

# Alternatieve betekenisgeving van (ongewenst)gedrag

De 'reframing'<sup>1</sup> techniek is bedoeld om incorrecte of niet-productieve veronderstellingen en cognities te bespreken ten aanzien van ongewenst gedrag en deze om te buigen door dat gedrag een alternatieve en meer positieve betekenis toe te kennen. Dit versterkt de eigenwaarde én het gebruik van (relationele) reframing<sup>2</sup> lijkt een vermindering te geven van negativiteit tussen gezinsleden. Voorbeelden:

Negatief gedrag:	Alternatieve uitleg:
Stil zijn/geen antwoord geven op vragen...	"Je hebt nadrukkelijk je eigen stijl." "Je denkt na voordat je iets zegt." "Je houdt er niet van om een uitsloover te zijn."
Vechten (op school)	"Je denkt graag na voordat je iets zegt." "Je komt voor jezelf op." "Mensen maken je niet bang." "Je brengt veel opwindning binnen je familie."
Eigenwijs zijn/z'n eigen gang gaan	"Je vindt het belangrijk om je eigen beslissingen te nemen." "Je wilt graag jezelf kunnen zijn." "Anderen brengen je niet uit evenwicht."
Veel optrekken met 'hangjongeren'	"Je houdt van vrienden die interessant zijn." "Je houdt er niet van andere mensen die je vertellen wie je zou moeten zijn." "Je bent op zoek naar nieuwe ervaringen." "Soms afstand nemen van problemen is belangrijk voor je." "Soms is het prettig om rust te kunnen ervaren."
Experimenteren met drugs	"Het is prettig voor je om je hoofd te kunnen leegmaken." "Het is erg fijn om ontspannen te kunnen zijn."
Druk zijn	"Je weet hoe je bij je ouders aandacht kunt trekken." "Je wilt graag betrokken worden bij je familie." "Je verbonden voelen met gezinsleden is erg belangrijk voor je."
Zeuren	"Je deelt gemakkelijk in wat er speelt."
Stelen	"Je durft je kwetsbaarheid te tonen." "Je weet te overleven." "Je kunt voor jezelf te zorgen."

<sup>1</sup> Sexton, T. L., & Alexander, J. F. (2004). *Functional Family Therapy clinical training manual*. Annie E. Casey Foundation.

<sup>2</sup> Positief reframen kan worden gezien als een positieve betekenis geven aan negatief gedrag, bijvoorbeeld slechte cijfers halen op school duiden als: "je hebt nog niet besloten waaraan je zou willen werken." Relationeel reframing kan worden uitgelegd als zijnde om gedrag te duiden in een relationeel perspectief, zoals drugs te gebruiken om er sociaal erbij te horen, of juist om jezelf van anderen af te sluiten.