

Ouderbijeenkomst 4

Bijlage: De omgang van brusjes (broertjes en zusjes) met een kind met PDDNOS en/of ADHD binnen het gezin.

In de vorige ouderbijeenkomsten hebben we het voornamelijk gehad over het sociale gedrag van kinderen met PDDNOS of ADHD (oftewel ontwikkelingsproblematiek). In deze bijeenkomst bespreken we hoe welke problemen de andere kinderen in jullie gezin ondervinden in de omgang met hun broer of zus als gevolg van de ontwikkelingsproblematiek. We besteden ook aandacht aan wat jullie als ouders kunnen doen om de omgang met elkaar gemakkelijker te maken

Consequenties van probleemgedrag voor brusjes.

Kinderen met PDDNOS of ADHD zijn vaak extreem prikkelgevoelig, vatten gedrag of opmerkingen van anderen vaak verkeerd op, kunnen bepaalde zaken moeilijk met elkaar combineren, zijn vaak angstig en raken snel ontregeld. Hun gevoel van onmacht, niet begrepen worden of ongeduld uit zich nogal eens in driftbuien die voor andere kinderen plotseling komen opzetten. Hun gedrag is daarbij normoverschrijdend: ze doen dingen die niet mogen zoals schoppen, slaan, bijten, schelden, weglopen, maar kunnen ook te direct zijn in hun opmerkingen of meningen waarmee ze de ander bedoeld of onbedoeld kwetsen. De intensiteit en onvoorspelbaarheid van hun gedrag kan er voor zorgen dat de brusjes lijden onder de stoornis. Het is voor hen niet te begrijpen waarom hij zo reageert. Bovendien zijn zij vaak ook lijfelijk het slachtoffer van het agressieve gedrag van hun broer of zus.

Consequenties van gezond gedrag voor brusjes.

Voor alle kinderen met PDDNOS of ADHD geldt dat ze, naast problemen die ze geven, ook eigenschappen hebben die gezond en leuk zijn. Vaak zelfs zoveel dat ze vooral buiten het gezin de indruk kunnen geven dat er niets met ze aan de hand is. Voor de brusjes is dit vaak moeilijk te begrijpen: waarom kan hij bij oma wel normaal tegen mij doen en thuis niet? Ze kunnen op school meestal redelijk tot zeer goed leren en geven daar niet altijd zoveel problemen als thuis. Soms is het ook andersom, dan zijn de problemen op school groter dan thuis. Daarnaast hebben ze hun eigen talenten zoals goed kunnen tekenen, schaken, computeren of zijn zeer geïnteresseerd in een bepaald onderwerp waar ze alles van weten. Voor de brusjes is het niet te begrijpen waarom hun broer of zus wel aardig tegen anderen kan doen maar niet tegen hen of, waarom ze het schaakspel wel begrijpen maar niet in de gaten hebben dat ze kwetsende opmerkingen maken. Iets anders wat de brusjes zal opvallen is dat ouders hun broer of zus veel complimenten geven voor 'normaal gedrag' en dat daar zelfs nog een beloning voor gegeven wordt, terwijl ouders van hen dit gedrag als vanzelfsprekend verwachten. Dit kan bij brusjes boze of jaloerse gevoelens jegens hun broer of zus teweeg brengen.

Hulpvraag van brusjes van kinderen met PDDNOS of ADHD.

Voor elk kind is het van belang dat ouders binnen het gezin zorgen voor een veilig klimaat en een positieve sfeer. Dit geldt des te meer voor brusjes van kinderen met PDDNOS en/of ADHD. Zij moeten door ouders behoed worden voor gedrag dat schadelijk of belemmerend is voor hun ontwikkeling. Dit betekent dat ouders bewust moeten ingrijpen in situaties die angst oproepen of bedreigend zijn zodat de brusjes (en zijn broer of zus) voelen dat ouders

de situatie de baas zijn. Als ouders bijtijds ingrijpen, kunnen ernstige conflicten worden voorkomen. Door deze begrenzing ervaart het kind veiligheid. Dit komt de positieve sfeer in het gezin ten goede. Daarbij is het van belang dat ouders bewust tijd vrij maken om aandacht te kunnen geven aan de brusjes en hen erkenning geven voor de last die zij ervaren. Dan zullen ze de problemen makkelijker verwerken.

Richtlijnen voor het realiseren van een veilig gezinsklimaat en een positieve sfeer.

1. Houd zelf de regie in handen.

U bepaalt als ouders wat wel en niet mag. Zorg dat u met elkaar op één lijn zit zodat je eenduidig bent in wat je wel en niet goed vindt. Soms kan het zijn dat uw kind iets zelf mag bepalen. Maar u als ouders bepaalt dat het kind mag bepalen. Hiermee geeft u naar de brusjes aan de baas te zijn.

2. Geef de aanpak van het probleemkind een duidelijk eigen plaats.

Deze aanpak staat los van de aanpak van de andere kinderen. Wees bij deze aanpak veel duidelijker dan naar de andere kinderen. Stap van het principe af dat je alle kinderen gelijk behandelt. Als je kijkt naar de behoefte van de kinderen dan hebben alle kinderen een specifieke behandeling nodig. Maak een duidelijk verschil in aanpak tussen het probleemkind en dat van zijn brusjes en wees er van overtuigd dat dat goed is. Zo kan de dagelijkse structuur voor het probleemkind zeer consequent gehanteerd worden terwijl dat voor de brusjes soms wat lossier kan. Hiermee geeft u naar de brusjes aan dat u ook rekening houdt met hun behoefte.

3. Zorg voor rustige momenten

Voor de brusjes en voor het probleemkind is het van belang niet aldoor met elkaar te maken te hebben. Hierdoor is er minder kans op conflicten. Daarom is het aan te bevelen om met het probleemkind bepaalde momenten af te spreken dat hij op zijn kamer is. Belangrijk hierbij is om uit te leggen dat dit niet voor straf maar voor zijn eigen rust en die van anderen is. Het beste is om die momenten uit te kiezen waarop het kind erg moe is. Bijvoorbeeld als hij uit school komt of een half uurtje voor het eten als er gekookt wordt. Het kind moet zich dan goed op zijn kamer kunnen vermaken met bijvoorbeeld televisie, video of computer. De andere kinderen kunnen dan ook even tot rust komen of extra aandacht krijgen.

Een andere mogelijkheid is dat u zorgt dat het probleemkind een dag per week na schooltijd opgevangen wordt door iemand anders zoals familie, bureau een gastgezin of een clubje. U hebt dan de mogelijkheid dat u met de andere kinderen activiteiten kunt ondernemen die anders niet zouden kunnen.

Sommige ouders regelen een logeerafslag voor een weekend in de maand of voor als het nodig is. Dit geeft voor langere tijd rust aan het hele gezin.

Hierdoor merken de brusjes dat er ook tijd gemaakt wordt voor hen.

4. Geef bij ruzies tussen brusjes en het probleemkind duidelijke instructies.

Als de kinderen ruzie met elkaar hebben en het is lastig om uit te zoeken en uit te leggen wie er gelijk heeft, ga dan niet in discussie. Beter is om zowel tegen de brusjes als het probleemkind te zeggen wat ieder moet gaan doen. Bijvoorbeeld dat het even niet lukt om samen te spelen en dat ieder een half uur even iets anders moet gaan doen. Na dat half uur bekijkt u of er weer samengespeeld kan worden.

Dit geeft alle kinderen rust.

5. Houd een constant lijntje met het probleemkind

Spreek na schooltijd met het probleemkind een duidelijk programma van activiteiten af. Wissel hierbij de activiteiten die hij doet met andere kinderen en die hij alleen doet zoveel mogelijk met elkaar af. Zo heeft hij de mogelijkheid om in zijn solistische spel even uit te blazen en zich weer op te laden. Elk half uur is er even contact.

Zo houdt u de controle over het gedrag van het probleemkind en is er minder kans op conflicten met brusjes.

6. Zoek oplossingen voor steeds terugkerende conflicten.

Soms zijn er ruzies die elke dag terugkeren en waarvan de kinderen niet leren. Bijvoorbeeld het gebruik van de computer of het kijken van televisie. Het helpt dan om daar duidelijke afspraken over te maken en die te laten inslijten door ze door de kinderen op te laten schrijven/tekenen op een affiche en ze te belonen als ze zich er aan houden.

7. Accepteer nooit agressie

Begrens agressief gedrag door duidelijke regels en afspraken, en een eventuele liefelijke aanpak. Doe dit bijtijds volgens een vast patroon van bepaalde stappen zodat zowel het probleemkind als zijn brusjes weten wat er gaat gebeuren. Al bij de eerste tekenen van boosheid is het goed de brusjes een teken te geven dat je het in de gaten hebt en ingrijpt wanneer dit nodig is. Je kunt bijvoorbeeld een driestappenplan hanteren.

1. Benoem gedrag, benoem gevolgen, zeg hoe het anders kan/moet.
2. Geef het kind duidelijke instructies wat het moet doen.
3. Pak het kind zonodig vast en zonder het af totdat het zich weer aan de afspraken kan houden.

Mocht het gedrag alsnog uitlopen op agressief gedrag gebruik dan een bepaalde greep of techniek om de agressie af te weren of te stoppen. Spreek van tevoren met de brusjes af dat, wanneer het zover komt, zij even weggaan bijvoorbeeld naar hun slaapkamer, de burens of buiten gaan spelen. In elk geval dat zij iets leuks gaan doen. Besteed na dit gebeuren positieve aandacht aan de brusjes. Op deze wijze geef je te kennen de situatie te beheersen en vergroot u het gevoel van veiligheid.