



## Informatie voor ouders

### Altrecht Kinder- en jeugdpsychiatrie

# Minder Boos en Opstandig voor kinderen en ouders

De training Minder Boos en Opstandig is voor kinderen met gedragsproblemen zoals niet willen luisteren, schelden, slaan, liegen, stelen en driftbuien, eventueel gecombineerd met druk gedrag.

De training is voor kinderen van 8 tot en met 12 jaar die op de basisschool zitten én voor hun ouders. Zonder de inzet en deelname van ouders wordt de behandeling van het kind geen succes. Ouders kunnen het gedrag van hun kind namelijk dagelijks bijsturen.

## De werkwijze

Minder Boos en Opstandig is een groepsbehandeling voor kinderen en hun ouders. Deze groepen worden door dezelfde trainers gegeven en vinden daarom niet tegelijkertijd plaats.

### *Kinderen*

De groepstraining voor de kinderen bevat drie belangrijke onderdelen:

- het herkennen en hanteren van emoties (met name boosheid)
- het oplossen van problemen
- het leren van sociale vaardigheden.

Kinderen met gedragsproblemen hebben in het dagelijks leven ook problemen in het contact met leeftijdgenoten. In een groep kunnen ze met elkaar oefenen en herkennen ze elkaars problemen en emoties. Daarbij leren de kinderen van elkaar. Een ander voordeel van de groepsbehandeling is dat zich situaties voordoen die direct kunnen worden aangegrepen om te oefenen met de vaardigheden die de kinderen aan het leren zijn.

### *Ouders*

Ook de ouders nemen deel in een groep, ze delen ervaringen en kunnen veel van elkaar leren. En ouders worden iedere bijeenkomst geïnformeerd over de inhoud van de kindergroep en hoe hun kind aan zijn problemen werkt.

Tijdens iedere ouderbijeenkomst wordt een vast thema behandeld. Voorbeelden zijn het waarnemen van gedrag, prijzen & belonen, straffen in de vorm van negeren & time-out en het hanteren van stress.

Zowel de kinderen als de ouders krijgen aan het einde van iedere bijeenkomst een samenvatting en een oefenopdracht mee, zodat ze thuis dingen kunnen nalezen en actief aan de slag kunnen met het besproken onderwerp.

## Het doel van de training

Na afloop van de training Minder Boos en Opstandig zullen zowel het kind als de ouders hebben geleerd hoe ze handiger met ingewikkelde situaties kunnen omgaan. Hierdoor is het contact tussen ouders en kind verbeterd en is er minder ruzie.

Ouders en kinderen zijn beter opgewassen tegen problemen die nu spelen, en weten ook hoe ze met nieuwe situaties kunnen omgaan.

### Praktische informatie

De training Minder Boos en Opstandig bestaat uit 18 bijeenkomsten voor zes kinderen en 18 bijeenkomsten voor de ouders van de kinderen. Dezelfde trainers geven zowel de ouder- als de kindergroep. Daardoor kunnen zij ouders beter informeren over wat er in de kindergroep gebeurt. En informatie van ouders kan in de kindergroep gebruikt worden.

Voor het kind wordt op deze manier ook duidelijk dat de volwassenen om hem heen op dezelfde manier denken en doen. Dat geeft duidelijkheid en structuur.

Om dezelfde reden wordt de leerkracht van het kind ook over de inhoud van deze training geïnformeerd.

### Informatie

Voor meer informatie over Minder Boos en Opstandig kunt u contact opnemen met Gerard Jongerius via 030 - 280 9311 en [g.jongerius@altrecht.nl](mailto:g.jongerius@altrecht.nl)