

## Ouderbijeenkomst 2

### Coachende houding en positieve benadering

#### Doelen:

- De ouders begrijpen het belang van de dagelijkse oefenopdrachten en hun rol daarbij.
- De ouders kunnen bij de oefenopdrachten een coachende houding toepassen.
- De ouders weten hoe ze hun kind positief moeten bekrachtigen als het een oplossingsvaardigheid laat zien.
- De ouders weten hoe ze het Stop! Hoe los ik het op?-schema kunnen gebruiken ter ondersteuning van hun kind.

#### Benodigdheden:

- Whiteboard en stiften
- Kaarten met de 5 G's
- De Stop! Hoe los ik het op?-kaart
- Programma's van de bijeenkomst
- Informatie over positieve bekrachtiging
- Koffie en thee

#### Welkom (5 minuten)

De ouders mogen plaatsnemen en worden welkom geheten. Het programma van deze avond wordt uitgedeeld en uitgelegd.

#### Rondje (20 minuten)

Aan de ouders wordt gevraagd te vertellen hoe het op dit moment gaat met hun kind. De trainers stimuleren de ouders om te vertellen door vragen te stellen. Ze vragen daarnaast aan de andere ouders of ze hetgeen verteld wordt herkennen. De trainers bespreken nu ook de voortgang van de training en vertellen de ouders hoe het kind meedoet in de groep en of de oefenopdracht voldoende wordt gemaakt.

#### Coachende houding (15 minuten)

De trainers geven aan dat de ouders met een coachende houding hun kind zullen stimuleren om na te denken over oplossingen bij problemen. Belangrijk daarbij is dat ze zich een benoemende en vragende benadering naar hun kind aanleren. Centraal hierbij staat de vaardigheid 'actief luisteren' waarmee ouders de Gedachten en Gevoelens van hun kind onder woorden kunnen brengen. Hiermee helpen de ouders het kind zich bewust te worden van zijn Gedachten en Gevoelens over de Gebeurtenis en zijn eigen rol in het ontstaan van het probleem. Met name tijdens het gezamenlijk maken van de oefenopdracht kunnen de ouders hun kinderen hierbij ondersteunen en kunnen de ouders de coachende vaardigheden oefenen. De trainers leggen uit dat het vaak moeilijk is om Gedachten zomaar te veranderen en dat dit tijd en training kost.

#### Spel (10 minuten)

De trainers leggen uit dat er een spel gespeeld gaat worden, waarbij twee ouders met één van de trainers de kamer uit gaan. De andere ouders nemen gezamenlijk een voorwerp in gedachte. Vervolgens wordt de eerste ouder gevraagd terug te komen in de kamer. Deze

Behandelend trainen 2009

moet er nu achter komen welk voorwerp de andere ouders in gedachten hebben, door middel van het stellen van vragen. Er is afgesproken met de andere ouders dat de eerste ouder zeer veel negatieve reacties zal krijgen. Na een aantal vragen wordt de tweede ouder gevraagd binnen te komen en deze krijgt dezelfde opdracht maar ontvangt juist veel positieve reacties.

#### [Uitleg van een positieve benadering \(15 minuten\)](#)

Nadat het spel gespeeld is mogen de ouders hun ervaringen delen. De trainers leggen uit dat de negatieve respons demotiverend werkt en dat de positieve respons juist stimulerend werkt bij het stellen van de vragen. Daarna wordt uitgelegd dat de reactie van de ouders op het Gedrag van het kind hiermee vergelijkbaar is. Aan de ouders wordt gevraagd hoe zij over het algemeen reageren op het gedrag van hun kind(eren). Vervolgens leggen de trainers uit dat door positieve bekrachtiging nieuw en gewenst Gedrag gestimuleerd wordt (zie bijlage). Tot slot delen de trainers de informatie over positieve bekrachtiging uit aan de ouders, zodat zij dit thuis nog eens door kunnen lezen.

#### [Stop! Hoe los ik het op? \(20 minuten\)](#)

De trainers leggen de principes van 'Stop! Hoe los ik het op?' uit. Wanneer de kinderen voelen dat ze Boos, Bang of Bedroefd worden, moeten ze leren 'Stop' tegen zichzelf te zeggen en proberen een Helpende Gedachte te bedenken, die hen een Blij of normaal Gevoel bezorgt of er voor zorgt dat ze zich maar een beetje Bedroefd, Boos of Bang voelen. In het begin zullen de ouders de kinderen daarbij moeten helpen. In de loop van de weken kan het voldoende zijn wanneer de ouders het woordje 'Stop' noemen. Hun kind zal dan zelf een Helpende Gedachte gaan formuleren. Vanaf de vierde bijeenkomst wordt hiermee gewerkt, door middel van de 'Stop! Hoe los ik het op?'-kaart. Vervolgens laten de trainers deze kaart aan de ouders zien en lichten deze toe aan de hand van het volgende voorbeeld:

Pim is met zijn team aan het voetballen. De tegenstander staat met één nul voor, vanwege een penalty. De scheidsrechter fluit weer voor een penalty voor de tegenstander (Gebeurtenis) en Pim denkt: "De scheidsrechter is oneerlijk en fluit alleen maar tegen ons!" (Gedachte). Hij wordt boos (Gevoel) en scheldt de scheidsrechter uit voor thuisfluit (Gedrag). De scheidsrechter stuurt hem voor vijf minuten naar de kant (Gevolg).

Vervolgens vragen de trainers aan de ouders wanneer Pim 'Stop!' tegen zichzelf had moeten zeggen (Gevoel) en wat een Helpende Gedachte zou kunnen zijn. Ze wijzen vervolgens de verschillende stappen aan op de 'Stop! Hoe los ik het op?'-kaart. De trainers benadrukken dat naarmate er meer met 'Stop! Hoe los ik het op?' geoefend zal worden, het meer geautomatiseerd wordt.

#### [Afsluiting \(5 minuten\)](#)

Wanneer er verder geen vragen zijn wordt de bijeenkomst afgesloten.