

# BASISPRINCIPES

Creëer een veilige en stimulerende omgeving - Leer door positieve ondersteuning - Hanteer adequate discipline  
Heb realistische verwachtingen - Zorg voor jezelf als ouder (rust, ontspanning)

GEWENST GEDRAG

## HANDELINGEN OUDER(S)

NB: Ook als alles goed gaat! Om gewenst gedrag te behouden / stimuleren.

### POSITIEF CONTACT

- Heb tijd en aandacht voor je kind
- Praat met je kind
- Toon genegenheid naar je kind

### STIMULEER GEWENST GEDRAG

- Prijs je kind, geef complimentjes
- Geef je kind positieve aandacht
- Biedt boeiende activiteiten aan

### LEER NIEUWE VAARDIGHEDEN

- Geef het goede voorbeeld
- Gebruik spontane leermomenten
- Stel vragen, vertel, doe het voor
- Gebruik beloningssystemen

### OUDER: REGULEER EMOTIES

- \* Tel tot 10 / neem een time-out
- \* Identificeer emotie en oorzaak
  - \* Geef aan hoe je je voelt
- \* Roep helpende gedachten op

### Bij ongecontroleerde emoties:

- \* Excuses aanbieden + uitleg

ONGEWENST GEDRAG

## HANDELINGSOPTIES

Duidelijke regels

Aanspreken,  
instructie\*

Negeren

Logische  
consequenties

Stil zitten

Time out

### WEIGEREN

Duidelijke regels

Aanspreken,  
instructie\*

werkt  
niet

Logische  
consequenties

Stil zitten

Time out

werkt niet

werkt  
wel

werkt  
wel

werkt  
wel

werkt  
wel

werkt  
wel

### ZEUREN

Duidelijke regels

Aanspreken,  
instructie\*

Negeren

Logische  
consequenties

werkt  
niet

Stil zitten

Time out

werkt  
wel

werkt  
wel

werkt  
wel

werkt  
wel

werkt  
wel

### SLAAN, STUK

Duidelijke regels

Aanspreken,  
instructie\*

werkt  
niet

Stil zitten

Time out

werkt  
wel

werkt  
wel

werkt  
wel

werkt  
wel

werkt  
wel

### \*DUIDELIJKE INSTRUCTIE:

- Wees responsief (luister actief, benoem emoties en help deze te begrijpen, toon begrip, spreek aan op gedrag)
- Identificeer probleem / oorzaak
- Bespreek oplossing
- Help je kind op weg (voordoen / oefenen)