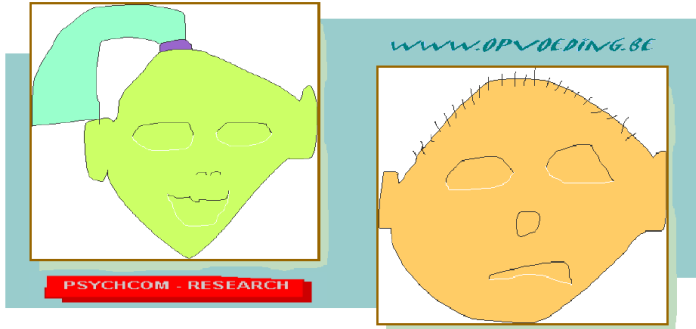


## DATABANK OPVOEDING



*Overzicht*

*Bron : [www.opvoeding.be](http://www.opvoeding.be)*

*Themanummers E-Magazine*

*Als brochures te ver-*

*Ontwikkeling & Begeleiding*

*krijgen : zie achterflap*

*Een 700-tal thema's zijn te vinden op [www.opvoeding.be](http://www.opvoeding.be) en vrij te gebruiken na het downloaden van de gratis Adobe-player die zichzelf aanmeldt. Ze zijn deels gericht op schoolse situaties en deels op opvoedingssituaties in het algemeen.*

### **Anders kijken, anders doen**

Hoe een kind een situatie of gebeuren ervaart, zal in sterke mate zijn reactie bepalen.



## **Assertiviteit**

Assertiviteit is geen gegeven. Het kan aangeleerd worden. Het is niet iets dat je al of niet hebt. Je hebt het in zekere mate.

## **Hoe de balans positief houden ?**

Op sommige dingen kan je rekenen. Op andere niet. Hoe als ouder de balans gunstig doen overhellen ?

## **Pro-actieve ontwikkelingsbegeleiding**

Opvoeden is meer dan belonen of straffen. Je kan als ouder ook pro-actief iets aanbieden waarop je kind gunstig kan reageren.

## **Begrenzers – wie of wat stopt me ?**

Als jongere kan je voor de opgave staan jezelf af te remmen en te begrenzen.



## **Van beheersings- naar beïnvloedingscultuur**

Wat blijft over van de context waarin ik werd opgevoed ?  
In welke context de opvoeding plaatsvindt die ik mijn kind geef ?

## **Belang van sociaal netwerk**

Opvoeden doe je als ouder niet alleen.

## **Belonen**

Belonen doe je om gedrag aan te moedigen. Hoe doe je dit concreet in de praktijk ?

## **Benaderingswijzen in schoolverband**

Als schoolteam beschik je over meer mogelijkheden om de omgang met leerlingen in goede banen te leiden dan je denkt. Welke benaderingswijzen zijn er en wat houden ze in.

## **In je bereik !**



Vaak voel je je als jongere machteloos. Is dit steeds zo?

### **Betekenisontwikkeling kind**

Er is heel wat te leren om voor zichzelf als kind betekenissen te ontdekken en betekenissen te geven.

Nog meer is dit om betekenissen te leren kennen die voor anderen tellen.

### **Buffers als bescherming**

Buffers zorgen voor veiligheid. Ze laten ons toe onveiligheid tijdig op te merken. Hoe kinderen hiervoor sensibiliseren ?

### **Burn-out als ouder voorkomen**

Hoe als ouder voorkomen dat je er onderdoor gaat ?  
Welke signalen tijdig opmerken ? Hoe reageren ?

### **Uit het centrum**

Wat als een kind zich niet langer met de gezinsgroep vereenzelvigd ?



## **Circulaire beïnvloeding**

Wat je zegt of doet kan een reactie zijn op je kind. Je reactie kan dan weer voor het kind het uitgangspunt worden waarop het op zijn beurt reageert.

## **Claimgedrag, veel aandacht vragen**

Elk kind heeft behoefte aan aandacht. Hoe hier mee omgaan zo het kind veel aandacht vraagt ?

## **Wat kan coaching voor me doen ? *jongerennummer***

Als jongere is nog veel een droom en te realiseren. Ontdekken hoe dit waar te maken, via welke wegen en met behulp van wat en wie, kan je aardig op dreef helpen.

## **Cognities in de opvoeding**

Cognities - als wat je van iets maakt - bepalen je reageren als ouder. Dit is ook zo voor het kind - wat het van wat je zegt en doet maakt - bepaalt zijn reageren.

## **Communicatieve benadering**



Hoe op een open wijze over en weer met je kind praten in een open klimaat als onderdeel van je opvoeden ?

### **Communicatieve ontwikkeling kind**

In de opvoeding is er veel aandacht voor taal- en gedragsontwikkeling van het kind. Minder aandacht is er voor hoe communicatie zich ontwikkelt bij het kind.

### **Voor een duidelijke communicatie**

Praten met je kind is niet steeds gemakkelijk. Een duidelijke communicatie kan meer kansen bieden.

### **Een goed contact met mijn kind**

Elke ouder wil een goed contact met zijn kind. Wat houdt dit in een goed contact ?

### **Containment en holding in de opvoeding**



Kinderen kunnen behoefte hebben aan iemand die hun emoties weet te omvatten en de nodige steun en bescherming kan bieden.

### ***Deconstructie & constructie in de opvoeding***

Deconstructie is in gedachten wat beter niet bij elkaar hoort uiteenhalen. Constructie is in gedachten wat helpt en kansen schept bij elkaar brengen.

### ***Deelgroepvorming***

In een groep kunnen deelgroepen ontstaan. Dit biedt kansen, maar houdt tegelijk risico's in.

### ***Deëscalatie als geweldspreventie schoolnummer***

Geweld betekent verlies aan één of beide kanten. Hoe in de geweldsketen ingrijpen om verlies te doen ophouden of te voorkomen ?

### ***Welke delen en kanten aanspreken ?***



Elk van ons heeft delen die actief kunnen worden en kanten die kunnen aangesproken. Hoe deze delen en kanten aan bod laten komen ?

### **Aan denken**

Een denken kan aan of uit staan. Staat het aan dan gaat een grote invloed hiervan uit op gedrag en ervaren van het kind.

### **Ken- & denkontwikkeling**

De ken- en denkontwikkeling helpt het kind steeds beter op vragen en uitdagingen te antwoorden.

### **Denken over je opvoeden**

Brengt denken over je opvoeden je in verwarring, of biedt het juist een meerwaarde ?

### **Door denkertjes**





Ruimte om even stil te staan bij je opvoeden, kan helpen je vrij te maken voor nieuwe inspiratie.

### **Activerings*dialogo***

Je wil dat iemand bij voorkeur zo iets waarneemt en zo reageert. De ander gaat hier wel of niet op in.

### **Directe en indirecte benadering**

Je onderhandelen direct richten op het gedrag van je kind of indirect richten op wat het omringt ?

### **Afstand houden en *doorgaan***

Soms gaan gedachten, gevoelens, herinneringen en waarnemingen van jezelf of je omgeving je hinderen. Hoe afstand houden en toch doorgaan ?

### **Draagkracht & -last van het gezin**

Ook het gezin heeft een zekere draagkracht en kan een zekere draaglast aan. Deze fluctueren in de tijd.



## **Van *druk* tot aantrekking**

Welke alternatieven zijn er voor druk ?

## **Het kind onder *druk***

Elk kind ervaart druk. Druk is een signaal dat om aandacht vraagt van ouder en kind.

## **Externe en interne *druk***

Aan externe druk voegt een kind nog interne druk toe.

Hoe vermijden dat de druk te hoog wordt ?

## **Omgaan met *druk* van je kind**

Een kind oefent gemakkelijk druk uit voor wat het wil of niet wil. Hoe hier als ouder mee omgaan ?

## **Voor een *gunstige dynamiek***

Een ongunstige dynamiek kan je kind erg in de weg staan. Een gunstige dynamiek kan je kind op weg helpen.

## **Eetproblemen bij kinderen**



Niet steeds verloopt het eten van het kind vlot. Aan wat denken en hoe reageren als ouder ?

### ***Emotie- en zelfregulatie***

Wat doen wanneer emoties het dreigen over te nemen van jezelf ?

### ***Delen van emotioneel ervaren***

Hoe en waartoe wil iemand een emotioneel ervaren delen ?

### ***Emotionele competentie-ontwikkeling***

Het is voor de ontwikkeling van een kind belangrijk dat het leert omgaan met zijn emoties.

### ***Intro emotionele intelligentie***

Hoe goed weet je rekening te houden met eigen gevoelens en gevoelens van anderen.

### ***Empowerment***



Empowerment gaat uit van de krachten die iemand bezit en hoe deze te laten toenemen.

### ***Een dimensie meer, een dimensie minder***

Soms ontbreekt iets in de relatie ouder-kind, soms is iets te veel.

### ***Het enneagram in de opvoeding***

Het enneagram laat toe te achterhalen waar het voor je als ouder of voor je kind in je gedrag vooral om draait. Het maakt duidelijk of je elkaar gemakkelijk vindt in interactie en hoe hier meer toe te kunnen komen.

### ***Anders omgaan met eigen ervaren***

Kinderen met problemen hebben niet steeds alleen of zozeer problemen met de realiteit, maar ook met hoe ze de realiteit ervaren en er mee omgaan.

### ***Ervaringbiedende en –begrenzende benadering***



Hoe eigen ervaring laten opbouwen binnen een veilige omgeving.

### ***Escalatie voorkomen***

Een conflict dreigt soms sneller uit de hand te lopen dan je had verwacht. Je staat dan voor de moeilijke opgave het tij te keren.

### ***Wat eten stoort ?***

Het eetgedrag van een jongere wordt vaak grondig verstoort. Wat ligt aan de basis en hoe hieraan verhelpen ?

### ***Evenwicht in de opvoeding ?***

Een denken in termen van evenwichten in en tussen wie en wat in de opvoeding kan een meerwaarde inhouden.

### ***Extern in relatie tot intern***

Je relatie als ouder met je kind gaat niet meer zozeer uit van principes maar van wie je kind is.

### ***Hoe extremen vermijden ?***



Als ouder kan je omgang met je kind soms een extreme vorm aannemen. Hoe komt dit en hoe kan je dit vermijden ?

### **(Faal)angst**

Heel wat kinderen krijgen af te rekenen met (faal)angst. Hoe dit ondervangen ? Wat kan het kind zelf doen ?

### **Emotioneel automatisme of feitelijk realisme**

Als ouder loop je gemakkelijk op de feiten vooruit. Je manier van denken vervormt de realiteit. Wat hieraan te kunnen doen ?

### **Filosoferen met ouders**

Analoog aan 'filosoferen met kinderen' kunnen ouders zich op een pretentieloze wijze meer bewust worden van hun denken naar vorm en inhoud.

### **Functionele en intentionele benadering**



Als kind kan je tot ontwikkeling komen in de spontane alledaagse omgang met je ouders. Soms is een meer doordachte en gerichte omgang nodig.

### **Gebruik van druk en afstand**

Wanneer je niet de gewenste reactie bekomt, ben je gemakkelijk geneigd naar druk en afstand te grijpen. Wat is je kans op succes ?

### **Gedoseerde omgang**

Een gedoseerde omgang met situaties en problemen, en met jezelf, anderen, je relatie, de context en je voorstellingen in die situaties en met die problemen biedt een kans op meer zelfregulatie.

### **Gedrag wordt gedragen**

Gedrag doet zich zo maar niet voor. Het is stevig onderbouwd met wat voorheen verworven.

### **Gedragsblokkering**



Spanningen leiden gemakkelijk tot spanningsgevoelens. Gevoelens die uiteindelijk het gewenste gedrag blokkeren en ongunstig gedrag in de plaats doen ontstaan.

### **Gedrags- of onderliggende oriëntatie**

Als voor je als ouder iets niet kan, ga je dan in tegen het gedrag of de onderliggende mening, gevoelens of behoeften van je kind ?

### **Emotionele en gedragsproblemen bij kinderen**

Als het een kind niet goed gaat, kan je dit uit heel zijn doen merken.

### **Mijn mama of papa verliezen gemakkelijk hun geduld *jongerennummer***

Wat doen als kind als je mama of papa gemakkelijk hun geduld verliezen ?

### **Het geheugen van het kind**





Het geheugen van een kind is bij de geboorte min of meer een onbeschreven blad. Alles wat het meemaakt, verneemt en ervaart, slaat het op een of andere manier op voor later.

### **Zo geleerd !**

Kinderen leren niet alleen iets op school, ook thuis wordt op zeer diverse wijzen iets geleerd.

### **Gender (schema)ontwikkeling**

De identiteit die het kind opbouwt wordt mogelijk beïnvloed door de genderschema's van meisje-zijn en jongen-zijn die het ontwikkelt op basis van zijn ervaringen.

### **Gespreks- & begeleidingsgericht handelen *schoolnummer***

Sommige leerlingen hebben nood aan gesprek en begeleiding buiten de gewone klassituatie.

### **Gerichte gespreksvoering**



In beïnvloedende gesprekken met elkaar kan je je als ouder of kind richten op elkaars motivatie, op elkaars informatie, op elkaars betekenisgevingen, of op elkaars keuzes en beslissingen.

### **Aandacht geven**

Als ouder stel je jezelf gemakkelijk de vraag welke aandacht je kind te geven.

### **Welk gevoel ?**

Het gevoel dat het kind ontwikkelt, staat vaak niet los van wat het in contact met zijn omgeving ervaart.

### **Voor een goed gevoel**

Sommige jongeren hebben gemakkelijk te maken met negatieve gevoelens. Hoe gaan ze er mee om ? Hoe kan hulp geboden ?

### **Geweld**



Geweld is een signaal dat vraagt om passende aandacht en reactie.

### **Geweld en haar context**

Geweld kan niet los gezien worden van haar context. Context waarin spanning of afstand aanwezig is.

### **Geweld in en uit de opvoeding**

Duiken problemen op in het opvoedingsgebeuren, dan kan nagegaan of niet een of andere vorm van geweld aanwezig is.

### **Geweldproof**

Geweld doet zich niet steeds voor als een handelen, het is vaak ook een situatie, of het is een manier van denken die aan de basis ligt.

### **Gezagsdoserende benadering**



Deze benadering zoekt een evenwicht tussen leidinggeven en zelfstandigheid stimuleren.

### **Gezinscommunicatieve schema's**

Gezinsleden maken bij hun communicatie gebruik van schema's met een zekere oriëntatie op openheid en conformiteit.

### **Werken aan je gezinscommunicatie**

Zo communicatie tussen ouder en kind minder vlot verloopt of oppervlakkig blijft, kan je werken aan onderliggende communicatie schema's.

### **De gezinsgroep in een ander teken**

De veranderingen die zich in de samenleving voordoen, zijn ook in het gezin terug te vinden. Ook in je gezin ?

### **Ontstaan van gezinsschema's**



Zoals gezinsleden het gezin kennen, zo reageren ze er emotioneel en gedragsmatig naar.

### **Wijzigen van gezinsschema's**

Door kennis over het gezinsfunctioneren te wijzigen, ontstaat de mogelijkheid tot minder spanning en conflict.

### **Een gezin : vele vormen en inhouden *jongerennummer***

Elk gezin is net weer anders, zowel in samenstelling als naar inhoud. Wie telt en wat telt ?

### **Verscheidenheid in het gezin**

Steeds meer is er aandacht voor verscheidenheid ook binnen het gezin en hoe deze verscheidenheid in te passen in het geheel.

### **Kwaliteit en goed-gevoel**

Als ouder vind je het belangrijk dat je kind kwaliteit en een goed-gevoel in zijn leven zal weten te ervaren. Hoe



je kind helpen zich hiervan met meer kans te weten verzekeren ?

### **Fysiek contact en grenzen**

Waar leg je als school grenzen bij fysiek contact als onderdeel van interactie ?

### **Grensg gevoel**

Als jongere krijg je er zeker mee te maken. Met grenzen.  
Waar leg ik mijn grens ?

### **Grenshanterend en –respecterend handelen**

Waar liggen mijn grenzen als jongere ? Hoe maak ik dit anderen duidelijk ?

### **Grenzen verleggen**

Verloopt de omgang met je kind minder vlot ? Dan kan grenzen verleggen een hulpmiddel zijn.

**Wegen of grenzen ?**



Is grenzen aangeven en bewaken voldoende ? Moeten geen wegen getoond ?

### **Groepen : uitkijken voor**

Groepen zijn heel waardevol. Waar op letten om hun waarde te behouden.

### **Grootte kader en leiding**

Bij ervaren problemen wordt vaak het kader verengd en gaat de leiding tanen. Kan een groter kader en meer leiding helpen ?

### **Handelende benadering in de opvoeding**

'Opvoeding is niet wat je zegt, maar wat je (voor)doet', wordt wel eens gezegd.

### **Voor een veilige hechting**

Hoe het kind toelaten een duurzame emotionele band met je te ontwikkelen die veiligheid, plezier en genoegens biedt en die een basis vormt voor verdere ontwikkeling ?



### ***Herbeleven ter herbevestiging***

Iets wat niet op een goede manier in je geheugen opgeslagen is, kan mogelijk via een passend herbeleven op een gunstiger wijze herbevestigd.

### ***Hersenen en ontwikkeling kind***

Het zenuwstelsel is bij de geboorte nog volop in ontwikkeling en ook nadien is er een voortdurende ontwikkeling.

### ***Hersenfunctioneren en relationele kwetsuren***

Uit recent neurobiologisch onderzoek blijkt de negatieve invloed van relationele kwetsuren op de manier waarop kinderen denken, voelen en reageren.

### ***Hoe belonen of straffen ?***





Van hoe je beloont of straft hangt het effect af op het gedrag van je kind.

### ***Hoe anderbetrokken ben je ?***

Anderbetrokken zijn gaat over openstaan voor, je inleven in, het gezichtspunt innemen van en inspelen op de ander.

### ***Hoe contextueel ben je ?***

Wat je zegt of doet staat niet op zich, maar wordt begrepen vanuit een bepaalde context. Wat je zegt of doet, kan ook mee de context bepalen.

### ***Hoe meta-communicatief ben je ?***

Meta-communicatie gaat over communicatie over communicatie. Doe je dit spontaan in je expressie en je reactie ? Doe je dit bewust samen in een gesprek ?

### ***Hoe omgaan met ?***



Hoe zien kinderen dat zelf hoe op een prettige manier met elkaar omgaan ?

***Hoe persoonlijk ben je ?***

Als je als ouder invloed wil hebben, kan je heel persoonlijk worden. Je kan dit dan negatief of positief oppakken.

***Hoe referentieel ben je ?***

Gaat over waar je bewust of onbewust de kern van de dingen plaatst in je leven, je expressie en je handelen.

***Hoeveel afstand ?***

Zowel te weinig als te veel afstand kan problemen veroorzaken. Hoe hiermee omgaan ?

***Hoogsensitief, hoogactief, hoogreactief***

In literatuur en onderzoek worden regelmatig kinderen en volwassenen beschreven met een toegenomen of verhoogde sensitiviteit, activatie en reactief zijn.



## **Als je baby huilt**

Als ouder wil je iets aan het huilen van je kindje doen. Wat je doet heeft niet steeds het gewenste effect.

## **Hulpeloosheid**

Bij hulpeloosheid is er het gevoel dat er geen verschil is iets al of niet te doen. Hoe ontstaat dit gevoel ? Hoe geraak je er overheen ? Welk gevoel leeft er bij de omgeving ?

## **Humeurigheid en invloed**

Onbewust of meer bewust kan humeurigheid een rol spelen als communicatie-, invloeds- en drukkingsmiddel.

## **Impact van ander en jezelf**

De impact van anderen en jezelf is afhankelijk van wie of wat belangrijk is, wie of wat nabij is, wie of wat in aantal.

## **Impressie**



In welke mate stel je je als ouder of als kind open voor de werkelijkheid of je ervaren ? Hoe je zonodig meer openstellen ?

### **In beeld**

Beeldvorming vormt de basis voor gedrag. Welke vertekeningen zijn mogelijk ? Wat ligt aan de basis ?

### **In beweging brengen**

Zo je kind of jijzelf als ouder komt vast te zitten, is het niet gemakkelijk terug in beweging te komen. Hoe dit aanpakken ?

### **Gedragsindicatoren in de opvoeding**

Betekeningen, reacties en selecties die bij je als ouder of bij je kind kunnen onderkend, gaan op iets terug in je.

### **Cognitieve (in)flexibiliteit**



Hoe ga je in je hoofd om met de werkelijkheid? Wat maakt het moeilijk ? Wat maakt het gemakkelijk ?

### ***In*formatieve benadering in de opvoeding**

Je kind informeren maakt het meer weerbaar.

### **Kinderen met *in*formatie verwerkingsproblemen**

Sommige kinderen hebben een eigen typische manier om met informatie om te gaan. Ze gaat terug op ietwat anders verlopende processen van informatieverwerking.

### **Onderliggende *in*houden *jongerennummer***

Als jongere heb je er vaak nood aan je eigen handelen beter te begrijpen. Je doet een aantal dingen spontaan, zonder dat je weet wat aan de basis ligt.

### ***In*leven**

In botsing komen met je omgeving, gebeurt niet zomaar, er wordt heel wat geactiveerd. Door uit te gaan van hoe



deze activering ontstaat, kan het risico op verdere botsingen verminderd.

### **Inspelen op de realiteit**

Geef je jongeren de kans om te tonen wie ze zijn, of weet je dit al bij voorbaat ?

### **Insluiten tegenover uitsluiten**

Denk je zo ruim dat je van bij de aanvang aan iedereen denkt, of sluit je door je denken sommigen uit.

### **Intelligentie als ver-stand-ig**

Intelligentie verwijst naar de kwaliteit van informatieverwerkingsprocessen die te maken hebben met wat, hoe en wanneer.

### **Interactieschema's jongerennummer**

Vind je van jezelf dat je tof bent ? Hoe doe je dat tof zijn ? Of vind je jezelf cool en hoe ga je in zijn werk ? Ben je een vriend ? Wil je in zijn en erbij horen ? Hoe ?



## **Hoe aan wat in je interactie werken ?** *jongerennummer*

Als er aan je communicatie of interactie iets schort, heb je als jongere snel het idee sociaal niet erg vaardig te zijn. Meestal volstaat aan één of enkele stappen van je communicatie of interactie te werken.

### **Ouderlijke intuïtie**

Als ouder kan je soms iets aanvoelen en voorvoelen. Op wat is dit gebaseerd en wat is het nut ervan ?

### **Invloedsbesef**

Een kind beseft niet steeds welke invloeden anderen en het zelf heeft. Meer bewustzijn bijbrengen biedt het kind meer mogelijkheden.

### **Invloed van kindbeelden**

Welk beeld je hebt van je kind en zijn toekomst, bepaalt erg je manier waarop je met je kind omgaat.



### **Contextinvulling**

Waar, wanneer, tegenover wie, waarom en waartoe is iets zo voor je, of ben jijzelf zo, en doe je zo ?

### **Ja- of nee-houding**

Een ja-houding gaat uit van je kind en wat het nodig heeft voor zijn ontwikkeling. Een nee-houding gaat uit van jezelf en van hoe aan jezelf tegemoet komen.

### **Jezelf als toegang tot de ander**

Iets wat jezelf niet hebt of niet vertrouwd mee bent, kan je moeilijk delen en doorgeven.

### **Als jongere in de groep**

Een groep is erg belangrijk voor een jongere. Hoe laat je jezelf kennen ? Hoe verover je een plaats ?





### ***Jongeren in drievoud***

Jongeren leven in meerdere realiteiten. Wil je jongeren begrijpen, dan is het goed hier rekening mee te houden. Dit is zo voor individuele jongeren, dit is ook zo voor jongeren in groep.

### ***Jongerenummer***

Kijk je door je eigen ogen naar jezelf, of door de ogen van anderen ? Probeer het eens uit.

### ***Jongeren vandaag***

Wie zijn jongeren vandaag ? Wat kenmerkt hen ? Wat is anders en nieuw ?

### ***Kaderbenadering in de opvoeding***

Als ouder bied je je kind geen leegte aan, maar een rijkdom aan inhouden. Zo stimuleer je je kind tot eigen inhouden.

### ***Kan het anders ?***



Hoe kan je als ouder en jongere vermijden steeds weer op hetzelfde uit te komen wat geen bevrediging biedt ?

### **Kenmerkende verschillen kinderen**

Kinderen kunnen in aanleg verschillen van elkaar. Hoe als ouder op deze individuele verschillen inspelen ?

### **Kiezen**

Kiezen is niet makkelijk. Je kan best je keuze langs alle kanten bekijken.

### **Hoera, ik kan kiezen ! *jongerennummer***

Als jongere kan je het gevoel ontwikkelen te kunnen kiezen. Dit kan door inschakeling van een meta ken- niveau.

### **Je kan kiezen *jongerennummer***

Als ouder zeg je soms : 'Je kan kiezen!' Meestal bedoel je dat er niet meer kan gekozen. Wat als je echt liet kiezen ?

### **Elk kind een ander kind**



Elk kind is echt wel anders. Hoe zijn eigenheid tot zijn recht laten komen ?

### **Aandacht voor *kind*behoeften**

Kinderen aan wiens basisbehoeften niet wordt tegemoet gekomen, vertonen gemakkelijk klachten of problemen. Het kind vraagt op die manier aandacht hiervoor.

### **Kindeigen benadering**

Kinderen zijn geen volwassenen. Hier rekening mee houden gebeurt in een kindeigen benadering.

### **Kinderen & nieuwe media**

De tijd van computerspelletjes ligt ver achter ons. Of niet ?

### **Kinderlijke nieuwsgierigheid**

Het kind wil heel wat weten en begrijpen. Hoe komt het er achter ?



### ***Kinderrechten in ons gezin***

Natuurlijk hebben kinderen rechten in ons gezin. Kinderrechten, hoe begin je eraan in een gezin ?

### ***Grootouders en kleinkinderen***

Grootouders en kleinkinderen kunnen veel voor elkaar betekenen. Welke grootouder wil je zijn ?

### ***Interne krachten aanspreken***

Ontwikkeling komt niet alleen van buitenaf. Jongeren kunnen ook zelf een aandeel hebben in hun ontwikkeling.

### ***Krachten doseren***

Zowel ouders als kind beschikken over een aantal krachten. Ontwikkeling vraagt om het doseren ervan.

### ***Krachtgerichte benadering***



In de opvoeding komt het krachtcentrum vaak niet in het kind te liggen. Hoe voor het kind kansen creëren om aan kracht te winnen uitgaande van eigen kracht?

### ***Krachtenspel in het gezin***

In een gezin kan je als ouder of kind niet steeds alleen iets bereiken. Vaak heb je de hulp van andere gezinsleden nodig.

### ***Kwaliteiten & ontwikkeling***

Kinderen moeten niet meer zonodig. Kinderen zijn ook niet zomaar. Vandaag zijn er kwaliteiten om te ontdekken.

### ***Kwaliteit(en) in de opvoeding***

Als ouder wil je kwaliteitsvol tewerk gaan. Hoe kom je tot kwaliteit ?

### **Voor meer *kwaliteit* en kwaliteiten in de opvoeding**



Welke kwaliteiten vinden we terug in ons gezin ? Hoe kunnen we de kwaliteit ervan bewaken of realiseren ?

### **Kwaliteitsgehalte in de omgang met het kind**

Gevoelens en behoeften zijn indicatoren voor de aanwezige opvoedingskwaliteit.

### **Kwaliteitsgarantie voor kind bij scheiding**

Ook al zijn volwassenen niet langer partner, ouder blijven ze voor hun kind. Hoe dit ouder-zijn veilig stellen bij het uit elkaar gaan ?

### **Kwetsbaarheid van je kind**

Als ouder wil je het vermijden dat iets je kind erg kan bezighouden en het ongelukkig maakt.

### **Over anders toeschrijven en labels**



Als ouder wil je de realiteit van je kind begrijpen en verklaren. In een latere fase zoek je middelen om met deze realiteit optimaal om te gaan.

### **Lachen en humor in de opvoeding**

Lachen en humor zeggen veel over hoe het in je gezin aan toegaat. Lachen en humor helpen veel.

### **Leerbegeleiding**

Hoe het leren van je kind meer optimaal weten ondersteunen.

### **Leer- en informatieverwerkingsstijlen**

Er zijn grote verschillen in de manier van informatieverwerking en leren en bijgevolg in opgeslagen informatie. Een realiteitsgerichte, een toepassingsgerichte en een voorstellingsgerichte stijl kunnen worden onderscheiden.

### **Stress en (faal)angst bij kinderen met leerproblemen**



Kinderen met leerproblemen zijn gevoelig(er) voor stress en (faal)angst. Hoe vermijden dat dit het probleem wordt ?

### **Aan/eertips**

Hoe je kind iets aan te leren bevorderen.

### **Effortful control of ‘gedrags/leiding’**

Een kind ontwikkelt al heel vroeg het vermogen om zijn waarneming en zijn reactie te oriënteren. Het helpt het kind in zijn sociaal-emotionele ontwikkeling.

### **Mentale leiding**

Wat als je als ouder of als kind meer leiding wil over wat er in je omgaat ?

### **Aan- en afleren in de opvoeding**

Als je opvoeden opvat als je kind gedrag aanleren en afleren, hoe kan je dit dan optimaliseren.





## **Intergenerationeel leren**

Leren en veranderen is niet iets waarin ik niet betrokken ben. Mijn gevoelens en oordeel scheppen al dan niet kansen om te leren en te veranderen.

## **Leren en veranderen : een emotioneel gebeuren**

Leren en veranderen is niet iets waarin ik niet betrokken ben. Mijn gevoelens en oordeel scheppen al dan niet kansen om te leren en te veranderen.

## **Leren omgaan met veranderingen**

Ook in het leven van een kind doen zich veranderingen voor. Hoe het kind hier mee leren omgaan ?

## **Leren ontspannen**

Leren en spanning zijn bijna gezellen die veel leerplezier doen verloren gaan. Kan leren en ontspanning ook samengaan ?

## **Schema-/leren**



Leren is niet alleen een kwestie van kennen, maar ook van kunnen en zijn. Op welke wijze spelen geheugen-schema's hierin een rol ?

### **Schema's en /eren**

Zelf ervaren hoe beter te leren door in te spelen op hoe het geheugen werkt.

### **Teken /eren**

Bij leren gaat veel aandacht uit naar het leren reageren. Ietwat verwaarloosd is het leren van tekens en betekenis-sen.

### **Leren van elkaar, groeien door elkaar**

Tussen ouder en kind is er geen eenrichtingsverkeer, maar wel een tweerichtingsverkeer dat zowel fase- als persoonseigen is.

### **Less is more, more is less**



Als ouder voelt het gemakkelijk anders aan maar minder kan soms meer betekenen, meer samen en tegelijk kan soms minder van je vragen.

### **Inhoud en vorm, leven en samenleven *jongerennummer***

Hoe verhouden leven als inhoud en samenleven als vorm zich tegenover elkaar ?

### **Levensspoor**

De richting en vorm die je kind aan zijn leven geeft zijn deels onbewust en deel bewust.

### **Levensstijl en opvoeding**

De levensstijl van je kind ligt vaak aan de basis van problemen. Hoe hier in de opvoeding aandacht aan besteden?

### **Lichaamsschema**



Het lichaamsschema waardoor je je lichaam en zijn bewegingen beheerst, kent en weet in te schakelen, ontwikkelt zich voortdurend op basis van opgedane ervaringen.

### **Hoe open *luister* je ?**

Bij luisteren jezelf en wat er in je opgeroepen wordt aan de kant zetten kan meer openheid scheppen.

### ***Luisterend* praten**

Praten gaat beter wanneer je eerst en voldoende luistert. Soms volstaat het luisteren en terugkaatsen wat je hoorde.

### **Elk gedrag kan *lukken* of *mislukken***

Niet enkel prestatiegericht gedrag kan lukken of mislukken. Op die manier naar gedrag kijken opent nieuwe mogelijkheden.

### **Lachen en *machteloosheid* als ouder**



Lachen gebeurt vaak uit machteloosheid. Lachen als aanvaarden, maar soms ook als verzet.

### **Wat versta je onder ? Elk zijn *manier***

Soms praat je over hetzelfde, maar heeft wat elk zegt een heel eigen inhoud. Pas als iemand iets gaat doen merk je het verschil.

### **Op wiens *manier* ?**

Wie aanwezig bepaalt vaak op welke manier de dingen verlopen. Kinderen zijn erg gevoelig voor deze invloed.

### **Meer invloed relatie ouder-kind**

Als ouder kan de vraag opduiken hoe meer invloed te hebben in de omgang met je kind. Op welke manier kan het wel of niet lukken ?

### **Je kind *mee*krijgen**



Ouders kunnen soms met verzet en weerstand van hun kind te maken krijgen. Hoe je kind toch meekrijgen ?

### ***Meevoelen***

Op wat is je meevoelen gebaseerd ? Hoe ben je er zelf in betrokken ?

### ***Mentale en gedragstaal***

Naast de gemeenschappelijke taal ontwikkelt zich in elk van ons een persoonlijke taal wanneer, waar, bij wie, waarom of waartoe iets zo op te vatten en zo te reageren.

### ***Ik en mezelf***

Gevoelens, gedachten en verlangens komen vaak spontaan op. Hoe en in welke mate ga je er op in ? Hoe en in welke mate plaats je er zelf gevoelens, gedachten en verlangens naast en combineer je beide ?

### ***Middelenbenadering in de opvoeding***



Deze benadering leert het kind zelf met een aantal situaties om te gaan. Ze verlegt je inbreng van helpen bij moeilijkheden naar helpen bij vaardigheden.

### ***Minder stress, meer reactie***

Te veel stress leidt tot minder passende reactie van je kind en jezelf. Wat minder stress kan doen.

### ***Mindful of aandachtgericht opvoeden***

Als nieuwe ontwikkeling in het opvoeden vraagt het milde en open aandacht voor wat zich hier en nu voordoet in jezelf, je kind, je omgang met elkaar en in de realiteit.

### ***Modelstaan als opvoeder***

Of je het wil of niet, als ouder sta je steeds op één of andere manier model voor je kind. Hoe hier meer bewust mee omgaan ?

### ***Zelf-monitoring je extra vriend jongerennummer***



Als volwassene ben je niet steeds in de buurt. Hoe je kind bijbrengen mee zorg voor zichzelf te dragen ?

### **Hoe zichzelf begrenzen ? Over *morele ontwikkeling***

Als ouder is het vaak een grote bezorgdheid je kind grenzen bij te brengen en het te leren zelf in te staan deze grenzen te respecteren.

### **Schemamodel en *motivatie***

Behoeften, overtuigingen en doelen liggen aan de basis van je motivatie als ouder of kind. Hoe kan je hierop inspelen vanuit een omvattend model ?

### **Rationeel, emotioneel, conditioneel, *motivatie*neel**

Als ouder wil je graag je eigen gedrag en dit van je kind begrijpen.

### ***Motorische ontwikkeling***





Weten bewegen met zijn lichaam, met armen en benen met handen en voeten, betekent voor het kind een hele ontwikkeling die toegang biedt tot ontwikkeling op andere vlakken.

### **Negatieve gevoelens in de opvoeding**

Negatieve gevoelens kunnen opduiken in de omgang met je kind. Hoe vermijden dat ze tussen je beide komen te staan ? Hoe plaats maken voor andere gevoelens ?

### **Negatieve ouder-kindinteractie**

De ouder-kindinteractie vlot niet steeds. Wat doet zich voor ? Hoe hier tegen in gaan ?

### **Negatieve spiraal, machtsstrijd**

Als een moeilijkheid niet opgelost raakt, kom je mogelijk in een negatieve spiraal en een machtsstrijd terecht. Hoe dit tegen gaan ?

**Dit bedoelde ik *niet* !**



Wat je zegt of doet heeft niet steeds alleen het bedoelde effect. Onbedoelde nevenwerkingen kunnen naar voor komen.

### **Naar een *nieuw denk-, gedrags- en zijnskader***

Hoever ben je mee geëvolueerd naar een nieuw denk-, gedrags- en omgevingskader ? Dit in opvoeding en onderwijs ?

### **Ontwikkeling *normbesef kind***

Het normbesef van het kind ontwikkelt in stappen. Vooral waar het kind op let en mee rekening houdt verandert.

### **Opvoeden met *nuances***

Door omstandigheden gaan nuances soms verloren in de opvoeding, hoe hier aandacht aan besteden ?

### **Oké en *niet-oké-zijde* in de relatie met je kind**



Als ouder kan je kiezen voor een relatie aan de oké-zijde en hoe dit te bewaken, of relationeel terecht komen aan de niet-oké-zijde waarvan niet zomaar weg te komen.

### ***Omgaan met boosheid***

Iris (4 jaar) is boos. Haar lievelingsknuffel is maar niet te vinden. Hoe ontstaat boosheid ? Hoe mee omgaan ?

### ***Omgaan met cognitietekorten***

Sommige kinderen reageren zonder dat de passende cognities aanwezig zijn. Hoe omgaan met cognitie- tekorten als ouder en kind ?

### ***Omgaan met conflicten***

Kinderen krijgen gemakkelijk ruzie met elkaar, en nu en dan met je als ouder. Wanneer is dit en hoe reageren als ouder ?

### ***Omgaan met depressie en zelfmoordneiging schoolnummer***



Een depressie ontstaat niet zomaar. Hoe ze als leerkracht opmerken, hoe er met een jongere over praten, hoe een leerling helpen en ondersteunen ?

### ***Omgaan met discriminatie schoolnummer***

Niemand wordt graag gediscrimineerd. Toch lopen bepaalde jongeren groter risico. Hoe discriminatie tegen gaan ?

### ***Omgaan met druk***

Hoe omgaan met druk van buiten en druk van binnen zonder eraan ten onder te gaan ?

### ***Omgaan met boosheid als ouder***

Waarover gaat je eigen boosheid en hoe spring je er mee om ?

### ***Omgaan met onmacht en overmacht***



Bij onmacht wordt gemakkelijk gegrepen naar overmacht. Zo is overmacht een teken van onmacht.

### **Omgaan met verschillen**

Als opvoeder kan je uitgaan van verschillen en zien hoe je elkaar kan vinden en wat je verbindt.

### **Tips in de omgang met je kind**

Meestal bedoel je het wel goed als ouder, maar wil het concreet niet lukken. Wat kan je praktisch doen ?

### **Oefenen met omgangsinhouden**

Omgangsvormen gaan terug op omgangsinhouden, ook al ben je je daar niet altijd van bewust. Hoe meer bewust worden van je omgangsinhouden, zodat je tot andere omgangsvormen kan komen ?

### **(Omgevings)gevoeligheid**



Kinderen vertonen verschillen in gevoeligheid tegenover hun omgeving waardoor invloeden, gunstige of ongunstige, minder of meer kunnen doordringen.

### **Onder controle**

Ervaring verwerkt opgeslagen in je geheugen vormt de basis. Ze wordt via automatische of gewilde controle gelinkt aan de huidige situatie.

### **(Onder)steunende benadering**

Kinderen hebben niet altijd behoefte aan meer leiding of dialoog. Soms hebben ze gewoon meer behoefte aan (onder)steuning.

### **Ondersteuning schemaspel kind**

Via het spel ontwikkelt het kind schema's als terugkerende basispatronen die het in diverse situaties kan aanwenden. Bewust zijn hiervan als ouder kan zorgen voor een betere spelondersteuning.



### **Warme ondersteuning of vijandige controle**

Welke verklaring je zoekt voor het gedrag van je kind bepaalt erg of je tot warme ondersteuning komt of tot vijandige controle.

### **Zelfzorg en ondersteuning**

Als ouder kom je in de opvoeding gemakkelijk aan zet.  
Hoe je kind helpen zelf meer aan zet te komen ?

### **Onhandelbaarheid voorkomen**

Een kind is zomaar niet onhandelbaar. Sommige kinderen missen heel wat waardoor ze tot onhandelbaarheid komen.

### **Ontspannen ouders, ontspannen kinderen**

Ontspannen zijn als ouder levert heel wat voordeel op voor het kind. Hoe meer ontspannen raken ?

### **Ontwaarden : veel gebruikt, weinig invloed**



Soms tracht je invloed en controle uit te oefenen door wat je kind zegt of doet van inhoud en betekenis te ontdoen.

### **Creatief-expressieve ontwikkeling**

Hoe verloopt de creatief-expressieve ontwikkeling van een kind ? Wat is haar belang ? Hoe kan je ze ondersteunen ?

### **Ontwikkeling schema's**

Door het waarnemings-, denk-, gevoelsschema of andere schema's van het kind te activeren kunnen er dingen aan toegevoegd worden.

### **Schema-activering en ontwikkeling**

Schema's voor gegevensopslag ontwikkelen zich reeds heel vroeg in het kind, nog vooraleer het in staat is te benoemen wat het ervaart.

### **Competentie als schema-ontwikkeling**





Je kan maar competent zijn als er plaats is voor ontwikkeling.

### **Opvoeding als ontwikkelingsniche**

De ontwikkelingsniche brengt wat zich bevindt en afspeelt op het raakvlak van het kind in ontwikkeling en de cultuur op de voorgrond.

### **Ontwikkelingsstimulering**

De ontwikkeling van het kind vraagt om de nodige prikkels en stimulansen.

### **Ontwikkelingsongunstige opvoedingsrelaties**

Niet alle opvoedingsrelaties zijn ontwikkelingsgunstig.  
Hoe een ontwikkelingsongunstige relatie vermijden ?

### **Circulaire ontwikkelingsprocessen**



De ontwikkeling van een kind is een samenspel van meerdere processen. Ontwikkelingsprocessen op sociaal, psychologisch en biologisch vlak werken op elkaar in.

### **Ontwikkelingstraject en -plan**

Elk kind volgt een eigen ontwikkelingstraject. Hoe een kind helpen bij een persoonlijk ontwikkelingsplan ?

### **Ontwikkelingsverloop kind**

De ontwikkeling van een kind kan je indelen in fasen waarin telkenmale de basis wordt gelegd voor een volgende stap in de ontwikkeling.

### **Ontwikkeling zoek-, invloeds- en selectiefunctie kind**

Een kind is voortdurend op zoek naar dingen, naar hoe impact te hebben, naar wat relevant is voor wat. Hoe ontwikkelen deze functies.

### **Oordelen in de opvoeding**



Oordelen in de opvoeding doen we vaak. Te vaak ?

### **Van oorzakelijk over behoudend naar middel(en)-denken**

Wat helpt meest ? Kijken naar het verleden, naar het heden of naar de toekomst ?

### **Het hoe van openheid en nabijheid**

Hoe als ouder komen tot openheid en nabijheid ?

### **Open keuze**

Hoe iets onder ogen zien zodat je verder kan ?

### **Conflictoplossingsschema's voor adolescenten**

Hoe bijdragen tot de ontwikkeling van een conflictoplossingsschema, zodat je meer invloed hebt.

### **Hoe iets opmerken ?**

Opmerken dat er met je kind iets is, kan je op verschillende wijzen.



## **Informatie *optimaal* integreren**

De manier waarop je informatie samenvoegt kan een heel verschil maken voor je eruit voortvloeiende reactie. Hoe informatie meer optimaal integreren ?

## **Dimensioneel *optimum***

Door iemand te situeren op meerdere persoonlijkheidsdimensies kan je zijn persoonlijkheid beschrijven. De uiteinden van deze dimensies wijzen op problemen, het middengebied toont het optimum.

## **Opvoeden in acht**

Opvoedingstrends volgen elkaar op. Hoe ze onderbrengen in een overzichtelijke structuur ?

## **Bewuster opvoeden**

Wat houdt bewuster opvoeden in en hoe doe je dat ?



## **Aangrijpingspunten in de opvoeding**

Als ouder ben je vaak op zoek naar aangrijpingspunten om je kind en zijn ontwikkeling positief te beïnvloeden.

## **Opvoeding in het centrum**

In je omgang ouder-kind kan je terecht komen in de binnenzone met nabijheid en gematigdheid, of kan je terecht komen in de buitenzone met tegenstelling en extremititeit. Wat houdt dit in, hoe komt dit en hoe welke richting uitgaan ?

## **Opvoeding driemaal anders**

Bij opvoeden denk je gemakkelijk aan handelen als ouder. Minder denk je aan de realiteit die je aanbiedt. Nog minder denk je dat je denken in de opvoeding belangrijk is.



## **Opvoedingshulp**

Vlot het opvoeden niet zomaar, dan kan je als ouder op zoek gaan naar hulp. Hulp die bij voorkeur afgestemd is op je.

## **Het referentieel ecologisch model in de opvoeding**

Wat bied je als ouder zo al in de opvoeding van je kind ? Hoe zou je wat je biedt nog kunnen versterken ?

## **Opvoedingspraktijk en referentieel model**

Het opvoedingsgebeuren ouder-kind kunnen plaatsen in een overzichtelijke structuur kan verhelderend en inspirerend werken.

## **Opvoedingschema's**

Opvoeden doe je niet zomaar. Je maakt hiervoor gebruik van kennis opgeslagen in je geheugen. Welke kennis is dit en hoe kan je ze beïnvloeden ?



## **Veranderen van opvoedingsschema's**

Opvoedingsschema's liggen aan de basis van je ouderhandelen. Door je opvoedingsschema's te veranderen kan je ook je ouderhandelen veranderen.

## **Opvoeding vandaag**

Hoe relevant is wat voor mij als ouder is, ook voor mijn kind ?

## **Opwekken**

Hoe echt opwekken wat jij of je kind tracht op te wekken.

## **Procesgerichte oriëntatiebenadering**

Deze benadering laat toe jezelf en wat er gebeurt te situeren en je van daar uit te oriënteren waar je heen kan en wil en op welke wijze.



## **Her-ouderen**

Hoe inzichten en methoden uit de schematherapie vertalen naar ouders.

## **Oudergevoelens**

In de opvoeding is er veel aandacht voor de gevoelens van je kind. Hoeveel aandacht schenk je aan je eigen gevoelens ?

## **Je ouderhandelen plaatsen**

Je ouderhandelen weten plaatsen in de ruimte, de diepte en de tijd levert informatie op om je verder te oriënteren. De blik verleggen van je kind naar jezelf.

## **Ouder oriëntatie**

Ouder oriëntatie gaat over waar het voor je als ouder onderliggend om draait en wat je handelen begrenst. Naast een evolutie in varianten, kan ook een mix worden onderkend.





### **Minded ouderschap**

Als ouder ben je in de opvoeding soms heel verschillend gefocust in vergelijking met een andere ouder. Welke minded ouderschapsvormen kunnen onderscheiden worden ?

### **Mind-minded ouderschap**

Als ouder denken, praten en handelen in functie van wat in je kind omgaat, kan een belangrijke meerwaarde bieden.

### **Ouderschema's optimaliseren**

Als ouder weet je vaak wel hoe het moet, maar stel je vast dat je er niet toe komt. Wat ligt aan de basis hiervan ?

### **Ouderschema's in het midden**

Eens je bewust bent wat je ouder zijn in de weg staat, kan je aan het werk gaan.



## **Ouderverschillen begrijpen en hanteren**

Menings- en gedragsverschillen tussen ouders geven gemakkelijk aanleiding tot spanningen en conflicten. Met wat hebben ze te maken en hoe mee omgaan ?

## **Wat aanwenden als ouder ?**

Als ouder is niet steeds duidelijk hoe wat je zegt of doet te situeren tussen andere mogelijkheden.

## **Welke ouder voor het kind ?**

Niet wat laat ik van mijn eigenheid los, wel wat voeg ik aan mijn eigenheid toe ten behoeve van mijn kind.

## **Als ouders je aanspreken *schoolnummer***

Ouders willen je als leerkracht vaak betrekken in hun zorg voor hun kind. Hoe tot een constructieve samenwerking komen en defensiviteit vermijden ?



### **Over activering**

Wat wordt geactiveerd bij de emotionele en gedragsproblemen die je kind ervaart ?

### **Als ouder in overdrive**

Als ouder kan je meer of minder in overdrive raken. Wanneer hieraan aandacht schenken en op welke manier ?

### **Overgevoeligheid en overreactie**

Soms zal je kind meer met iets bezig zijn en sterker reageren. Wat ligt mogelijk lichamelijk aan de basis ?

### **Als het kind het van je overneemt**

Je wil er zeker niet graag mee te maken krijgen dat het kind het van je overneemt. Wanneer is er risico voor ? Wat kan je beschermend doen ?



## **Eerst jezelf overtuigen en veranderen, dan elkaar**

Als ouder wil je vaak dat je kind verandert. Zelden denk je eraan wat zelf te kunnen veranderen, zodat je kind gemakkelijker tot verandering kan komen.

## **Hoe pak ik iets aan ? *jongerennummer***

In hoe je iets aanpakt is de kans op lukken of mislukken verscholen. Hoe meer bewust worden van hoe je iets aanpakt ? Hoe tot verandering komen ?

## **Partner- en ouder-kindrelatie**

De partnerrelatie en de ouder-kindrelatie kennen elk hun eigen ontwikkelingsritme. In welke mate sluiten ze op elkaar aan of doorkruisen ze elkaar ?

## **Schemapedagogie**

Welke rol kunnen schema's toebedeeld worden in het kader van opvoeding ?



### ***Perceptie en meer in de opvoeding***

In welke mate heeft je perceptie te maken met de realiteit, in welke mate met je verwachtingen ? Hoe individueel is je perceptie ?

### ***Perceptuele symbolen en schema's***

Door kennis dichterbij zijn zintuiglijke oorsprong te brengen kan je een ander spoor bewandelen.

### ***Persoonlijke ontwikkeling***

Vaak wordt de eigen inbreng in zijn ontwikkeling onderschat. Hoe aan je eigen ontwikkeling kunnen werken ?

### ***Persoonlijkheidsontwikkeling kind***

Iemands persoonlijkheid wordt vaak gekoppeld aan iemands wijze van zijn, minder aandacht gaat naar de onderliggende inhoud door iemand zo doet.



## ***Persoonlijkheid, of waar het om draait***

Op vijf dimensies kan de persoonlijkheid van je kind weergegeven.

## ***Van gedragsgericht naar persoonsgericht***

Een gedragsgerichte aanpak gaat uit van je perspectief als volwassene. Zo blijft gemakkelijk meer afstand. Met een persoonsgerichte aanpak ga je uit van het perspectief van het kind. Zo is meer nabijheid mogelijk.

## ***Persoonsgericht werken***

Hoe maak je gebruik van de eigen mogelijkheden van leerlingen om hun gedrag in goede banen te leiden en te houden. Hoe spreek ik hen aan ?

## ***Persoonsinvulling***

Hoe je elkaar kent, bepaalt voor wat je op elkaar beroep doet, wie je voor elkaar bent en wat je van elkaar verwacht.



### ***Persoonswaarneming van je kind***

Hoe jij je kind waarneemt, bepaalt niet enkel je reactie maar mogelijk ook die van je kind. Hoe neem je wat van je kind waar ?

### ***Ontwikkeling in perspectief***

Een kind is voortdurend in ontwikkeling. Deze ontwikkeling vertoont een eigen dynamiek. Hoe het kind helpen en inspelen op deze dynamiek ?

### ***Perspectiefname***

Als ouder of kind kan je kiezen voor een éénpunts- of meerpuntperspectief. Elk biedt een heel andere gerichtheid op jezelf, personen en objecten uit je omgeving.

### ***Sociale perspectiefname***

Naast het eigen perspectief dit van iemand anders kunnen innemen vraagt om ontwikkeling.

### ***Pesten***



Pesten is niet onschuldig. Het is geweld. Hoe er in groepsverband mee omgaan ?

### ***Pesten cognitief benaderd***

Niet zozeer ingaan tegen pesten, maar focussen op erbij horende gedachten om tot verandering te komen.

### ***Pesten relationeel benaderd***

Tegenover pesten ontstaat gemakkelijk een gevoel van geen aandeel en van machteloosheid. Door het te zien als wel betrokken en als wel beïnvloedbaar ontstaan nieuwe mogelijkheden.

### **Hulp- en actieplan pesten *schoolnummer***

Pesten verdwijnt niet vanzelf. Vaak is een actie- en hulpplan nodig op verschillende vlakken en niveaus.

### ***Pesten alternatief***





In de antwoorden op pesten zijn de vragen die men stelt cruciaal. Pesten is een signaal van wat ? Hoe komen tot een benadering die aansluit bij kinderrechten ?

### ***Pesten alternatief in de praktijk***

Hoe het denken over pesten en de aanpak operationeel maken zodat het proces van pesten en het proces van er weg van komen zichtbaar en hanteerbaar worden.

### ***Risico op pesten***

Pesten heeft niet altijd te maken met opvoeding of een interactieprobleem. Soms heeft het te maken met het kind zelf dat een stoornis vertoont.

### ***Pesten ... een kwestie van (de)gradatie***

Pesten in zijn diverse vormen en facetten heeft steeds te maken met excessen. Door deze weg te nemen kan degradatie opgeheven en komt er ruimte voor gradatie.

### ***Plan B – over valkuilen en drempels jongerennummer***



Als jongere is het steeds goed te beschikken over een plan B. Op die manier ontkomt men aan valkuilen en drempels.

### **Interne en externe polarisatie**

Soms kan iets je kind of jezelf erg bezighouden. Wat geactiveerd wordt, wordt toenemend bepalend voor je kind of jezelf en de omgeving. Hoe hiermee omgaan ?

### **Positief of negatief ingesteld**

Wat heeft het meer toegankelijk zijn van een positief of een negatief kindgerelateerd kenschema tot gevolg ?

### **Positieve reactie bekomen**

Geef aan hoe je gewoonlijk tewerk gaat om een positieve reactie te bekomen. Kijk welke andere mogelijkheden er zijn en hoe hoog hun kans is op succes.

### **Praten en luisteren**



Hoe iets bepraten, vragen, beluisteren, weigeren, een compliment krijgen, je mening en standpunt bepalen.

### **Mijn kind wil niet praten**

Ouders krijgen soms heel moeilijk hoogte van wat er in hun kind omgaat. Hoe meer ze hun best doen hoe minder het lukt. Wat gebeurt er concreet en hoe hierop kunnen inspelen ?

### **Preventiegericht handelen**

Een cultuur- en structuurgericht handelen op schoolniveau biedt kansen om aan preventie te doen.

### **Problemen met je kind problemen met jezelf ?**

Vaak is er niet alleen een probleem met het kind, maar is er ook een probleem met jezelf. Hoe dit onderkennen en hierop reageren ?

### **Probleembenadering in schoolverband**



Problemen komen op school voor, zoals erbuiten. Van scholen wordt echter een actieve competente aanpak verwacht.

### ***Probleemoplossing of oplossing probleem***

Kiezen voor de oplossing van een probleem, of voor een oplossing waardoor het probleem niet gemakkelijk opnieuw kan optreden ?

### ***Probleem- & oplossingsgericht handelen***

Een handelen dat zich aandient zo het gewone pedagogisch handelen geen passend effect heeft.

### ***Probleemschema***

Precies hoogte weten krijgen van een probleem en haar samenstellende elementen kan helpen er meer vat op te krijgen.

### ***Beïnvloedingsprocessen en –schema's***



Hoe word je door je sociale omgeving beïnvloed ? Wat beïnvloeding voor je is speelt hierin een rol.

### **Schema leerprocessen**

De ontmoete werkelijkheid zetten we om in informatie die zo verwerkt kan opgeslagen in kenschema's voor later gebruik.

### **Opvoeding als proces**

Opvoeding kan benaderd worden als een geheel van processen ter beïnvloeding.

### **Procesgerichte benadering**

Kijken naar onderliggende processen om problemen op te lossen en doelen te bereiken, kan een stevige basis bieden om er op in te spelen en gebruik van te maken.

### **Volwassene als processor**



In analogie met de hulpverlening biedt het leren kennen en hanteren van processen in de opvoeding een belangrijk voordeel.

### **Profielen in de opvoeding**

Profielen kunnen helpen beschrijven waaraan behoefte en hoe hieraan tegemoet te komen.

### **Ontwikkeling *prosociaal* gedrag**

Prosociaal gedrag als gedrag met een gunstig effect voor een ander of de groep vraagt een hele ontwikkeling en begeleiding

### **Psycho-educatie in de opvoeding**

Psycho-educatie legt uit wat zich precies afspeelt in de opvoeding. Het laat een betere omgang toe met wat gebeurt.

### **Wat lokt mijn *reactie* uit ?**



Soms wekt het kind iets in je dat erg je reactie bepaalt.  
Hoe kan je hier iets aan doen ?

### **Je reactie en wat je activeert**

Je reactie als ouder is niet zomaar toevallig. Tegelijk activeert je reactie heel wat in je kind.

### **Reactieweging**

Je kan in je reactie als ouder erg principieel zijn tegenover het gedrag van je kind. Maar ben je ook humaan en realistisch tegelijk ?

### **Reactiewijzen**

Je kan aanvaarden en ingaan op wat je elkaar zegt, je kan ook hiertegen in gaan, of uitgaan van jezelf of de situatie.

### **Waarom reageerde ik zo ?**



Je reactie als ouder is soms onverwacht. Ook jijzelf begrijpt ze niet helemaal. Wat ligt er aan de basis ?

### **Hoe reageren als ouder ?**

Als ouder kan je reageren met straf of druk. Welke andere reactiemogelijkheden zijn er ?

### **Hoe kinderen reageren**

Kinderen reageren niet steeds onmiddellijk, niet steeds zoals je zou wensen of niet in overeenstemming met de situatie.

### **Reageren vanuit emotie**

Als ouder of kind neig je gemakkelijk te reageren vanuit opgewekte emoties. Hoe met emotie te reageren ?

## **Realiteitbenadering in de opvoeding**





In welke mate stel je de realiteit voor het kind present in de opvoeding. Wat als deze realiteit niet erg kind- vriendelijk is ?

### **Rechten, kansen & kwaliteit**

Het kind heeft niet enkel behoefte aan rechten zo geen reële kansen worden geboden. Ook kansen op zich zijn niet voldoende, ze vragen om welbevinden.

### **Jezelf rechten toekennen** *jongerennummer*

Door niet authentiek te zijn, komt je integriteit vaak in gevaar. Net wat je als jongere op die manier wou vermijden. Door jezelf rechten toe te kennen kom je een heel eind vooruit.

### **Het referentieel model in de opvoeding**



In het referentieel model is er aandacht op verschillende vlakken. Het laat zien wat gebeurt als iets in meerdere of mindere mate aanwezig of afwezig is. Het geeft aan wat (p)referentieel te verkiezen.

### **Referentieel model in sociaal-culturele context**

Ieder vertoont een eigenheid hoe iets op te vatten, hoe te reageren en wanneer.

### **Referentieel model en sociaal-emotionele ontwikkeling**

De sociaal-emotionele ontwikkeling wordt getekend door verzamelde informatie en opgedane ervaringen die in de concrete omgang worden benut.

### **Referentiële begeleiding**

Iets waarrond iets komt te draaien krijgt aandacht zodat iets meer gunstig kan verlopen : waar om heen.

### **Referentiecommunicatie**



Je gehanteerde ideeën-, waarden- en normatief praat automatisch, gewild of niet, mee bij wat je uitdrukt.

### **Referentie-invloed**

Hoe als ouder referentie-persoon zijn voor je kind, zodat het wat je denkt, voelt en wil gemakkelijk over- neemt ?

### **Refereren in de opvoeding**

Door de aandacht te verleggen van de grenzen naar het centrum van iets, kan je het kind zelf aanspreken op een manier die optimale resultaten biedt.

### **Rekening houden met**

Wat je aan de buitenkant aantreft bij je kind, weeg je af tegen je binnenkant. Het kan interessant zijn de buitenkant van je kind af te wegen tegen zijn binnenkant en je omkant.

### **Ouder-kind relatie als basis**



Een goede ouder-kind relatie is zowel voor je kind als voor jezelf als ouder erg belangrijk. Hoe een goede ouder-kind relatie bevorderen en een ongunstige voorkomen ?

### **Voor een gunstige ouder-kindrelatie**

De omgang ouder-kind aan de oppervlakte gaat voor een belangrijk deel terug op de relatie ouder-kind in de diepte. Hoe tot een gunstige relatie weten komen ?

### **Relatiegericht handelen** *schoolnummer*

De omgang met en tussen leerlingen staat niet op zich, maar is relationeel ingebed. Hoe deze relationele mogelijkheden aanwenden ?

### **Relatiewijzen**

Elke situatie vraagt om een passende relatiewijze. Welke relatiewijze in welke situatie ?

### **Relatiewijzen verkennen**



Om relatiewijzen te verkennen eens uitgaan van jezelf.  
Hoe je met jezelf omgaat in interactie met je omgeving.

### **Hoe relationeel ben je ?**

Je expressie en je omgang bepalen mee je relatie ouder-kind. Je relatie bepaalt mee je expressie en omgang.  
Welke zijn de relationele bestanddelen ?

### **Relationeel dicht bij wie ?**

Ben je de ander nabij, maar ook jezelf ? En hoe dicht sta je bij de context ?

### **Relationele schema's**

Alle opgedane ervaringen in diverse relaties worden op een verwerkte wijze opgeslagen voor later gebruik.

### **Even relaxen**

Even tijd nemen voor jezelf. En tot rust komen.

### **Jongeren en te veel remmen**



Jongeren die moeilijkheden vertonen, zijn niet steeds ontremd. Veelal kampen jongeren met mingevoelens die het hen moeilijk maken.

### **Drie kansen of risico's**

De kansen op veiligheid en lukken verhogen en de risico's verminderen is wat je als ouder je kind wil bijbrengen.

### **Risicogedrag jongeren**

Eigen aan jongeren is dat ze in of meerdere mate risicogedrag vertonen. Hoe als schoolteam een korte termijn en een lange termijn handelen oppakken ?

### **Risicopreventie in de opvoeding**

Door een anders benoemen, toepassen en toeschrijven kan je komen tot een passende benadering in de opvoeding, met minder risico.

### **Ruimtebenadering in de opvoeding**



Een kind heeft hanteerbare ruimte nodig om zich te kunnen ontwikkelen. Hoe deze ruimte beschikbaar stellen ?

### **Ruimte versus structuur, vrijheid versus controle**

De voorkeur voor ruimte en vrijheid of voor structuur en controle heeft mogelijk een psychologische en neurologische basis.

### **Altijd ruzie. Omgaan met kinderruzies**

Het lijkt wel alsof kinderen zowat altijd ruzie hebben. Hoe ze begrijpen en ze best aanpakken ?

### **Samenlevingsevolutie en opvoeding**

De verwetenschappelijking en professionalisering in onze samenleving creëren een druk. Matiging en dienstbaarheid dringen zich op.

### **Ontwikkeling van samenspel**



Aan coöperatief spel gaan andere spelwijzen vooraf. Ze vertonen een samenhang met ontwikkeling op sociaal en cognitief vlak.

### **Duurzaam samenspel**

Wat hebben rekenkundige bewerkingen en samenwerking met elkaar te maken. Weinig. Of toch ?

### **Samenwerkende benadering**

Er wordt vanuit gegaan dat elk voor dezelfde uitdagingen en moeilijkheden wordt gesteld en dat samenwerking als beste optie naar voor komt.

### **Samenwerking met brede omgeving** *schoolnummer*

Mee kunnen rekenen op de inbreng van de bredere sociale omgeving van leerlingen heeft een belangrijke meerwaarde.

### **Samenwerkwijzen met ouder(s)**





Ouders als partners in het vormingsproces van leerlingen benaderen vraagt om een passende opstelling en interactie.

### **Scaffolding, activerende hulp**

Coaching gaat over hoe het kind te helpen zichzelf te helpen. Scaffolding gaat over je aandeel in het leergebeuren van het kind.

### **Schaalgrootte in de opvoeding**

Steeds meer wordt je kind in een breder perspectief benaderd. Voor je is je kind je kind, anderen denken steeds meer in termen van je kind als wereldburger.

### **Wat schakel ik in ?**

Over welke boeg gooi je het in de omgang met je kind ?

### **Aan schema's beantwoorden**



Vaak wil je aan veel beantwoorden in je gedrag. Hier zicht op krijgen, laat je toe keuzes te maken.

### **Behoefteschema's en hun keerzijde**

Een ken- en gedragsschema kan gelinkt zijn aan een behoeftecontext. Wordt aan de behoefte niet tegemoetgekomen, dan kan in de plaats een emotie-schema geactiveerd of ontstaat er mogelijk een fixatie aan het ken- en gedragsschema.

### **Behoefteschema's in gevaar**

Zo ervaringen in een behoeftegebied erg ongunstig zijn voor deze behoeften, dringt verandering zich op.

### **Belichaamd schema**

Onze ervaringen zijn ook lichamelijk van aard. In schema's worden ze op verwerkte wijze ook op die manier beschikbaar gesteld voor later gebruik.

### **Bewegingsleren is ook (schema)cognitief**



Gemaakte bewegingen leveren informatie op die zo passend verwerkt leidt tot optimalisering van deze bewegingen.

### **Cognitieve schema's en opvoeding**

De ontwikkeling van het kind gaat samen met de ontwikkeling van cognitieve schema's. In de opvoeding kan het kind geholpen met de opbouw en invulling van cognitieve schema's.

### **Contact maken met (je) schema's**

Iemands gedrag weten zien als gestuurd door zijn gedachten, gevoelens, verlangens en bedoelingen, actueel en opgeslagen, levert een belangrijk voordeel op.

### **Gunstige schema-activering**

Je mentaal op iets weten instellen door gunstige voorstellingen te activeren geeft je een belangrijk voordeel.

### **Individuele en relationele schema's**



Schema's als ontwikkelde voorstellingen onder meer van jezelf, de ander en je onderlinge relatie, kunnen individueel of meer relationeel bepaald zijn. Wat houden ze in en hoe kunnen ze een voordeel vormen ?

### **Invloedschema en -processen**

Tussen jezelf als ouder en je kind spelen zich invloedsprocessen af. Wat invloed voor elk is, speelt hierin een rol.

### **Meerdimensionele schema-activatie**

Vat je iets cognitief, emotioneel of behoeftematig op ?  
Of een combinatie hiervan ? Je reactie zal hierdoor erg bepaald worden.

### **Meta-schema**

Een meta-schema zorgt er voor dat schema-activatie op een passende wijze verloopt, zodat gedrag leidt tot het gewenste resultaat.

### **Neurologische basis cognitieve schema's**



Wat op cognitief vlak samengaat vindt zijn equivalent met wat op neurologisch vlak samengaat en omgekeerd. Wat brengt dit voor je bij ?

### **Ongunstige cognitieve-affectieve schema's**

Soms tracht je op een ongunstige manier negativiteit af te weren om positiviteit te vrijwaren.

### **Ongunstige schema-activering**

De waarnemingsschema's die in contact met de omgeving worden geactiveerd, bepalen in sterke mate je reactie. Hoe neem je jezelf, je kind en zijn gedrag waar ?

### **Ongunstige schema-activering en -ontwikkeling bij je kind**

De voorstelling die je kind activeert over je verwachting, over zichzelf hierbij, over je, je relatie, de context en het omvattend denkkader zijn erg bepalend voor zijn reactie.

### **Ontwikkeling gunstige of ongunstige schema's**



Je interactie kan heel bepalend zijn voor de geheugenschema's die je ontwikkelt. Geheugenschema's die op hun beurt erg bepalend zijn voor de voorstellingen die je hanteert in je interactie

### **Opslagwijzen schema's**

Eerdere ervaringen kunnen voor later gebruik in geheugenschema's worden opgeslagen als tot eenheid gebracht prototype, als gegroepeerd op basis van kenmerken, of als verzameling exemplaren.

### **Problematische schema-activering**

De activering van een schema voor waarneming en gedragsreactie kan problemen met zich meebrengen. Welke problemen en hoe deze te voorkomen ?

### **Zelfversterking schema's**



Je context versterkt wat je denkt, wat je denkt versterkt wat je doet, wat je doet versterkt wat je context is. Hoe gaat dit in zijn werk en hoe hierop inspelen ?

### **Schema's : ballast of draagvlak**

Wat je hier en nu in jezelf activeert aan kennis, gevoelens en behoeften, kan een ballast voor je zijn, het kan ook een draagvlak vormen voor nu en later.

### **Schema-beïnvloeding**

Aan wat moet voldaan zijn, wil jij of je kind beïnvloedbaar zijn ?

### **Schema-communicatie**

In je omgang communiceer en wissel je voortdurend schema's uit over jezelf, elkaar en alles wat in je omgang aan bod komt.

### **Schema's en conditionering**



Wijziging in de context om een reactie te vertonen kan het doel zijn van een leerproces. Telkens wordt iets toegevoegd aan het reeds aanwezig geheugenschema.

### **Schema diepgang**

Ervaringen kunnen met verschillende diepgang in schema's opgeslagen worden. Dit kan zo bedoeld zijn, of zo verlopen, of het feitelijk resultaat zijn.

### **Schema's door elkaar**

Niet enkel kunnen cognitieve, emotionele en behoefte-schema's onderscheiden worden. Cognitieve schema's kunnen op zich nog onderscheiden worden in ken-, voorstellings- en denkschema's.

### **Schema-dosering**





Ervaringen opgeslagen in kenschema's kunnen aangeven wat iets meest is, wat iets minst is en wat iets niet is. Wat iets is ligt opgesloten in het centrum tussen extremen wat het weinig of niet is.

### **Schema emotie**

Een emotie is steeds verbonden aan een bepaalde situatie, een bepaalde interpretatie en een bepaalde reactie. Hoe zijn ze terug te vinden in een emotioneel schema ?

### **Schema-erkenning**

Praten en omgang ouder en kind kunnen veel gunstiger verlopen zo je elkaars gegroeide betekenisgeving op basis van ieders eigen ervaring erkent.

### **Schema-exploratie bij het jonge kind**

Het spel van een kind wordt niet vooral bepaald door het materiaal of door wat de omgeving aangeeft, maar door de exploratie van inhouden, reactiewijzen en contexten waarmee het kind bezig is.



## **Schema's : gemeenschappelijk of individueel**

Geheugenschema's kunnen een zekere mix vertonen van gemeenschappelijke en individuele ervaringen en informatie.

## **Schema getrouw**

Het kind maakt in zijn ontwikkeling een periode door waarin het uiterst trouw is in denken en doen aan zijn ontwikkelde kenschema's.

## **Schema geven aan**

Als je iets overkomt als kind of ouder is het moeilijk dit te plaatsen, te begrijpen en er mee om te gaan. Hoe kunnen schema's hierbij helpen ?

## **Schemagevoeligheid**



In je interactie als ouder en kind spelen gevoelens een grotere rol dan veelal wordt gedacht. Ze maken dat je gemakkelijk op eenzelfde wijze met elkaar blijft omgaan.

### **Schemaherkenning in de opvoeding**

Soms houdt iets je als ouder of als kind bezig dat je in de weg staat, of niet kan overbrengen, of niet kan plaatsnemen.

### **Enkele losse schema-ideeën**

Kenschema's spelen vaak een grote rol in iemands denken en doen in ontwikkeling. Hoe hier in de opvoeding gunstig op inspelen ?

### **Schema-inhoud en -vorm**

Niet enkel de inhoud van cognities maar ook de wijze waarop ze zich voordoen, bepalen iemands gedrag.

### **(Be)klemmende (schema)inhouden**



Stemt de werkelijkheid niet overeen met je voorstelling ervan, dan ontstaan in je spanningen.

### **Schema-instandhouding**

Kennis waarover je reeds beschikt vertoont mogelijk een zekere weerstand tegen verandering.

### **Schema-interpretatie**

In interactie ga je al heel snel aan interpretatie doen. Hoe komt dit en waarom? Hoe vergissingen vermijden?

### **Reële en schema-interrelaties**

Realiteiten en kennis ervan vind je terug op verschillende wijzen en in verschillende grootten. Tussen deze verschillende realiteiten en kennis ervan bestaan relaties.

### **Schema-invloeden**

Eerder opgeslagen ervaringen werken door op je huidig ervaren op diverse wijze.



### **Schema's als mediator**

Minder gunstige schema's kunnen het gevolg zijn van eerdere ongunstige ervaringen, tegelijk kunnen ze aan de basis liggen van problemen die later worden ontmoet.

### **Schema's als netwerken**

De werkelijkheid om je heen is vaak complex en moeilijk grijpbaar. Op allerlei mogelijke manieren tracht je orde en grip te verkrijgen.

### **Schema-object(ief)**

Wat je als ouder of kind waarneemt en hoe je reageert gaat terug op de werkelijkheid, maar niet alleen.

### **Omgaan met je schema's**

Stel je je geheugenschema's open voor verandering, groei en eigen keuzes ? Of ben je eerder geneigd ze af te



sluiten, te behouden wat is en geen eigen keuzes te maken ?

### **Schema-omgang en –denken**

Niet alleen wat je activeert maar wat je als omgang en denken er rond mee activeert bepaalt je reactie.

### **Schema's en onbewuste**

Niet steeds is de inhoud van opgeslagen schema's bewust. Soms herkennen we haar niet, soms is ze niet toegankelijk.

### **Cognitieve schema's (onder)kennen**

De inhoud van cognitieve schema's is niet zomaar te verwoorden. Hoe deze inhoud leren kennen ?

### **Schema-ontmoeting**

In je samen praten en samen doen ontmoeten je opgeslagen ervaringsschema's elkaar.



## **Mediatie schema-ontwikkeling**

Als mediator zorg je bij je kind voor een meer kwaliteitsvolle ervaring. Zo komt het naar inhoud en vorm tot een meer kwaliteitsvolle ontwikkeling van zijn geheugen-schema's als opslag van zijn ervaringen voor verder gebruik.

## **Van realiteit tot reactie. Over schema-opbouw**

Kennis vormt een tussenschakel tussen de ontmoete realiteit en een mogelijke reactie. Hoe verloopt die opbouw van kennis die leidt tot een bepaalde reactie ?

## **Schema's optimaliseren**

Kenschema's spelen een belangrijke rol in het herkennen, interpreteren en reageren op personen en situaties.



Hoe gebruik maken van intelligentie, creativiteit en wijsheid om ze te optimaliseren ?

### **Schema-ordening**

Meerdere schema's om waar te nemen en te reageren zijn tegelijk actief. Soms dringt een zekere ordening zich op.

### **Schemapositie en -oriëntatie**

Inhouden kunnen meer concreet of meer algemeen in geheugenschema's opgeslagen worden. Welke neiging kan worden onderkend ?

### **Schema-potentieel**

Wat heeft het kind reeds verworven en over welk ontwikkelingspotentieel beschikt het nog ?

### **Schema's als realiteit**

Schema's kunnen van grote invloed zijn, niet enkel op hoe de realiteit overkomt, maar ook op hoe de realiteit is

.





### **Schema-resonantie**

Mogelijk kom je in wat je denkt, zegt en doet tegemoet aan elkaar op het vlak van behoeften waarvoor gevoelig.

### **Schema-selectie en -keuze**

Welke geheugenschema's activeer je en welke wens je te activeren ?

### **Sterke schema's, zwakke schema's**

Als ouder of kind kan je soms beschikken over sterke geheugenschema's die je optimaal doen functioneren en die je gemakkelijk kan ontwikkelen, soms evenwel moet je je weten te redden met eerder zwakke schema's.

### **Schema's transactioneel**

Schema's ontwikkelen zich in transactie tussen jezelf als kind of ouder en je sociaal-culturele omgeving.

### **Schema's voor elkaar**



Gemakkelijk leggen we iets op aan elkaar. Hoe vermijden dat dit aanleiding geeft tot problemen ?

### **Ontwikkeling als schemavoortbouw**

Cognitieve schema's zijn voortdurend in ontwikkeling.  
Hoe verloopt dit ?

### **Schema-wissel & -labiliteit**

Soms is een schema meer blijvend, soms meer veranderlijk. Soms is een schema meer wenselijk, soms is een ander schema meer verkieslijk.

### **Contextschema**

In contact met de omgeving activeert het kind een schema in zich van hoe de omgeving is.

### **Seksespecifieke opvoeding**



Een onderscheid maken tussen een jongen en een meisje in de opvoeding ?

### **Schoolnummer**

Assertiviteit en weerbaarheid kunnen ook ontwikkeld in schoolverband.

### **Seksuele opvoeding bij het jonge kind**

Facetten van seksuele opvoeding bij het jonge kind.

### **Signaaltaal opvoeder-kind**

Signaaltaal is de taal waarop je reageert. Hoe je kind tot een taal brengen die je verkiest ?

### **Welke signalen geef ik ?**

Als ouder kan je de vraag stellen welke signalen geef ik dat mijn kind zo reageert. Tegelijk kan je de vraag stellen welke signalen te geven opdat je kind tot een andere reactie zou komen ?



## **Slaapproblemen bij kinderen**

Niet alle kinderen slapen even gemakkelijk. Wat speelt zich af ? Wat kan helpen ?

## **Sociaal-emotionele ontwikkeling**

Zichzelf en de omgeving leren kennen en er op weten inspelen vraagt een hele ontwikkeling.

## **Het kind als mogelijk slachtoffer**

Hoe zo tijdig mogelijk signalen weten opvangen van het kind als slachtoffer ? Hoe reageren als school- team ?

## **Sociaal inspelen**

De sociale leefwereld van het kind wordt steeds ruimer.  
Hoe het kind helpen bij het sociaal ingroeien ?

## **Sociaal refereren**



Het kind gebruikt de gevoelens van volwassenen om in een niet vertrouwde of onduidelijke situatie uit te zoeken hoe emotioneel te reageren.

### **Overheen sociale angst**

Sommige kinderen blijken meer gevoelig voor het ontwikkelen van angst in sociale situaties. Wat speelt zich af bij het kind ? Hoe het kind en zijn angst tegemoet komen ?

### **Voor een gunstige sociale omgang**

Te vaak weten jongeren niet te komen tot een bevredigend contact. Ze schatten de situatie verkeerd in, of lopen zichzelf voorbij. Wat gaat precies in hen om ? Wat kan bijgestuurd en toegevoegd ?

### **Sociale waarneming door het kind**

Wat neemt een kind op sociaal vlak waar ? Voor welke signalen stelt het zich open ?



### **Soepele communicatie**

Hoe je iets opvat en hoe je reageert in welke situatie voor je, laat veelal weinig ruimte en vrijheid. Hoe op een meer soepele en losse wijze met iets omgaan ?

### **Spelmateriaal**

Voor een kind is alles nieuw en te verkennen. Hoe kan spel bijdragen om de omwereld en zichzelf te leren kennen.

### **Spelontwikkeling & -begeleiding in beeld**

Hoe kunnen spel en spelbegeleiding eruit zien ?

### **Over speltaal**

Niet steeds komt in gesprek of interactie de werkelijkheid aan bod, soms wordt ze vervangen door een voorstelling.



### **In de spiegel kijken** *jongerennummer*

In de manier waarop je naar je omgeving kijkt, ontmoet je veel van jezelf. Je ontmoet jezelf in wat en hoe de dingen voor je zijn.

### **Demotivatie & spijbelen** *schoolnummer*

Voor sommige jongeren wil het niet lukken of klikken op school. Is dit zo voor langere tijd dan werkt dit demotiverend. Hoe dit afglijden weten tegen gaan ?

### **Ander spoor**

Verandering kan verandering op gang brengen. Welke mogelijkheden zijn er ?

### **Je kind aanspreken**

Hoe je kind benaderen dat je zijn medewerking krijgt ?  
Wat wel, wat niet ?

### **Over stappen**



Hoe met iets actief gunstig iets ongunstig verhelpen ?

### **Gemakkelijk centraal stellen**

Wat stelt iemand in zijn waarneming, omgang en keuzes gemakkelijk centraal ? Wat is de oorsprong en het effect ervan ?

### **Sterke kinderen, sterke ouders**

Eigen kracht van het kind tot ontwikkeling laten komen, hoeft voor jezelf als ouder helemaal geen bedreiging te zijn. Integendeel is het mogelijk beiden in eigen kracht te groeien met de hulp en steun van elkaar.

### **Sterk worden**

Alle kinderen willen graag sterk worden. Hoe hen dit gevoel laten ervaren ?

### **Leer stewarding : bewaken van een gezond leren**

Wat en hoe iets wordt geleerd is wellicht minder belangrijk dan hoe gezond het kind iets leert.

### **Straffen**





Wat als je uitkomt bij straffen ?

### **Stress**

Stress kan heel remmend en hinderlijk zijn voor het kind. Hoe het kind helpen meer ontspannen te zijn. Hoe zijn welbevinden verhogen ?

### **Opvoedingsstress schematisch**

Opvoedingsstress ontstaat naarmate je als ouder door omstandigheden, je kind en jezelf ervaart niet te kunnen beantwoorden aan je ouderrol. Je doet dan extra inspanningen alsnog te lukken.

### **Subsidiariteit in de opvoeding**

Subsidiariteit is een algemeen gebruikt beginsel dat voorrang geeft aan het kleinste doel of middel. Ook in de opvoeding kan dit beginsel nuttig zijn.



## **Systeem als schema, schema als systeem**

Hoe een systeem - zoals het gezin - in de realiteit is, vertaalt het zich in de aanwezige voorstelling en omgekeerd.

## **Context/aal**

Soms maakt de context waarin je je bevindt veel voor je duidelijk.

## **Teken/aal**

Gevoelig zijn voor de tekens die iemand uitzendt kan een belangrijk voordeel opleveren.

## **Taaldruk**

Iets of iemand benoemen activeert een hele ervaringswereld waarin we geneigd zijn tot groepering.

## **Taalontwikkeling kind**

Het tot ontwikkeling komen van de taal opent voor het kind stapsgewijs een heel nieuwe wereld. Hoe verloopt deze ontwikkeling ?

## **Taal, schema's en realiteit**



Wat je verwoordt geeft weer wat in je geheugen opgeslagen ligt over iets. Wat in je geheugen opgeslagen ligt over iets bevat de verwerkte ervaring in contact met de realiteit.

### **Schema's, competenties en talenten**

Talenten als wat aan de basis ligt van ontwikkeling, en competenties als wat tot ontwikkeling kwam, kunnen in het breder ontwikkelingsgericht kader van het schema worden voorgesteld. Het laat meer de dynamiek tussen gedrag en ontwikkeling zien.

### **Talenwijzer : hoe praten met elkaar**

Je kan praten met wat je laat horen, met wat je laat zien, en met wat je laat voelen. Wat verkies je ?

**Te fel !**



Iets kan te veel worden. Uit zelfbescherming tracht je het weer binnen de perken te krijgen. De manier waarop je dit doet kan gevolgen hebben voor jezelf of je omgeving.

### **Voor of tegen elkaar ?**

Als ouder kan je vaststellen dat je in je relatie met je kind tegenover elkaar komt te staan. Hoe komt dit en wat kan je er aan doen ?

### **Televisie – kinderspel ?**

Wat kan televisie betekenen voor de ontwikkeling van het kind ? Hoe kansen vermeerderen en risico's verminderen ?

### **Opvoeding, temperament en ontwikkeling**

Heeft opvoeding steeds eenzelfde effect op de ontwikkeling van een kind ? Welke rol speelt het temperament van het kind ?

### **Temperament en schema's**



Temperament bepaalt mee de snelheid, de mate, de richting en de duur van (schema-)activering.

### **Terug draaien**

Iets kan zoveel bij je of je kind teweegbrengen, dat het aangewezen is de intensiteit ervan in tijd, kracht en diepte te verminderen.

### **Te ver en te kort ?**

Bij moeilijk gedrag wordt vooral gekeken naar het te ver gaan en het tekortschieten. Weinig oog is er voor het te ver gaan en het tekortschieten dat aan basis ligt.

### **Je tijd nemen**

Hoe kan tijd helpen voor je als ouder en voor je kind ?

### **Tijd voor kind-zijn**

Wat betekent kind-zijn ? Wat vraagt het kind, aan wat heeft het behoefte ?



### **Toegankelijkheid informatie en kennis** *reflectienummer*

Nog steeds zijn informatie en kennis niet volledig toegankelijk. Hoe hiertoe kunnen bijdragen ?

### **Schema/oetsing en –ontwikkeling adolescent**

Als je kind de adolescentie nadert neigt het wat het van je overnam te toetsen aan de realiteit op basis van eigen ervaring.

### **Schema/olerantie**

Wat als iemand iets heel anders opvat en anders reageert in andere situaties dan jij op basis van ervaring en informatie opgeslagen in je geheugen.

### **Gezinnen in transitie**



In de samenleving zijn veel veranderingen op te merken.  
Hoe beïnvloeden ze gezinnen ?

### **Trauma en traumaverwerking kind**

Een trauma brengt voor een kind heel wat in beweging. Emotioneel en cognitief treedt er een verandering in. De wijze van verwerking bepaalt de ernst van de verandering.

### **Opvoedingsrends in de kijker**

Opvoeding is volop in evolutie. Net zoals de ontwikkeling van het kind volop evolueert. Hoe hierop optimaal inspelen ?

### **Via tussenschappen overbruggen**

Vaak lukt het kind iets niet in een keer, via tussenschappen zorg je voor de nodige overbrugging.

### **Tweezijdige schema-activatie**



In de omgang met iets of iemand activeer je niet alleen opgeslagen informatie over iets of iemand, maar ook over jezelf in relatie tot iets of iemand.

### **Aan/it**

Als ouder wil bij je bij je kind een en ander activeren of deactiveren van wat als ervaring en informatie opgeslagen ligt.

### **Hoe komen we er uit ?**

Wat kan je doen als je vastloopt met elkaar ? Hoe tot een gezamenlijke oplossing komen ?

### **Uit balans**

Soms raken kinderen en jongeren uit balans. Het te sterk aangesproken worden slaat gemakkelijk om in extremen in voelen en reageren.





## **Circulaire processen uit balans**

Wederzijdse beïnvloeding kan je uit elkaar drijven. Het kan je ook naderbij brengen. Hoe komt dit en hoe te-werk gaan ?

## **Dorp werd stad : uitdagingen voor jongeren vandaag**

Een beeld laat toe de uitdagingen samen te vatten waar jongeren vandaag voor staan.

## **Uitgaan van je kind of je ervaren**

Als ouder kan je mogelijk vaststellen dat je in de omgang met je kind meer uitgaat van jezelf en je eigen ervaren dan uitgaat van je kind en wat er bij hem of haar leeft.

## **Uitzoomen**

Soms kan iets je overweldigen, zodat je nog weinig mogelijkheden overhoudt om gunstig te reageren. Hoe voorkomen dat iets je overweldigt ?

## **Uniformiteit of differentiatie ?**



Hoe komt men uit op uniformiteit ? En hoe op differentiatie ?

### **Vastzitten - Losmaken**

Zit je vast in je omgeving, of in jezelf ? Hoe kan je loskomen van je omgeving, of van jezelf ?

### **Veelgestelde vragen**

Je reageren als volwassene op het kind is afhankelijk van de gestelde vraag bij het kindgebeuren. Welke vragen kunnen zoal gesteld ?

### **Veerkracht als model**

Veerkracht biedt stevigheid en tegelijk soepelheid. Net wat nodig in moeilijke omstandigheden.

### **Hoe ver ?**

Sommige kinderen gaan in hun gedrag te ver, hoe ver gaan ze dan intern ?



## **Hoe veraf ?**

Het lukt het kind niet steeds onmiddellijk te doen wat je mag verwachten. Hoe met het kind omgaan bij nog niet lukken ?

## **Veranderbaarheid schema's**

Mogelijk wil je als ouder je eigen gedrag of dit van je kind beter begrijpen om tot verandering te komen. Schema's als neerslag van eerdere ervaringen kunnen je hierbij helpen.

## **Veranderen**

Wat veranderen om storende gevoelens en gedragingen te verhelpen ?

**Veranderen ? ... Begint(t) bij jezelf !** *jongerennummer*



Eerst jezelf overhalen en overtuigen vooraleer te kunnen veranderen. Hoe kom ik als jongere van een niet-helpend denken tot een helpend denken ?

### **Schema's, beïnvloeding en verandering**

Hoe het gedrag van je kind beïnvloeden of veranderen ?

### **Tot verandering komen**

Veranderen vraagt om contact met en evolutie van interne voorstellingen en werkmodellen.

### **Veranderingsmechanismen**

Welke mechanismen aanwenden om tot verandering te komen ?

### **Veranderingsschema**

Een schema ontwikkelen dat een gewilde verandering aanstuurt kan erg behulpzaam zijn.

### **Wat je verbeelding kan doen**



Kom je als opvoeder in een moeilijke situatie terecht ?  
Dan kan je trachten vooruit te zien, te overzien en terug te kijken in je verbeelding naar wat in de werkelijkheid gebeurt.

### **Verbondenheid**

Jongeren kunnen niet zonder een beschermende en bevestigende cocon. Ze zoeken deze in positieve verbanden en zo nodig in vluchten bij ontbreken eraan.

### **Schema's als vergelijkingsbasis**

Waarmee vergelijk je iets bij het waarnemen ?

### **Verhalen voor en over je kind**

Een verhaal over je kind en voor je kind, kan veel voor het kind betekenen. Het kleurt zijn zelfbeeld en zijn leven.



## **Verlegenheid**

Sommige kinderen zijn meer vatbaar voor verlegenheid. Hoe komt dit en hoe komt het tot uiting ? Hoe er mee omgaan als ouder en kind ?

## **Verliesverwerking** *schoolnummer*

Hoe als school omgaan met verlies. Hoe er over praten en welke plaats geven ?

## **Verplaatsen**

Wat in je geactiveerd is en je erg bezighoudt, kan je verplaatsen. Zo kan je er beter mee omgaan en er meer vat op krijgen.

## **Oog voor verschil en gelijkens**

Hoe je zoeken naar gelijkens verschil geen geweld laten aandoen ?

## **Kleine verschillen maken grote verschillen**



Elk verschil kan verschil maken. Wat kan het verschil maken ?

### **Verslaving waar om heen ?**

Een verslaving tijdig opmerken is één, inwerken op ontstane automatische processen door het stimuleren van zelfregulerende processen is twee.

### **Gedragsproblemen en verstandelijke beperking**

Een verstandelijke beperking verhoogt mogelijk de kans op gedragsproblemen. Hoe hiermee omgaan ?

### **Schema-activering verstoring**

Een te gering of te uitgesproken geactiveerd zijn, een te kort of te lang geactiveerd zijn van wat aan de basis ligt van gedrag, het heeft een onmiskenbaar effect.



### **Vertrek of overstap**

Zo je voor een uitdaging komt te staan, kan je best van je weerbare zijde vertrekken, of kan je zo nodig van je kwetsbare zijde overstappen op je weerbare zijde.

### **Vertrouwen en berekening**

Een kind dat kan vertrouwen, kan berekening achterwege laten. Hoe stappen hiertoe te kunnen zetten ?

### **Schema verwachting en -druk**

Kenschema's creëren verwachtingen en een zekere mate van druk.

**Verweving, bedrading, 'connecting'** *jongerennummer*

Wat evolueert er in de sociale omgang ? Wat komt meer centraal te staan ?

### **Vier-stappenplan**





Waar let ik op vooraleer te reageren ?

### **‘Voeden’**

Wanneer we gevoelsmatig en in gedachten met iets bezig zijn, dan kan dit helpen. Het kan ook hinderend werken.

### **Je kind volgen**

Wat betekent je kind volgen en wat houdt het in ?

### **Op te volgen**

Als ouder kan je eerder een tekort vaststellen in de ontwikkeling van je kind, of iets wat te ver gaat. Ook als kind kan je een tekort of een te veel aanvoelen.

### **Concreet voor abstract**

Hoeveel abstractie ook tot ontwikkeling komt toch blijft het concrete een centrale rol spelen.

### **Anders voorstellen**



Als je met je kind praat en omgaat zeg je tegelijk heel veel. Wat zeg je zowat allemaal en hoe kan je hier iets in veranderen ?

### **Contextuele, mentale en motorische voorstelling**

Niet enkel de uitvoering van iets heeft een gunstig effect voor later, ook de voorstelling van de uitvoering zorgt mee voor een blijvend resultaat.

### **Dubbel spoor voorstelling**

Soms hebben je de indruk erg rationeel weloverwogen te handelen, vaak evenwel maak je gebruik van wat typisch, beschikbaar en gemakkelijk toegankelijk is.

### **Framing : tussen realiteit en voorstelling**

Framing helpt om de realiteit voor jezelf of elkaar om te vormen tot gekenmerkte realiteit of voorstelling.

### **Voorstellingsschema's**



Voorstellingen die je spontaan aanwendt zijn niet altijd bewust en helder voor je. Achter deze voorstellingen weten komen en ze bewust hanteren kan een voordeel opleveren.

### **Voorwaardelijke schema's**

Hoe je iets opvat en hoe je iets voor je oppakt is aan voorwaarden verbonden. Dit leren onderkennen kan verhelderend voor je werken.

### **Van vorm naar inhoud**

Eerdere ervaringen worden verwerkt tot een vorm die onmiddellijk klaarstaat voor gebruik. Vandaag wordt vaak om aandacht gevraagd voor actuele en toekomstige inhouden.

### **Voorwaarden ontwikkeling kind**

Opdat een kind zich optimaal zou kunnen ontwikkelen moeten een aantal randvoorwaarden vervuld zijn.

### **Gewoontevorming**



Een gewoonte vraagt tijd en inspanning om zich te installeren. Eens geïnstalleerd vereist het heel veel tijd en inspanning om hierin verandering te brengen.

### **Veel vragen van je kind**

Wat je je kind vraagt kan ongunstig uitwerken op het kind en zijn ontwikkeling.

### **Vragend praten**

Eerder dan veel te zeggen, kan je ook veel vragen, zonder daarom uit te vragen.

### **(Moeilijk) vriendjes maken**

Wat is een vriend voor een kind. Hoe kansen bieden voor vriendschap ?

### **Vroegkinderlijke relaties en hun betekenis**

Op basis van vroegkinderlijke relaties bouwt het kind een voorstelling op van zichzelf, betekenisvolle anderen en de relatie hiermee. Latere relaties worden hier door gekleurd.



### **Wie vult wat in ?**

Zo het kind leemten en tekorten ontmoet, zal het geneigd zijn deze zelf in te vullen. Hoe ongunstige invullingen voorkomen ?

### **Waarden in de opvoeding**

Hoe waarden concretiseren in de opvoeding ?

### **Waaraan toeschrijven bij communicatie ?**

Waar situeer je wat in gesprek ?

### **Waar om in de opvoeding ?**

Zonder dat je het altijd bewust bent, kan het in de opvoeding van je kind rond iets komen draaien. Iets wat je wil, of juist niet wil.



## **Het wat van waarden, normen en kwaliteiten** *school- nummer*

Wat kunnen waarden, normen en kwaliteiten concreet betekenen en zijn in het opvoedingsgebeuren ?

### **Impliciet of expliciet waarden**

Bij het waarden van groepen en personen stemt wat we zeggen niet steeds overeen met wat we doen.

### **Wat activeerde ik ?**

Wat activeer je bij je kind, zodat je kind zo reageert ?

### **Wat activeerde je ? Schema's als voorspeller**

Om te weten hoe je iets moet begrijpen, hoe je moet reageren en welke situatie zich voordoet, ga je veelal af op wat je meent dat iemand activeerde in interactie met je.

### **Wat komt eerst, wat komt later ?**



Als ouder kan je merken dat wat voorafgaat, wat volgt kan beïnvloeden. Wil je iets beter begrijpen, dan kan je eens verder terugkijken.

### **Aan wat ? Wat aan ?**

Wat staat allemaal aan zodat we iets zo oppakken en op die manier reageren ? Hoe brengen we hier zo nodig verandering in ?

### **Wat is primordiaal ?**

Als ouder is niet steeds duidelijk wat primordiaal is voor je kind. Is het de realiteit, het actief-zijn, of zijn voorstelling ?

### **Van kwetsbaarheid naar weerbaarheid**

Elk van ons is erg kwetsbaar. Hoe helpen bij de ontwikkeling van weerbaarheid ?

### **Weerstand voorkomen**



Nu en dan krijg je te maken met weerstand en verzet van het kind. Met wat hebben die te maken ? Hoe ze voorkomen of overwinnen ?

### **(Weer)werk**

Wat kan vermeerderd of toegevoegd om iets opnieuw op dreef te krijgen ?

### **Verzameling weetjes e-magazine**

Informatie over visie, methodiek en praktijk van het e-magazine Ontwikkeling & Begeleiding.

### **Weg van of op weg naar ?**

Als jongere wil je soms weg van iets, maar wat als je op weg zou gaan naar iets ?

### **Focussen op wat niet of wat wel**

Loop je vast in details of laat je je leiden door het geheel op een evenwichtige en gedoseerde wijze?

### **Wennen**





Hoe breng je je binnenwereld in overeenstemming met de buitenwereld ?

### **Welke wereld voor het kind ?**

Als ouder wil je een wereld voor je kind waaraan het kan groeien. Wat als dit niet helemaal lukt ?

### **Schema's als werkmodel**

Via de affectieve en cognitieve ontwikkeling ontstaat een intern werkmodel over personen, zichzelf en relaties.

### **Lichamelijk weten**

Voorbij ervaringen worden niet enkel in je geheugen vastgelegd. Ook in je lichaam gebeurt dit.

### **Wie beloont, straft, negeert?**

Als ouder ga je er vanuit dat jij beloont, straft of negeert. Wat als je kind je imiteert ?

### **Als je niet meer met woorden praat**



Soms ervaart je kind of jijzelf als ouder dat praten niet werkt of niet kan. Hoe jezelf dan duidelijk maken ?

### **Woordenschat**

Hoe je iets verwoordt voor je kind en jezelf, kan net het verschil maken. Op wat gaat wat je benoemt terug ?

### **Dit zeggen, dat bedoelen**

Soms lukt het je niet (langer) te zeggen wat je bedoelt. Hoe hier toch meer in lukken ?

### **Hoe zeg ik het ?**

Je kan wat je communiceert aan heel wat koppelen zodat wat je uitdrukt gunstiger wordt.

### **Zelfactivatie**

Waarom directe invloed op het gedrag van je kind veelal niet lukt. Welke moeilijkheden doen zich voor en hoe kan je deze voorkomen ?



## **Facetten van zelfcommunicatie**

Zelfcommunicatie heeft verschillende betekenissen : van communiceren met jezelf, over communiceren van jezelf, tot communiceren van anderen over jezelf.

## **Zelf-determinatie : autonomie-ondersteuning of controle**

Zelf-determinatie als autonoom bepaald gedrag vraagt om autonomie-ondersteuning vanwege de omgeving.

## **Preventie van zelfdoding**

Als ouder stel je je mogelijk vragen naar het zelfdo-ding-risico van je kind. Hoe hier hoogte van krijgen en hoe reageren bij mogelijk risico?

## **Zelf-effectiviteit : ontwikkeling & aanwending**

Het gevoel hebben iets specifiek te kunnen. Het maakt dat je met meer energie en durf iets tot een goed einde weet te brengen.



## **Zelf-regulatie**

Zelf-regulatie als zichzelf in de hand weten houden vraagt om ontwikkeling van deelfacetten of -mechanismen.

## **Equilibratie als cognitieve zelfregulatie**

De kennis die je hebt tracht je tot een hoger meer duurzaam evenwicht te brengen zodat alle informatie die je ontmoet hierin past.

## **Het zelfschema**

Het zelfschema activeert een manier van zijn, welk in de loop van de ontwikkeling tot stand komt.

## **Zelfschema analyse**

Ervaar je machteloos te zijn, krijg je te maken met problemen en uit je klachten, dan zal je gemakkelijk een ongunstig zelfschema activeren. Wat ligt aan de basis ?



## **Zelfschema-invulling**

Je zelf wie je bent en je zelfschema wat je er van opvat en ervaart kunnen met elkaar overeenstemmen. Ze kunnen mogelijk ook op een minder gunstige wijze van elkaar verschillen.

## **Ongunstig zelfschema**

Een zelfschema zo ongunstig kan heel wat in beweging brengen. Hoe werken aan een meer gunstig schema ?

## **Kansen voor zelfsturing**

Het lijkt iets voor later. Toch blijkt een kind hier reeds vroeg een aanvang mee te nemen. Hoe hierop inspelen ?

## **Zelfbescherming**

Minervaringen op lichamelijk, emotioneel en sociaal vlak kunnen aan de basis liggen. Je wil liefst geen pijnlijke herhaling. Hoe je zelfbescherming je geen kansen laten ontnemen ?



## **Zelfverdediging**

Een kind lukt er niet altijd in zichzelf te verdedigen. Het durft onvoldoende. Weet niet goed hoe. Wat kan een kind doen ter verdediging van zichzelf ?

## **Bevorderen van zelfvertrouwen**

Zelfvertrouwen vormt een stevige basis voor het kind. Hoe als ouder en als kind bijdragen tot zelfvertrouwen ?

## **De vele gezichten van zeuren**

Vaak worden ouders met gezeur geconfronteerd. Wat betekent dit vervelend doen ?

## **Begaan met zichzelf als jongere**

Het probleem van sommige jongeren is dat ze te weinig begaan zijn met zichzelf, ook al lijkt het net andersom.

## **Zichzelfwaarmakende verwachtingen**



Je voorstelling en verwachting bepalen mee je inspanning om iets te bereiken of te vermijden.

### **Zindelijkheid 's nachts**

Zindelijk worden is voor elk kind een opgave. Voor sommige kinderen blijft 's nachts zindelijk zijn moeilijk. Wat samen met je kind kunnen doen ?

### **Gemakkelijk herhaling zoeken**

Wat en in welke mate iets of iemand voor je is wordt erg gekleurd door wat je als uitgangspunt nam.

### **Zwart-wit : gevolgen en oplossingen**

Gedachten, gevoelens, verlangens, voorstellingen en gedrag van je kind of jezelf als ouder vragen soms om een minder extreem zijn.













## Databank opvoeding

Alfabetisch overzicht met  
toelichting

Kleinere brochures zijn te  
verkrijgen aan 4 €, grotere  
aan 6 €.

Administratie- en verzen-  
dingskosten bedragen 5 €.

Te bestellen per mail :  
[brochures@opvoeding.be](mailto:brochures@opvoeding.be)

Vermeld naam, adres, ti-  
tel(s) brochures plus aantal.

