

# Zoete woorden met een bittere nasmaak

Kan het complimenteren van kinderen met lage zelfwaardering averechts werken? Reisverslag

Eddie Brummelman

Praise, like penicillin, must not be administered haphazardly. There are rules and cautions that govern the handling of potent medicines – rules about timing and dosage, cautions about possible allergic reactions. There are similar regulations about the administration of emotional medicine.

*Ginott (1965, p. 39)*

Mede dankzij de *Kind en Adolescent* reisbeurs heb ik van oktober 2013 tot februari 2014 een bezoek kunnen brengen aan prof. dr. Brad Bushman aan The Ohio State University en dr. Gregory Walton aan Stanford University. Samen met Brad Bushman, Gregory Walton en mijn Nederlandse promotoren, Sander Thomaes, Bram Orobio de Castro en Geertjan Overbeek, doe ik onderzoek naar de socialisatie van het zelf – hoe het zelfbeeld van kinderen, zoals hun zelfwaardering, wordt gevormd door hun sociale interacties. Veel ouders proberen de zelfwaardering van kinderen te vormen door ze te complimenteren. Complimenten worden soms zelfs gezien als een ‘medicijn’ tegen lage zelfwaardering. Ons onderzoek laat echter zien dat complimenten ongewenste effecten kunnen hebben, vooral bij kinderen met lage zelfwaardering.

## Het geloof in zelfwaardering

In de westerse samenleving hechten mensen veel waarde aan zelfwaardering (Bushman, Moeller, & Crocker, 2011; Heine, Lehman, Markus, & Kitayama, 1999). Tijdens mijn verblijf in de Verenigde Staten heb ik gemerkt dat het geloof in zelfwaardering diep geworteld is. In de jaren tachtig begon de zogenaamde *self-esteem movement*; de staat van California investeerde veel geld in interventieprogramma's om de zelfwaar-

---

*E. Brummelman, MSc*, is promovendus aan afdeling Ontwikkelingspsychologie van Universiteit Utrecht, Heidelberglaan 1, 3584 CS Utrecht. E-mail: e.brummelman@uu.nl.

Dit onderzoek wordt ondersteund door de Nederlandse Organisatie voor Wetenschappelijk Onderzoek (NWO; Grant 431-09-022). Het experiment naar de gevolgen van opgeblazen complimenten (Brummelman, Thomaes, Orobio de Castro e.a., 2014, Study 3) was onderdeel van Science Live, het innovatieve onderzoeksprogramma van Science Center NEMO Amsterdam, dat wetenschappers toestaat om NEMO-bezoekers ter plekke te laten deelnemen aan onderzoek.

dering van kinderen te bevorderen (California Task Force to Promote Self-Esteem, 1989). Men was ervan overtuigd dat vele problemen, zoals drugsgebruik en geweld, voorkomen konden worden door kinderen een goed gevoel over zichzelf te geven. Ondanks dat deze overtuiging inmiddels is achterhaald door de wetenschap (Baumeister, Campbell, Krueger, & Vohs, 2003), leeft het geloof in zelfwaardering voort in de Amerikaanse samenleving, en is het overgewaaid naar Nederland.

Mensen hechten niet alleen veel waarde aan hun eigen zelfwaardering, maar ook aan die van hun kinderen. Veel mensen zien lage zelfwaardering in kinderen als een veelvoorkomend en zorgelijk probleem (Thomaes, Brummelman, Bushman, Reijntjes, & Orobio de Castro, 2013), en ze geloven dat complimenten dit probleem kunnen 'genezen'. Zo is 87 procent van de ouders het eens met de stelling dat kinderen complimenten nodig hebben om tevreden te zijn met zichzelf (Brummelman & Thomaes, 2011). Ouders kunnen daardoor geneigd zijn om hun complimenten vooral te richten op kinderen met lage zelfwaardering.

Er zijn echter verschillende soorten complimenten (Henderlong & Lepper, 2002). Als kinderen een lage zelfwaardering hebben, wat voor soorten complimenten zijn ouders dan geneigd om ze te geven? Deze vraag hebben we onderzocht in zowel experimenten als observaties van ouder-kindinteracties. Onze resultaten laten zien dat ouders geneigd zijn om kinderen met lage zelfwaardering veel persoonsgerichte complimenten en opgeblazen complimenten te geven (Brummelman, Thomaes, Orobio de Castro, Overbeek, & Bushman, 2014; Brummelman, Thomaes, Overbeek e.a., 2014). *Persoonsgerichte complimenten* zijn gericht op kinderen als persoon (bijv. 'Jij bent slim!') in plaats van op hun gedrag (bijv. 'Jij hebt dat slim uitgezocht!'; Kamins & Dweck, 1999; Mueller & Dweck, 1998). *Opgeblazen complimenten* bevatten een erg positieve evaluatie (bijv. 'Je hebt een *ongelooflijk* mooie tekening gemaakt!') in plaats van een gematigd positieve evaluatie (bijv. 'Je hebt een mooie tekening gemaakt!'; Brummelman, Thomaes, Orobio de Castro e.a., 2014). De algemene overtuiging is dat deze twee soorten complimenten, in tegenstelling tot andere complimenten, in directe tegenspraak zijn met het negatieve zelfbeeld van kinderen met lage zelfwaardering, en derhalve hun lage zelfwaardering kunnen 'genezen' (Damon, 1995). Maar hoewel deze complimenten goedbedoeld zijn, kunnen ze onbedoelde effecten hebben, vooral bij kinderen met lage zelfwaardering.

## Persoonsgerichte complimenten

Persoonsgerichte complimenten kunnen de zelfwaardering van kinderen afhankelijk maken van hun presteren (Kamins & Dweck, 1999). Als kinderen een persoonsgericht compliment krijgen, zoals 'Jij bent goed!', kunnen ze afleiden dat ze alleen waardevol zijn als ze goed presteren. Als ze vervolgens slecht presteren, kunnen ze zich waardeeloos voelen (bijv. 'Als ik geen hoog cijfer haal, ben ik niks waard...'). Dit kan vooral zo zijn voor kinderen met lage zelfwaardering, omdat deze kinderen snel geneigd zijn om te geloven dat de waardering van anderen afhankelijk is van hun presteren (Assor, Roth, & Deci, 2004; Baldwin, 1997).

We hebben deze hypothese getoetst in een experiment met 313 kinderen (Brummelman, Thomaes, Overbeek e.a., 2014). Kinderen speelden een spel, en kregen een persoonsgericht compliment ('Jij bent goed!'), een gedragsgericht compliment ('Jij hebt het goed gedaan!') of geen compliment. Daarna wonnen of verloren ze het spel. We vonden dat een persoonsgericht compliment ervoor zorgde dat kinderen zich meer gingen schamen nadat ze verloren; ze voelden zich stom, incompetent en waardeloos. Dit effect trad niet op voor een gedragsgericht compliment. En belangrijker nog, het schaamteversterkende effect van het persoonsgerichte compliment was vooral sterk voor kinderen met lage zelfwaardering.

Kortom, ouders zijn geneigd om kinderen met lage zelfwaardering persoonsgerichte complimenten te geven, zoals 'Jij bent goed!', maar deze complimenten leiden tot schaamte als deze kinderen vervolgens falen. Schaamte is niet alleen een pijnlijke emotie, maar kan er tevens toe leiden dat kinderen zich terugtrekken en, ten gevolge daarvan, slechter gaan presteren op school (Pekrun, Elliot, & Maier, 2009; zie ook Mueller & Dweck, 1998; Pomerantz & Kempner, 2013).

## Opgeblazen complimenten

Opgeblazen complimenten zetten hoge standaarden voor kinderen (Henderlong & Lepper, 2002). Als kinderen horen dat ze 'ongelooflijk' goed hebben gepresteerd, denken ze dat ze ook in de toekomst 'ongelooflijk' goed moeten presteren. Kinderen met lage zelfwaardering hebben de angst om niet te voldoen aan deze hoge standaard (Baumeister, Tice, & Hutton, 1989), en kunnen daardoor uitdagingen uit de weg gaan.

We hebben deze hypothese getoetst in een experiment met 240 kinderen (Brummelman, Thomaes, Orobio de Castro e.a., 2014). Kinderen tekenden een bekend schilderij na van Vincent van Gogh (*Wilde Rozen*), en ze kregen een opgeblazen compliment ('Je hebt een ongelooflijk mooie tekening gemaakt!'), een niet-opgeblazen compliment ('Je hebt een mooie tekening gemaakt!') of geen compliment. Daarna konden kinderen kiezen welke figuur ze daarna wilden tekenen, en ze konden kiezen tussen makkelijke figuren ('je zult weinig fouten maken, maar je kunt er weinig van leren') en moeilijke figuren ('je kunt veel fouten maken, maar je zult er veel van leren'). We vonden dat als kinderen met lage zelfwaardering een opgeblazen compliment hadden gehad, dat ze dan meer eenvoudige figuren kozen, ondanks dat ze van deze figuren weinig zouden leren. Dit deden ze waarschijnlijk uit angst om te falen. Dit effect trad niet op voor een niet-opgeblazen compliment.

Kortom, ouders zijn geneigd om kinderen met lage zelfwaardering opgeblazen complimenten te geven, zoals 'Ongelooflijk goed!', maar dit leidt ertoe dat deze kinderen uitdagingen uit de weg gaan. Dit is zorgelijk omdat kinderen die uitdagingen uit de weg gaan, doorgaans slechter presteren op school (Blackwell, Trzesniewski, & Dweck, 2007); ze zijn meer gericht op succes en falen dan op leren en beter worden.

## Zoete woorden met een bittere nasmaak

Het is begrijpelijk dat ouders proberen de zelfwaardering van kinderen te bevorderen. Maar soms gebruiken ouders daarvoor de complimenten die een averechtse uitwerking kunnen hebben bij kinderen met lage zelfwaardering. Samen met Brad Bushman en Gregory Walton heb ik nagedacht over de vraag waarom deze complimenten een averechtse uitwerking kunnen hebben. Zowel persoonsgerichte als opgeblazen complimenten geven kinderen het gevoel dat ze zichzelf constant moeten bewijzen (Brummelman, Crocker, & Bushman, 2014). Farson (1963) schreef eens: ‘Ongetwijfeld het meest bedreigende aspect van complimenten is dat ze ons ertoe verplichten een prijzenswaardig persoon te zijn’ (p. 63, vert. door auteur). Het is daarom niet verwonderlijk dat deze complimenten ervoor zorgen dat kinderen met lage zelfwaardering uitdagingen uit de weg gaan en zich slecht voelen over zichzelf als ze falen. Want als ze zich niet constant kunnen bewijzen, voelen ze zich geen prijzenswaardig persoon (Crocker & Wolfe, 2001).

## Conclusie

In een poging om lage zelfwaardering in kinderen te ‘genezen’, zijn ouders vaak geneigd om complimenten te richten op de persoon en om complimenten opgeblazen te formuleren. Maar deze neiging heeft een ongewenste uitwerking: Het verergert de problemen die het tracht te voorkomen. Onze bevindingen suggereren niet dat ouders moeten stoppen met het complimenteren van kinderen. Zeker niet. Maar het is wel belangrijk dat ouders nadenken over hoe ze complimenten precies formuleren. Zelfs kleine verschillen in hoe complimenten worden geformuleerd, kunnen een aanzienlijke invloed hebben op de gevoelens en motivatie van kinderen. Daarom moeten complimenten, net als penicilline, niet achteloos worden uitgedeeld: Als kinderen een lage zelfwaardering hebben, is het belangrijk om complimenten te richten op gedrag en om complimenten niet-opgeblazen te formuleren.

Ik ben *Kind en Adolescent* zeer dankbaar voor het beschikbaar stellen van de reisbeurs. Mijn bezoek aan The Ohio State University en Stanford University heeft bijgedragen aan mijn persoonlijke en professionele ontwikkeling, en heeft me geholpen de gevolgen van complimenten beter te begrijpen. En door in de Verenigde Staten te verblijven, waar de *self-esteem movement* is begonnen, heb ik veel geleerd over de oorsprong van het geloof in zelfwaardering.

## Literatuur

- Assor, A., Roth, G., & Deci, E. L. (2004). The emotional costs of parents' conditional regard: A self-determination theory analysis. *Journal of Personality*, 72, 47-88.
- Baldwin, M. W. (1997). Relational schemas as a source of if-then self-inference procedures. *Review of General Psychology*, 1, 326-335.

- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1), 1-44.
- Baumeister, R. F., Tice, D. M., & Hutton, D. G. (1989). Self-presentational motivations and personality differences in self-esteem. *Journal of Personality*, 57, 547-579.
- Blackwell, L. S., Trzesniewski, K. H., & Dweck, C. S. (2007). Implicit theories of intelligence predict achievement across an adolescent transition: A longitudinal study and an intervention. *Child Development*, 78, 246-263.
- Brummelman, E., Crocker, J., & Bushman, B. J. (2014). *Heaping praise on children with low self-esteem: A downward spiral*. Manuscript ingediend voor publicatie.
- Brummelman, E., & Thomaes, S. (2011). [Parents' beliefs about praise]. Ongepubliceerde ruwe data.
- Brummelman, E., Thomaes, S., Orobio de Castro, B., Overbeek, G., & Bushman, B. J. (2014). "That's not just beautiful—that's incredibly beautiful!": The adverse impact of inflated praise on children with low self-esteem. *Psychological Science*, 25, 728-735.
- Brummelman, E., Thomaes, S., Overbeek, G., Orobio de Castro, B., Van den Hout, M. A., & Bushman, B. J. (2014). On feeding those hungry for praise: Person praise backfires in children with low self-esteem. *Journal of Experimental Psychology: General*, 143, 9-14.
- Bushman, B. J., Moeller, S. J., & Crocker, J. (2011). Sweets, sex, or self-esteem? Comparing the value of self-esteem boosts with other pleasant rewards. *Journal of Personality*, 79, 993-1012.
- California Task Force to Promote Self-Esteem (1989). *Toward a state of esteem: The final report of the California task force to promote self-esteem and personal and social responsibility*. Sacramento, CA: California Department of Education.
- Crocker, J., & Wolfe, C. T. (2001). Contingencies of self-worth. *Psychological Review*, 108, 593-623.
- Damon, W. (1995). *Greater expectations: Overcoming the culture of indulgence in our homes and schools*. New York, NY: Free Press.
- Farson, R. E. (1963). Praise reappraised. *Harvard Business Review*, 41, 61-66.
- GINOTT, H. G. (1965). *Between parent and child*. New York, NY: Macmillan.
- Heine, S. J., Lehman, D. R., Markus, H. R., & Kitayama, S. (1999). Is there a universal need for positive self-regard? *Psychological Review*, 106, 766-794.
- Henderlong, J., & Lepper, M. (2002). The effects of praise on children's intrinsic motivation: A review and synthesis. *Psychological Bulletin*, 128, 774-795.
- Kamins, M. L., & Dweck, C. S. (1999). Person versus process praise and criticism: Implications for contingent self-worth and coping. *Developmental Psychology*, 35, 835-847.
- Mueller, C. M., & Dweck, C. S. (1998). Praise for intelligence can undermine children's motivation and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 33-52.
- Pekrun, R., Elliot, A. F., & Maier, M. A. (2009). Achievement goals and achievement emotions: Testing a model of their joint relations with academic performance. *Journal of Educational Psychology*, 101, 115-135.
- Pomerantz, E. M., & Kempner, S. G. (2013). Mothers' daily person and process praise: Implications for children's theory of intelligence and motivation. *Developmental Psychology*, 49, 2040-2046.
- Thomaes, S., Brummelman, E., Bushman, B. J., Reijntjes, A., & Orobio de Castro, B. (2013). *Is it time to rethink the pervasiveness and nature of low self-esteem in children?* Manuscript ingediend voor publicatie.