Minder Boos en Opstandig

Training voor ouder en kind in het omgaan met dwingend gedrag

entrea
lindenhout
samen voor kind en gezin

Soms is opvoeden een opgave: u, als ouder(s), bent een deel van het gezag kwijt, uw kind bepaalt door zijn gedrag wat er gebeurt en jullie hebben vaak ruzie. Op de een of andere manier raken jullie steeds weer verstrikt in onbegrip en irritaties, terwijl u het juist zo graag anders wilt. De training Minder Boos en Opstandig kan dan helpen.

De omgang met elkaar verbeteren

Bij de trainingen leren u en uw kind fijner met elkaar om te gaan, zonder iemand te veroordelen voor wat is gebeurd.

Zelf leert u bij de trainingen om met dwingend gedrag van uw kind om te gaan. Dit doen we door te praten en te oefenen. Wat kunt u doen of zeggen tegen uw kind? Ook leert u vanuit de basisvaardigheden van het opvoeden. Zoals een opdracht geven aan uw kind, structuur bieden, positief gedrag versterken of juist ongewenst gedrag hanteren en thuis een fijne sfeer creëren.

Uw kind leert bij de trainingen om om te gaan met zijn eigen emoties en gedrag.

Er zijn ook doelen waar zowel u als uw kind aan werken. Deze zijn gericht op het bewust worden van impulsen. En op het beheersen hiervan. Voorbeelden zijn:

- Vergroten van vaardigheden om situaties met minder ruzie te laten verlopen;
- Herkennen van gevoelens bij zichzelf en de ander;
- Bewust worden van boze gevoelens en hiermee leren omgaan;
- Problemen leren oplossen.

Voor welke kinderen?

Minder Boos en Opstandig is bedoeld voor kinderen van 8 tot en met 12 jaar die opstandig en boos gedrag laten zien. Ook als een kind daarnaast een diagnose ODD of ADHD heeft kan de training passend zijn. Voor kinderen die een diagnose ASS hebben en daar ernstige problemen door ervaren is een andere training geschikter. Neem voor meer informatie hierover contact op met ons Entreeteam.

Voor welke ouders?

Als ouder(s) van een kind dat deelneemt moet u vooral gemotiveerd zijn. Het is belangrijk dat u de trainingen volgt, maar ook thuis oefent. Verder moet u kunnen en willen kijken naar uw eigen handelen en een vraag hebben over vaardigheden in het opvoeden.

Apart van elkaar

Jullie volgen apart van elkaar trainingen. De kracht van de trainingen zit juist in die combinatie, blijkt uit onderzoek. Een vaste trainer geeft de trainingen aan zowel u als uw kind. Er zijn 12 bijeenkomsten verspreid over ongeveer een half jaar. Voor u duurt een bijeenkomst anderhalf uur, voor uw kind een uur en een kwartier.

Ook krijgen jullie opdrachten mee naar huis om te oefenen met de te leren vaardigheden. Dit verbetert het uiteindelijke resultaat, waardoor de sfeer thuis fijner en gezelliger wordt.

Verder werken we samen met de school van uw kind:

- De leerkracht van uw kind krijgt uitleg over hoe diegene uw kind kan stimuleren om de te leren vaardigheden te oefenen in de klas.
- De trainer observeert hoe de school de handvatten van Minder Boos en Opstandig zelf ook kan toepassen. Hierover heeft de trainer twee keer contact op school.
- We bieden de trainingen aan uw kind (in principe) op de school van uw kind, onder schooltijd.

De bijeenkomsten met de ouder(s) zijn overdag, meestal op een kantoorlocatie van entrea lindenhout.

Rachel (36): 'Fijn is dat ik weer wat controle heb over hoe Nova zich gedraagt. Ik ben ook minder bang voor haar boze reacties.'

Nova (8): 'Mama en ik hebben het weer gezellig thuis. Ik ben veel minder boos.'

Informatie en Aanmelding

Professionals van wijkteams, buurtteams, (huis)artsen en jeugdbescherming kunnen kinderen en hun ouder(s) aanmelden. Dit kan via het aanmeldformulier op onze website. Artsen kunnen ook aanmelden via het verwijzingsprogramma ZorgDomein.

Met de juiste verwijzing zijn er aan de training Minder Boos en Opstandig geen kosten verbonden.

Met vragen over Minder Boos en Opstandig en over het aanmelden kunt u terecht bij ons Entreeteam via het telefoonnummer 088 356 30 00. Rian Rooijmans geeft de trainingen. Zij is bereikbaar via het telefoonnummer 088 356 11 04.

Contact

Telefoon 088 356 30 00
E-mail entreeteam@entrealindenhout.nl
Internet entrealindenhout.nl

© entrea lindenhout, september 2023

Volg ons ook op

entrea lindenhout
samen voor kind en gezin