

## Ondersteuningsbrief 6

### Hoe bereik ik wat ik wil? (Gevolg)

#### Bedoeling van de bijeenkomst

Door hun overzichtsproblemen hebben kinderen die aan deze training meedoen moeite met het zien van oorzaak en gevolg. Naar hun idee overkómen situaties hen. Ze hebben vaak niet het idee dat ze hier zelf aandeel in hebben of zelf invloed op hebben.

In deze bijeenkomst leren de kinderen dat ze met hun eigen gedrag invloed kunnen hebben op de gevolgen. En ook dat ze zélf verantwoordelijk zijn voor hun gedrag. Voor de meeste kinderen met agressieproblematiek is het gevolg van hun gedrag niet prettig. Ze krijgen vaak straf of hebben regelmatig ruzie. Het Gevolg geeft hen een reden om hun Gedrag te veranderen.

Verder leren de kinderen in deze training hoe ze zichzelf een halt kunnen toeroepen en na kunnen denken over een plan van aanpak. Dit doen we door ze een stappenplan aan te leren: vier vragen om zichzelf te stellen bij een probleem. Doel is om de kinderen vóóraf te laten nadenken over eventuele gevolgen, zodat ze daar hun gedrag op af kunnen stemmen.

Kinderen die meedoen aan deze training zijn vaak vooral gevoelig voor positieve gevolgen voor zichzelf. Dus níet: "Het is leuker voor je broertje dat je hem niet meer slaat." Maar wél: "Het is leuker voor jezelf dat je geen straf meer krijgt."

De positieve gevolgen van gewenst gedrag én de negatieve gevolgen van het huidige (boze) gedrag worden benadrukt.

Als je vaak boos reageert:

- krijg je vaak straf;
- heb je snel ruzie;
- heb je minder vriendjes;
- mag je veel minder, enzovoort.

Als je minder vaak boos reageert:

- krijg je minder vaak straf;
- krijg je meer vriendjes;
- vinden anderen je aardiger;
- mag je vaak meer;
- voel je je vrolijker, enzovoort.

#### Ondersteuning

U hangt de tekening ook deze week weer op een zichtbare plaats in huis en u bespreekt samen met uw kind de oefenbrief.

Ook bij deze oefenbrief is het weer belangrijk dat u het stapsgewijs aanpakt. Laat uw kind eerst drie voordelen bedenken van Stop! zeggen. Als uw kind het moeilijk vindt om voordelen te bedenken, kunt u hem een beetje op weg helpen. Voorbeelden van mogelijke antwoorden zijn:

- je blijft rustiger;
- je wordt minder snel en minder erg boos;
- je kan een handiger oplossing bedenken.

In de tweede helft van de opdracht vragen we uw kind oplossingen te bedenken voor een bepaalde situatie: iemand praat steeds tegen je. Het gaat er vooral om dat uw kind verschillende oplossingen leert bedenken, dus niet perse allemaal goede oplossingen. (Dat komt namelijk later in de training aan de orde). 'Hem een schop geven' of 'Er niks van zeggen' zijn dus ook voorbeelden van oplossingen.

Tenslotte blijft het belangrijk dat u (of uw kind) de oefenbrief op school afgeeft, zodat de leerkracht uw kind in de schoolsituatie kan ondersteunen bij het oefenen.