

## **Training voor ouders bij opvoeden en opgroeien**

*U heeft zojuist een eerste gesprek gehad met een therapeut van Yorneo. Samen heeft u gesproken over de vorm van hulpverlening die het beste bij uw situatie past, in uw geval bleek dat een opvoedtraining te zijn. In deze folder geven wij u hierover uitgebreide informatie.*

Sommige kinderen zijn zo driftig, ongehoorzaam en opstandig, dat ze voortdurend ruzie hebben met de mensen uit hun omgeving. Door hun lastige gedrag maken ze het zich erg moeilijk en verkleinen ze hun kansen op een prettig en harmonieus leven. Dat is niet alleen heel vervelend voor henzelf, maar zeker ook voor hun ouders. Speciaal voor deze groep ouders is er een training ontwikkeld die hen uitstekende mogelijkheden biedt om het gedrag van hun kind(eren) positief te beïnvloeden. Deze *opvoedtraining* wordt al enkele tientallen jaren met veel succes in de Verenigde Staten in praktijk gebracht.

### **Voor wie is de training bedoeld?**

Voor ouders van kinderen van 4 tot en met 12 jaar met zeer lastig gedrag. De kinderen zelf zijn niet bij de training aanwezig.

### **Welke problemen hebben de kinderen?**

Het kind is vaak driftig, ongehoorzaam en opstandig. Dit uit zich in gedrag zoals niet luisteren, schelden, schoppen of slaan, vaak ruzie maken met broertjes of zusjes, liegen of stelen. Veel kinderen kennen periodes waarin ze dit gedrag vertonen en meestal wisselen ze die af met periodes waarin het goed gaat. Dat is een gezonde en normale ontwikkeling. Maar wanneer een kind aanhoudend probleemgedrag vertoont, dan kan er wat extra's nodig zijn om het in positieve zin bij te sturen. Deze training ondersteunt ouders daarin.

### **Waar vindt de training plaats?**

In overleg met de therapeut bepalen de ouders waar de training plaatsvindt. Meestal is dat bij Yorneo in Papenvoort, maar het kan ook op een locatie in de buurt of bij de ouders thuis.

### **Hoe vaak en hoe lang?**

Gedurende de training komen de ouders en de therapeut een keer per week een uur bij elkaar. Daarnaast is er – ook een keer per week – telefonisch contact. Dat gesprek duurt ongeveer 15 minuten. De *duur* van de training staat niet vast, er is dus geen vast aantal bijeenkomsten. De reden daarvoor is dat ieder gezin en iedere situatie weer anders is. Ouders en therapeut bepalen dus samen hoe lang een training moet duren. Meestal ligt het aantal bijeenkomsten tussen de 15 en 25.

### **Hoe gaat de training in zijn werk?**

De opvoedtrainingen van Yorneo worden verzorgd door ervaren therapeuten die veel kennis hebben over kinderen die zeer lastig gedrag vertonen. De trainingen worden een op een uitgevoerd, wat betekent dat een therapeut uitsluitend met een of met beide ouder(s) uit een gezin samenwerkt en dus niet met een groep. Verder werkt de therapeut met de ouders en niet met hun kind(eren). Daar is heel bewust voor gekozen omdat de ouders hun kinderen het beste kennen en van nature de meeste invloed op hen hebben. Ouders kunnen dus beter dan wie ook ongewenst gedrag bijsturen en gewenst gedrag aanleren.

De onderwerpen die tijdens de training behandeld worden zijn:

- aanmoedigen en versterken van gewenst gedrag
- grenzen stellen
- zicht houden op het kind: waar is het en met wie speelt het?
- samen problemen oplossen
- onderhandelen en afspraken maken
- tijd investeren in het kind, samen dingen doen

Aan het begin van iedere trainingssessie worden eerst de vorderingen en knelpunten van de voorgaande week uitgebreid besproken en in kaart gebracht: wat werkt wel en wat niet. De dingen die wel werken worden gebruikt voor het volgende deel van de sessie: het verder versterken en ontwikkelen van de opvoedkundige vaardigheden van de ouders. Rollenspellen en oefeningen zijn de belangrijkste middelen die daarvoor worden ingezet. Aan het eind van een bijeenkomst wordt bepaald hoe de ouders hiermee thuis aan de slag kan.

### **Wat levert het op?**

Omdat deze training al zolang met succes in praktijk wordt gebracht, kan vrij precies voorspeld worden wat het de ouders en het kind oplevert:

- de eerste verandering die ouders waarnemen – vaak al binnen enkele weken – is dat hun kind vaker en eerder doet wat zij zeggen
- de kinderen gaan zich socialer gedragen waardoor – onder andere – de problemen op school sterk verminderen
- de kinderen lopen minder risico om later in de problemen te raken, zoals het in aanraking komen met de politie
- ouders reageren positiever op hun kind waardoor de sfeer thuis verbetert en er minder ruzies zijn
- met name moeders – maar ook vaders – zijn door de positieve veranderingen minder vaak depressief

### **Blijvend onderzoek naar kwaliteit**

Om de resultaten van de trainingmethode goed in kaart te kunnen brengen, wordt er ook uitgebreid onderzoek naar gedaan. Alle deelnemende ouders wordt daarom verzocht om voor en na de training enkele vragenlijsten in te vullen over henzelf, het kind en de training. Ook wordt de ouders gevraagd om samen met hun kind(eren) enkele opdrachten uit te voeren. Deze opdrachten worden – net als alle trainingsbijeenkomsten – op DVD opgenomen en door onderzoekers en begeleiders bekeken. Op die manier kunnen ze niet alleen de resultaten van de trainingen in kaart brengen, maar ook het werk van de therapeuten beoordelen: voeren zij de trainingen wel op de juiste manier uit? Alle verzamelde gegevens worden – uiteraard – vertrouwelijk en met de grootst mogelijke discretie behandeld.

### **Meer informatie**

Voor meer informatie over de training of de werkwijze van Yorneo kunt u terecht op onze website: [www.yorneo.nl](http://www.yorneo.nl), of u kunt contact opnemen met uw therapeut: (0592) 367 979.