

1. THEORETISCH GEDEELTE

Een voorbeeld vooraf

De ouders van Johan waren de eersten met wie wij volgens de spelregels uit dit boek werkten.

Johan was toen vijf jaar. Een verstandig jongetje, maar een volstrekt onhandelbaar kind. Ongehoorzaam tot en met. Hij vernielde al het speelgoed, dat van zijn broertje inbegrepen. Hij sloeg en hij schopte de kinderen uit de buurt en zijn schoolkameraadjes. Niemand wilde nog met hem spelen. Hij had onder andere ook al de boxen van de stereo-installatie vernield. Als zijn ouders hem ook maar een seconde uit het oog verloren, veroorzaakte hij ernstige moeilijkheden. Het was heel erg. Op het strand moest moeder haar zoon zelfs met een touw vastknopen aan haar ligstoel. Johan had daardoor geen enkele vrijheid meer en moeder ook niet.

Johan wilde niets van zijn ouders aannemen, wilde niet gehoorzamen. Hij was wat zijn gedrag betreft aardig achteropgeraakt in vergelijking met zijn leeftijdgenootjes, die zichzelf al konden aankleden, zichzelf konden verzorgen, normaal met vriendjes omgingen enz.

Op een dag was moeder in de keuken bezig toen ze opeens een hard lawaai hoorde. Ze snelde naar de woonkamer en zag daar Johan druk in de weer met een plank die hij tegen het aquarium sloeg. Een plank die hij notabene uit de boekenkast had gehaald. Moeder riep dat hij daarmee moest ophouden. Daarop gaf Johan zijn moeder een mep met de plank.

Moeder werd toen zo boos dat ze haar zoon een pak voor zijn broek gaf. Ze raakte echter zo opgewonden dat ze bang was Johan iets te zullen aandoen. Ze sloot de jongen daarom op in haar slaapkamer en liep naar een buurvrouw om hulp.

De buurvrouw kwam met Johans moeder mee. Toen ze de deur van de slaapkamer opendeden, leek er een wervelwind huisgehouden te heb-

ben. De inhoud van de laden lag op de vloer uitgespreid, de matras was opengescheurd en Johan stond met een paraplu tegen de lampen te slaan. De buurvrouw belde Johans vader op. Die kwam meteen naar huis van zijn werk. Met z'n allen – vader, moeder, Johan en de buurvrouw – kwamen ze naar de psychiatrische polikliniek.

Drie weken later was het probleem opgelost. Vader had wel een week vrij moeten nemen, want moeder kon de zaak onmogelijk alleen aan. Johan leerde eerst gehoorzamen. Pas daarna leerde hij zichzelf aan te kleden, alleen te spelen, thuis te helpen enz. Het was een totale ommekeer, te mooi eigenlijk om waar te zijn, maar we hebben nog altijd een aantal video-opnamen, 'als bewijsmateriaal'. Moeder kon nu eindelijk naar het strand zonder Johan als een hondje aan haar stoel te hoeven vastbinden. Ze had een scheidsrechterfluitje bij zich waarop ze af en toe floot. Johan liet zich dan even zien en dan wist moeder waar hij was en met wie hij aan het spelen was. De vrijheid van zowel Johan als moeder was enorm toegenomen.

Door een samenloop van omstandigheden bleek enkele weken nadien dat de ommekeer niet toevallig was, dat het werkelijk onze methode was die de enorme verbetering had veroorzaakt. Op een en dezelfde dag zette de wasmachine het huis onder water, werd grootvader ziek en raakte moeder op weg naar hem met haar vinger tussen het portier. In al die ellende vergat moeder de 'nieuwe aanpak', met als gevolg dat Johan in zijn oude gewoontes herviel en opnieuw onhandelbaar werd. Eén telefoontje was voldoende om iedereen weer op het goede spoor te zetten. Anderhalve maand later ging alles nog steeds prima en konden de regels wat soepeler toegepast worden. Moeder had heel wat bewonderende opmerkingen gekregen van familie, vrienden en burens, die de radicale ommekeer bij Johan hadden opgemerkt. Andere moeders kwamen haar om raad vragen. Toen zijn we gestart met een groepje ouders die elkaar deze aanpak leerden om op die manier problemen met hun kinderen te kunnen oplossen. Andere dan gewone dagelijkse moeilijkheden hebben de ouders van Johan nadien niet meer met hem gehad.

Een nieuw gedrag aanleren in 12 stappen

Gedrag kun je waarnemen

Je kind roept. Het trappelt met zijn beentjes, krijgt een rood hoofd en het huilt. Het vertoont een bepaald gedrag. Dit gedrag kunnen we horen, zien. We kunnen het met onze zintuigen waarnemen.

Als ouder probeer je aan een bepaald gedrag van je kind een betekenis te geven. Je wilt het verstandelijk kunnen verklaren. Je wilt de motieven van je kind kennen. Dat is moeilijk. Je slaagt er niet altijd in de juiste verklaring of interpretatie te vinden voor het gedrag van je kind. Je kunt alleen maar veronderstellen waarom je kind iets doet of niet doet. Als je kind schreeuwt, ga je er al gauw van uit dat het boos is. Huilt het, dan denk je dat het pijn heeft. Maar je bent er zelden echt zeker van!



WE MOETEN WAARNEMING EN VERKLARING DUIDELIJK SCHEIDEN EN ZE NIET MET ELKAAR VERWARREN.

Gedrag staat nooit alleen

Willen we het gedrag van een kind verklaren, begrijpen, dan moeten we oog hebben voor de omgeving van het kind, voor de dingen en mensen waar het kind mee samenleeft. We moeten de omstandigheden kennen waarin het gedrag van het kind optreedt. Zonder die samenhang, die context, te kennen, zullen we het gedrag van een kind nooit goed kunnen begrijpen.

Natuurlijk, een kind kan vanuit zichzelf gestoord zijn, maar veel vaker ligt de oorzaak van een gedragsstoornis zowel bij het kind als bij zijn omgeving. Er is altijd sprake van een wisselwerking tussen beide factoren. Als je kind in het donker in zijn bedje ligt en huilt, is het misschien bang. Maar misschien verveelt het zich. Misschien is het niet graag alleen, misschien heeft het een hekel aan het geruzie tussen vader en moeder... misschien... misschien... misschien!

Pas als we de omgeving van het kind, de context van zijn gedrag, onderzoeken, kunnen we (misschien) uitmaken of het kind echt bang is, of dat we voor zijn gedrag een andere verklaring moeten zoeken.



WE MOETEN HET GEDRAG VAN EEN KIND ALTIJD
IN ZIJN CONTEXT PLAATSEN.

Gedrag wordt aangeleerd

Een kind leert lopen, leert het toilet gebruiken, leert zichzelf aankleden, leert lezen, schrijven enz. Een kind leert dat van zijn omgeving. Het zal veel goede gedragingen leren, maar ook zaken waar je als ouder minder gelukkig mee bent. Gedrag wordt aangeleerd.

Niet aangeleerd, maar aangeboren, is de bekwaamheid, de vaardigheid om te leren. Het ene kind leert méér dan het andere, en dat komt doordat niet ieder kind dezelfde hoeveelheid verstand meegekregen heeft. Dat is een verschil in intelligentie, en intelligentie is een aangeboren eigenschap. De omgeving van het kind heeft invloed op de intelligentie, want een omgeving, een context, kan stimulerend maar ook remmend werken. Denk maar aan wat 'de kansarme kinderen' genoemd wordt.

Ook het temperament van een kind speelt bij het aanleren van nieuw gedrag een rol. Een kind kan uit zichzelf nieuwsgierig zijn, graag contact hebben met zijn omgeving, echt open staan voor invloeden van buitenaf. Zo'n kind zal gemakkelijker en sneller een nieuw gedrag aanleren. Sneller en gemakkelijker dan kinderen die meer met hun eigen gedachten en gevoelens bezig zijn dan met de buitenwereld.



WE MOETEN ONS AFVRAGEN OVER WELKE
VAARDIGHEDEN EEN KIND BESCHIKT OM NIEUW
GEDRAG TE KUNNEN AANLEREN.

Kinderen leren van anderen en omgekeerd

Kinderen leren van andere kinderen en van volwassenen. Als volwassene leer je van je kinderen. Er ontstaat een wisselwerking. Kinderen en volwassenen stimuleren elkaar. Kinderen doen je gedrag na. Als volwassene ouder reageer je daarop. Die reactie is voor het kind een stimulans. Of juist niet. Het gedrag van een kind beïnvloedt ook het gedrag van een volwassene.



KINDEREN LEREN VAN VOLWASSENEN EN VOLWASSENEN LEREN VAN KINDEREN.

Annemarie is negen maanden. Vader buigt zich over het wiegje en zegt: 'gugugu'. Annemarie begint te lachen. Dat vindt vader geweldig. Hij doet er nog een schepje bovenop en begint gekke gezichten te trekken. Voor Annemarie is dat een stimulans. Ze kraait het uit van de pret en dit is dan weer een stimulans voor vader. Hij gaat nog gekker doen. De pret van Annemarie is een stimulans voor vader zijn spelletjes.

Annemarie leert zo aan haar vader dit soort spelletjes met haar te blijven doen. Vaders gekke spelletjes zijn echter ook een beloning voor Annemaries lachen. Vader leert Annemarie lachen.

Greta (12 jaar) heeft moeilijkheden met haar huiswerk en vraagt haar vader om hulp. Vader was liever blijven lezen, maar wil zijn dochter toch snel even helpen. Als Greta dankzij vaders hulp de moeilijke som begrepen heeft, legt ze haar arm om zijn hals en geeft hem een zoen. Dan zegt vader: 'Is er nog iets waarmee ik je kan helpen?' Zijn vraag is een stimulans voor Greta. Haar gebaar (haar omhelzing) is een stimulans voor vader.

De kans is nu zeer groot dat Greta haar dankbaar gedrag zal herhalen, even groot als de kans dat vader zijn behulpzaam gedrag zal herhalen. Veel woorden zullen vader en Greta daar in de toekomst niet meer aan hoeven te besteden.

Vader en Greta hebben elkaar gedrag aangeleerd.

Leren is in het begin vooral: nadoen

Leren begint met nadoen. Als je kind een gewenst gedrag nadoet, moedig zijn pogingen dan aan, ook al is het resultaat nog niet zo goed en voor jou als ouder teleurstellend. Een kind kan niet zonder nadoen. Het is de eerste stap in zijn leerproces. Het zal weinig leren als het niet de ruimte krijgt te imiteren. Het imiteren is zelfs zo belangrijk, dat het er in het begin eigenlijk niet zoveel toe doet of het nu gaat om het nadoen van gewenst of ongewenst gedrag. Pas in een later stadium kunnen we alleen het nadoen van het gewenste gedrag gaan belonen.

Pieter (2 jaar) wilde zijn vader en moeder nadoen. Hij was zelf op de wc geklommen, waar hij een flinke plas deed... in zijn broek. Hij was vergeten zijn broek uit te trekken. Toch beloonden zijn vader en moeder enthousiast deze imitatie. Ze negeerden bewust het feit dat het wéér in de broek was.

's Middags was Pieter weer op de wc geklommen. Hij werd opnieuw gefeliciteerd, aangemoedigd, al was het wéér in zijn broek.

De volgende dag hield de moeder haar zoontje na het ontbijt extra in de gaten. Toen ze hem in de richting van de badkamer zag stappen, ging ze hem achterna, deed zijn broek uit en liet hem daarna zelf op de wc kruipen. Nadat alles dit keer op de juiste plaats was beland, werd Pieter beloond met enkele krenten, enthousiast knuffelen en bewonderend wijzen naar het drolletje in de wc.

Moeder trok de wc niet door. Toen vader thuiskwam, kon Pieter ook aan hem het resultaat laten zien. Ook vader was in de wolken.

De dag daarop kreeg Pieter een broekje aan dat hij gemakkelijk zelf kon uittrekken. De plas kwam nog wel in het broekje terecht, maar de rest belandde toch in de wc.

We zien in dit voorbeeld dat:

1. Pieter snel leerde door een bepaald gedrag na te doen;
2. de eerste poging, hoe onvolmaakt ook, aangemoedigd werd;
3. in kleine stapjes verder werd gewerkt totdat Pieter zich kon behelpen.

Kinderen doen heel gemakkelijk het gedrag van leeftijdgenoten na. Dat merk je vooral wanneer je kinderen naar school gaan en ze het gewenste én ongewenste gedrag van andere kinderen beginnen te imiteren.

Als je een kind iets wilt aanleren, moedig dan (je) andere kinderen in zijn aanwezigheid extra aan, als die dat gewenste gedrag uitvoeren.

Het kan natuurlijk gebeuren dat er spontaan weinig van dat nadoen terecht komt. Dan kun je je kind helpen door een aantal handelingen eerst samen te doen. Als je kind tijdens het eten een lepel in de hand neemt maar niet weet wat het ermee moet doen (en ook niet genoeg heeft aan het 'voorbeeld' van de anderen), neem dan zijn hand met de lepel vast en doe samen een aantal schep- en eetbewegingen.

Vergeet ook in deze fase de beloning niet!

Imiteren is erg belangrijk. Kinderen die uit zichzelf moeilijk nieuw gedrag aanleren, moeten zoveel mogelijk met vlot lerende kinderen in contact komen. Het is weinig stimulerend wanneer zij uitsluitend met kinderen met een zelfde aanleg zouden mogen omgaan.



WE MOETEN VOOR OGEN HOUDEN DAT DE EERSTE FASE VAN HET LEREN HET NADOEN IS. BELONING VAN HET NADOEN IS EEN STIMULANS OM VERDER TE LEREN.

Nieuw gedrag moet je heel concreet en eenvoudig maken

‘Vriendelijk zijn’ – is een wel erg vage opdracht.

‘Braaf zijn’ – wat is dat precies?

‘Zindelijk zijn’ – maak een kind maar eens duidelijk wat je daarmee bedoelt! ‘Je behelpen’ – wat moet een kind daarmee?

Duidelijk moet je zijn voor een kind! Nieuw gedrag, elk gedrag dat je je kind wilt aanleren, moet je eerst en vooral omschrijven in heel eenvoudige bewoordingen. Op zo’n manier dat iedereen precies begrijpt wat je bedoelt, het precies kan navertellen.

‘Vriendelijk zijn’ is een slechte omschrijving, want het houdt voor iedereen net even iets anders in. Het is gewoon te vaag, veel te algemeen. En zoiets kun je iemand onmogelijk aanleren. Daarom moet je eerst eens nagaan wat ‘vriendelijk zijn’ praktisch inhoudt. Dat kan zijn: niet tegenspreken, je broertje niet schoppen, de deuren zachtjes dichtdoen, helpen met het afruimen van de tafel, je speelgoed delen met andere kinderen... Dat zijn concrete, herkenbare gedragingen die aan te leren zijn.

‘Zindelijk zijn’ is in deze bewoordingen een onmogelijke opdracht. Pas als wij de inhoud van dat begrip stap voor stap omschrijven, kan het kind er iets mee gaan doen.

‘Zindelijk zijn’ wordt dan bijvoorbeeld: uit eigen beweging naar je potje gaan als je moet plassen, zelf je broek uitdoen, gaan zitten, kleine en grote boodschap in het potje terecht laten komen, papa of mama waar-

schuwen als je klaar bent, of zelf je biljetjes schoonvegen, broekje aantrekken enz.

Pas als we die enorme opdracht van ‘zindelijk zijn’ op deze manier heel concreet maken, kunnen we gaan proberen een kind een zindelijk gedrag aan te leren. Want nu weten we precies wat we het moeten aanleren en welke vorderingen we moeten aanmoedigen. We kennen de juiste volgorde van de verschillende stapjes; we kennen het uiteindelijke doel.

Ook ‘je behelpen’ is geen duidelijk gedrag. Het is veel meer een verzameling van gedragingen, voor een kind onmogelijk als één pakket te realiseren.

‘Je behelpen’ kan bijvoorbeeld wel zijn: jezelf wassen en aankleden, zelf eten, maar zo omschreven is het eigenlijk nog te vaag, te weinig herkenbaar. ‘Je behelpen’ valt uiteen in een aantal grote brokken, waarvan ‘jezelf aankleden’ een eerste is. En ‘jezelf aankleden’ moet dan worden: (over)hemd en trui aantrekken, broek aantrekken, knopen dichtdoen, rits sluiten, riem omdoen, sokken en schoenen aantrekken.

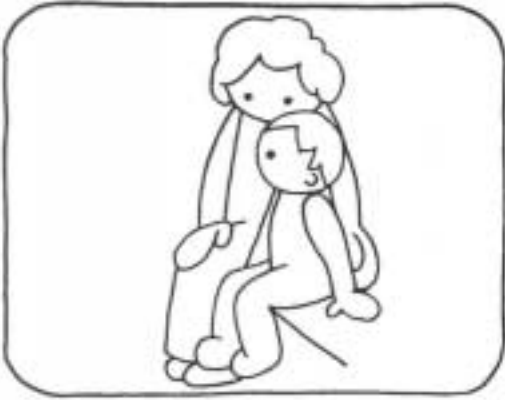
Alleen deze kleine stukjes, deze deelgedragingen, die uiteindelijk samen een bepaald gedrag vormen, kunnen een kind aangeleerd worden. En je moet een bepaald gedrag dan inderdaad eerst ontleed hebben, in kleinere stappen hebben opgesplitst. Dan besef je ook beter hoe moeilijk het leren van zo’n gedrag is en welke weg een kind af te leggen heeft voordat het zijn en jouw doel heeft bereikt.

Dan wordt ook duidelijk dat je onmogelijk alles ineens kunt willen. De kans op succes wordt groter wanneer je het eenvoudig houdt en één, hooguit twee deelgedragingen tegelijkertijd aanleert. Hoe moeilijker je kind iets leert, hoe kleiner en eenvoudiger de stapjes moeten zijn.

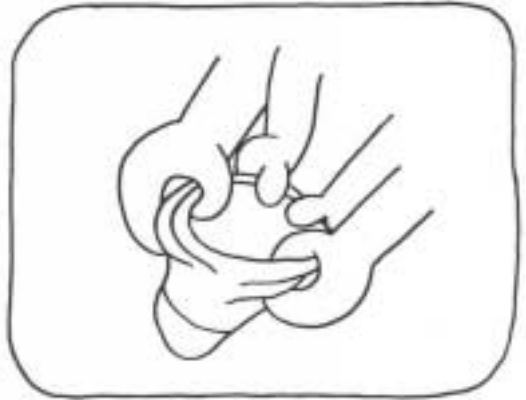
Zorg er ook voor dat je het er als ouders samen over eens bent welk gedrag je wilt gaan aanleren. Houd voor ogen wat je uiteindelijke doel is. Dit concrete, herkenbare gedrag noemen we: ‘het doelgedrag’.

(Op het belang van de eensgezindheid bij de ouders gaan we verder in op blz. 44.)

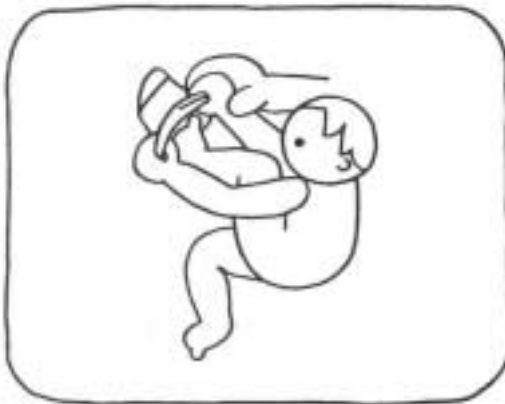
Sok aantrekken



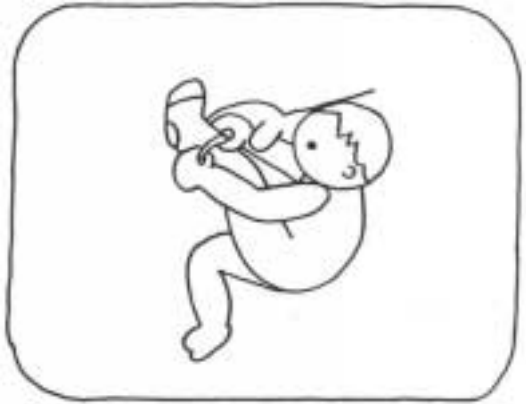
zo gaan we zitten



zo houden we je sok vast



zo zetten we je sok op je teen



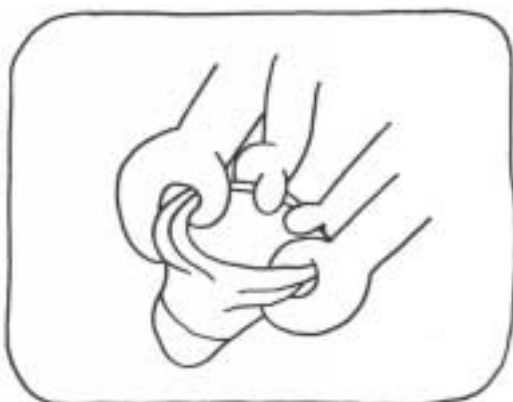
samen trekken we tot hier



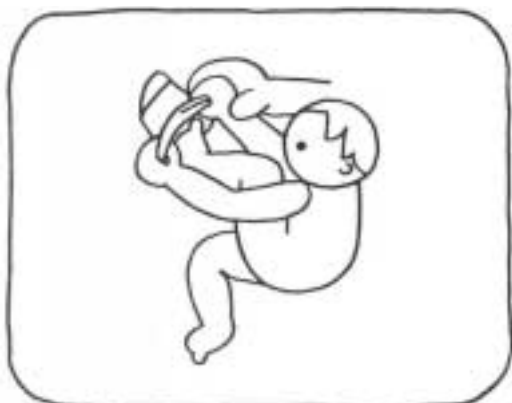
bravo! samen knuffelen we



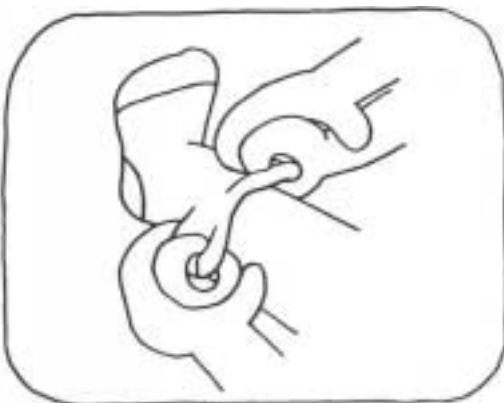
zo gaan we zitten



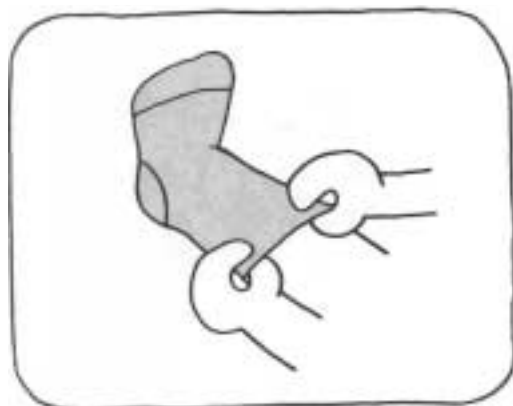
zo houden we je sok vast



zo zetten we je sok op je teen



samen trekken we tot hier



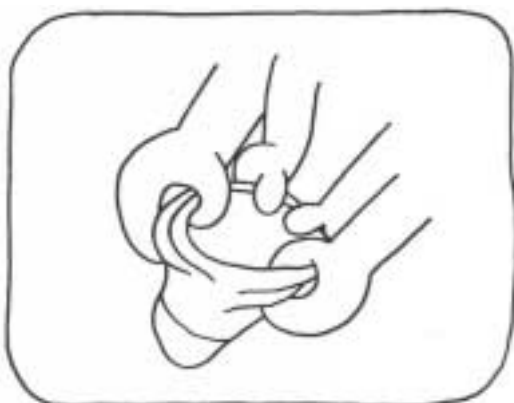
trek zelf verder



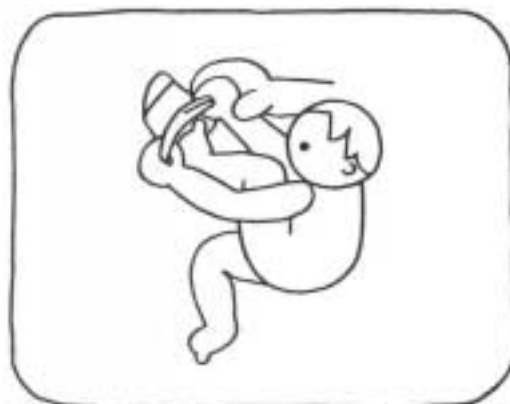
bravo! samen knuffelen we



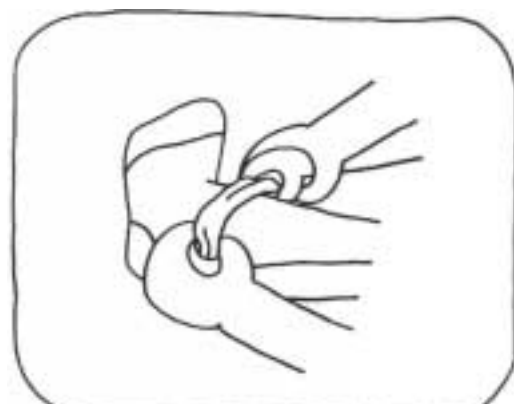
zo gaan we zitten



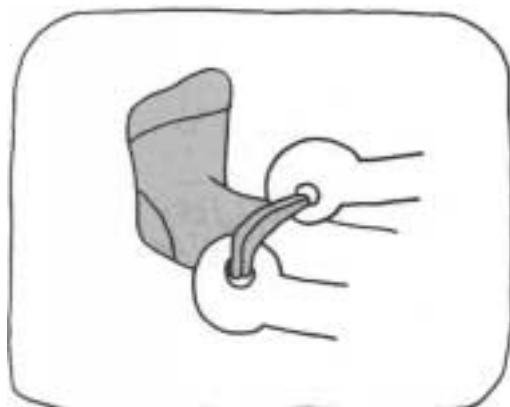
zo houden we je sok vast



zo zetten we je sok op je teen



samen trekken we tot hier



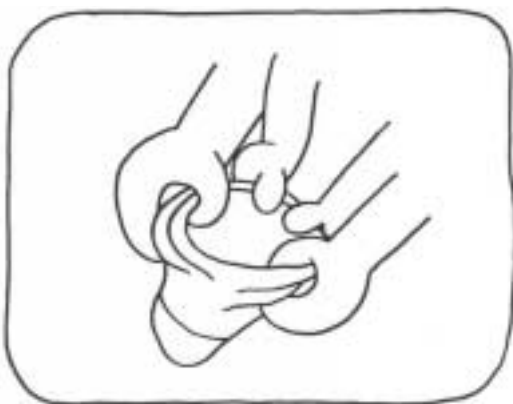
trek zelf verder



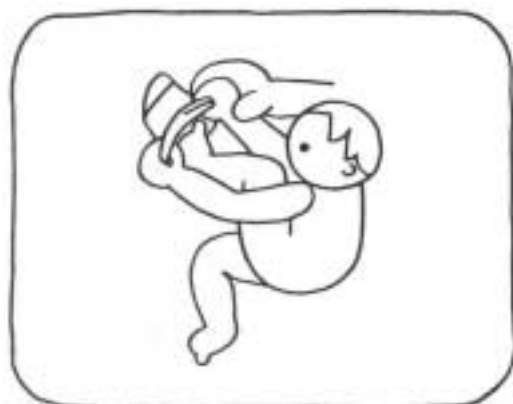
bravo! samen knuffelen we



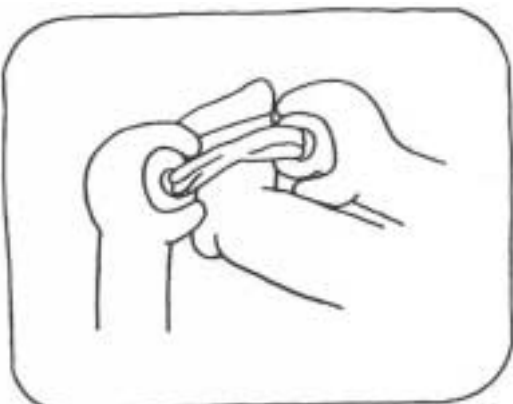
zo gaan we zitten



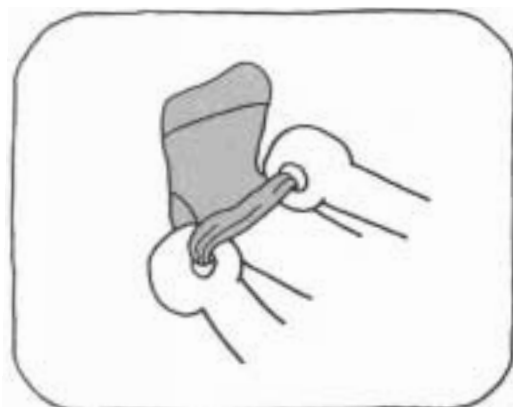
zo houden we je sok vast



zo zetten we je sok op je teen



samen trekken we tot hier



trek zelf verder



bravo! samen knuffelen we