogelijk:

Ofwel zal je niet aan de gestelde verwachtingen van de gedragskaart kunnen voldoen. Omdat je lijf en brein door de spanning waar je onder staat, nog steeds worstelen om niet meer kortaf te zijn, om niet meer prikkelbaar te reageren, om je niet meer in jezelf te keren. En dan is het gevolg gekend: op zaterdag verzamelt iedereen om 19 uur in het huis van een van je vrienden voor het aperitief. Het vuur van de barbecue brandt en jij zit thuis. Je hebt het niet verdiend om mee te gaan.



Lees deze laatste zin nog een keer, want hij wordt zo vaak naar kinderen en jongeren gebruikt. Of hij werd ons zelf verteld. Kijk wat deze uitspraak met je doet en beeld het je dan even in. Beeld je oprecht even in: Hoe zou je je voelen als je achterblijft? Wanneer je sociaal niet mee mag doen? Je hebt je beloning immers niet gehaald of je bent gestraft.

Boos? Triestig? Gefrustreerd? Eenzaam? Of misschien komt er nog een ander gevoel op? Er zullen zelfs mensen zijn die zichzelf gaan afbreken met het idee dat ze de avond inderdaad *niet verdiend* hebben.

En stel je hierbij nog een tweede vraag: denk je dat deze interventie van je partner de verbinding met hem of haar zal versterken dan wel net verdunnen? Ik vraag dit omdat we weten dat veilige verbindingen een van de meest krachtige tools zijn waarover we beschikken om gedrag te veranderen, bij te sturen. Hoe zou het voor jouw relatie zijn?

Er is echter nog een ander scenario mogelijk. Het lukt je om de energie die je rest bij elkaar te rapen en in de volgende week het betreffende gedrag niet meer te stellen. Je gaat de signalen van je eigen lijf en brein met andere woorden 'overrulen'. Het bijbehorende gedrag onderdrukken. En het effect is er. Je hebt je beloning gehaald. Je hebt je straf kunnen ontwijken. Je mag mee naar de barbecue.



Heb je in dit geval het gevoel dat – ondanks het uiterlijk stoppen van bepaald gedrag – deze interventie op langere termijn een oplossing zal bieden? Zal ze *werken* in de zin dat ze een opbouwend antwoord geeft op de noden die je lijf en brein proberen te communiceren? Of zou deze aanpak verderop kunnen leiden tot andere symptomen, misschien zelfs (bijkomende) innerlijke verwondingen?

En opnieuw: denk je dat – ook al heb je je beloning gehaald dan wel je straf vermeden – dit soort interventies de relatie met je partner zullen versterken of net onbedoeld verdunnen?

Ik vermoed dat je de antwoorden op al deze vragen meteen aanvoelt. Dat je lijf en brein maar weinig tijd nodig hebben, nauwelijks aarzelen, om te communiceren wat dit soort interventies met jou zouden doen. Misschien denken

we echter dat het voor kinderen en jongeren anders voelt. Anders is dan voor volwassenen. Dat kinderen en jongeren nog moeten leren en dat het anders is omdat de hiërarchie verschilt. Helaas is dat niet zo.



Wees maar zeker: ook kleine kinderen en grotere jongeren voelen zich niet gezien, teleurgesteld in zichzelf, verdrietig, boos bij het inzetten van dit soort pedagogische strategieën. Ook zij ervaren onrecht, onveiligheid, voelen pijn, gaan zichzelf afbreken, zichzelf als falend of niet genoeg waard beschouwen wanneer we via deze weg gedrag proberen bij te sturen. Wanneer we onvoldoende stilstaan bij de hulpvraag achter gedrag. Onvoldoende antwoord geven op de noden die op een vreemde, lastige, soms zelfs grensoverschrijdende manier met ons gecommuniceerd worden. Wanneer ons niet geleerd werd dat moeilijk gedrag in werkelijkheid signaalgedrag is, net zoals eetproblemen, donkere gedachten of angsten dat zijn.

En ook de verbindingen tussen kinderen, jongeren en hun verzorgers, opvoeders, begeleiders zullen onbedoeld verdunnen, minder veilig worden bij de inzet van dit soort systemen. Óf het kind, de jongere zal om de verbindingen koste wat kost te kunnen behouden, de signalen van zijn of haar eigen lijf en brein gaan overrulen, proberen uit te schakelen. Een stukje authenticiteit opgeven. Immers, voor de overleving zullen verbindingen het halen van authenticiteit. Echter kan en zal het inleveren van dit laatste (op langere termijn) ook ongewilde schade teweegbrengen.

De hiërarchie speelt hier trouwens geen rol: er is natuurlijk een verschil tussen partnerrelaties en volwassene-kindrelaties. Dat is zeker zo. Wanneer het echter over mogelijke belevingen en effecten van soorten omgang – over menselijkheid – gaat, maken de verhouding in de relatie of de leeftijd geen verschil.

Zal het soms zo zijn dat we beschermend, beveiligend moeten ingrijpen en daarom kinderen, jongeren, volwassenen niet laten deelnemen aan bepaalde (groeps)activiteiten? Ja. Stel bijvoorbeeld dat je lijf en brein als volwassene zo onder druk staan dat je ontzettend aanvallend naar je omgeving wordt. Ongewild te veel bruggen aan het opblazen bent of anderen schade berokkent. Dan is het natuurlijk zorgzaam dat je partner je even thuishoudt. Niet als straf. Niet omdat je een activiteit niet verdiend hebt. Wel vanuit bescherming en ondersteuning. Naar jou en de anderen. Om de verbindingen alsook je plek in de groep te bewaken, veilig te stellen. Om even een ander aanbod te doen tot je samen de weg weer vindt. Ook bij kinderen en jongeren geldt dat.

Is het te midden van al deze vaststellingen gek dat er nog steeds zo veelvuldig naar volgkaarten, belonings- en strafsystemen wordt gegrepen in onze

opvoeding, in ons onderwijs, in onze hulpverlening en in onze opleidingen? Ja en nee. Ja, omdat ze veel schadelijker zijn dan we vermoeden. Omdat ze helemaal niet onschuldig zijn, ook beloningssystemen niet. En omdat deze interventies niet raken aan het wezenlijke probleem. Niet opbouwend bijdragen aan de aanwezige noden. Nee, omdat we deze opvoedkundige acties zo gewoon zijn. Ze zijn ons voorgedaan en aangeleerd. We hebben meermaals gehoord 'dat het zo hoort'. Als gevolg daarvan staan we niet meer echt stil bij ons eigen weten erover. Bij de effecten ervan. Bovendien is het vaak lastig om ons voor te stellen hoe het anders kan wanneer we daar zelf weinig voorbeelden van gezien hebben. Het goede nieuws is: er ligt een rijkdom aan tools klaar waarmee we de ontwikkeling van kinderen en jongeren zo opbouwend mogelijk kunnen ondersteunen. Ook en in het bijzonder als het over moeilijk gedrag gaat. Betekent dit alles trouwens dat we bepaald gedrag zullen goedkeuren of toelaten? Natuurlijk niet. Constructief begrenzen hoort bij een gezonde ontwikkeling. Alleen beschikken we over manieren die meer en minder opbouwend werken. Gezonder en minder gezond zijn. Meer en minder onbedoeld schadelijke effecten teweegbrengen. We komen hierop terug. Maar om het voorbeeld met je partner af te sluiten, wil ik graag nog één gewoonte uit de huidige pedagogiek bij jullie aftoetsen.



Beeld je even in. En dit is geen holle zin. Beeld je oprecht even in: het gaat niet zo goed met je en je krijgt een gedragskaart. Deze interventie brengt waarschijnlijk al heel wat teweeg bij jou. Maar wat als je partner nog een truc geleerd heeft in het aanmoedigen tot gedragsverandering? Om je extra te motiveren zal hij of zij je persoonlijke kaart in het vizier hangen, op de koelkast bijvoorbeeld. Zichtbaar voor iedereen. Om te kijken hoe je het doet, of je voldoet. Wat zou dat met jou doen?

Als alles goed is, heeft je zenuwstelsel tijdens de voorbije minuten dat je aan het lezen was, minstens eenmaal een reactie gegeven in de vorm van iets wat lijkt op een kleine shock. Is je maag misschien even gaan draaien. Je hoofd gaan tolleren. Of zijn je wenkbrauwen één dan wel meerdere keren gaan fronsen. Mogelijk is er zelfs spontaan een lach om je mond ontstaan bij het idee dat dergelijk scenario zich bij jou zou afspelen. Dat jouw partner, jouw werkgever, jouw collega, jouw vriend of vriendin met deze aanpak zou komen aanzetten en dat jij hierin zou moeten meegaan. Dan hebben jouw lijf en brein duidelijk gecommuniceerd: 'Dit is vreemd. Dit voelt niet juist. Deze interventies zijn niet de meest opbouwende weg bij moeilijkheden.'

MENSELIJKHEID VOOROP

We doen heel wat pedagogische interventies bij kinderen en jongeren die wij als volwassenen niet zouden tolereren

Waarom dit verhaal? Omdat ons eigen lijf en brein in oorsprong zeer goed weten wat opbouwend is en wat niet in de omgang met elkaar. Omdat we dagelijks heel wat gezonde, krachtige interventies bij kinderen en jongeren inzetten. En omdat we daarnaast ook nog meerdere interventies toepassen die wij als volwassenen zelf niet als ondersteunend zouden ervaren. Die wij – hopelijk – zelfs niet zouden tolereren wanneer onze partners, vrienden, vriendinnen, collega's of leidinggevenden ermee komen aandraven. Tenminste, in het geval dat we voldoende gezonde zelfwaarde hebben kunnen opbouwen. Dat we vanuit overlevingsmechanismen niet te veel losgekoppeld zijn geraakt van onze eigen gewaarwordingen, gevoelens, emoties, behoeften. En dat we op een gezonde manier met ons lijf en brein hebben leren omgaan. Iets wat trouwens niet zomaar vanzelfsprekend is.

Maar er is meer: we beschikken over een gigantische puzzel aan interdisciplinaire kennis die de wijsheid van ons eigen lijf en brein volledig bijtreedt. Hoog tijd dus om onze pedagogiek voldoende interdisciplinair te gaan onderbouwen. Anders brengen we ongewild vanuit de beste bedoelingen schade toe aan de ontwikkeling van kinderen en jongeren. Schade die heel wat mensen ook in hun volwassenheid nog met zich meedragen, die een impact heeft op hun functioneren en die van generatie op generatie kan worden doorgegeven. Meermaals zonder zich hier echt bewust van te zijn. Wat deze ongewenste neveneffecten precies kunnen zijn, alsook waarom de genoemde systemen soms wel (lijken te) werken, wordt hieronder toegelicht.



Welke schadelijke effecten kunnen de herhaalde inzet van gedragskaarten, belonings- en strafsystemen, negativiteit, sociale uitsluiting, het voorwaardelijk maken van liefde hebben?

In *Sprekende harten, strijdende zwaarden 1* staan we hier meer uitgebreid bij stil. Hier bekijk ik graag nog even verkort samen met jullie welke mogelijke onbedoelde neveneffecten deze interventies (op langere termijn) kunnen hebben. Zo wordt duidelijk dat ze ernstig overdacht dienen te worden. Het gaat onder meer om een verhoogde kans op:

- een lage zelfwaarde, een negatief zelfbeeld;
- verdunde, onveilige verbindingen met anderen, hechtingskwetsuren;
- het verlies van verbinding met eigen gewaarwordingen, gevoelens, emoties;

- het verlies van een stuk authenticiteit;
- stemmingsproblematieken zoals depressie;
- verslavingsproblematieken;
- secundaire traumatisering;
- antisociaal gedrag;
- ...



Waarom deze interventies dan soms wel (lijken te) werken

De inzet van voorwaardelijkheid, negativiteit, sociale uitsluiting en het al dan niet tijdelijk wegnemen van liefde zijn niet opbouwend in de ontwikkeling. Ook niet bij moeilijk gedrag. Deze interventies zijn verwondend. Daarnaast zitten er in de klassieke gedragskaarten, belonings- en strafsysteem wel een aantal werkzame ingrediënten, namelijk:

- Er komt een vorm van zorg, aandacht (ook al is deze vaak negatief).
- Er is meermaals een visuele weergave van verwachtingen.
- Er wordt nogal eens gezorgd voor een verduidelijking, concretisering van de verwachtingen.

De kracht van gedragskaarten, belonings- en strafsysteem zit hem dus in het volgen en in het verduidelijken van informatie of verwachtingen. Doch deze elementen kunnen we perfect behouden terwijl we de voorwaardelijkheid en de dreiging eruit halen. Moest je dus graag een meer geleidelijke overgang maken in je werking en deze systemen toch nog willen behouden, verfijn ze dan zeker:

- Werk visueel en kies voor één, twee, maximaal drie (dat is al veel) groeipunten.
- Stel duidelijke, concrete verwachtingen. Vermijd vage beschrijvingen als 'je gedragen, meewerken, ...' Want wat is *meewerken*? Maak dit voor jezelf eerst duidelijk.
- Ga dan na of je verwachtingen realistisch, noodzakelijk, prioritair zijn? In die volgorde. Bijvoorbeeld: van een kind of een jongere die moeilijkheden ervaart bij plannen en organiseren, verwachten dat hij of zij de groeikaart elk lesuur zelf aan de leerkracht laat zien, is vreemd. Neem bovendien in je verwachtingen steeds voldoende relevante informatie mee over wat kinderen en jongeren volgens hun ontwikkelingsleeftijd wanneer dienen te kunnen. Meer dan eens zijn onze verwachtingen hieromtrent immers niet realistisch, onvoldoende afgestemd. Onder meer Jelle Jolles schreef hierover in relatie tot een tienerbrein (dat weliswaar comfortabel, zonder al te veel moeilijkheden ontwikkelt!) .
- Vertrek vanuit teamwerk: zet op de groeikaart welke inspanningen jij als volwassene zult doen en welke inspanningen je van het kind, de jongere verwacht.

- Haal het voorwaardelijke eraf. Vraag inspanning. Zeg dat jullie regelmatig zullen opvolgen wat al goed gaat en wat nog moeilijker loopt om zo bij te sturen, samen te zoeken. Zonder zwaard van Damocles. Want dat drijft de spanning op en verhoogt de kans op (meer) problemen (daarna).
- Wanneer een kind of jongere meermaals niet aan de punten op een groeikaart kan voldoen, is het belangrijk dat we dit niet als een bevestiging van onwil begrijpen of zien. Integendeel. Het wijst erop dat onze aanpak onvoldoende rekening houdt met wat het kind, de jongere nodig heeft. Met wat op dat moment realistisch is om te verwachten. Met de betekenis van het signaalgedrag.

Hopelijk zal je toolbox echter na het lezen van dit boek groot genoeg zijn om heel wat andere vormen van ondersteuning in te zetten, om volgkaarten vanaf nu achterwege te laten. Immers, vaak is het zo dat deze gedragssystemen *lijken* te werken, doch is die indruk misleidend. Het uiterlijk stoppen van gedrag is dan ook geen betrouwbare indicator voor een opbouwende werkzaamheid. In het bijzonder voor professionelen is dat een aandachtspunt om bij stil te staan. Aangezien er zich bij mensen zoveel aan de binnenkant afspeelt, zullen de ongewilde neveneffecten van gedragskaarten, straf- én ook beloningssystemen niet steeds meteen of even duidelijk zichtbaar zijn. Bovendien zullen langetermijneffecten, verschuivingen van symptomen en opgelopen verwondingen frequent niet teruggekoppeld worden naar hun oorsprong (in de kindertijd). Heel wat wetenschappelijk onderzoek neemt deze schadelijke neveneffecten zelfs niet mee. Er wordt voornamelijk gekeken en gemeten of bepaald gedrag (op korte termijn) uiterlijk stopt. Dat laatste geldt dan als parameter om vast te stellen of een opvoedkundige aanpak werkt. Zouden we echter op eenzelfde manier onderzoeken of een interventie werkzaam is wanneer een lijf en een brein communiceren dat ze vastlopen via eetproblemen, donkere gedachten, fysieke klachten of zelfverwondend gedrag? Wanneer het lijf en het brein op andere manieren dan via kwaadheid, frustratie of onrust gewaarwordingen, gevoelens en emoties tonen? Natuurlijk niet.

Stel je voor dat een beloningssysteem bij kinderen en jongeren het effect heeft dat verdriet – om het verlies van een ouder of om een echtscheiding bijvoorbeeld – in de vorm van huilen uiterlijk stopt. Zouden we deze aanpak dan als opbouwend werkzaam beschouwen? Of wanneer herhaald dan wel acuut zelfverwondend gedrag bij jongens en meisjes met een voorwaardelijke gedragskaart uiterlijk vermindert, zouden we deze benadering dan met een gerust hart inzetten? Waarschijnlijk niet. Hopelijk niet. Omdat we aanvoelen – weten – dat dit geen gezonde weg naar verandering, heling, groei is. Kinderen en jongeren zijn immers in staat om signalen van hun eigen lijf en van hun eigen brein tijdelijk te onderdrukken, te *overrulen*. Meermaals om verbindingen te kunnen

behouden. Om sociaal gewenst gedrag te stellen. Om aan de verwachtingen van volwassenen te kunnen voldoen. Om graag gezien te worden. Ook al gaat dit ten koste van een stuk authenticiteit, ten koste van eigen noden, behoeften. En dan lijkt het uiterlijk alsof de pedagogische interventie werkt. Maar voor signalen die onderdrukt (moeten) worden, zal altijd een prijs betaald worden. Er zullen onbedoeld, ongewild kleine en grote schadelijke neveneffecten op korte of lange termijn optreden. Onder meer de effecten die eerder opgesomd werden. Daarom wil ik graag samen met jullie kijken, zoeken, hoe we zorgzaamheid naar alle betrokken partijen kunnen vormgeven. Omdat dat wat verhuld verteld wordt, ertoe doet.

Laat ons dus samen heel wat opbouwende tools verzamelen, creëren, verfijnen waarmee we onze pedagogische toolbox kunnen vullen. Zodat we als leerkrachten, opvoeders, (onthaal)ouders en hulpverleners op de mooiste mogelijke manier met kinderen en jongeren onderweg kunnen zijn. In hun verhaal alsook in dat van onszelf. Kinderen en jongeren een stukje kunnen helpen te navigeren in het leven terwijl we zelf zoeken. Want er ligt een rijkdom aan kennis en kunde klaar. Dit betekent overigens niet dat we alles wat we kennen overboord zullen gooien. Verre van. Veel opvoedkundige interventies die we nu al doen, dienen we absoluut te behouden, te koesteren. Ze zijn bijzonder waardevol in de ontwikkeling van kinderen en jongeren. En daarnaast zullen we een aantal *klassieke interventies* maar beter vanaf nu vervangen, verfijnen, transformeren omdat ze niet onschuldig zijn. Omdat ze onbedoeld, ongewild verwondende effecten hebben.

Zorgzaamheid naar alle partijen

Dit laatste is geen gemakkelijke waarheid. Wanneer we tot nieuwe inzichten komen, is het echter weinig opbouwend om met hardheid naar onszelf en anderen te reageren. Het is goed om mild te kijken naar wat er is alvorens opnieuw in beweging te komen. Bovendien, naast kinderen en jongeren, dragen ook heel wat volwassenen de gevolgen van bepaalde pedagogische gewoonten nog met zich mee. Soms bewust, soms onbewust. Meerderen van ons hebben zich in de kindertijd deels van hun eigen gewaarwordingen, gevoelens, emoties, behoeften of noden moeten loskoppelen om te kunnen overleven, om verbindingen niet te verliezen.

Het is daarin allesbehalve de bedoeling om (ver)oordelend naar onze eigen generatie of voorgaande generaties te zijn. Mensen hebben de drijfveer om op een bepaald moment in de tijd te doen wat hen dan het beste lijkt. Met wat dan kan. Met datgene wat ze op dat moment weten. En met wat binnen

hun vermogen ligt. Dat op zich is al bijzonder mooi. We dienen dus zorgzaam naar onszelf, naar elkaar te zijn en zeker niet aan boetedoening te doen. Het is geenszins helpend om onszelf streng toe te spreken of te berispen. Dat brengt ons verder van huis. Nogmaals, we zijn allemaal onderweg. Schuldgevoel helpt ons niet vooruit. Het opnemen van verantwoordelijkheid – eens we over de nodige informatie beschikken – daarentegen wel.

Als leerkrachten, opvoeders, (onthaal)ouders, hulpverleners en begeleiders zijn we in de mogelijkheid om te gaan onderzoeken welke opvoedkundige ervaringen we zeker willen behouden omdat ze mooi en krachtig zijn. Alsook hebben we de verantwoordelijkheid om te bekijken welke pedagogische gewoonten we dienen te overdenken. Zodat onze tijd en energie wijs geïnvesteerd worden. Opdat al onze goede intenties zoveel mogelijk bijdragen aan een gezonde groei van kinderen en jongeren, alsook aan het bewandelen van onze eigen weg. Door de oorzaken van moeilijk gedrag te willen kennen en te willen zoeken naar opbouwende antwoorden hierop, kiezen we voor zo groot mogelijke zorgzaamheid naar alle betrokken partijen. Zowel naar de kinderen, jongeren, volwassenen die geraakt worden door het moeilijke gedrag dat anderen in hun omgeving stellen, als naar die kinderen en jongeren die via moeilijk gedrag op een vreemde, moeilijke, soms zelfs grensoverschrijdende manier met ons communiceren. Alleen hebben we dan wel voldoende – andere, aanvullende – tools nodig. Dat spreekt voor zich.

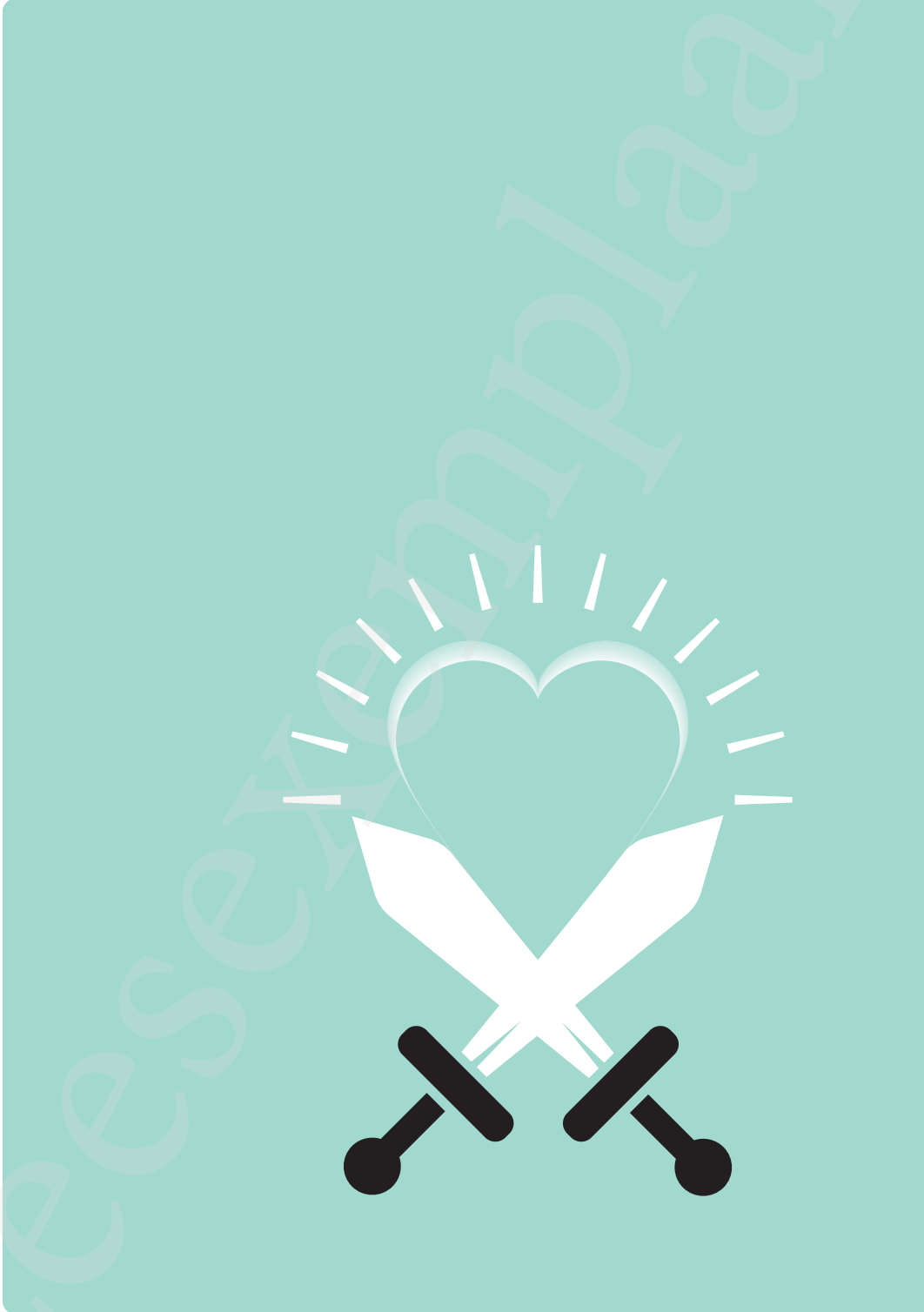
Je kunt niet iets wegnemen zonder iets in de plaats te geven

Wanneer we een aantal van onze huidige pedagogische gewoonten gaan verfijnen, dienen we voldoende aangrijpingspunten te vinden om onze toolbox mee te verrijken. Anders worden de fundamenten onder onze voeten weggehaald en gaan we wankelen. Dan liggen weerstand en angst op de loer. Vervallen we snel in een gevoel van machteloosheid. Dat is menselijk.

We moeten echter niet zoveel nieuws uitvinden. Wel dienen we puzzels te leggen. Met puzzelstukken vanuit de beschikbare interdisciplinaire kennis alsook met puzzelstukken vanuit het weten van ons eigen lijf en eigen brein. Bovendien werkt er iets in ons voordeel: zelfs wanneer de oorzaken van moeilijk gedrag verschillen bij kinderen en jongeren is een belangrijk deel van de opvoedkundige aanpak gelijkaardig. En meer: in het preventief alsook curatief werken zitten veelal dezelfde elementen die van belang zijn in de ontwikkeling van jongens en meisjes. Zo kunnen we het pedagogisch bos weer beter door de bomen gaan zien.

Uiteraard is het in dit alles noodzakelijk om als team te werken. Om over contexten heen als leerkrachten, opvoeders, (onthaal)ouders, begeleiders, hulpverleners samen te werken. Samen te zoeken. Samen te bouwen. Daarom: inspireer elkaar, vul elkaar aan, wees ondersteunend naar elkaar. Het leven is een boeiende doch uitdagende tocht. Niets werkt altijd of voor iedereen en bij iedereen werkt er altijd iets. Het is dus normaal om niet steeds te (moeten) weten, om te zoeken, uit te proberen, te experimenteren, nog eens te proberen, te ontdekken en weer opnieuw te beginnen. Al is het natuurlijk wel fijn om dit alles niet zomaar blindelings te doen. Vandaar dat ik er belang aan hecht ons samen te verdiepen in een aantal basisspelregels van gedrag. Voegen we daar dan nog eens onze eigen onuitputtelijke creativiteit aan toe, dan beschikken we al over een behoorlijk krachtige toolbox.

Je hoeft tot slot als leerkracht, ouder, opvoeder, kinderbegeleider, verzorger, hulpverlener geen – schijnbaar – perfect voorbeeld te zijn. Het liefst niet. Wat een druk ligt er anders op de kinderen en jongeren. Laat ons menselijkheid voorop blijven stellen. En laat ons dan weloverwogen te werk gaan. Zowel voor moeilijk als voor ander gedrag. Samen doelbewust richting zoeken. Te midden van zoveel ideeën (terug)vinden wat *pedagogisch* is.



Leeserampjaar