

Wat te doen als je ten einde raad bent omdat je kind maar niet wil luisteren? Lindenhout biedt hulp.

„Ik train ouders om korte, heldere instructies te geven. Hangt het kind de jas op, dan moet de duim omhoog. Eerst je kind aanmoedigen, dan pas grenzen stellen.”

PMTO-therapeut Caroline Vos van jeugdzorginstelling Lindenhout

„Shannon is een normaal kind geworden. Binnen een week zagen we al verandering. Ik ben geen politieagent meer.”

Moeder Marga over haar 8-jarige dochtertje Shannon

# Train de ouders, verander het kind

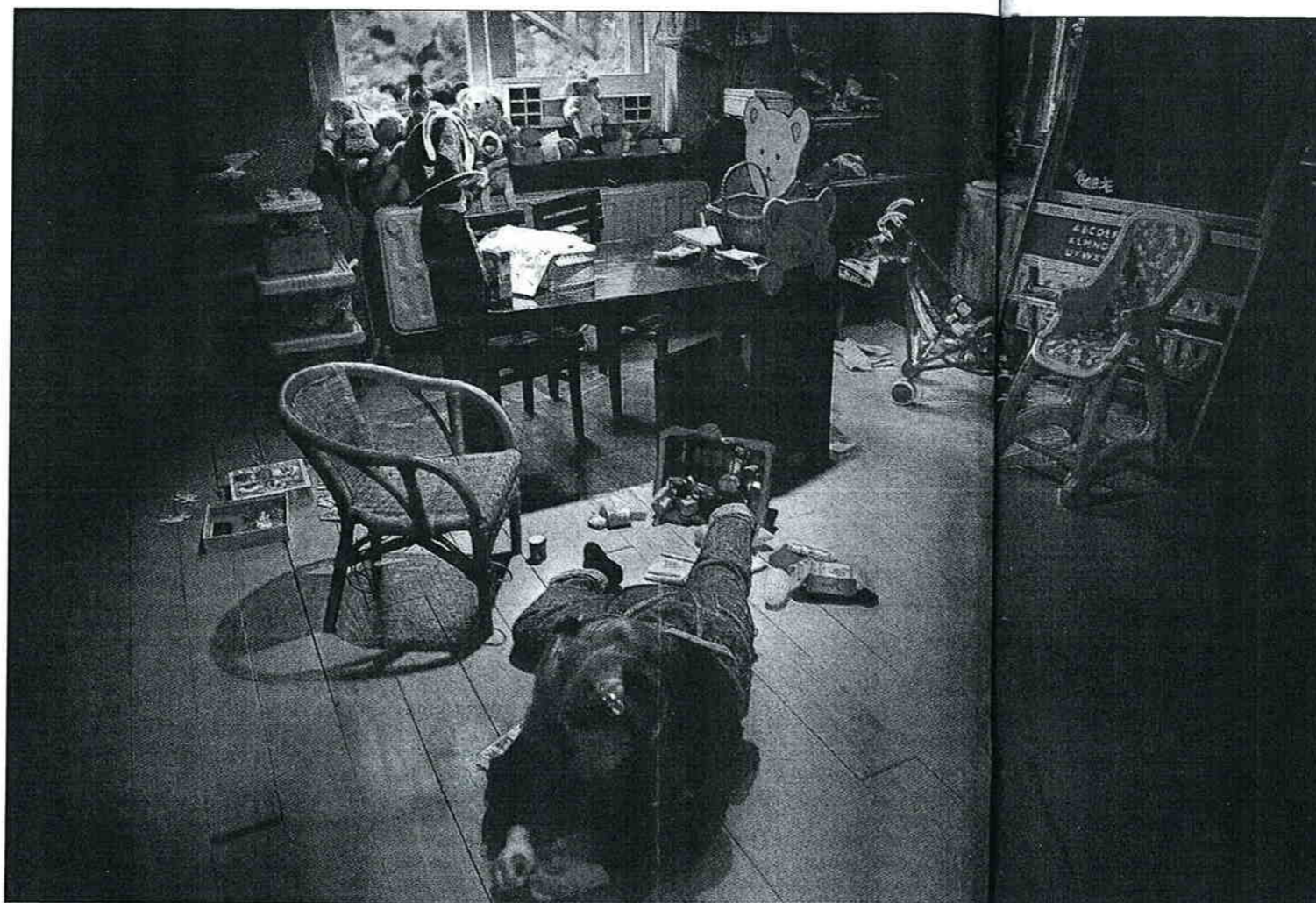
Wat doe je als je kind totaal niet luistert? Schreeuwen? Slaan? Een nieuwe oudertraining lijkt het gedrag van lastige kinderen succesvol te veranderen.



door  
Henk van Gelder

henk.van.gelder@gelderlander.nl

**M**oeder Marga kon stampvoeten, schreeuwen, smeken. Dochtertje Shannon van acht trok zich weinig tot niets van mamma aan. Ze luisterde voor geen meter. Zelf werd Shannon hysterisch boos als ze niet snel genoeg aandacht kreeg. Marga en haar man Jan uit Zevenaar waren ten einde raad toen ze werden doorverwezen naar Lindenhout. Deze organisatie voor Jeugd & Opvoedhulp in Gelderland en Overijssel biedt sinds kort als eerste Gelderse instelling een nieuwe training voor ouders met lastige kinderen. De kinderen, 4 tot 12 jaar, worden naar hen doorverwezen door Bureau Jeugdzorg. Lindenhout in Arnhem heeft inmiddels veertig gezinnen geholpen. „Ouders die hier komen, zijn óf wanhopig óf hebben de moed opgegeven. Ze kunnen nauwelijks geloven dat hun kind straks in één keer zal luisteren”, zegt Caroline Vos. Zij is de eerste gediplomeerde therapeut in Gelderland die de Amerikaanse oudertraining PMTO (zie kader) geeft. Vos start een dvd met beelden van Marga en haar man. In een rollenspel leert zij ouders weer greep op de opvoeding te krijgen. Om de beurten spelen Marga en Jan een kind. Caroline speelt de boze, ver-



Een kind speelt, maar wil niet opruimen. Door middel van korte instructies leren ouders het kind dat toch te doen. Het kind op de foto komt niet voor in het verhaal.  
foto Do Visser/De Gelderlander

moeid zuchtende moeder. De voorbeelden zijn voor ouders herkenbaar. Jelle verrekt het zijn jas aan de kapstok te hangen. Simone blijft televisie kijken. Oostindisch doof computert Mark gewoon door. In de oudertraining staat steevast de korte instructie centraal: 'Simone, hang nu je jas op, alsjeblieft.' 'Jelle doe nu de televisie uit, alsjeblieft.' 'Mark, stop nu met de com-

puter, alsjeblieft.' Het werkwoord, gevolgd door 'nu', afgesloten met 'alsjeblieft' is essentieel, beklemtoont gedragswetenschapper Rinie van Rijsingen, die verantwoordelijk is voor de invoering van PMTO bij Lindenhout. „De opdracht lijkt steeds simpel. Vergis je niet. Het is bijzonder pittig. Het vergt heel veel oefenen voordat ouders dat onder de knie hebben.” Van de training bestaat 50 procent uit rol-

lenspel.

Caroline Vos leert de ouders hun kind complimenten te geven voor goed gedrag. „Je gaat je kind eerst aanmoedigen. Pas daarna ga je grenzen stellen. Wordt de jas opgehangen, dan gaat de duim omhoog. Goed zo! Van Rijsingen: „Het kind merkt direct: Mijn mamma en pappa zien mij. Ik ben geliefd, al pikken mijn ouders niet alles. Ze keuren mij

niet af, maar mijn gedrag.”

Bij voldoende complimenten volgt een beloning: Het kijken naar een favoriet televisieprogramma, buitenspelen, een spelletje extra gamen of het maken van een leuk uitstapje.

Vos laat ouders zelf ontdekken hoe ze het gedrag van hun kind kunnen veranderen. Marga en Jan komen zelf tot de conclusie dat ze van dichtbij contact moeten maken en met rustige stem, het eigen ongeduld bedwingend, een heldere instructie moeten geven. Ze le-

## Oudertraining komt uit Amerika

'Parental Management Training Oregon' is een Amerikaanse therapie, die zich richt op ouders van kinderen van 4 tot 12 jaar. De oudertraining werd vier jaar geleden door het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport naar Nederland gehaald. Nederland telt nu tien instellingen die PMTO mogen toepassen. De Universiteit van Maastricht onderzoekt de effecten. Het kind is niet bij de training. Gemiddeld zijn twintig wekelijkse sessies nodig. Ouders krijgen een opdrachtmap mee. Een half jaar na de coaching is er een terugkomdag.

ren Shannon complimentjes te geven.

Kinderen die niet luisteren, worden apart gezet om even af te koelen. Wordt helemaal niet geluisterd, dan raakt het kind een voorrecht kwijt. „Onvoorstelbaar”, zegt moeder Marga. „De time-out heb ik nooit hoeven te gebruiken. Shannon de keuze laten, was voldoende.”

Na achttien wekelijkse trainingen zijn zij vrijwel klaar. „We leerden kort en bondig opdrachten te geven. Binnen een week zagen we al veranderingen. Er zijn veel meer ouders bij wie het kind thuis de baas is. Schaam je niet. Zoek hulp.”

In ruim een half jaar is de sfeer in het gezin geweldig verbeterd, zegt moeder Marga. „Shannon claimt me ook veel minder. Elke dag besteden we een half uur intensief aan haar. Gezellig samen na het avondeten een spelletje doen. Er is geen strijd meer. Ik ben geen politieagent meer die de televisie uit moet drukken. Shannon is een normaal kind geworden.”

De namen van Shannon en haar ouders zijn verzonnen.

Wat te doen als je ten einde raad bent omdat je kind maar niet wil luisteren? Lindenhout biedt hulp.

„Ik train ouders om korte, heldere instructies te geven. Hangt het kind de jas op, dan moet de duim omhoog. Eerst je kind aanmoedigen, dan pas grenzen stellen.”

PMTO-therapeut Caroline Vos van jeugdzorginstelling Lindenhout

„Shannon is een normaal kind geworden. Binnen een week zagen we al verandering. Ik ben geen politieagent meer.”

Moeder Marga over haar 8-jarige dochtertje Shannon

# Train de ouders, verander het kind

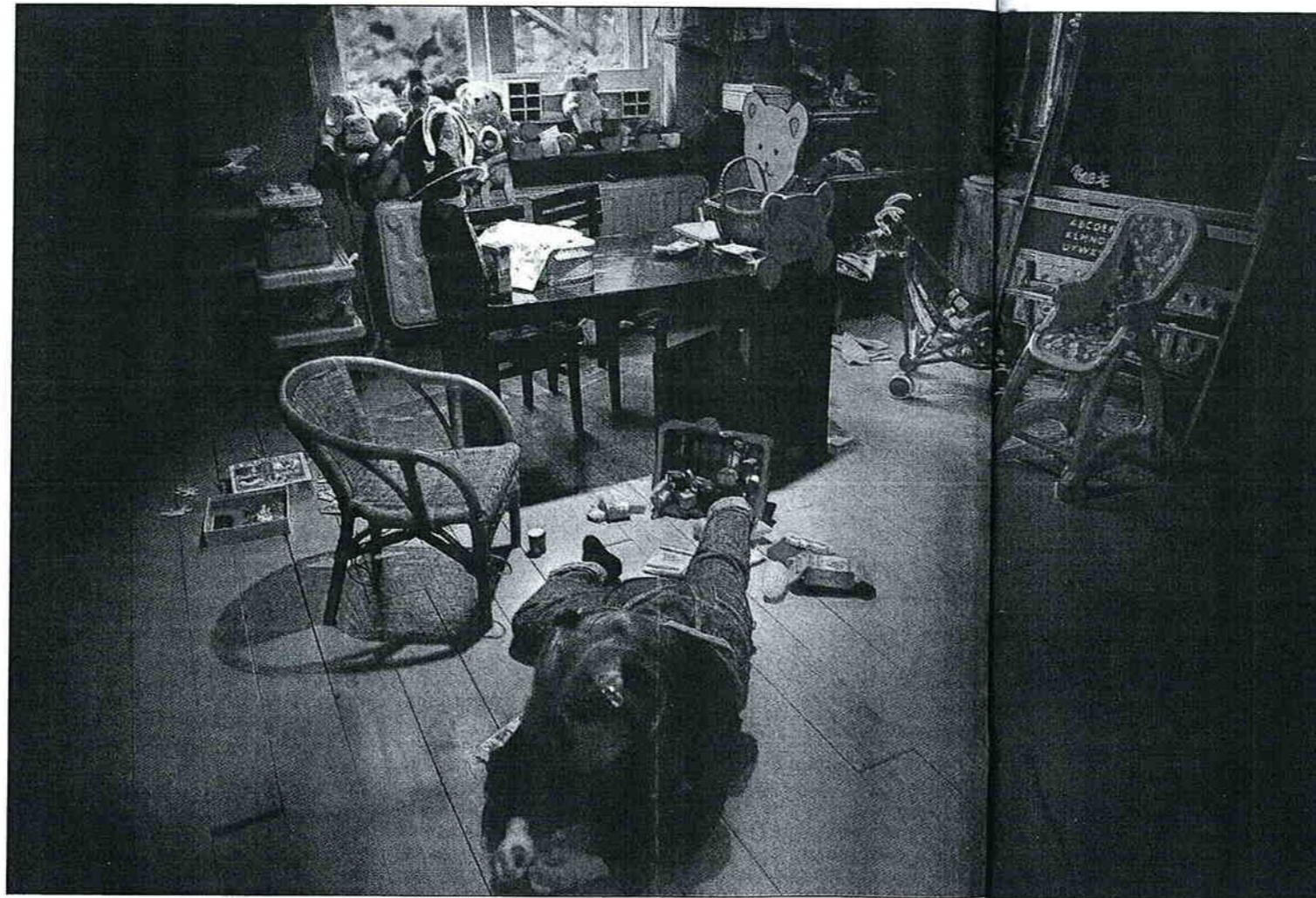
Wat doe je als je kind totaal niet luistert? Schreeuwen? Slaan? Een nieuwe oudertraining lijkt het gedrag van lastige kinderen succesvol te veranderen.



door  
Henk van Gelder

henk.van.gelder@gelderlander.nl

**M**oeder Marga kon stampvoeten, schreeuwen, smeken. Dochtertje Shannon van acht trok zich weinig tot niets van mamma aan. Ze luisterde voor geen meter. Zelf werd Shannon hysterisch boos als ze niet snel genoeg aandacht kreeg. Marga en haar man Jan uit Zevenaar waren ten einde raad toen ze werden doorverwezen naar Lindenhout. Deze organisatie voor Jeugd & Opvoedhulp in Gelderland en Overijssel biedt sinds kort als eerste Gelderse instelling een nieuwe training voor ouders met lastige kinderen. De kinderen, 4 tot 12 jaar, worden naar hen doorverwezen door Bureau Jeugdzorg. Lindenhout in Arnhem heeft inmiddels veertig gezinnen geholpen. „Ouders die hier komen, zijn óf wanhopig óf hebben de moed opgegeven. Ze kunnen nauwelijks geloven dat hun kind straks in één keer zal luisteren”, zegt Caroline Vos. Zij is de eerste gediplomeerde therapeut in Gelderland die de Amerikaanse oudertraining PMTO (zie kader) geeft. Vos start een dvd met beelden van Marga en haar man. In een rollenspel leert zij ouders weer greep op de opvoeding te krijgen. Om de beurten spelen Marga en Jan een kind. Caroline speelt de boze, ver-



Een kind speelt, maar wil niet opruimen. Door middel van korte instructies leren ouders het kind dat toch te doen. Het kind op de foto komt niet voor in het verhaal.  
foto Do Visser/De Gelderlander

moeid zuchtende moeder. De voorbeelden zijn voor ouders herkenbaar. Jelle verrekt het zijn jas aan de kapstok te hangen. Simone blijft televisie kijken. Oostindisch doof computert Mark gewoon door. In de oudertraining staat steevast de korte instructie centraal: 'Simone, hang nu je jas op, alsjeblieft.' 'Jelle doe nu de televisie uit, alsjeblieft.' 'Mark, stop nu met de com-

puter, alsjeblieft.' Het werkwoord, gevolgd door 'nu', afgesloten met 'alsjeblieft' is essentieel, beklemtoont gedragswetenschapper Rinie van Rijsingen, die verantwoordelijk is voor de invoering van PMTO bij Lindenhout. „De opdracht lijkt steeds simpel. Vergis je niet. Het is bijzonder pittig. Het vergt heel veel oefenen voordat ouders dat onder de knie hebben.” Van de training bestaat 50 procent uit rol-

lenspel.

Caroline Vos leert de ouders hun kind complimenten te geven voor goed gedrag. „Je gaat je kind eerst aanmoedigen. Pas daarna ga je grenzen stellen. Wordt de jas opgehangen, dan gaat de duim omhoog. Goed zo! Van Rijsingen: „Het kind merkt direct: Mijn mamma en pappa zien mij. Ik ben geliefd, al pikken mijn ouders niet alles. Ze keuren mij

niet af, maar mijn gedrag.”

Bij voldoende complimenten volgt een beloning: Het kijken naar een favoriet televisieprogramma, buitenspelen, een spelletje extra gamen of het maken van een leuk uitstapje.

Vos laat ouders zelf ontdekken hoe ze het gedrag van hun kind kunnen veranderen. Marga en Jan komen zelf tot de conclusie dat ze van dichtbij contact moeten maken en met rustige stem, het eigen ongeduld bedwingend, een heldere instructie moeten geven. Ze le-

## Oudertraining komt uit Amerika

'Parental Management Training Oregon' is een Amerikaanse therapie, die zich richt op ouders van kinderen van 4 tot 12 jaar. De oudertraining werd vier jaar geleden door het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport naar Nederland gehaald. Nederland telt nu tien instellingen die PMTO mogen toepassen. De Universiteit van Maastricht onderzoekt de effecten. Het kind is niet bij de training. Gemiddeld zijn twintig wekelijkse sessies nodig. Ouders krijgen een opdrachtmap mee. Een half jaar na de coaching is er een terugkomdag.

ren Shannon complimentjes te geven.

Kinderen die niet luisteren, worden apart gezet om even af te koelen. Wordt helemaal niet geluisterd, dan raakt het kind een voorrecht kwijt. „Onvoorstelbaar”, zegt moeder Marga. „De time-out heb ik nooit hoeven te gebruiken. Shannon de keuze laten, was voldoende.”

Na achttien wekelijkse trainingen zijn zij vrijwel klaar. „We leerden kort en bondig opdrachten te geven. Binnen een week zagen we al veranderingen. Er zijn veel meer ouders bij wie het kind thuis de baas is. Schaam je niet. Zoek hulp.”

In ruim een half jaar is de sfeer in het gezin geweldig verbeterd, zegt moeder Marga. „Shannon claimt me ook veel minder. Elke dag besteden we een half uur intensief aan haar. Gezellig samen na het avondeten een spelletje doen. Er is geen strijd meer. Ik ben geen politieagent meer die de televisie uit moet drukken. Shannon is een normaal kind geworden.”

De namen van Shannon en haar ouders zijn verzonden.