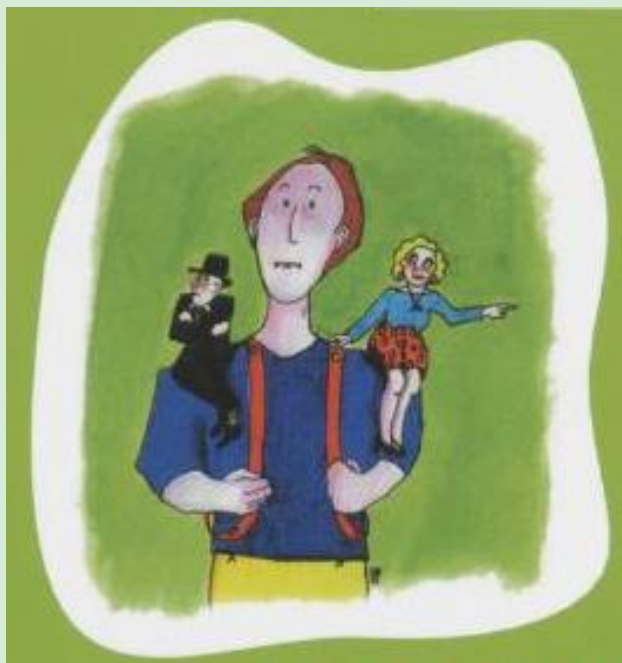


Schouder voor ouders



Oudercursus deeltijdbehandeling Eleos

Voorwoord

Voor u ligt het draaiboek voor de oudercursus ‘Schouders voor ouders’ van de deeltijdbehandeling. Dit draaiboek is geschreven voor cursusleiders die deze oudercursus hopen te gaan geven.

Deze cursus is gericht op de ouders van de jongeren die de behandeling volgen in de structuurgroep van de Deeltijd in Dordrecht.

De cursus is ontwikkeld door Marieke van den Born en Heleen van der Pligt. Zij volgden de opleiding Sociaal Pedagogische Hulpverlening aan de Christelijke Hogeschool Ede. Het draaiboek was hun eindscriptie.

Er is onderzoek gedaan naar de zorg die ouders krijgen tijdens de periode dat hun kind de deeltijdbehandeling volgt. Daarnaast werd ook onderzocht welke knelpunten er daarin nog zijn. Tijdens dit onderzoek werd geconcludeerd dat ouders verschillende gesprekken hebben omtrent de behandeling en ontwikkeling van hun kind, maar dit blijkt onvoldoende te zijn.

De contacten blijken onvoldoende om de continuïteit tussen de deeltijdbehandeling en de thuissituatie te waarborgen. Daarom wilden ze op de Deeltijd een oudercursus graag in ‘eigen huis’ hebben. Daarvoor waren vooral de volgende redenen:

- Andere oudercursussen sluiten matig aan, omdat de ouders het proces in de ontwikkeling van hun kind die de deeltijdbehandeling volgt, missen.
- Wanneer ze aan bestaande oudergroepen meedoen, komen ze vaak halverwege binnen en missen ze veel informatie. Ook is het niet afgestemd op de behandeling, maar wordt alleen de basis uitgewerkt en niet op het individu afgestemd.
- Ook het proces dat het kind en dat wat de ouders meemaken en leren, lopen niet parallel met elkaar. Dit laatste wordt vooral gemist. Ouders en kind zijn niet met hetzelfde thema bezig, niet in dezelfde fase.
- De oudergroep is onvoldoende ondersteunend, omdat deze ouders vaak meer problemen hebben naast het kind wat de deeltijdbehandeling volgt.

Vanuit deze gegevens en gegevens uit een interview met Keete Hale (cognitief-gedragstherapeute) en Steve Adeney (systeemtherapeut) is er een draaiboek ontwikkeld voor een oudercursus voor de deeltijdbehandeling.

In de eerste hoofdstukken wordt uitgelegd wat de doelstellingen zijn en wordt er uitgelegd voor welke doelgroep deze cursus geschreven is.

Daarna worden de volgende elementen beschreven, waarin uitgelegd wordt hoe dit plaats zal vinden en waarom ervoor gekozen is dit zo te doen.

- De aard van de groep
- De locatie
- De structuur van de bijeenkomsten
- Aanmelding
- Evaluatie

Tevens worden de verschillende bijeenkomsten beschreven, waarna wordt afgesloten met de verschillende bijlagen.

We willen Rieneke Klok bedanken voor haar ondersteuning en feedback tijdens het ontwikkelen van dit draaiboek. Daarnaast willen we ook onze afstudeerbegeleidster van de CHE, Anja van der Kooi, bedanken voor de feedback op onze uitwerkingen van de bijeenkomsten. Beide hebben ons geholpen om een (goed) product te ontwikkelen, dat nu voor u ligt.

We hopen dat deze cursus voor de ouders helpend zal zijn, zodat zij hun kind beter leren begrijpen en hem of haar kunnen ondersteunen bij de verschillende thema's die op hun weg komen.

Heel veel succes en plezier met het geven van deze cursus.

Marieke van den Born
Heleen van der Pligt

Mei 2009

Doelstelling(en)

De doelen die bereikt dienen worden met het aanbieden van de oudercursus aan deze ouders, zijn met name:

- De kwaliteit van de ouder- kindrelatie bevorderen.
- De ouders meer te betrekken bij de behandeling. Zij volgen de behandeling op afstand en zijn onvoldoende op de hoogte van het proces van hun kind en de processen en gebeurtenissen in de groep.
- Het proces wat de jongere en wat de ouders meemaken en leren, met elkaar parallel laten lopen. Ouders en kind moeten beiden intensief meewerken aan de behandeling, zodat het effect hiervan verhoogd wordt.
- Ouders ontwikkelen vaardigheden om hun kind te ondersteunen tijdens de behandeling.
- De behandeling tot een gemeenschappelijk proces maken, waarbij ouders onderling elkaar ook stimuleren te werken aan moeilijke dingen.
Erkenning en een luisterend oor bieden, ouders leren bagatelliseren en relativeren.
Uitleg geven dat we allemaal wel eens dingen doen die dom zijn of niet leuk zijn.
- Terugkoppelmomenten geven tussen ouders en behandelaars.
- Ouders meer zicht geven op het proces van en tijdens de behandeling.
- Meer contact op een vast moment.
- Behandelaars en ouders zitten op een lijn in de omgang met de problematiek van de jongeren, waardoor er voor de jongeren meer duidelijkheid komt. Ze worden op de Deeltijd en thuis meer hetzelfde benaderd en behandeld. Zo kunnen ze vaardigheden langer vasthouden en toepassen in de praktijk.

Doelgroepomschrijving

De oudercursus is opgezet voor de ouders van de jongeren die de deeltijdbehandeling volgen.

De deeltijdbehandeling is opgezet voor jongeren bij wie sprake is van ernstige en/of complexe psychiatrische problematiek. Het is een intensieve vorm van dagbehandeling voor jongeren voor wie ambulante behandeling niet voldoende mogelijkheden biedt. De jongeren lopen vast in diverse milieus op grond van de bestaande psychiatrische problematiek of problematiek die hiermee verband houdt. Binnen de structuurgroep worden maximaal 8 jongeren, in de leeftijd van 14 - 18 jaar, behandeld.

De jongeren wonen thuis en participeren tijdens de deeltijdbehandeling in een dagleefgroep. Vanuit deze dagleefgroep nemen ze deel aan behandelactiviteiten die passen binnen hun individuele behandelplan. Het doel van de behandeling is om de klachten van de jongeren zoveel mogelijk te verminderen, om hen te leren omgaan met hun stoornis en om (re-) integratie in de maatschappij te bevorderen. Dit betreft zowel de leefsituatie, de sociale contacten als de schoolsituatie.

De behandeling bestaat uit een combinatie van individuele therapie, groepstherapie en gezamenlijke activiteiten.

Er wordt gewerkt aan uitbreiding van (sociale) competenties. Dit wordt gedaan door middel van de onderstaande doelstellingen:

- Leren van adequate vaardigheden, passend bij ontwikkelingsniveau en ontwikkelingstaken.
- Van afhankelijkheid van externe gedragsregulering naar meer interne gedragsregulering.
- Zicht krijgen op wat er aan de hand is; verfijning van de diagnostiek.

Naast de behandeling is de hulpverlening gericht op het stimuleren van de algemene ontwikkeling en groei van de jongeren, waaronder veel zingevingvraagstukken. Met o.a. aandacht voor de emotionele, relationele, lichamelijke en cognitieve en religieuze ontwikkeling.

Om zoveel mogelijk aan te sluiten en om te voldoen aan de eis van de leerplicht, wordt integraal in de behandeling een (individueel) schoolprogramma aangeboden. Dit voorkomt dat na de behandeling de overstap naar school te groot is en het biedt jongeren de gelegenheid een toekomstgericht traject te volgen. Er wordt individueel of in kleine groepen gewerkt, die onder leiding staan van gekwalificeerde leerkrachten.

De cursus

Hieronder wordt er informatie gegeven over een aantal praktische zaken omtrent de cursus.

Als volgt zullen worden beschreven:

- Aard van de cursus
- Inhoud van de bijeenkomsten
- Thuisopdrachten
- Locatie en frequentie van de bijeenkomsten
- Grootte en samenstelling groep
- Wie de oudercursus geeft

Aard van de cursus

Deze oudercursus is opgezet voor de ouders van de jongeren die de deeltijdbehandeling in de structuurgroep volgen.

De oudercursus is een therapiegroep, waarin ouders informatie krijgen over de verschillende stoornissen die voorkomen in de structuurgroep. Daarnaast zullen er verschillende thema's behandeld worden, die op de Deeltijd aan de orde komen. Deze thema's zullen zowel theoretisch als praktisch uitgewerkt gaan worden. Daarnaast worden er ook thuisopdrachten meegegeven. Hier kunt u meer over lezen onder het kopje 'thuisopdrachten'.

De ouders zullen in deze bijeenkomsten veel met elkaar te maken hebben, zij zullen met elkaar samenwerken, elkaar helpen en met elkaar dingen delen. Daarom is het belangrijk open en eerlijk naar elkaar te zijn. Dit geldt ook voor de cursusleiders. Behandel de ouders als gelijken, ga er naast staan en denk met hen mee in hun vragen en stimuleer hen als ouders betrokken te zijn op hun kind. Het gaat jullie beiden, de ouders en de cursusleiders, om de ontwikkeling van en hulp aan deze jongeren.

Inhoud van de bijeenkomsten

In de bijeenkomsten zal er gewerkt worden door middel van het behandelen en werken aan verschillende thema's. Tijdens de eerste bijeenkomst zal er kennisgemaakt worden met elkaar.

Daarna volgen er twee bijeenkomsten waarin er vooral psycho-educatie gegeven zal worden.

Vervolgens worden er verschillende thema's besproken die u kunt vinden in de uitwerking van het draaiboek. Deze zijn te vinden in bijlage 1.

De opzet van de verschillende bijeenkomsten zal hetzelfde zijn, waarbinnen er door de cursusleiders gevarieerd wordt in opdrachten en verwerkingsvormen. Dit wordt gedaan aan de hand van de groepssamenstelling.

Tijdens de bijeenkomsten zal het thema eerst met een theoretisch gedeelte uitgewerkt worden. Daarna zal het thema beeldend en praktisch toegepast worden in diverse spel- en verwerkingsopdrachten. Er zal gebruik gemaakt worden van rollenspelen, drama-activiteiten, vraag- en antwoordspellen enzovoorts.

De materialen die nodig zijn bij de verwerkingsopdrachten, zijn niet toegevoegd. Wegens tijdgebrek zijn wij niet in staat zijn geweest om hiervoor te zorgen. Er wordt verwacht dat de cursusleiders hier zelf voor zorgen.

Er zijn 20 thema's beschreven, met daarnaast nog een bijeenkomst waarin de ouders zelf kunnen inbrengen wat zij graag willen bespreken. Het aantal thema's dat uitgewerkt is, zal mogelijk niet genoeg zijn voor de tijd dat de jongeren in behandeling zijn. Wij adviseren daarom ook, om verschillende thema's na verloop van tijd terug te laten komen, zodat ouders die deze bijeenkomst gemist hebben hier toch informatie over krijgen. Daarnaast kunnen de ouders, waarmee het thema al eerder is besproken nagaan of zij hierin veranderingen zien en of zij hierbij nog moeite en/of vragen hebben.

De volgorde van de bijeenkomsten

De eerste drie bijeenkomsten en de laatste bijeenkomst staan vast. Deze zijn ‘Kennismaken’, ‘Psycho-educatie 1’, ‘Psycho-educatie 2’ en ‘Afscheid nemen’. De volgorde van de andere bijeenkomsten worden door de cursusleiders bepaald. Wanneer een thema bij de jongeren op de Deeltijd speelt, wordt dit thema ook met de ouders besproken.

Het thema ‘Uithuisplaatsing’ hebben is toegevoegd omdat dit een belangrijk thema kan zijn. Het is mogelijk dat het thema niet speelt en het dus ook niet nodig is om deze te bespreken. Dus alleen wanneer het nodig is, kan dit thema besproken worden.

Pauzes

Tijdens de bijeenkomsten is het goed om een pauze te houden. De ouders kunnen dan even uitblazen en alle informatie laten zakken. De pauzes zijn in het programma niet vastgelegd. De cursusleiders bepalen zelf per bijeenkomst wanneer er pauze wordt gehouden.

Er wordt geadviseerd, om na de bespreking van de thuisopdracht pauze te houden, zodat het thema afgesloten wordt en er na de pauze gestart wordt met een nieuw thema.

Thuisopdrachten

Aan het eind van de bijeenkomst zal er regelmatig een thuisopdracht meegegeven worden. Deze opdracht heeft betrekking op het thema dat besproken is en ook onder de jongeren besproken is tijdens de behandeling. Ouders krijgen de opdracht mee en de jongeren bespreken dezelfde thema’s op de Deeltijd. Zo gaan zij samen aan de slag en komen door het bespreken van hun ervaringen meer in contact met elkaar. Tevens zijn zij dan beiden met hetzelfde thema bezig. Het is belangrijk dat de ouders de informatie uit de bijeenkomst ook leren toepassen in de praktijk, omdat zij hiermee hun kind kunnen stimuleren en ondersteunen tijdens de behandeling, wat weer ten goede komt aan hun ontwikkeling. Ook zal het voor de ouders positief zijn wanneer zij weten hoe zij hun kind kunnen ondersteunen. Dit verhoogt de draagkracht van de ouders.

In de daaropvolgende bijeenkomst zal de thuisopdracht worden besproken. Daarbij is er ook gelegenheid nog meer vragen te stellen over het thema en eventuele moeilijkheden en situaties te bespreken.

Bij sommige thuisopdrachten zijn er verschillende manieren beschreven om deze te bespreken. De cursusleiders kunnen zelf een van deze manieren kiezen. Ook kunnen zij aan de ouders vragen op welke manier zij de opdracht willen bespreken. We hebben hiervoor gekozen, om zo ook afwisseling te hebben in de besprekingen van de thuisopdrachten.

Wanneer er wel een thuisopdracht bij een thema staat beschreven, maar de cursusleiders op dat moment geen thuisopdracht willen meegeven, kan dit ook.

Het gaat erom dat ouders ervan leren en dit geleerde in de praktijk kunnen meenemen en toepassen.

Locatie en frequentie van de bijeenkomsten

De oudercursus zal gegeven worden in de hiervoor beschikbare ruimte op de Deeltijd, aan de Laan der Verenigde Naties, nummer 95.

Het is dezelfde plaats als waar de ouders de gesprekken hebben en de jongeren de behandeling volgen. Het geeft structuur, duidelijkheid en veiligheid alles in hetzelfde gebouw te doen plaatsvinden.

De frequentie van de bijeenkomsten zal verschillen, i.v.m. de verschillende feestdagen en drukke periodes. Er zal een keer in de twee weken een bijeenkomst zijn, met afwijking van genoemde periodes.

Het halfjaarlijkse rooster, die door de cursusleiders gemaakt wordt, zal tijdens de eerste bijeenkomst worden uitgedeeld.

De bijeenkomsten zullen zijn van 19:45 - 22:00. Om 19:30 is er inloop waarin er met elkaar koffie gedronken kan worden en er ruimte is voor contact.

Welke avond de cursus wordt gegeven, is in overleg met de cursusleiders.

De eerste bijeenkomst start in de week waarin ook de jongere is gestart met de behandeling op de Deeltijd. Zo starten ouders en jongeren beide in dezelfde week en loopt hun proces tegelijk op, wat bevorderlijk zal zijn voor de doorgaande lijn tussen de deeltijdbehandeling en de thuissituatie. Wanneer de jongere zijn/haar behandeling afrondt, ronden ook de ouders de cursus af.

Grootte en samenstelling groep

In de structuurgroep volgen minimaal 5 en maximaal 8 jongeren de behandeling. De ouders van deze jongeren dienen allemaal de cursus te volgen.

Het aantal cursusleden zal dus mogelijk verschillen door het aantal jongeren dat de deeltijdbehandeling volgt. Daarnaast kan het mogelijk zijn dat door omstandigheden de mogelijkheid bestaat dat er een van de ouders van een jongere de cursus volgt.

Er zijn dus maximaal 16 deelnemers, maar mogelijk ook minder.

Wie de oudercursus geeft

De cursusleiders zullen in overleg met de afdelingsmanager gekozen worden.

Wij zijn van mening dat één van de groepsleiders bij de oudercursus moet zijn en een systeemtherapeut of psycholoog.

De keuze voor een groepsleiding hebben wij gemaakt, omdat zij het meest contact met de jongeren heeft, het proces van de jongeren begeleid en weet wat er op de groep speelt en wat er besproken wordt. De groepsleider is ook degene die de belangrijkste persoon is om terug te koppelen tussen de jongeren en de ouders. Zij heeft de meeste ervaring en kennis met de jongeren individueel en de groep als geheel. Om de doorgaande lijn te waarborgen, vinden wij dit uiterst noodzakelijk.

De keuze voor een systeemtherapeut of psycholoog baseren wij op de ervaring en voornamelijk de vakkennis die deze mensen in zich hebben en deze mee kunnen geven aan ouders. Zij hebben zicht op psychologische aspecten en hebben vooral gedrags- cognitieve competenties in zich, die nodig zijn voor het geven van de oudercursus. Voornamelijk voor de systeemtherapeutische interventies en aspecten vinden wij het belangrijk dat zij de cursus leiden. Er wordt verwacht dat de cursusleiders kennis hebben van de verschillende stoornissen die de jongeren hebben en de invloed van de stoornis op de diverse thema's die worden besproken.

Aanmelding

Ouders melden zich niet speciaal aan voor de cursus, het is een verplicht onderdeel bij de behandeling. Wanneer de aanmelding is gedaan voor het kind, om de behandeling op de Deeltijd te volgen, zullen er een aantal gesprekken zijn. Dit zijn geen nieuwe gesprekken die ingevoerd gaan worden, maar al bestaande gesprekken die noodzakelijk zijn bij de aanmelding voor de deeltijdbehandeling.

Er is een kennismakingsgesprek met de behandelcoördinator, de psychiater en systeemtherapeut. Tijdens het gesprek wordt er informatie gegeven over de behandeling. Daarbij wordt aangegeven dat er een oudercursus aangeboden wordt, die onderdeel uitmaakt van de behandeling.

Wanneer de jongere de behandeling start, zullen de ouders ook gelijk deelnemen aan de oudercursus. Doordat de oudercursus een open module heeft, is gelijke start mogelijk.

Wij adviseren de ouders die later instromen wel enige uitleg te geven over de thema's die al aan bod zijn gekomen, de belangrijkste informatie door te geven zodat zij op een prettige manier kunnen invoegen in de cursus. Deze overdracht zou in een persoonlijk gesprek kunnen, of bij de uitnodiging voor de eerste bijeenkomst waaraan zij deelnemen, waarin aan de desbetreffende ouders gevraagd wordt een half uur eerder te komen.

Evaluatie

De bijeenkomsten die gegeven worden, worden op verschillende momenten geëvalueerd.

Tijdens de eerste bijeenkomst wordt er een vragenlijst ingevuld door de ouders, waarin ze hun verwachtingen kunnen aangeven, kunnen invullen wat ze willen weten en leren bij de oudercursus. Deze vragenlijst is te vinden in de bijlage 'Evaluatieformulieren'.

Daarnaast wordt er na 10 bijeenkomsten een middenevaluatie gehouden. Ouders hebben dan al een aantal bijeenkomsten meegemaakt en kunnen daar concrete feedback op geven. Dit wordt ook gedaan door middel van een vragenlijst.

Tenslotte zal er bij de laatste bijeenkomst een eindevaluatie zijn. Mogelijk wordt dit gedaan door middel van een 'feedbackmuur'. Men kan op een papier van groot formaat een aantal kreten of feedbackpunten aangeven. Dit kan aan de hand van een spel gedaan worden, ter afsluiting. De ouders krijgen hierbij de gelegenheid aan te geven wat ze hebben geleerd, wat ze het meest prettig en waardevol hebben ervaren tijdens de bijeenkomsten en kunnen aangeven wat er verbeterd kan worden.

Ook zal er aan het eind van elke bijeenkomst een korte terugblik zijn op het thema en de bijeenkomst van die avond, waarin ouders vragen kunnen stellen en aan kunnen geven waar zij behoefte aan hebben.

Niet alleen de ouders, maar ook de cursusleiders zullen met elkaar een begin-, midden-, en eindevaluatie doen aan de hand van een vragenlijst of gesprek.

De evaluatieformulieren zijn niet toegevoegd, omdat wij de cursusleiders zelf de keuze willen laten maken welke informatie zij willen hebben vanuit de evaluatie en op welke tijdstippen zij willen evalueren. De cursusleiders hebben hier meer zicht op dan wij, omdat zij zelf de cursus geven. Zij kunnen bijvoorbeeld doorvragen op de manier waarop zij de bijeenkomst geven, of zich meer op de inhoud richten van de bijeenkomst. Daarnaast kan ook geëvalueerd worden of de doelen behaald zijn en ouders voldoende ondersteuning hebben ervaren tijdens en door de cursus.

Ook de evaluaties die de cursusleiders met elkaar doen, hebben zijn niet toegevoegd aan dit draaiboek. De cursusleiders bepalen zelf de punten die zij graag willen evalueren met elkaar.

Bijlagen

Er zijn diverse bijlagen opgenomen in dit draaiboek:

- Eerst volgen de thuisopdrachten en de terugblik hierop. De thuisopdrachten horen bij verschillende thema's. In de uitgewerkte bijeenkomsten staat beschreven waar de thuisopdrachten te vinden zijn. De bespreking van de thuisopdracht staat onder de thuisopdracht vermeld.
- Daarna volgt er een lijst met instructies voor verschillende vaardigheden.
- Er is een bijlage waarin de evaluatieformulieren voor de cursus kunnen worden toegevoegd. De vragenlijst voor aan het begin van de cursus is wel al toegevoegd.
- Ook is er een literatuurlijst opgenomen. Hierin staan boeken, artikelen en internetsites. Deze zijn in eerste instantie bedoeld voor de cursusleiders. Zij kunnen deze informatie gebruiken om de bijeenkomsten voor te bereiden, maar ook om tijdens de bijeenkomsten te gebruiken. Het is geen verplichte literatuur, want wanneer de cursusleiders zelf andere boeken hebben, kunnen deze ook gebruikt worden. Daarnaast kan deze informatie ook doorgegeven worden aan de ouders.
- Tenslotte is er een bijlage met diverse artikelen en overige bruikbare informatie.

Kansen en valkuilen

Er zijn bij de cursus verschillende kansen en valkuilen mogelijk. Wees hiervan bewust. Als je weet waar je kansen liggen en welke valkuilen er zijn, kun je hier beter mee om gaan. Hieronder volgen enkele kansen en valkuilen van de cursus. Er kunnen er meer zijn, maar de belangrijkste worden hieronder genoemd.

Kansen:

- De ouders worden ondersteund in de opvoeding van hun kind
- De ouders sluiten aan bij de leefwereld van hun kind
- Hulpverleners hebben meer contact met ouders
- Het effect van de behandeling wordt vergroot

Valkuilen:

- Ouders vinden het teveel en de jongere wordt niet aangemeld voor deze behandeling
- Kosten zijn hoog
- Een extra belasting voor de ouders
- De ouders nemen de informatie niet voldoende op

Inhoudsopgave bijeenkomsten

1. Kennismaken
 2. Psycho-educatie 1
 3. Psycho-educatie 2
 4. Communicatie
 5. Competenties/balansmodel
 6. Puberteit en ontwikkeling
 7. Regels/grenzen en gezag/autoriteit
 8. Emoties
 9. Zelfbeeld
 10. Het gezin
 11. Vrije tijd
 12. Gebruik van digitale middelen
 13. Vriendschappen
 14. Groepjesvorming
 15. Geloof
 16. Zingeving
 17. Seksualiteit
 18. Toekomst
 19. Vrije avond
 20. Uithuisplaatsing
 21. Afscheid nemen
-
- | | |
|-----------|---|
| Bijlage 1 | Thuisopdrachten en terugblik |
| Bijlage 2 | Lijst met instructies voor verschillende vaardigheden |
| Bijlage 3 | Evaluatieformulieren |
| Bijlage 4 | Literatuurlijst |
| Bijlage 5 | Diverse artikelen en overige bruikbare informatie |

Bijeenkomst 1 Kennismaken

Doelen van de bijeenkomst

- Kennismaken met de cursusleider en de cursusleden
- Uitleg over de cursus, wat deze inhoudt en wat de doelen van de cursus zijn
- Verwachtingen van ouders inventariseren
- Het thema 'kennismaken' bespreken

Aandachtspunten

- De toegevoegde vragenlijst moet door ouders ingevuld worden, waarin zij aangeven wat hun verwachtingen van de cursus zijn.
- Let op de manier van opstelling. Ga in een kring zitten, zodat iedereen in een gelijkwaardige positie zit en zicht heeft op de ander.
- Laat de eerste keer de bijeenkomst niet uitlopen, omdat voor ouders de eerste keer vaak het spannend is. Laat wat ruimte over voor nadere kennismaking en ontspanning.
- Vergeet niet om de ouders mee te delen dat zij het boekje 'Sociaal onhandig' van L. van der Veen- Mulders e.a. moeten bestellen, omdat deze gebruikt gaan worden tijdens 2^e en 3^e bijeenkomst.
- U kunt als tip het boek 'De vijf talen van de liefde van tieners' van Gary Chapman meegeven. Dit boekje geeft een duidelijk beeld over de liefdestalen van jongeren. De keuze om dit wel of niet te doen, is aan de cursusleiders. Wanneer u hiervoor kiest, raden wij aan in de bijeenkomsten hier af en toe op terug te komen.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Vragenlijst
- Namenbordjes (stickers)
- Flap-over en stiften
- Pennen
- Thuisopdracht op papier

Programma

- ❖ Welkom
- ❖ Voorstellen
- ❖ Doel van de cursus
- ❖ Structuur van de bijeenkomsten uitleggen
- ❖ Verwachtingen van ouders
- ❖ Vragenlijst invullen
- ❖ Het eerste thema 'Kennismaken' bespreken
- ❖ Thuisopdracht meegeven
- ❖ Afsluiten

Inhoud

Welkom

De ouders worden door de cursusleider welkom geheten. Er is gelegenheid om koffie/thee te nemen met wat lekkers erbij. Ouders krijgen de gelegenheid om een indruk te krijgen van de ruimte en de groepsleden.

Voorstellen

Het voorstellen gebeurt door middel van een spel. De cursusleider legt het spel uit aan de ouders, waarna de ouders aan de slag gaan.

Het volgende spel kan gedaan worden:

Kennismaken in tweetallen

De ouders maken eerst kennis in tweetallen met iemand die ze nog niet kennen. Eventueel kan dit aan de hand van enkele algemene vragen. Er wordt in ieder geval verteld waarom de jongere op de Deeltijd een behandeling volgt. Vervolgens stellen de ouders niet zichzelf, maar hun gesprekspartner voor in de grote groep. Dit is minder eng dan jezelf voorstellen. De kennismaking is dan meteen een luisteroefening.

Doel van de cursus

In de uitleg geeft de cursusleider aan dat alle ouders met hetzelfde doel deze cursus volgen. Iedere ouders heeft een kind met psychiatrische problematiek, die de deeltijdbehandeling volgt. In deze cursus zullen thema's die op de Deeltijd spelen nader bekeken worden, zodat ouders zicht krijgen op waar de jongeren mee bezig en hoe je als ouder thuis hiermee om kunt gaan. Het doel hiervan is, dat er een doorgaande lijn komt tussen de deeltijdbehandeling en de thuissituatie en het effect van de behandeling van de jongere vergroot wordt.

Daarnaast is er ook ruimte voor onderling contact, waardoor ouders elkaar kunnen steunen en dat de ouders bewust worden dat zij niet de enige zijn die soms moeite ervaren in de opvoeding van hun kind.

Structuur van de bijeenkomsten uitleggen

We beginnen elke bijeenkomst met koffie/thee en een koek. Hiervoor is zo'n 10 minuten inlooptijd voor. Daarna begint de bijeenkomst met een rondje vragen, opmerkingen of dringende mededelingen. Na dit rondje volgt er een terugblik op de vorige bijeenkomst en de thuisopdracht. Wanneer dit besproken is, wordt het nieuwe thema besproken, wat elke keer weer op een ander manier gedaan wordt. Voorbeelden hiervan zijn: rollenspellen, discussies, invullen van werkbladen en andere samenwerkingsopdrachten. Ook zal er af en toe een video/filmpje/dvd worden laten zien. Na de themabespreking volgt er een thuisopdracht voor de ouders, waarna de bijeenkomst wordt afgesloten.

Verwachtingen van ouders

De cursusleider verteld wat er verwacht wordt van de ouders.

- Alles wat in de groep besproken wordt, blijft ook binnen de groep.
- Ouders zetten zich zo goed mogelijk in, zowel tijdens de bijeenkomsten als voor de thuisopdrachten.
- Er wordt open en eerlijk gecommuniceerd, ga respectvol met elkaar om.
- Wanneer er feedback gegeven wordt dit opbouwend gegeven. Wanneer het voor ouders niet duidelijk is hoe je feedback opbouwend kunt geven, wordt dit door de cursusleiders uitgelegd en zo nodig ook voorgedaan.

Vragenlijst invullen

De vragenlijst wordt aan de ouders uitgedeeld. Deze kunt u vinden in bijlage 'Evaluatieformulieren'. De cursusleiders vragen de ouders dit eerlijk in te vullen, zodat voor hen duidelijk wordt wat ouders verwachten en wat ze denken te leren. Hierdoor kan er gericht worden ingegaan op de behoeften van ouders.

Het eerste thema 'Kennismaken' bespreken

De cursusleider geeft een korte inleiding op de themabespreking. Hierbij wordt uitgelegd hoe het thema wordt besproken.

De cursusleider legt uit dat er een rollenspel wordt gedaan, die daarna besproken wordt. Vraag de ouders van tevoren om te letten op de volgende zaken:

- Hoe is de houding van de personen?
- Herkent u dingen bij uzelf?
- Herkent u dingen bij uw kind?
- Wat gaat goed, wat gaat niet goed?

Rollenspel

De cursusleiders maken kennis met elkaar. Dit gebeurt op de manier waarop adolescenten dit vaak doen. De gedachten worden hardop verwoordt, zodat ouders duidelijk welke dingen lastig kunnen zijn bij het kennismaken.

Cursusleider 1 komt binnen in een nieuwe groep. 'O help, allemaal nieuwe mensen. Ik ga ze echt geen hand geven, ze komen zelf maar. Ik weet echt niet wat ik moet zeggen'. Hij gaat zitten. Daarna komt cursusleider 2 binnen en stelt zich voor aan de ander. 'Hoi, ik ben' De ander geeft een slap handje en zegt: 'Hoi'. 1 kijkt daarbij de ander niet aan. 2 denkt: 'Nou zeg, hij kijkt mij geeneens aan en zegt niet hoe hij heet. Nou ja, het zal wel'. 2 gaat zitten en kijkt voor zich uit.

Na het rollenspel wordt de situatie besproken. Daarin wordt ingegaan op de aspecten:

- De vragen waar ouders op moesten letten
- Uitleg geven: hoe werkt het bij adolescenten en dan nu in het bijzonder bij deze jongeren.

Veel adolescenten zijn bezig met de vraag: 'Wat denkt de ander van mij?' 'Hoe kom ik over bij de ander?' Kennismaken is daardoor vaak heel spannend. Ze weten niet wie ze tegenover zich hebben.

De jongeren die de behandeling op de Deeltijd volgen, hebben deze vragen ook. Daarnaast weten ze ook vaak niet op welke manier zij moeten kennis maken. Bijvoorbeeld jongeren met autisme, hebben uitleg nodig over wat zij moeten doen. Op de Deeltijd worden deze vaardigheden stap voor stap aangeleerd tijdens de SOVA-training. Ook worstelen zij soms met de gedachte: 'Ik ben anders dan de anderen.'

- Hoe reageren de ouders op situaties, zoals in het rollenspel is uitgespeeld?
- Wat moet je wel doen en wat niet in deze situaties? (stukje psycho-educatie)

Geef bij de bespreking ook ruimte voor het stellen van vragen. Daarbij is het vragen naar praktijksituaties ook een goede opstap om het thema praktisch te maken en in gesprek te raken met elkaar.

Thuisopdracht

De thuisopdracht van dit thema is te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Deel de ouders mee dat zij het boek 'Sociaal onhandig' van L. van der Veen- Mulders e.a. moeten bestellen, omdat deze gebruikt gaan worden tijdens 2^e en 3^e bijeenkomst. Leg uit waarom dit noodzakelijk is.

Tijdens de twee bijeenkomsten psycho-educatie wordt veel informatie uit dit boek aan de ouders uitgelegd. De ouders kunnen dan dit boek erbij houden of dit thuis nog nalezen. Bovendien is het een praktische handleiding voor de opvoeding van hun kind.

Afsluiten

Bij het evalueren vraagt de cursusleider naar de ervaringen van de ouders. Hoe hebben de ouders de eerste bijeenkomst ervaren? Benoem ook wanneer de volgende keer weer is en sluit dan af.

Thuisopdracht 'Kennismaken'

Opdracht

Bespreek met uw kind de aspecten van kennismaking:

- Hoe was het voor jou om kennis te maken op de Deeltijd?
- Hoe heb je dit gedaan?
- Wat vond je van het kennismaken?
- Benoem dat het voor iedereen eng is en benoem daarbij uw eigen gevoelens: 'Ik vind de eerste kennismaking ook vaak eng. Je weet niet wie de anderen zijn en hoe de anderen reageren'.
- Weet je wat je moet doen en kan zeggen? Wanneer uw kind dit niet weet, leg dan uit hoe het kan en doe dit eventueel voor.

Oefen de situatie van kennismaken met uw kind, door iemand thuis uit te nodigen of zelf bij iemand op visite te gaan. Geef hierbij het voorbeeld, door uzelf eerst voor te stellen, waarna uw kind dit ook doet. Let hierbij goed op hoe uw kind reageert en geef uw kind een compliment.

Bespreken van de thuisopdracht

Hieronder volgen mogelijke manieren om de opdracht te bespreken. Wanneer je als cursusleiders een andere manier hebt, kan dit ook ingezet worden.

- Maak twee groepen van ouders, waarbij elke groep een cursusleider gaat zitten. Spreek als cursusleiders met elkaar af hoe lang deze bespreking gaat duren. Bespreek in de groep de opdracht, met bijbehorende vragen, die meegegeven is. Zorg hierbij dat alle ouders aan bod komen. Vraag aan de ouders om de situaties die zij meegemaakt hebben uit te leggen en hoe zij hiermee zijn om gegaan. Wanneer de tijd voorbij is, komt de groep weer bij elkaar. Er wordt daarna plenair een samenvatting gemaakt wat de resultaten zijn en wat ouders geleerd hebben. Tenslotte is er nog ruimte voor tips en vragen.
- Maak groepjes van 4 ouders (2 echtparen bij elkaar of juist iedereen door elkaar). Laat de ouders de thuisopdracht bespreken, door de vragen langs te gaan en elkaar te vertellen hoe de opdracht is gegaan, door de situatie(s) uit te leggen. Wanneer dit gedaan is komen de groepjes weer bij elkaar in een groep en wordt er plenair een samenvatting gemaakt wat de resultaten zijn en wat ouders geleerd hebben. Tenslotte is er nog ruimte voor tips en vragen.
- Vraag een aantal ouders (het aantal is zelf te bepalen door de cursusleiders), om te vertellen hoe de thuisopdracht is gegaan. Doe dit aan de hand van de vragen en vraag ook aan de ouders om de situatie duidelijk uit te leggen. Bespreek met de ouders wat er goed ging en wat er niet goed ging. Vraag de ouders om elkaar feedback te geven. Geef als cursusleider zelf ook feedback. Maak een samenvatting over het geleerde en geef daarbij tips.

Bijeenkomst 2 Psycho-educatie

Doelen van de bijeenkomst

- Terugblik op de eerste bijeenkomst.
- Bespreken van de thuisopdracht.
- Achtergrondinformatie geven over de maatschappelijke ontwikkeling omtrent autisme en biologische- en gezinsfactoren.
- Ouders informeren over de verschillende stoornissen in het autistisch spectrum.
- Ouders inzicht geven in de facetten waarin hun kind problemen ervaart: informatieverwerking, sociale situaties en gedrag en interesse.
- Ouders inzicht geven in het proces van onderzoeken, de verwerking van het horen van de diagnose en hen de mogelijkheid geven hierover in gesprek te gaan met elkaar.

Aandachtspunten

- Het is een informatieve bijeenkomst. Probeer duidelijk en rustig te spreken. Geef ouders de gelegenheid aantekeningen te maken, laat eventueel korte stiltes toe om de informatie in zich op te laten nemen.
- Geef voorbeelden van situaties uit de praktijk om duidelijk te maken wat je bedoelt en wat wel of niet een handige reactie is.
- Houdt rekening met de mogelijkheid dat apparatuur weigert. Bereid het goed voor, zet het tijdig klaar. Wanneer apparatuur weigert, geef dit rustig en duidelijk aan en bespreek de informatie aan de hand van de hand-outs.
- Houdt er rekening mee dat ouders nog vol zitten met frustratie en irritatie omtrent onderzoeken, onbegrip van hulpverleners. Geef hen de ruimte om hierover te spreken en geef erkenning. Het is ook voor ouders een (verwerkings)proces.
- Vraag na of alle ouders het boek in bezit hebben of bespreek hoe ze hieraan kunnen komen.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Beamer
- Hand-outs
- Pennen en papier
- Nieuwe thuisopdracht op papier

Programma

- ❖ Welkom
- ❖ Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen
- ❖ Bespreken van de thuisopdracht na vorige bijeenkomst
- ❖ Psycho-educatie geven
- ❖ Thuisopdracht meegeven
- ❖ Afsluiten

Inhoud

Welkom

De ouders worden door de cursusleider welkom geheten. Er is gelegenheid om koffie/thee te nemen met wat lekkers erbij. Ouders krijgen de gelegenheid om een indruk te krijgen van de ruimte en de groepsleden.

Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen

De cursusleider inventariseert of er nog vragen, opmerkingen of dringende mededelingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleider bepaald zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Bespreken van de thuisopdracht na vorige bijeenkomst

De thuisopdracht die de vorige bijeenkomst is meegegeven wordt nu besproken. Deze thuisopdracht en de bespreking hiervan zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Psycho-educatie geven

Na de bespreking van de thuisopdracht wordt er psycho-educatie gegeven. In deze bijeenkomst wordt de eerste helft van informatie gegeven, deze is te vinden op de eerste PowerPoint.

Tijdens de bijeenkomst worden de volgende elementen besproken:

- Autisme
 - Buiten kant: Triade
 - Binnen kant: Informatieverwerking.
- Video: Zus van Einstein
- Achtergrond informatie
- Soorten autisme en diagnose
- Wat doet autisme met je? Hoe verder?
- Informatieverwerking
- Kenmerken van leeftijdsfase
- Invloed op omgeving

Probeer vanuit de informatie de er is over de jongeren uit de groep, ook ADHD, CD en ODD te bespreken. Dit wordt in de PowerPoint niet bij name genoemd, maar er zijn aspecten die bij beide stoornissen aanwezig zijn. Uit ervaring blijkt dat er in de structuurgroep meestal jongeren met autisme de behandeling volgen, daarom wordt dit als uitgangspunt genomen.

Thuisopdracht meegeven

De thuisopdracht behorend bij deze bijeenkomst is te vinden, in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Afsluiten

Sluit deze bijeenkomst af en geef de ouders nog de gelegenheid tot het stellen van vragen.

De afsluiting kan gedaan worden, op een manier die de cursusleiders zelf fijn vinden of die past bij de samenstelling van de groep.

Bijeenkomst 3 Psycho-educatie

Doelen van de bijeenkomst

- Ouders inzicht geven in gedrag van hun kind, m.b.t. hun problematiek.
- Ouders informeren over de verschillende manieren van benaderen. Psycho-educatie geven over de benadering die bij jongeren met een stoornis in het autistisch spectrum wel en niet helpend zijn.
- Tips en handvatten geven in de omgang m.b.t. de basisproblemen, als het gaat om de basisbehoeften van deze jongeren: structuur, duidelijkheid en voorspelbaarheid.
- Ouders inzicht geven in eigen gedrag. Welke factoren spelen mee in reactie op gedrag, dit met behulp van het SGG- model.
- Psycho-educatie geven over factoren die invloed hebben op het afnemen of toenemen van probleemgedrag. Inzicht geven in de omgang met probleemgedrag, d.m.v. straffen of belonen.
- Lotgenotencontact.

Aandachtspunten

- Het is een informatieve bijeenkomst. Probeer duidelijk en rustig te spreken. Geef ouders de gelegenheid aantekeningen te maken, laat eventueel korte stiltes toe om de informatie in zich op te laten nemen.
- Geef voorbeelden van situaties uit de praktijk om duidelijk te maken wat je bedoelt en wat wel of niet een handige reactie is.
- Houdt rekening met de mogelijkheid dat apparatuur weigert. Bereid het goed voor, zet het tijdig klaar. Wanneer apparatuur weigert, geef dit rustig en duidelijk aan en bespreek de informatie aan de hand van de hand-outs.
- Ouders vinden het vaak prettig wanneer ze erkenning en begrip ervaren. Biedt de gelegenheid om situaties in te laten brengen door ouders, vragen te laten stellen.
Tip: doe dit wel op een afgesproken moment, zodat je wel de gelegenheid krijgt alle informatie te geven en de structuur van de bijeenkomst vast te houden.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Beamer
- Hand-outs
- Pennen en papier
- Nieuwe thuisopdracht op papier

Programma

- ❖ Welkom
- ❖ Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen
- ❖ De structuur van de bijeenkomst doornemen
- ❖ Psycho-educatie geven
- ❖ Thuisopdracht meegeven
- ❖ Afsluiten

Inhoud

Welkom

De ouders worden door de cursusleider welkom geheten. Er is gelegenheid om koffie/thee te nemen met wat lekkers erbij. Ouders krijgen de gelegenheid om een indruk te krijgen van de ruimte en de groepsleden.

Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen

De cursusleider inventariseert of er nog vragen, opmerkingen of dringende mededelingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleider bepaald zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Bespreken van de thuisopdracht na vorige bijeenkomst

Wanneer er een thuisopdracht gegeven is, wordt deze besproken. Wanneer deze dus niet gegeven is, hoeft er ook niet op teruggekomen te worden. De thuisopdracht en bespreking hiervan zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Psycho-educatie geven

Na de bespreking van de thuisopdracht wordt er psycho-educatie gegeven.

In deze bijeenkomst wordt de tweede helft van informatie gegeven, deze is te vinden op de tweede PowerPoint.

- Geheugen opfrissen
- Liedje van Kinderen voor Kinderen ADHD
http://www.youtube.com/watch?v=_K-m-jLjmtQ
- Werken met het SGG-model
- Verschillende manieren in het omgaan met gedrag
- Hulpmiddelen
- Toepassen van de hulpmiddelen
 - Communicatie
 - Regels
 - Gevolgen

Probeer vanuit de informatie de er is over de jongeren uit de groep, ook ADHD, CD en ODD te bespreken. Dit wordt in de PowerPoint niet bij name genoemd, maar er zijn aspecten die bij beide stoornissen aanwezig zijn. Er wordt deze keer een fragment over ADHD laten zien, waarna hierover door gepraat kan worden.

Uit ervaring blijkt dat er in de structuurgroep meestal jongeren met autisme de behandeling volgen, daarom wordt dit als uitgangspunt genomen.

Thuisopdracht meegeven

De thuisopdracht behorend bij deze bijeenkomst is te vinden, is te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Afsluiten

Sluit deze bijeenkomst af en geef de ouders nog de gelegenheid tot het stellen van vragen.

De afsluiting kan gedaan worden, op een manier die de cursusleiders zelf fijn vinden of die past bij de samenstelling van de groep.

Thuisopdracht bij de twee bijeenkomsten 'Psycho-educatie'

Opdracht bij eerste bijeenkomst psycho-educatie

Lees hoofdstuk 1,2 en 5 van het boek 'Sociaal onhandig' van L. van der Veen- Mulders.

Lees eventueel al verder in de volgende hoofdstukken, zodat u bent voorbereid voor de volgende bijeenkomst.

Opdracht bij de tweede bijeenkomst psycho-educatie

Lees hoofdstuk 6 t/m 12 van het boek: 'Sociaal onhandig' van L. van der Veen- Mulders

Schrijf de vragen die u hebt naar aanleiding van het boek en de twee bijeenkomsten op, en neem deze de volgende bijeenkomst mee.

Bespreken van de thuisopdracht

Ouders hebben in de achterliggende twee weken heel veel informatie meegekregen en gelezen voor de huiswerkopdracht.

Geef erkenning voor de hoeveelheid en geef hen een compliment op hun medewerking.

Korte terugblik op de vorige bijeenkomst:

Vraag aan de ouders: Wie heeft er deze afgelopen twee weken gemerkt anders om te gaan met gedrag van uw kind?

Beschrijf kort wat de situatie was, wat u eerst deed/had gedaan en waarom en hoe u nu anders reageerde.

Vraag of er iemand is geweest die niet anders heeft gereageerd. Misschien wilde degene wel, maar lukte het niet.

Laat die ouder de situatie vertellen en het gedrag van de jongere en van hem/haar beschrijven.

Speel dit uit in een rollenspel, waarin iemand probeert te reageren, met de informatie uit de bijeenkomsten in gedachten.

Bespreek dit rollenspel met elkaar.

Vragen die gesteld kunnen worden:

- Wat was nu precies de situatie? Het gaat vooral om concrete dingen!
- Welke dingen waren er al gebeurd voordat deze situatie?
- Hoe is de dag van het kind geweest? (mogelijk onbekend..!)
- Kunt u nagaan of er sprake was van een informatieverwerkingsprobleem bij uw kind?
- Hoe zou u overzicht kunnen creëren voor uw kind?
- Zou dan de situatie al verholpen zijn?

Geef aan dat de informatie die nu gegeven is regelmatig terug komt in de bijeenkomsten. De ouders hebben nu veel informatie gekregen, die ze misschien nog niet allemaal duidelijk hebben. Geef aan dat dit niet erg is, omdat de informatie regelmatig terugkomt.

Bijeenkomst Emoties

Doelen van de bijeenkomst

- Terugblik op de vorige bijeenkomst, thuisopdracht bespreken.
- Kennismaken met de basisemoties.
- Psycho-educatie over het omgaan met emoties als je een autistische stoornis hebt.
- Ouders ondersteunen in opvoedingsvragen m.b.t. dit onderwerp.
- Lotgenotencontact voor ouders.

Aandachtspunten

- Let op de manier van opstelling. Ga in een kring zitten, zodat iedereen in een gelijkwaardige positie zit en zicht heeft op de ander.
- Geef ruimte voor het bespreken van situaties, maar houdt hierbij de tijd in de gaten.
- Let op dat ouders ook problemen kunnen hebben met het uiten of omgaan met emoties. Psycho-educatie kan herkenning oproepen.
- Bij het bespreken van de stelling is het verstandig om rekening te houden met eventuele herkenning door/bij de ouders.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Pennen en papier
- Emoticons op papier
- Emotiekaartjes (rood, oranje, geel, groen, blauw)
- Nieuwe thuisopdracht op papier

Programma

- ❖ Welkom
- ❖ Rondje 'Hoe je erbij zit'
- ❖ Bespreken van de thuisopdracht na vorige bijeenkomst
- ❖ Het thema 'Emoties' bespreken
- ❖ Thuisopdracht meegeven
- ❖ Afsluiten

Inhoud

Welkom

De ouders worden door de cursusleider weer welkom geheten. Ook koffie/thee is aanwezig, met wat lekkers erbij. Ouders krijgen de gelegenheid even met elkaar te praten, waarna gevraagd wordt om plaats te nemen.

Rondje 'Hoe je er bij zit'

In deze bijeenkomst zal het gaan over emoties, gevoelens. Om al iets te doen met het onderwerp, krijgt iedere ouder aan het begin van deze bijeenkomst de gelegenheid om aan te geven hoe hij/zij er bij zit. Vraag iedere ouder kort aan te geven hoe hij/zij nu in deze bijeenkomst aanwezig is. Zijn er bijzonderheden uit de afgelopen weken, zijn er dingen die belangrijk zijn om aan te geven, zin of juist geen zin in de bijeenkomst, voelt iemand zich goed en prettig of zit hij juist niet lekker in zijn vel?

Begin eventueel zelf met 'hoe je er bij zit', dit geeft veiligheid en helderheid over de opdracht.

Bespreken van de thuisopdracht van de vorige bijeenkomst

Wanneer er een thuisopdracht gegeven is, wordt deze besproken. Wanneer deze dus niet gegeven is, hoeft er ook niet op teruggekomen te worden. De thuisopdracht en bespreking hiervan zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Het thema 'Emoties' bespreken

We richten ons in deze bijeenkomst voornamelijk op de basisemoties: bang, boos, blij, bedroefd. Pak de kaartjes erbij met de gezichtjes bang, boos, blij, bedroefd. Bespreek met de ouders waaraan je kunt zien welke emotie het is. Voor ouders is het vaak niet bekend dat hun kind het moeilijk vindt emoties af te lezen van alleen het gezicht, of alleen het stemgeluid. Bespreek met de ouders hoe dit bij jongeren met een stoornis in het autistisch spectrum of ADHD, ODD en CD voor problemen zorgt.

Jongeren met een stoornis in het autistisch spectrum hebben problemen in het ontwikkelen van inzicht in sociale situaties. Wanneer een ouder aangeeft dat hun kind nu moet stoppen met dat zeuren, zal dat kind misschien opkijken, maar weten dat hij moet stoppen. Een jongere met bijvoorbeeld PDD-NOS zal niet weten wat er bedoeld wordt. 'Stoppen met wat? Ik zeur toch niet?!'

Zij zien het verband niet tussen verschillende situaties en gedrag van anderen, zij hebben geen inzicht in het toepassen van aangeleerd gedrag in verschillende situaties.

In de bijeenkomst over communicatie is/wordt hier ook bij stil gestaan. Want communicatie en emoties staan in relatie met elkaar.

Veranderingen in informatie maakt deze jongeren heel angstig. Voor een buitenstaander is de rede voor deze angst soms onduidelijk en moeilijk in te voelen. Maar in de meeste gevallen komen de emoties voort uit het wel of niet kunnen verwerken van informatie en prikkels van buitenaf.

Wanneer deze jongeren niet in staat zijn de nieuwe informatie die op ze af komt te verwerken, te plaatsen in de situatie en daarmee te relativieren, worden ze angstig en onzeker. Ze hebben geen grip meer op de situatie en de gebeurtenissen om hen heen en hebben het gevoel de controle niet meer te hebben op de situatie en op zichzelf. Dit uit zich vaak in een uitbarsting.

De jongere voelt zich het prettigst als vandaag en morgen hetzelfde gaan. Op die manier blijft de wereld om hem heen voorspelbaar.

Bespreek met elkaar de volgende stelling:

Mijn kind is niet geïnteresseerd in de emoties en gevoelens van anderen

De stelling dat mensen met autisme of ADHD, ODD en CD niet zijn geïnteresseerd in de emoties en gevoelens van anderen klopt niet. Dat zij minder goed op emoties van anderen reageren heeft te maken met het feit dat zij de informatie die zij binnenkrijgen anders verwerken, niet met de emotie (van de ander) om weten te gaan of de emoties niet ervaren. Verwijs hierbij naar de dvd 'Zus van Einstein', waarbij Ivo verteld hoe hij zijn beperking ervaart. Mensen met autisme zien hetzelfde, maar nemen anders waar omdat hun hersenen anders werken. Dat compenseren ze echter door gebruikmaking van hun intelligentie. Het compensatiemechanisme zorgt er ook voor dat mensen met autisme details versterkt waarnemen. Mensen met ODD hebben moeite met het uiten van emoties en zijn ongevoelig voor aanwijzingen van volwassenen.

Mensen met CD verschillen verder in de mate waarin ze emoties kunnen voelen of zich in anderen kunnen inleven. Kinderen of adolescenten met CD die hoog scoren op gevoelloosheid hebben meer politiecontacten en ernstigere gedragsproblemen, zijn agressiever en rapporteren meer criminele gedragingen dan kinderen met CD die niet hoog scoren op gevoelloosheid. Het niet voelen van angst staat de ontwikkeling van schuldgevoel en inlevingsvermogen in de weg. Deze kinderen zijn minder goed in staat om gevoelens van verdriet te herkennen bij anderen en ze zijn minder gevoelig voor bedreigende en emotionele gebeurtenissen.

Naast het verwerkingsprobleem, kunnen deze jongeren ook moeilijk emoties benoemen. Ze noemen vaak dezelfde emotie (bijna allemaal 'boos') Om de jongere meerdere emoties te leren kennen en benoemen, is het goed om de lijst 'emoticons' als hulpmiddel te gebruiken. Laat uw kind een of meerdere emoticons kiezen hoe hij of zij zich voelt. Aan de hand daarvan kunt u soms beter een gesprek voeren welk deel van de situatie welke emotie oproept en hoe ze hier al vroegtijdig iets mee kunnen en moeten doen.

Maak het onderwerp persoonlijk, laat het dichterbij komen en ga hiermee praktisch aan de slag.

- Ouders krijgen een rode, oranje, gele, groene en blauwe kaart.
De kleuren betekenen de mate van de emotie. Rood is heel erg.. (boos, blij, bang, bedroefd), blauw is heel goed hanteerbaar, prettig gevoel van emotie.
De cursusleider geeft een casus/situatie. Ouders geven aan welke mate emotie hierbij hoort en geeft aan hoe hij/zij zou reageren tijdens de situatie.
Er wordt daarna besproken welke factoren er meespelen in de heftigheid en mate van reactie en gevoel van emotie, waarna met elkaar gekeken wordt welke factoren de uitbarsting en heftigheid kunnen verminderen.
Er spelen veel factoren mee, waarop de reactie van ouders kan verschillen van de een of andere keer. Door deze oefening wordt ouders inzicht gegeven in de factoren die invloed hebben op hun reactie en de mate van hun emotie.

Variatie

Ook bij jongeren spelen verschillende factoren een rol, wanneer zij een emotie ervaren en deze uiten. Gaan ouders na waar deze reactie vandaan komt? Gaan zij op zoek naar de factoren die een rol kunnen spelen in de uitbarsting van het kind?

De cursusleider geeft een casus/situatie. Ouders geven aan welke mate emotie hierbij hoort en geeft aan hoe hun kind in deze situatie zou reageren. Ga hier verder op door en geef de ouders het inzicht wat de onderliggende factoren zijn die deze emotie teweegbrengen.

- *Drama-activiteit.* Improviseren. Drie ouders zitten naast elkaar achter een tafel. Zij beginnen met elkaar een gesprek over bv. 'het gaan naar de bijeenkomst', de bijeenkomst zelf of een ander onderwerp. Iemand wordt aangewezen een emotie te roepen. Deze emotie wordt gespeeld in het gesprek. Men gaat deze emotie in het

gesprek uiten. (eventueel voordoen als cursusleiders) Na een aantal minuten wordt er gerouleerd. Een van de deelnemers in het rollenspel wordt vervangen door een andere ouder.

Bij deze activiteit gaat het om het duidelijk uiten van de emotie. Voor de jongeren moeten de emoties duidelijk weergegeven worden, om te begrijpen wat de boodschap is. Het moet aan houding gezien kunnen worden én stemintonatie en -volume moet duidelijk zijn.

Thuisopdracht meegeven

Ouders moeten inzicht krijgen in de factoren die invloed hebben op hun emoties en reacties, en moeten leren na te gaan welke factoren het gedrag/ de emotie en reactie van hun kind in een bepaalde situatie meespelen.

In de komende twee weken gaan ouders op zoek naar factoren die gedrag van zichzelf en hun kind beïnvloeden.

Zie voor de opdracht, in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Zij krijgen een aantal schema's mee, waarin zij verschillende situaties uitschrijven door middel van een aantal vragen.

Afsluiten

Nog een keer een rondje, waarin elke ouder mag aangeven: 'Hoe ik naar huis ga'.

Als er voldoende tijd is, iedere ouder hierbij een 'goed voornemen met betrekking tot emoties' te laten noemen.

Het is goed om deze 'emotionele bijeenkomst' op een ontspannen manier af te sluiten. Praat met elkaar of ga met elkaar tafeltennissen, tafelvoetballen of zingen.

Thuisopdracht bij het thema 'Emoties'

Opdracht

In de bijeenkomst hebben we gebruik gemaakt van een aantal kaarten die de mate van uw emotie aangeven.

Dit kun je ook wel een 'emotie-thermometer' noemen. In verschillende situaties met uw kind, heeft u te maken met uw eigen emoties en die van uw kind. Verschillende factoren hebben invloed op deze emoties, en ook op de mate waarin de emotie gevoeld wordt. Welke 'temperatuur' deze emotie is.

In de komende weken probeert u in het onderstaande schema een aantal situaties te beschrijven, waarin u ook nadenkt over factoren die invloed hebben op uw emoties, en die van uw kind.

Beschrijf zo concreet mogelijk de situatie:
Hoe reageerde u?
Welke temperatuur (denk aan de kleur van de kaarten) was uw emotie?
Wat was de reactie van uw kind hierop? Wat was het gevolg?
Waarom denkt u, dat uw kind op deze manier reageerde?
Wat was er die dag (met u) al gebeurd?
Waren er bij uw kind nog bijzonderheden voor de situatie?

Bespreken van de thuisopdracht:

In de bijeenkomst over het thema 'emoties' hebben we gebruik gemaakt van een aantal kaarten die de mate van een emotie aangeven. Dit kunnen we ook wel een 'emotie-thermometer' noemen. In verschillende situaties met hun kind, hebben ouders te maken met eigen emoties en die van hun kind. Verschillende factoren hebben invloed op deze emoties, en ook op de mate waarin de emotie gevoeld wordt. Welke 'temperatuur' deze emotie is.

In de afgelopen weken hebben ouders geprobeerd in een schema een aantal situaties te beschrijven, waarin zij ook na moesten denken over factoren die invloed hadden op hun reactie/emoties, en die van hun kind.

Laat ouders een van de situaties eruit halen, die zij het moeilijkst, of juist het mooist vonden.

De situatie waar zij het meest aan terug denken. Iedereen heeft dan 1 situatie.

Verdeel de ouders in groepjes van 3 (als het niet uitkomt een groepje van 2).

In deze kleine groepjes brengen zij hun situatie in.

Geef ouders de opdracht elkaar vragen te stellen over de situatie, feedback te geven n.a.v. de situatie en hun gedrag, en geef elkaar een 'top' (wat ze in deze situatie goed hebben gedaan) en een 'tip' (wat ze volgende keer anders zouden kunnen proberen te doen).

Laat na het bespreken ouders onder betreffende situatie opschrijven, wat zij de volgende keer anders zouden willen doen in (eenzelfde) situatie.

Bijeenkomst Zelfbeeld

Doelen van de bijeenkomst

- Terugblik op de vorige bijeenkomst, thuisopdracht bespreken.
- Ouders inzicht geven in het thema 'zelfbeeld'.
- Inzicht geven in de factoren die zelfbeeld beïnvloeden.
- Ouders inzicht geven in hun rol met betrekking tot het zelfbeeld van hun kind.

Aandachtspunten

- Geef ruimte voor het bespreken van situaties, maar houdt hierbij de tijd in de gaten.
- Geef de ouders aan dat het belangrijk is bij de communicatie met hun kind, ook vooral met betrekking tot dit onderwerp, zij heel concreet moeten zijn. Wat vinden zij leuk, fijn en goed van hun kind? En het concreet maken welke grenzen er zijn, wat ze graag zouden willen en wat ze bedoelen.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Pennen en papier
- Nieuwe thuisopdracht op papier

Programma

- ❖ Welkom
- ❖ Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen
- ❖ Bespreken van de thuisopdracht na vorige bijeenkomst
- ❖ Het thema 'Zelfbeeld' bespreken
- ❖ Thuisopdracht meegeven
- ❖ Afsluiten

Inhoud

Welkom

De ouders worden door de cursusleider weer welkom geheten. Ook koffie/thee is aanwezig, met wat lekkers erbij. Ouders krijgen de gelegenheid even met elkaar te praten, waarna gevraagd wordt om plaats te nemen.

Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen

De cursusleider inventariseert of er nog vragen, opmerkingen of dringende mededelingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleider bepaald zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Bespreken van de vorige thuisopdracht

Wanneer er een thuisopdracht gegeven is, wordt deze besproken. Wanneer deze dus niet gegeven is, hoeft er ook niet op teruggekomen te worden. De thuisopdracht en bespreking hiervan zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Thema 'Zelfbeeld' bespreken.

Jongeren in de puberteit, maken heel veel mee. Met name de 'innerlijke verbouwing'. In deze leeftijdsfase krijgt de jongere met vele veranderingen te maken, komen er veel gevoelens los en wordt er een eigen identiteit ontwikkeld.

Jongeren met een stoornis of beperking, hebben het vaak nog moeilijker in deze periode van hun leven. Het accepteren en het omgaan met hun beperking kan veel strijd, boosheid en vragen opleveren. Het is heel belangrijk de jongere hierin te ondersteunen en te begeleiden, duidelijk te zijn en proberen open en eerlijk antwoord te geven op hun vragen. Maak dingen bespreekbaar. De ouders krijgen te maken met jongeren die, net zoals alle andere jonge pubers, zich ook tegen hun ouders verzetten en het 'zelf willen uitzoeken'.

In een conflict met hun kind is het heel belangrijk dat ouders oog hebben voor de onderliggende behoefte van hun kind. Hun kind wordt misschien boos vanuit angst omdat het het overzicht verliest. Het is belangrijk dat ouders dat gaan inzien en dit kunnen benoemen richting hun kind.

Opdracht:

- Schrijf over uw kind op, welke leuke, goede en fijne dingen u van uw kind ziet en waardeert. Karaktereigenschappen, positief gedrag, enzovoorts. Schrijf ze zo op, dat ze aan uw kind gericht zijn en zo concreet mogelijk zijn.
- Omschrijf eens hoe u denkt dat uw kind over zichzelf denkt.

Er zijn verschillende factoren die het zelfbeeld beïnvloeden. Een van de belangrijkste is de waardering die al of niet wordt uitgesproken binnen het eigen gezin. Het kan zijn dat de jongere heel vaak boos is, niet wil praten, tegen regels ingaat, niet luistert naar zijn/haar ouders. De kans is groot dat ouders meer dingen zien die hun kind moet veranderen of anders moet doen, dan dat zij een compliment geven over wat ze goed doen. Belangrijk om op te merken, is dat pubers vooral negatieve dingen snel op zichzelf betrekken. Het is dan te begrijpen dat de ouders het idee krijgen dat zij alles verkeerd doen. Maar dit hoeft niet het geval te zijn.

Laat ouders terugdenken wanneer zij voor het laatst hun kind een compliment hebben gegeven.

Rollenspel: Een situatie wordt door de twee cursusleiders gespeeld. In de situatie is een conflict tussen kind en ouders. De ouders reageren in het eerste rollenspel boos, bestraffend en vol onbegrip.

Eventueel hier de ouders op laten schrijven of ze zo'n situatie herkennen en laten beschrijven hoe zij zouden reageren in zo'n situatie.

Dezelfde situatie nog een keer spelen. In hetzelfde conflict, reageren ouders adequaat, geven ze duidelijk aan wat ze vervelend vinden, wat hun grenzen zijn, maar geven ze ook aan wat ze goed vinden van hun kind in deze situatie. Bv. Dat ouders benoemen dat hun kind in ieder geval de situatie bespreekbaar maakt, of: dat hun kind in ieder geval niet met dingen gooit. Daarnaast is het belangrijk in dit rollenspel voor te doen, hoe ouders kunnen aangeven wat ze van hun kind willen in deze situatie. Bv. 'Ik vind het goed dat je dit bespreekbaar maakt, maar ik zou graag willen dat je volgende keer ook luistert naar het antwoord wat wij terug geven, zodat we kunnen kijken hoe we samen tot een oplossing kunnen komen'.

Gebruik bij het bespreken van de casus eventueel de instructies behorend bij de vaardigheid 'feedback geven'. Deze zijn te vinden in de bijlage 'Instructies vaardigheden'.

Thuisopdracht

Als thuisopdracht gaan de ouders met het thema 'zelfbeeld' aan de slag.

De thuisopdracht is te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Afsluiten

De cursusleider geeft de ouders nog de gelegenheid tot het stellen van vragen. Hierbij bepaald de cursusleider zelf of de vragen nu beantwoord worden of dat deze een andere bijeenkomst besproken worden. Benoem daarna wanneer de volgende keer weer is en sluit dan de bijeenkomst af.

Of sluit af op een manier die passend is bij de bijeenkomst.

Thuisopdracht bij het thema 'Zelfbeeld'

Opdracht

Maak samen een kaart voor uw kind, met de kwaliteiten en eigenschappen die u in uw kind waardeert. Doe dit op uw eigen manier en vanuit uw eigen creativiteit en kwaliteiten.

Geef deze kaart aan uw kind en leg uit wat u hebt opgeschreven aan kwaliteiten en positieve eigenschappen.

Let op de reactie van uw kind, zodat we in de volgende bijeenkomst de ervaringen kunnen uitwisselen.

Probeer in de komende twee weken minimaal 1 compliment per dag te geven aan uw kind.

Vul uw compliment in op het bijgevoegde formulier.

Wanneer u dit formulier invult, krijgt u inzicht in de positieve feedback die u uw kind hebt gegeven. Hiermee krijgt u inzicht in het gedrag wat u prettig vindt, in het positieve gedrag dat uw kind vertoont.

Bespreken van de thuisopdracht

Wissel ervaringen uit van het maken van de kaart, het overhandigen van de kaart en eventueel groepsleiding die een aantal reacties op de Deeltijd kregen naar aanleiding van deze opdracht van ouders.

Vraag een aantal ouders te benoemen wat zij hebben geleerd van het maken van de kaart en het invullen van het schema. Wat zijn belangrijke ontdekkingen die zij hebben opgedaan bij het invullen van de formulieren en terugkijken op alle situaties?

Positieve feedback geven. Geef elke dag een compliment aan uw kind en schrijf dat in onderstaand schema.

Situatie:	Het compliment	De reactie van uw kind
Zondag		
Maandag		
Dinsdag		
Woensdag		
Donderdag		

Vrijdag		
Zaterdag		

Zondag		
Maandag		
Dinsdag		
Woensdag		

Donderdag		
Vrijdag		
Zaterdag		

Opmerkingen:

Ontdekkingen:

Bijeenkomst Puberteit en ontwikkeling

Doelen van de bijeenkomst

- Terugblik op de vorige bijeenkomst, thuisopdracht bespreken.
- Het thema 'puberteit en ontwikkeling' bespreken: ouders het inzicht geven in wat bij de puberteit hoort en wat er bij hun kind dan anders is of kan zijn.
- Ouders ondersteunen in opvoedingsvragen m.b.t. dit onderwerp.
- Lotgenotencontact voor ouders.

Aandachtspunten

- De huiswerkopdracht bespreken en in hun map laten doen.
- Let erop dat alle ouders aan bod kunnen komen. Stel vragen aan ouders die uit zichzelf niks zeggen, zodat zij ook meedenken en meedoen.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Eventueel een PowerPoint presentatie¹
- Informatie over de puberteit en de daarbij behorende ontwikkeling
- Hand-outs met de informatie over de puberteit en de daarbij behorende ontwikkeling
- Pennen en papier
- Rode en groene kaartjes
- Thuisopdracht op papier

Programma

- ❖ Welkom
- ❖ Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen
- ❖ Terugblik op de vorige bijeenkomst, bespreken van de thuisopdracht
- ❖ Thema 'Puberteit en ontwikkeling' bespreken
- ❖ Thuisopdracht meegeven
- ❖ Afsluiten

¹ Deze kan nodig zijn voor het 'stellingenspel' met de ouders

Inhoud

Welkom

De cursusleider heet de ouders welkom. Er is gelegenheid om koffie/thee te nemen met een koek erbij. De ouders kunnen alvast gaan zitten of nog even met elkaar praten.

Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen

De cursusleider inventariseert of er nog vragen, opmerkingen of dringende mededelingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleider bepaald zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Terugblik op de vorige bijeenkomst, bespreken van de thuisopdracht

Er wordt een terugblik gedaan op de vorige bijeenkomst. Wat was er besproken?

Daarna wordt de thuisopdracht erbij gepakt, waarna deze met de ouders wordt besproken. Vraag allereerst of de ouders de opdracht gedaan hebben. Zo niet, vraag dan wat hiervoor de redenen zijn. Benadruk dan wel dat het heel belangrijk is om de opdrachten te maken, zodat er wel leerrendement is. Zeg nog een keer duidelijk dat er verwacht wordt dat de ouders de opdrachten de volgende keer wel doen.

De manieren waarop de thuisopdracht besproken kan worden, zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Thema 'Puberteit en ontwikkeling' bespreken

Deze keer wordt het thema 'puberteit en ontwikkeling' besproken. Bij het bespreken van dit thema gaat het er vooral om, dat de ouders inzicht krijgen wat kenmerkend is voor de 'normale' puberteit. Ouders weten vaak niet wat nu eigenlijk alle pubers wel hebben en wat er nu precies bij de stoornis hoort die hun kind heeft.

In de puberteit zijn vrienden belangrijker voor jongeren, dan ouders. Zij maken een loslatingproces mee, en een ontwikkeling naar zelfstandigheid. Bij jongeren met een stoornis in het autistisch spectrum is het vaak moeilijk om contacten te leggen en te onderhouden. Dit heeft ook zijn invloed op het losmakingproces. Ouders worden op een andere manier belangrijk. Hoe gaan ouders hiermee om.

Bij deze themabespreking wordt er dus eerst uitgelegd wat er bij de 'normale' puberteit hoort² en kan er, wanneer daar de tijd en ruimte voor is, een opstapje gemaakt worden naar de verschillende stoornissen en puberteit.

Om het thema te bespreken kan eerst nagegaan worden wat ouders al weten. Dit kan gedaan worden door middel van het volgende spel:

- *Stellingen*³

Alle ouders krijgen een rood en een groen kaartje. Het rode kaartje gebruiken de ouders als een stelling, volgens hem/haar niet waar is, het groene kaartje wordt gebruikt als de stelling wel waar is.

Schrijft een stelling op de flap-over (of maak bijvoorbeeld een PowerPoint presentatie waarin de stellingen een voor een in beeld komen). Vraag de ouders om hun rode of groene kaartje in de lucht te steken. Daarna is er per stelling (de tijd is zelf te bepalen door de cursusleiders) een discussie over de inzet. Leg per stelling uit waarom deze wel of niet waar is.

² Er wordt verwacht dat de cursusleiders zelf kennis hebben over ontwikkeling en puberteit. Voor meer informatie hierover verwijzen wij u naar de literatuurlijst, kopje 'puberteit en ontwikkeling'.

³ Zie voor de stellingen het toegevoegde werkblad

Door middel van dit spel krijgen de cursusleiders zicht op wat de ouders al weten en krijgen de ouders inzicht in wat wel en niet bij de puberteit hoort.

Nadat het spel gedaan is, wordt er door de cursusleiders uitleg gegeven over de puberteit en de daarbij behorende ontwikkeling. Maak het verhaal niet te lang, anders verslapt de aandacht. Geef de ouders een hand-out met de informatie er kort op. Hier kunnen de ouders dan zelf ook nog informatie op schrijven, zodat ze dit altijd nog terug kunnen lezen.

Zorg ook voor beeldend materiaal, dit zorgt ervoor dat de aandacht erbij blijft.

Wanneer er de tijd en ruimte is, kan er ingegaan worden op de relatie tussen de stoornis en de puberteit. Geef de ouders ook ruimte om vragen te stellen, zodat er specifiek ingegaan kan worden op de behoefte van de ouders.

Thuisopdracht

Na de themabespreking wordt er aan de ouders een thuisopdracht meegegeven. Deze opdracht kunnen zij thuis uitvoeren, om zo het geleerde toe te passen of om meer kennis op te doen hoe het thema bij henzelf of bij hun kind speelt.

De thuisopdracht is te vinden in bijlage 'Thuisopdrachten'.

Afsluiten

De cursusleider geeft de ouders nog de gelegenheid tot het stellen van vragen. Hierbij bepaald de cursusleider zelf of de vragen nu beantwoord worden of dat deze een andere bijeenkomst besproken worden. Benoem daarna wanneer de volgende keer weer is en sluit dan de bijeenkomst af.

Of sluit af op een manier die passend is bij de bijeenkomst.

Stellingen

Hieronder volgen een aantal stellingen die gebruikt kunnen worden voor de themabespreking 'puberteit/ontwikkeling'. Natuurlijk kunnen er ook andere stellingen gebruikt worden, deze kun je zelf dan toevoegen.

- In de puberteit krijgt de persoonlijkheid vorm (waar)
- Alle jongeren in de puberteit hebben het heel moeilijk met zichzelf (niet waar)
- Brutaliteit is een van de kenmerken van de puberteit (waar en niet waar)
- Vrienden zijn heel belangrijk in de puberteit (waar)
- Wanneer jongens problemen hebben/het moeilijk hebben uiten ze dit naar buiten toe (waar)
- Wanneer meisjes problemen hebben/het moeilijk hebben uiten ze dit niet en kroppen het op (waar)
- Het geweten ontwikkeld zich in de puberteit (niet waar)
- Pubers hebben moeite met plannen van hun werkzaamheden (waar)
- Bij meisjes komen de (lichamelijke) veranderingen eerder dan bij jongens (waar)
- Het denken van de jongere verschilt met dat van kinderen, maar ook met dat van volwassenen (waar)
- Jongeren in de puberteit hebben hun ouders minder nodig (niet waar)
- Ouders merken verandering in de ouder- kind relatie wanneer hun kind in de puberteit komt (waar)

Thuisopdracht bij het thema 'Puberteit en ontwikkeling'

Opdracht

U krijgt een invulblad mee, waarop u de komende weken een aantal aspecten gaat invullen. Het doel van deze opdracht is om te ontdekken welke 'puberkenmerken' uw kind heeft, die bij de 'normale' puberteit horen en welke kenmerken een gevolg zijn van de stoornis die uw kind heeft.

Observeer uw kind in een aantal situaties, bijvoorbeeld tijdens de maaltijd, wanneer uw kind zelf bezig is of de omgang met broertjes of zusjes. Let in deze situaties op kenmerken die bij de puberteit horen. Schrijf deze op in de linkerkolom. Maar u zult ook andere kenmerken tegenkomen die u hier niet onder kunt plaatsten. Zet deze in de kolom van de stoornis of in de kolom van *anders*.

De volgende bijeenkomst worden de uitkomsten hiervan met elkaar besproken, zodat u een duidelijk beeld krijgt van uw eigen kind in de puberteit.

Bespreken van de thuisopdracht

Op verschillende manieren kan deze opdracht besproken worden.

- Pak de flap-over erbij en zorg dat alle ouders deze goed kunnen zien. Maak op de flap-over drie kolommen, net zoals op het invulblad van de thuisopdracht. Laat de ouders vertellen wat zij hebben ingevuld in de verschillende kolommen. De ouders kunnen één voor één een beurt krijgen of de ouders vertellen willekeurig wat zij hebben ingevuld. Schrijf op de flap-over wat de ouders noemen. Wanneer dit gedaan is, worden de punten een voor een nagelopen. Hierover kan gediscussieerd worden of de cursusleider geeft aan of dit wel of niet in de goede kolom staat en waarom.
- Maak groepjes van ouders en laat de ouders met elkaar de thuisopdracht bespreken. Ouders kunnen elkaar vertellen wat zij hebben ingevuld en wat voor kenmerken er nu bij de 'normale' puberteit horen en welke niet. Laat de ouders deze kenmerken op een groot blad schrijven (van de flap-over). Geef de ouders de ruimte om met elkaar te praten over de kenmerken en om hun ervaringen te delen. Na verloop van tijd (de tijd is te bepalen door de cursusleiders) komen de ouders weer in een groep bij elkaar en worden de verschillende bladen opgehangen. Er wordt nu gekeken naar wat de ouders opgeschreven heeft en hierover kan gediscussieerd/gepraat worden. Of er kunnen vragen gesteld worden. Ook is het handig hierbij om een 'samenvatting' op een apart blad te maken, van wat de ouders ingevuld hebben. Zo komt er een duidelijk overzicht van waar elke kenmerken bijhoren.
- Maak twee groepen van ouders, waarbij elke groep een cursusleider gaat zitten. Spreek als cursusleiders met elkaar af hoe lang deze bespreking gaat duren. Bespreek in de groep de thuisopdracht. Zorg hierbij dat alle ouders aan bod komen. Vraag aan de ouders om de kenmerken die zij hebben ingevuld te noemen en waarom ze het in die kolom hebben ingevuld. Wanneer de tijd voorbij is, komt de groep weer bij elkaar. Er wordt daarna plenair een samenvatting gemaakt van welke kenmerken er bij de puberteit horen en welke meer bij de stoornis. Tenslotte is er nog ruimte voor tips en vragen.

Invulblad bij het thema 'puberteit/ontwikkeling'

Leeftijd van uw kind:
Stoornis:

<i>Kenmerken horend bij de puberteit</i>	<i>Kenmerken horend bij de stoornis</i>	<i>Anders</i>

Bijeenkomst Communicatie

Doelen van de bijeenkomst

- Terugblik op de vorige bijeenkomst, thuisopdracht bespreken.
- Het thema 'communicatie' bespreken. Hierbij wordt ingegaan op de basis van communiceren.
- Ouders weten hoe ze op een goede manier kunnen communiceren met hun kind.
- Ouders ondersteunen in opvoedingsvragen m.b.t. dit onderwerp.
- Lotgenotencontact voor ouders.

Aandachtspunten

- Let op de manier van opstelling. Ga in een kring zitten, zodat iedereen in een gelijkwaardige positie zit en zicht heeft op de ander. Vooral nu het om het communiceren gaat. Benoem dit eventueel.
- Het thema van deze bijeenkomst is 'communicatie'. Let tijdens deze bijeenkomst ook op de communicatie van de ouders, zodat je daar op in kan haken en de link naar communiceren met hun kind kan leggen.
- Eventueel terug komen op het gelezen boek van Gary Chapman '*De vijf talen van de liefde van tieners*'.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Video: Leefstijl voor jongeren
- Eventueel het opdrachtenboek 'Leefstijl 2 voor jongeren'
- Materialen voor het rollenspel
- Thuisopdracht op papier

Programma

- ❖ Welkom
- ❖ Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen
- ❖ Terugblik op de vorige bijeenkomst, bespreken van de thuisopdracht
- ❖ Thema 'Communicatie' bespreken
- ❖ Thuisopdracht meegeven
- ❖ Afsluiten

Inhoud

Welkom

De cursusleider heet de ouders welkom. Er is gelegenheid om koffie/thee te nemen met een koek erbij. De ouders kunnen alvast gaan zitten of nog even met elkaar praten.

Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen

De cursusleider inventariseert of er nog vragen, opmerkingen of dringende mededelingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleider bepaald zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Terugblik op de vorige bijeenkomst, bespreken van de thuisopdracht

Er wordt kort teruggeblikt op de vorige bijeenkomst. Bij deze terugblik wordt besproken wat er gedaan is, om zo duidelijk te krijgen of de ouders de informatie vast hebben gehouden. Na deze terugblik wordt de thuisopdracht erbij gepakt, wanneer deze meegegeven is.

De manieren om de thuisopdracht te bespreken zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Thema 'Communicatie' bespreken

Het thema wat besproken wordt gaat over 'communicatie'. Dit is een heel breed thema, want zo kun je het over verbale- en non-verbale communicatie hebben, over hoe je als ouders met je kind communiceert, hoe de communicatie ten opzichte van een jongere met autisme, PDD-NOS, ADHD, ODD, CD of MCDD verloopt, waar op gelet moet worden enzovoorts. Bijvoorbeeld dat mensen met autisme taal heel letterlijk nemen, en je hier dus op moet letten tijdens het communiceren met hen.

Ook communiceer je bijvoorbeeld over regels/gezag/autoriteit/afspraken maken/grenzen. Hierover zal ook een bijeenkomst uitgewerkt worden.

Bij deze bijeenkomst is het van belang dat er ingegaan wordt op de basiscommunicatie. Er wordt dan ingegaan op hoe je communiceert met elkaar en dan vooral hoe je communiceert met een puber. Ook het verbaal en non-verbaal communiceren en de lichaamstaal. Juist voor deze jongeren is het van belang dat je duidelijk communiceert, wanneer je bijvoorbeeld iets op een blijde manier zegt, maar je lichaamshouding of gezichtsuitdrukking zegt wat anders, kan dit voor deze jongeren heel verwarrend zijn. Want wat bedoel je nou precies?

Allereerst wordt de theorie over communiceren uitgelegd. Leg uit wat het belang van communiceren is, hoe er gecommuniceerd moet of kan worden tegenover pubers (hierbij zou eventueel een link gemaakt kunnen worden naar communicatie over afspraken en het stellen regels), wat voor soorten communicatie er zijn (verbaal en non-verbaal) en wat nog meer van belang is voor deze ouders ten opzichte van communicatie met hun kind.

Verwerkingsvormen om het thema te bespreken en ermee te oefenen:

- *Hoe reageer je als...?* Dit is een werkvorm gaat over manieren van reageren op praktische opvoedingssituaties en stimuleert ouders om na te denken over mogelijk oplossingen. De beginvraag is: 'Hoe reageer je...?' De praktische opvoedingssituaties staan op kaartjes beschreven, maar kunnen ook door tekeningen, foto's of een stukje videoband worden laten zien. Ouders reageren op de situatie die zij krijgen voorgelegd en bespreken met elkaar hoe je daarmee om kunt gaan. Daaruit ontstaan meestal goede aanbevelingen of praktische tips. Als ouders het lastig vinden om hun reactie te bepalen, kan er ook met voorgedrukte reacties worden gewerkt, waarbij de ouders kunnen kiezen welke reactie hen aanspreekt. De ouders kiezen per tweetal de volgens hen meest geschikte reactie. De cursusleiders bespreken de verschillen en overeenkomsten in de gekozen reacties en gaat in op de motieven van ouders om zo te reageren. Hoe

communiceer je naar je kind in deze situaties en waarom zo? Werkt dit of kan het ook anders? Hoe communiceer je met een kind van deze leeftijd (14-18)?

- *Dvd laten zien.* Om het thema communicatie te bespreken, wordt er een fragment van de video: 'Leefstijl voor jongeren' laten zien, waarin gezien wordt hoe je kunt communiceren in bepaalde situaties en hoe dit overkomt. Laat de ouders letten op de communicatie van de personen. Nadat het fragment bekeken is, vraag je de ouders wat er gezien is en wordt hier verder over doorgepraat. (Gebruik hier eventueel het werkboek 'Leefstijl 2 voor jongeren'.)

Hierop volgend oefenen we met een *rollenspel*. In het rollenspel dat gedaan wordt, wordt er gelet op verbaal en non-verbaal gedrag. Hoe is het verbale gedrag? Wat zeggen de personen? en: Hoe is het non-verbale gedrag? Wat voor gezichtsuitdrukkingen, wat is de lichaamshouding?

Een aantal ouders doen naar aanleiding van het fragment een rollenspel, waarbij de andere ouders op de bovenstaande vragen letten. Let er wel op dat de ouders geen situaties spelen in de ouderrol, die ook bij hen thuis zich afspelen. In de nabespreking wordt de ouder dan gemakkelijk als ouder beoordeeld en dat kan heel bedreigend zijn. Het spelen van een rol moet de veiligheid bieden dat je maar een rol speelt en daarop wordt beoordeeld, en niet op je ouderschap. Bespreek de situatie na en geef praktische tips en suggesties.

Er zijn nog veel meer werkvormen om het thema uit te leggen en te oefenen. Hierboven is een selectie weergegeven. Wanneer je als cursusleiders zelf ideeën hebt om het thema te bespreken, kan dit ook worden ingezet.

Thuisopdracht meegeven

Ook deze keer wordt er een thuisopdracht meegegeven. Deze opdracht is te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Afsluiten

De cursusleider geeft de ouders nog de gelegenheid tot het stellen van vragen. Hierbij bepaald de cursusleider zelf of de vragen nu beantwoord worden of dat deze een andere bijeenkomst besproken worden. Benoem daarna wanneer de volgende keer weer is en sluit dan de bijeenkomst af.

Of sluit af op een manier die passend is bij de bijeenkomst.

Thuisopdracht bij het thema 'Communicatie'

Opdracht

Ga voor uzelf eens na hoe u (altijd) communiceert met uw zoon/dochter. Schrijf dit eens op in maximaal 10 zinnen en vermeld daarbij wat wel goed gaat en wat er minder gaat.

Vervolgens let u de komende weken extra op de communicatie met uw zoon/dochter en past u het geleerde toe. Op het invulblad dat u meekrijgt vult u 3 situaties in, waarin de communicatie goed verliep en hoe dat kwam en 3 situaties waarin de communicatie minder verliep, hoe dit kwam en wat u daarover nog zou willen weten of leren.

Op de volgende bijeenkomst zal dit besproken worden.

Bespreken van de thuisopdracht

Bij het bespreken van de thuisopdracht behorend bij het thema 'communicatie' kunnen de volgende manieren gebruikt worden:

- De opdracht kan plenair besproken worden. Op de flap-over wordt er dan in steekwoorden opgeschreven wat goed is om te doen tijdens de communicatie met de ander en wat er minder handig is om te doen/gebruiken bij communicatie.
- Een andere manier is om een situatie te nemen die goed ging en een situatie die niet goed ging. Dit wordt dan van willekeurige ouders verkregen. De beide situaties worden door de ouders (andere ouders dan die de situatie hebben ingebracht of wel deze ouders, maar laat deze ouders dan niet de ouderrol spelen!) in een rollenspel uitgespeeld. Er wordt dan geobserveerd door de anderen wat er goed of minder goed gaat. Na het rollenspel wordt de situatie besproken en word er op de flap-over in steekwoorden geschreven wat de communicatie bevordert en wat dit juist niet doet.

Invulblad bij het thema 'Communicatie'

Hoe ik met mijn kind communiceer (algemeen)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

De situaties

<i>De communicatie verloopt goed</i>	<i>De communicatie verloopt minder goed</i>

Bijeenkomst Regels/grenzen en gezag/autoriteit

Doelen van de bijeenkomst

- Terugblik op de vorige bijeenkomst, thuisopdracht bespreken.
- Het thema 'regels/grenzen en gezag/autoriteit' bespreken.
- Ouders bewust maken hoe om te gaan met pubers t.o.v. bovengenoemd onderwerp.
- Ouders ondersteunen in opvoedingsvragen m.b.t. dit onderwerp.
- Lotgenotencontact voor ouders.

Aandachtspunten

- Let op de manier van opstelling. Ga in een kring zitten, zodat iedereen in een gelijkwaardige positie zit en zicht heeft op de ander.
- Geef ruimte voor het bespreken van situaties, maar houdt hierbij de tijd in de gaten.
- Houdt er rekening mee dat de ouders heel verschillende ideeën hebben over dit onderwerp. Het ene echtpaar zal bijvoorbeeld meer regels en grenzen hebben, de andere weer minder.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Rode, oranje en groene kaartjes
- 'Zwieper' of (gekleurde) dobbelsteen
- (Gekleurde) kaartjes met discussievragen/stellingen over 'regels/grenzen en gezag/autoriteit' in de opvoeding
- Een kleed of grondplaat van karton met minimaal 4 gekleurde vakken of taartpunten.
- Thuisopdracht op papier

Programma

- ❖ Welkom
- ❖ Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen
- ❖ Terugblik op de vorige bijeenkomst, bespreken van de thuisopdracht
- ❖ Thema 'Regels/grenzen en gezag/autoriteit' bespreken
- ❖ Thuisopdracht meegeven
- ❖ Afsluiten

Inhoud

Welkom

De cursusleider heet de ouders welkom. Er is gelegenheid om koffie/thee te nemen met een koek erbij. De ouders kunnen alvast gaan zitten of nog even met elkaar praten.

Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen

De cursusleider inventariseert of er nog vragen, opmerkingen of dringende mededelingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleider bepaald zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Terugblik op de vorige bijeenkomst, bespreken van de thuisopdracht

Er wordt teruggeblikt op de vorige bijeenkomst, wat er besproken is en of de ouders dit vast hebben kunnen houden. Hierbij wordt de thuisopdracht erbij gepakt, wanneer deze meegegeven is en deze wordt besproken. Er zijn natuurlijk veel manieren om de thuisopdracht te bespreken. Het hangt van de groep en van het thema af, op welke manier de thuisopdracht besproken wordt. Ook hoe lang er aandacht besteedt wordt aan de thuisopdracht.

De verschillende manieren waarop de thuisopdracht besproken kan worden, zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Thema 'Regels/grenzen en gezag/autoriteit' bespreken

Deze keer is het thema 'regels/grenzen en gezag/autoriteit' aan de beurt. Het is opnieuw een breed thema, maar wel wat allemaal op hetzelfde neerkomt, namelijk het verschil in positie tussen ouder en kind. Om het bespreken van dit thema praktisch te maken kan het volgende gedaan worden:

- *Stoplichtenspel*. Dit is een werkvorm die in de praktijk veel wordt toegepast. Door het symbool van de stoplichten is de werkvorm goed toepasbaar bij een het onderwerp regels en grenzen in de opvoeding. Alle ouders hebben drie kaartjes in de kleuren van het stoplicht. De cursusleider leest hardop de situaties voor waarin kinderen zich 'ongewenst gedragen' (in verschillende gradaties). Bij elke situatie kiezen de ouders individueel of in een tweetal of zij in dit geval zouden ingrijpen (rood), of ze twijfelen tussen soms wel/soms niet ingrijpen (oranje) of dat zij niet zouden reageren of ingrijpen (groen). De ouders steken de kleur van hun keuze op en de cursusleiders kunnen zo zien hoe de meningen verdeeld zijn. Per situatie worden steeds een aantal ouders gevraagd om een toelichting te geven op hun keuze. Als de ouders het met elkaar eens zijn, kan men naar een volgende situatie. De cursusleiders kunnen steeds navragen welke overwegingen een rol spelen bij het wel of niet ingrijpen en daar bij de afronding nog even op terugkomen.
- *Zwiepspel of dobbelsteenspel*. Dit is een werkvorm dat uitgaat van discussievragen, maar een speelse vorm heeft. Voor het zwiepspel is een 'zwieper' nodig (een draaiende pijl) en een kleed of grondplaat van karton met minimaal 4 gekleurde vakken of taartpunten. Het aantal vakken kan uitgebreid worden aan de hand van het aantal thema's. In deze bijeenkomst zouden het dus 4 vakken zijn. Op elk vak liggen kaartjes met bij dat subthema behorende situatieschetsen/discussievragen of stellingen. Voor het dobbelsteenspel is een grote (kleuren) dobbelsteen nodig en kaartjes met overeenkomstige kleuren of punten. Bij het dobbelsteenspel zal het onderwerp in ieder geval zes categorieën of aspecten van het onderwerp moeten omvatten. Het spelverloop is als volgt: de ouders zitten aan tafel rondom de spelvorm. De cursusleider nodigt een van de ouders uit om door middel van 'zwiepen' of gooien met

een kleurendobbelsteen een categorie te bepalen en daaruit een kaartje met een situatieschets/discussievraag te pakken. Hij of zij leest de tekst hardop voor en mag er als eerste op reageren. Daarna kunnen de andere ouders hun mening geven of de cursusleiders kunnen aanvullende informatie geven. Daarna is de volgende ouder aan de beurt om te gooien of te draaien en wordt de volgende situatie voorgelezen en besproken. De ouders spelen in deze werkvorm alleen of per tweetal. Gezien het aantal groepsleden, adviseren wij het om in een tweetal te doen (per echtpaar).

De 'zwieper' of dobbelsteen kan ook weggelaten worden, zodat de ouders zelf kunnen kiezen over welk aspect van het onderwerp zij het willen hebben.

Uitspraken, situaties of vragen voor op de kaartjes:

- Wanneer je als ouders geen gezag hebt, kun je ook geen regels stellen.
- Gezag heb je of heb je niet.
- Mijn kind mag meedenken bij het stellen van regels.
- Zonder grenzen geen goede opvoeding.
- Een autoritaire opvoedingsstijl werkt het beste.

- Welke regels vindt u belangrijk voor uw kind?
- Mag uw kind ook meebeslissen bij regels en/of afspraken?
- Is er een consequentie wanneer uw kind de regels overtreedt of zich niet aan de afspraken houdt?
- Wat doet u, wanneer uw kind niet luistert?
- Weet u hoe u gezag kunt uitoefenen? En wat is dan de beste manier?

- U hebt de afspraak met uw kind dat hij/zij om 22.00 uur thuis moet zijn. Maar uw kind komt een half uur later thuis. Dit is niet de eerste keer. Hoe reageert u?
- Uw kind wil niet naar de Deeltijd. Wat doet u?
- U hebt een afspraak gemaakt met uw kind (dit kan van alles zijn). Uw kind houdt zich goed aan de afspraak. Reageert u hierop? Zo ja, hoe dan?
- Op de Deeltijd luistert de jongere wel naar de groepsleiding. Zodra hij/zij thuis is, luistert hij/zij totaal niet meer. Wat doet u hiermee?

Thuisopdracht meegeven

Het thema wat deze keer is besproken is heel erg breed. Er is daarom voor gekozen om verschillende opties te geven voor een thuisopdracht. Het is aan de cursusleiders of er een opdracht wordt gegeven en welke opdracht er wordt gegeven.

De opties voor een thuisopdracht zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Afsluiten

De cursusleider geeft de ouders nog de gelegenheid tot het stellen van vragen. Hierbij bepaald de cursusleider zelf of de vragen nu beantwoord worden of dat deze een andere bijeenkomst besproken worden. Benoem daarna wanneer de volgende keer weer is en sluit dan de bijeenkomst af.

Of sluit af op een manier die passend is bij de bijeenkomst.

Thuisopdracht bij het thema 'Regels/grenzen en gezag/autoriteit'

Opdracht

Doordat dit thema veel verschillende aspecten heeft, kunnen er verschillende thuisopdrachten door de ouders gedaan worden. Hieronder worden kort enkele suggesties weergegeven, waaruit de cursusleider kan bepalen welke opdracht er ingezet wordt.

Opdrachten:

- Laat de ouders een boek lezen die met dit thema te maken heeft.
- Of geef ouders folders en/of artikelen mee die ze kunnen lezen, waarna ze een aantal vragen kunnen beantwoorden.
- Een invulblad waarop ouders hun inzichten over dit thema invullen
- Laat de ouders elk afzonderlijk opschrijven hoe zij over dit thema denken. Welke regels zijn belangrijk?, in hoeverre moet ik grenzen stellen?, hoe ga ik om met autoriteit, gezag? Welke afspraken vind ik belangrijk om te maken. Wanneer de ouders dit afzonderlijk hebben ingevuld, laten ze elkaars punten lezen en praten zij hier samen over. Zo wordt duidelijk of de ouders allebei op een lijn zitten. Dit is belangrijk om te weten, om zo te kunnen ontdekken of ouders hierin meer samen moeten overleggen, zodat zij wel op een lijn zitten, wat duidelijkheid biedt voor hun kind.
- Situaties die thuis geoefend gaan worden. Denk hierbij aan het stellen van regels: hoe doe je dat? of: Wat mag mijn kind wel en niet zeggen?

Bespreken van de thuisopdracht

Voor het bespreken van de thuisopdracht kan er aan de ouders gevraagd worden op welke manier zij dit zouden willen. Ook kunnen de cursusleiders zelf bedenken hoe de thuisopdracht wordt besproken. Voor manieren om dit te doen, kunt u lezen bij de andere thuisopdrachten.

Bijeenkomst Vrije tijd

Doelen van de bijeenkomst

- Terugblik op de vorige bijeenkomst, thuisopdracht bespreken.
- Ouders inzicht geven in de moeite die een jongere met een stoornis in het autistisch spectrum, ADHD, CD en ODD ervaart met het omgaan met vrije tijd.
- Handreikingen bieden om hun kind te helpen en ondersteunen in het vullen van hun vrije tijd.

Aandachtspunten

- Wanneer je handreikingen doet om ouders samen met de jongere iets te laten doen, houdt dan wel rekening met het tijdsgebrek wat ouders vaak ervaren. Geef tips die mogelijk weinig tijd kosten of geef handreikingen om hulp te vragen van hun eigen netwerk.
- Zoek eventueel al zelf informatie op (internetsites of folders) over bijvoorbeeld de stichting Eddee of PGB, die activiteiten organiseren voor deze jongeren.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Pennen en papier
- Lijst met favoriete bezigheden (voor elk ouderpaar 2 keer de lijst)
- Nieuwe thuisopdracht op papier

Programma

- ❖ Welkom
- ❖ Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen
- ❖ Bespreken van de thuisopdracht na vorige bijeenkomst
- ❖ Het thema 'Vrije tijd' bespreken
- ❖ Thuisopdracht meegeven
- ❖ Afsluiten

Inhoud

Welkom

De ouders worden door de cursusleider weer welkom geheten. Ook is er koffie/thee aanwezig, met wat lekkers erbij. De ouders krijgen de gelegenheid even met elkaar te praten, waarna gevraagd wordt om plaats te nemen.

Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen

De cursusleider inventariseert of er nog vragen, opmerkingen of dringende mededelingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleider bepaald zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Bespreken van de vorige thuisopdracht

Wanneer er een thuisopdracht gegeven is, wordt deze besproken. Wanneer deze dus niet gegeven is, hoeft er ook niet op teruggekomen te worden. De thuisopdracht en bespreking hiervan zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Thema 'Vrije tijd' bespreken

Het is voor jongeren al niet altijd gemakkelijk om hun vrije tijd in te vullen. Zeker niet als ze al in hun karakter niet ondernemend zijn of zelf over weinig fantasie en doorzettingsvermogen beschikken.

Jongeren met een stoornis in het autistisch spectrum vinden het helemaal lastig om hun vrije tijd in te vullen. Vaak willen zij van te voren weten wat er op de planning staat. In de meeste gevallen hebben deze jongeren weinig sociale contacten buiten het gezin en de schoolsituatie om en vinden zij het moeilijk om contacten te leggen en te onderhouden. Dit geldt ook voor de invulling van hun vrije tijd. Zij benoemen vaak geen zin te hebben om iets te ondernemen of ze weten niet wat ze moeten doen. Maar vaak ligt daar angst en onkunde aan ten grondslag. Zij weten niet hoe zij iets aan moeten pakken en durven het niet.

Positieve stimulus en ondersteuning zijn noodzakelijk. Vaak gaat het daarna een periode goed, waarna zij weer terug vallen in hun passief gedrag. De ouders hebben hier een belangrijke rol in. Het is belangrijk stap-voor-stap met de jongere door te spreken hoe zij het, met behulp van ouders, kunnen aanpakken.

Daarbij is het belangrijk dat het in eerste instantie om 'kleine' activiteiten gaat, waarnaast natuurlijk ook tal van andere mogelijkheden zijn.

Het is leuk om met elkaar te inventariseren welke activiteiten in huis te doen zijn, zonder daar veel voor te hoeven organiseren of daar veel tijd aan te besteden.

- Pak de flap-over en laat ouders opschrijven welke activiteiten zij wel eens met hun zoon of dochter doen (gebruik hiervoor 1 kleur stift)
- Geef hen de lijst met favoriete bezigheden en laat deze per echtpaar invullen voor hun kind. Laat ze nadenken over wat hun kind leuk vindt om te doen.

Veel jongeren zitten het grootste gedeelte van de dag achter de computer. Hier zijn verschillende redenen voor:

- Sommige jongeren ervaren het als rust, een moment waarin ze weinig prikkels hebben en even 'van de wereld' te zijn door helemaal in hun spel op te gaan.
- Andere jongeren hebben het gevoel in het maatschappelijk leven onvoldoende te presteren en hebben het gevoel niet voldoende waard te zijn. In computerspelletjes zijn

ze vaak goed en halen ze punten. Daardoor worden zij elke keer 'beter' en zoeken zij zo hun waardering.

- Daarnaast geldt voor bijna iedere jongere dat zij blij zijn dat zij op deze manier geen contact hoeven te maken met mensen, dus geen moeilijke situatie ondervinden. (vermijdingsgedrag)

Juist deze jongeren moeten gestimuleerd worden aan te gaan wat ze juist moeilijk vinden, om niet nog meer problemen te ontwikkelen en om zich niet af te sluiten voor de samenleving.

Sporten in een kleine groep, op een jeugdclub of bij een vriendenkring aangesloten zijn, is heel waardevol en nodig voor deze jongeren.

Maar hoe moet dat? Door eerst te bedenken wat de jongere leuk vindt om te doen. Wat past bij de jongere, waar ligt zijn/haar interesses en waar liggen zijn/haar mogelijkheden/kwaliteiten.

Daarna is het belangrijk om op zoek te gaan naar activiteiten en groepen die in deze wensen zouden kunnen voorzien, om zich vervolgens daarbij aan te sluiten. Dan komt het proces waarin met de jongere stap-voor-stap besproken dient te worden, wat de jongere nodig heeft om deel te nemen aan de activiteit en daarna ook de activiteit te evalueren.

- *Met elkaar het spel ganzenbord doen.*

Verdeel de groep in twee groepen.

Voor beiden is er een bord met een dobbelsteen en pionnetjes. Wanneer een ouder op een ingekleurd vakje staat, betekent dit een opdracht.

Bij de 'opdrachten' op het ganzenbord moeten zij een kaartje van de stapel pakken waarop een vraag of opdracht staat die zij moeten beantwoorden of uitvoeren.

Evalueren en thuisopdracht meegeven

Geef een rondje feedback en geef eventueel je observaties weer. Benoem de belangrijkste punten van deze avond nog een keer, geef de tips om de folders in te kijken of een kijkje te nemen op de website van stichting Eddee. Geef daarna de thuisopdracht mee.

- De ouders krijgen de lijst mee met favoriete bezigheden voor hun kind. Zij vragen aan hun kind om deze lijst in te vullen.
Daarna wordt de ouders gevraagd de lijsten naast elkaar te leggen en een gesprek aan te knopen met hun kind over de overeenkomsten, verschillen, ideeën, enzovoorts.
- Daarnaast krijgen de ouders de volgende opdracht mee:
Doe 1 keer in de week een activiteit met uw kind alleen.
Probeer een keer een activiteit met heel het gezin.
Bedenk met uw kind een activiteit die wekelijks terug komt (sportvereniging, jeugdclub of groepje vrienden). Bereid dit voor met uw kind en laat uw kind het ten uitvoer brengen.

Afsluiten

Vraag of er nog vragen zijn naar aanleiding van deze avond, over het thema of andere zaken.

Bedank ouders voor hun inzet en medewerking en geef aan wanneer de volgende avond is.

Welke activiteit heeft u het laatst samen met uw kind gedaan?

Noem twee activiteiten die u binnenshuis met uw kind kan doen, die min. een half uur duren.

Uw kind vraagt of u iets met hem/haar wilt doen. U hebt geen tijd. Hoe reageert u?

Noem 2 activiteiten die uw kind wekelijks kan doen, op dezelfde dag, op hetzelfde tijdstip.

Uw kind zit bijna heel de dag achter de computer. Hij/zij is dan rustig en heeft het naar de zin. Hij/zij doet geen moeite andere dingen te gaan doen.

U hebt bedacht om samen met uw kind iets te gaan doen.

U legt uw plan voor aan uw kind. Alleen.. uw kind heeft geen zin.

Vraag aan de andere ouders een idee voor een activiteit, waarbij uw kind een vaardigheid leert m.b.t. contact met anderen.

Bewegen is goed voor uw kind. Toch wilt u niet dat uw kind op een teamsport gaat. Noem 2 mogelijkheden die uw kind toch kan doen.

Uw kind heeft met u nagedacht welke groepsactiviteit hij/zij wil bezoeken.

U bereid uw kind voor op wat

Noem 4 redenen waarom een jongere met een stoornis in het autistisch spectrum moeite ervaart om vrije tijd in te vullen.

Stelling:

Een jongere met een stoornis in het autistisch spectrum is gewoon te eigenwijs om dingen met een ander te doen en is gewoon lui.

Stelling:

Ik ben blij als mijn kind een poosje achter de computer zit. Zo heb ik even rust.

Stel een vraag m.b.t. de vrije tijd van uw kind

- Wij gaan altijd met het hele gezin op vakantie
- Wij gaan nooit met het hele gezin op vakantie
- We gaan met het gezin op vakantie, terwijl ons kind deze vakantie anders invult.

(eigen invulling door cursusleiders)

Stelling:

Een jongere met ADHD kan geen spellen doen waarin hij/zij heel veel prikkels krijgt.

Stelling:

Weinig vrije tijd is het beste voor jongeren met autisme, ADHD, ODD en CD

Praat hier eens over:

Mijn kind kan altijd naar iemand toe, wanneer hij/zij daar behoefte aan heeft

In zijn/haar vrije tijd doet mijn kind activiteiten met broertjes en/of zusjes

(eigen invulling door cursusleiders)

Thuisopdracht bij thema 'Vrije tijd'

U krijgt de lijst mee met favoriete bezigheden die u zelf ook hebt ingevuld. Vraag uw kind deze lijst in te vullen.

Wanneer u en uw kind de lijst hebben ingevuld, probeert u hierover een gesprek aan te knopen.

Leg beide lijsten naast elkaar en bespreek dit met uw kind. Kijk naar de overeenkomsten en verschillen en ga op zoek naar ideeën en mogelijkheden.

Aan de slag:

Probeer eventueel met behulp van de lijsten:

- 1 keer in de week een activiteit met uw kind alleen te doen.
- Probeer een keer een activiteit te bedenken met heel het gezin en deze uit te voeren.

Tenslotte zouden we u willen vragen om een activiteit te bedenken, samen met uw kind, die wekelijks terug komt (sportvereniging, jeugdclub of groepje vrienden).

Kijk hierbij naar de wensen van uw kind, interesses, mogelijkheden/kwaliteiten en ga met elkaar op zoek naar een terugkerende activiteit.

Bereid daarna de activiteit voor met uw kind en laat het uw kind ten uitvoer brengen.

Bespreken van de thuisopdracht

Ouders hebben allemaal ervaringen opgedaan deze week.

Doe een rondje waarin ieder ouderpaar verteld wat zij gedaan hebben met hun kind.

Schrijf op een flap-over wat ouders kunnen vertellen:

- Waren er ontdekkingen bij het vergelijken van de lijsten?
- Welke activiteit(en) heeft u met uw kind gedaan/opgepakt en hoe was de reactie van uw kind? Vertel uw bevindingen.
- Hebt u nog een activiteit kunnen doen met heel het gezin?
- Zo ja, hoe ging dat m.b.t. het bespreken, voorbereiden en uitvoeren ervan?
- Wat waren de reacties van uw kinderen?

Bijeenkomst Het gezin

Doelen van de bijeenkomst

- Terugblik op de vorige bijeenkomst, thuisopdracht bespreken.
- De ouders de ruimte geven te delen hoe zij hun rol als opvoeder beleven.
- Ouders inzicht geven op de invloed van een kind met een stoornis in het autistisch spectrum of met ADHD, CD of ODD binnen het gezin.
- Ouders, met behulp van het balansmodel, inzicht geven in de bedreigende en beschermende factoren in het gezin, die invloed hebben op hun rolbeleving als opvoeder.
- Ouders handreikingen aanbieden om beschermende factoren te vermeerderen en uit te breiden.

Aandachtspunten

- Ouders kunnen veel onmacht en onbegrip ervaren vanuit de omgeving. Ook vanuit hulpverleners. Geef hen hierin erkenning en de ruimte dit te verwoorden en eventueel uit te spelen.
- Mogelijk is er veel tijd nodig om te bespreken hoe de ouders de rol ervaren als opvoeder. Mogelijk is er onvoldoende tijd en gelegenheid dieper in te gaan op brussen. Ga hier eventueel een volgende bijeenkomst op door, bedenk dan zelf activiteiten. Of geef de ouders aan dat zij hun kinderen stimuleren om naar de brussendag te gaan, die Eleos organiseert.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Pennen en papier
- Nieuwe thuisopdracht op papier
- Kaarten met de stellingen/gedachten
- Rode en groene kaarten
- Folders van de brussendag (indien bekend wanneer deze is, dit doorgeven)

Programma

- ❖ Welkom
- ❖ Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen
- ❖ Bespreken van de thuisopdracht na de vorige bijeenkomst
- ❖ Het thema 'Het gezin' bespreken
- ❖ Thuisopdracht meegeven
- ❖ Afsluiten

Inhoud

Welkom

De ouders worden door de cursusleider weer welkom geheten. Ook is er koffie/thee aanwezig, met wat lekkers erbij. De ouders krijgen de gelegenheid even met elkaar te praten, waarna gevraagd wordt om plaats te nemen.

Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen

De cursusleider inventariseert of er nog vragen, opmerkingen of dringende mededelingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleider bepaald zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Bespreken van de thuisopdracht

Wanneer er een thuisopdracht gegeven is, wordt deze besproken. Wanneer deze dus niet gegeven is, hoeft er ook niet op teruggekomen te worden. De thuisopdracht en bespreking hiervan zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Thema 'Het gezin' bespreken

Een kind met een stoornis in het autistisch spectrum of met ADHD, CD of ODD heeft invloed op het hele gezin. De opvoeding van deze jongeren verloopt anders dan de opvoeding van kinderen die zich 'normaal' ontwikkelen. Het feit dat de opvoeding anders verloopt, heeft meestal ook gevolgen voor de manier waarop ouders het ouderschap beleven.

De aanwezigheid van een kind met genoemde stoornissen geven een eigen kleur aan het gezin. Het heeft gevolgen voor de onderlinge relaties binnen het gezin. Het kan spanning geven tussen partners, omdat zij beiden kunnen verschillen in de aanpak van de jongere en in de regels die ze stellen en handhaven. Ook het verwerken en het kunnen accepteren van de diagnose bij hun kind, kan spanning geven.

Maar in ieder gezin kan dit zich anders ontwikkelen. In het ene gezin wordt het nauwelijks als 'problematisch' ervaren, maar wordt er wat extra aandacht besteed aan de systemen binnen het gezin. Terwijl in het andere gezin er veel opvoedingsproblemen zijn en de ouders het idee hebben geen invloed meer uit kunnen oefenen op het kind. Het bepaald dan op een negatieve manier de sfeer in het gezin.

Wanneer er binnen het gezin sprake is van een kind met een stoornis in het autistisch spectrum, ADHD, CD of ODD, heeft dit gevolgen voor de opvoeding. De belangrijkste verschillen met de opvoeding van 'normale' kinderen zijn:

- Ouders ervaren de opvoeding als eenrichtingsverkeer:
In de normale opvoeding merken de ouders dat zij invloed hebben op het gedrag van hun kind. Het kind doet allerlei dingen en de ouders reageren daarop. Vervolgens reageert het kind weer op de ouders, waardoor de ouders merken of het kind het begrepen heeft wat zij willen of bedoelen. Het kind leert van zijn ouders door wat zij zeggen of doen.
In de opvoeding van kinderen en jongeren met een stoornis in het autistisch spectrum, ADHD, CD of ODD ontbreekt deze wederkerigheid, of is deze onvoldoende aanwezig. De jongeren leren moeilijker en langzamer van wat de ouders zeggen en doen. De ouders merken dat zij dan niet of nauwelijks overkomen, waardoor zij het gevoel kunnen krijgen dat het niet uitmaakt wat zij doen. 'Alsof je tegen een muur praat.'
- Ouders ervaren dat ze minder een appél kunnen doen op de sociale intuïtie van hun kind
In de normale opvoeding leert een kind naarmate het ouder wordt steeds meer zijn impulsen onder controle te krijgen en zijn gedrag aan te passen aan sociale situaties. Daarnaast leert het kind zich steeds beter in te leven in wat een ander denkt en voelt.

Ouders doen in de opvoeding voortdurend een appél op deze toenemende vermogens. De meeste ouders merken dit niet eens. Het lijkt vanzelfsprekend dat kinderen hierin ontwikkelen.

Bij jongeren met een stoornis in het autistisch spectrum, ADHD, CD of ODD is dit juist niet vanzelfsprekend. Zij blijven moeite houden met het aanvoelen van sociale situaties, hun sociale intuïtie blijft zwak, terwijl ouders op een bepaalde leeftijd denken: 'Dat snapt hij/zij nu toch wel?' 'Ik heb het nu al tien keer uitgelegd'.

- Ouders begrijpen hun kind niet automatisch

In de normale opvoeding begrijpen ouders vaak wat er in hun kind omgaat. Meestal valt in het gedrag af te lezen wat hun kind beleeft of voelt. Dit is zo ontwikkeld en gegroeid in de loop der jaren. Het kind is 'invoelbaar' voor ouders. Dat maakt het voor de ouders gemakkelijker om op het kind te reageren en in te schatten welke reactie op het gedrag van het kind een positief effect heeft.

Bij jongeren met een stoornis in het autistisch spectrum, ADHD, CD of ODD is dit vaak moeilijker invoelbaar. Voor veel ouders is het lastig om te begrijpen wat het kind denkt en voelt. Situaties waar andere jongeren blij van worden, kan deze jongere juist angstig of boos maken. Ze kunnen soms ineens uitvallen wanneer er iets gezegd wordt, wanneer zij iets horen of moeten doen. Waarschijnlijk komt dit doordat het geluid (de prikkel) te veel is voor deze jongere, wat hem stoort of is het te onverwacht. Hij/zij heeft er last van en heeft moeite om de (extra) prikkel op dat moment te verwerken. Op een ander moment kan de jongere er wel tegen en gaat hij/zij zelfs meedoen of komt zelf met plannen om iets te gaan doen. Dit kunnen ouders vaak niet plaatsen, maar voor de jongere is dit een eigen beleving en hij/zij voelt wat hij of zij aan kan op dat moment.

- Het kind blijft meer en langer afhankelijk van de ouders

In de normale opvoeding leert een kind steeds meer 'los' van zijn ouders te functioneren en ontwikkelt de rol van de ouders zich van het verzorgen van het kind tot aan het toekijken vanaf de zijlijn hoe het kind zelfstandig functioneert.

Een jongere met een stoornis in het autistisch spectrum, ADHD, CD of ODD heeft zijn ouders meer dan gemiddeld nodig om zich goed te kunnen ontwikkelen. Het heeft ouders nodig om uitleg te krijgen hoe hij/zij moet gedragen en hoe het er in de maatschappij aan toegaat. De jongere heeft behoefte aan ouders die zijn/haar leefomgeving vormgeven en het overzichtelijk maken, zodat het zich veilig voelt.

Deze gevolgen kunnen de ouders onzeker maken in de rol van opvoeder. Gedachten als: 'Doe ik het wel goed?' 'Hoe moet ik met dit kind omgaan?' 'Ik ben geen goede moeder/vader', 'Ik kan mijn kinderen niet aan', zijn vaak aanwezig.

Ook vraagt de jongere om een zo vast mogelijk ritme dat in het gezinsleven soms heel lastig kan zijn. Spontane gebeurtenissen of activiteiten kunnen negatief uitvallen, omdat deze jongere er nu juist moeite mee heeft, terwijl de andere kinderen ervan genieten.

De invloed hiervan op het sociaal netwerk, kan soms groot zijn. Ouders die hun best doen voor hun kind met deze problematiek voorkomen deze moeilijke situaties, door maar niet te veel op visite te gaan, door niet iets te organiseren met hun gezin, omdat het toch allemaal moeilijk gaat en er weer conflicten kunnen komen. Daardoor wordt hun sociaal netwerk kleiner of zelfs heel klein. Men kan zich voor het gedrag van hun kind schamen tegenover vrienden en kennissen.

Brussen, broertjes en zusjes, hebben het vaak ook moeilijk. Ten eerste krijgen zij voor hun gevoel, en soms ook letterlijk, minder aandacht. Veel zorg en aandacht gaan naar hun broertje of zusje. Daarnaast vragen ouders soms ook meer van hen, in de omgang met hun broertje of zusje of wat betreft hulp in het gezin. Zij moeten bijvoorbeeld de wijste zijn, zich maar aanpassen aan de situatie, rekening houden met..., even helpen met..., oppassen, enzovoorts.

Daarnaast kan het onvoorspelbare gedrag van hun broertje of zusje ook beangstigend zijn of hen boos maken.

Vaak kunnen gevoelens van brussen tegenstrijdig zijn. Aan de ene kant voelen zij zich verantwoordelijk en ervaren zij gevoelens van zorg en liefde. Aan de andere kant kan het hen verdrietig, bang en boos maken. Ook tegenover hun ouders kunnen zij deze tegenstrijdige gevoelens ervaren.

Voor deze brussen kan het accepteren van deze gevoelens al opluchten en is het belangrijk dit bespreekbaar te maken. Vraag hen wat ze graag zouden willen en geef hen de ruimte om even uit de situatie te gaan of zich even te uiten (waar hun broertje of zusje niet bij is). Veel brussen snappen ook niet zo goed wat er precies aan de hand is. Hun broertje of zusje doet soms raar en ze snappen soms niet, wat er nu aan de hand is. Belangrijk is om hier uitleg over te geven. Deze uitleg moet passen bij het ontwikkelingsniveau van het kind.

Aan de slag

Ga aan de slag met de volgende punten:

- Invloed van deze jongeren in de relatie tussen partners
- Invloed van deze jongeren in relatie met vrienden en kennissen
- Invloed op sociale situaties (zoals onverwachte gebeurtenissen of activiteiten)
- Invloed op brussen

Om zicht te krijgen op de rolbeleving van ouders, wordt er gebruik gemaakt van het balansmodel. Er wordt inzichtelijk gemaakt welke factoren ouders beïnvloeden die hen energie kost en die ze ervaren als belasting (bedreigende factoren).

Daarna wordt er besproken welke mogelijkheden en tips ouders elkaar kunnen geven hoe zij een balans kunnen vinden door positieve (beschermende) factoren. De cursusleiders zullen daarnaast ook handreikingen geven.

Dit kan gedaan worden door het 'stellingen spel'.

- *Stellingen spel:* Er wordt een stelling/ een gedachte laten zien door middel van een kaart (geplastificeerd A4 met de stelling/gedachte) waar ouders door middel van de groene of rode kaart aangeven of zij het er (niet) mee eens zijn of de gedachte (niet) herkennen.

De reacties van ouders wordt op de flap-over opgeschreven, zodat er een gesprek ontstaat en met elkaar meegedacht kan worden.

De reacties worden met zwart op de ene flap-over geschreven als het bedreigende factoren zijn. Wanneer het genoemd wordt op een positieve manier, als een positieve/beschermende factor, wordt deze met rood op de andere flap-over geschreven. Dit wordt nog niet benoemd, om ouders te laten nadenken waarom je de reacties splitst. Zo krijgen zij inzicht in hun rolbeleving.

Deze reacties worden gebruikt bij het bespreken van het balansmodel, het geven van de tips en handreikingen bij het bespreken van de beschermende factoren.

Er zijn verschillende reacties opgeschreven. Over de bedreigende factoren is al het een en ander gezegd. Beschermende factoren geven energie en houden de situatie draagbaar.

Geef de ouders een paar minuten om 2 beschermende factoren te bedenken. Waar halen zij positieve energie vandaan?

Schrijf deze op onder de reacties die in het rood zijn opgeschreven

Tip voor het bespreken:

Zet positieve en negatieve gedachten tegenover elkaar. Gebruik eventueel het GGGG-model.

Een voorbeeld: Stelling 'Wanneer ik mijn kind laat logeren, heb ik hier een schuldgevoel bij.'

Ouders kunnen dit sterk hebben. Een gedachte hiertegen over kan zijn: 'Mijn kind komt even tot rust wanneer zij/hij logeert', 'Het geeft ons allemaal weer positieve energie om ons voor elkaar in te zetten', 'Wij kunnen meer aandacht geven aan de andere kinderen'.

Stellingen:

Ik ga zo weinig mogelijk weg, om te voorkomen dat het fout gaat.

Ik spreek nooit iets op het laatste moment af met vrienden of kennissen.

Ik weet soms niet waar ik goed aan doet. Het lijkt of alles verkeerd gaat.

Ik ben geen goede moeder/vader voor mijn kinderen (alle kinderen).

Ik vind het belangrijk dat ik contact met vrienden onderhoudt.

Ik neem mijn kind mee op visite.

Ik schaam mij soms voor mijn kind.

Ik trek mij de reacties van mijn omgeving erg aan.

Ik durf met mijn andere kinderen iets te doen, terwijl mijn kind bij een vriend/vriendin of kennis is.

Ik laat mijn kind regelmatig bij een vriend of kennis logeren, zodat ik even 'op adem' kan komen.

Wanneer ik mijn kind laat logeren, heb ik hier een schuldgevoel bij.

Ik geef voldoende aandacht aan mijn andere kinderen.

Ik zorg voldoende voor mijn eigen rust en ontspanning.

Wij gaan als partners wel eens samen weg.

Thuisopdracht

Ouders gaan thuis twee keer iets doen waar zij ontspanning in vinden of energie van opdoen.

Zie voor de opdracht, in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Afsluiten

De cursusleider geeft de ouders nog de gelegenheid tot het stellen van vragen. Hierbij bepaald de cursusleider zelf of de vragen nu beantwoord worden of dat deze een andere bijeenkomst besproken worden.

Geef aan dat er brussendagen georganiseerd worden waar de andere kinderen van het gezin aandacht krijgen. Vertel iets over de inhoud van deze dag(en) en stimuleer hen hierover met de brussen te praten. Geef, indien mogelijk, een folder mee over de brussendagen en eventueel de datum van de eerstvolgende brussendag.

Daarnaast worden er op de Deeltijd oudermiddagen georganiseerd. Geef ook hierover informatie en stimuleer ouders hier naartoe te komen, met brussen en eventueel vrienden van hun kind.

Benoem daarna wanneer de volgende keer weer is en sluit dan de bijeenkomst af.

Of sluit af op een manier die passend is bij de bijeenkomst.

Thuisopdracht bij het thema 'Het gezin'

Opdracht

Tijdens de bijeenkomst hebben we met elkaar het balansmodel besproken. Er zijn bedreigende factoren: factoren die energie kosten, en beschermende factoren: factoren die energie geven en die hen ontspanning geven.

Probeer in de komende twee weken extra aandacht te besteden aan (eigen)ontspanning en doe activiteiten die u energie geven.

Dit kan samen als partners zijn, met de kinderen zonder uw kind met extra zorgbehoeften of met heel het gezin.

Schat zelf in wat u aankunt en wat voor u ontspanning is.

Probeer van de ondernomen activiteiten een verslagje te schrijven, zodat u volgende keer kunt inbrengen wat u heeft gedaan.

Probeer hierin ook te beschrijven hoe de reactie van uw kind met extra zorgbehoeften was, en de reactie van de brussen.

Bespreken van de thuisopdracht

De ouders hebben een verslagje geschreven van twee activiteiten of situaties die voor hen positief en/of ontspannend waren.

Zij mochten hier zelf invulling aan geven.

Laat op een flap-over opschrijven wat zij hebben ondernomen, zodat er een rij met activiteiten ontstaat.

Hiermee kunnen ouders elkaar ideeën geven om te gaan doen.

Geef een aantal ouders de gelegenheid hun activiteit in te brengen, waarbij vooral de positieve ervaringen onderstreept dienen te worden.

Bij ouders zal er mogelijk sprake zijn van dubbele gevoelens. Geef hiervoor de ruimte, maar belicht ook het positieve stukje en benoem vanuit de 'autistische jongere' hoe het ervaren kan worden. Mogelijk vond de jongere het niet leuk, omdat het nieuw is en nu een verandering betekend. Mogelijk voelen ze het als afwijzing die eventueel de eerste drie keren ervaren wordt maar na een aantal keren verminderd. Mogelijk ervaart de jongere het als rust en vindt hij/zij het heerlijk even niet met iedereen mee te hoeven.

Bijeenkomst Toekomst

Doelen van de bijeenkomst

- Terugblik op de vorige bijeenkomst, thuisopdracht bespreken.
- Ouders krijgen de ruimte hun twijfels en onzekerheid in te brengen omtrent hun toekomst of de toekomst van hun kind.
- Ouders krijgen informatie over de mogelijkheden voor de toekomst, na de behandeling.
- Ouders maken, door middel van het maken van een collage, inzichtelijk hoe zij nu in de opvoeding staan en hoe zij de toekomst van zichzelf of van hun kind zien.

Aandachtspunten

- Ouders kunnen veel onmacht en onbegrip ervaren vanuit de omgeving. Ook vanuit hulpverleners. Geef hen hierin erkenning en de ruimte dit te verwoorden, eventueel uit te spelen.
- Kennis van de jongeren in de groep is vereist, om in te schatten hoe de toekomst van de jongere mogelijk eruit komt te zien. Schat in welke ouders vragen hebben rond school, of juist vragen hebben hoe het in de thuissituatie moet.
- Ouders kunnen soms te maken hebben met veel twijfels en onzekerheid m.b.t. de toekomst van hun kind. Houd hier rekening mee en geef hier ruimte voor.
- Mogelijk hebben ouders negatieve gedachten over de toekomst van hun kind. Probeer tijdens het noemen en bespreken van de verschillende mogelijkheden m.b.t. de toekomst, ook de positieve en mooie kanten (voor ouders of positief voor hun kind) te belichten.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Pennen en papier
- Nieuwe thuisopdracht op papier
- Vellen papier, A3 formaat
- Verf, kleurpotloden, tijdschriften
- Andere mogelijke benodigdheden voor het maken van de collage.

Programma

- ❖ Welkom
- ❖ Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen
- ❖ Bespreken van de thuisopdracht na de vorige bijeenkomst
- ❖ Het thema 'Toekomst' bespreken
- ❖ Thuisopdracht meegeven
- ❖ Afsluiten

Inhoud

Welkom

De ouders worden door de cursusleider weer welkom geheten. Ook is er koffie/thee aanwezig, met wat lekkers erbij. De ouders krijgen de gelegenheid even met elkaar te praten, waarna gevraagd wordt om plaats te nemen.

Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen

De cursusleider inventariseert of er nog vragen, opmerkingen of dringende mededelingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleider bepaald zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Bespreken van de thuisopdracht

Wanneer er een thuisopdracht gegeven is, wordt deze besproken. Wanneer deze dus niet gegeven is, hoeft er ook niet op teruggekomen te worden. De thuisopdracht en bespreking hiervan zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Bespreken van het thema 'Toekomst'

Al jaren hebben ouders te maken gehad met de hulpverlening. Nu zit hun kind hier op de Deeltijd en krijgt het een intensieve vorm van behandeling. Het kan na verloop van tijd beter gaan, er is mogelijk een positieve ontwikkeling. Toch rijst er bij ouders vaak de vraag op hoe het in de toekomst moet. 'Wat gaat er allemaal gebeuren, kan mijn kind zelfstandig worden, kan mijn kind een baan vinden?'

Wat in ieder geval belangrijk is voor ouders, is het feit dat de stoornis (een autistische stoornis, ADHD, ODD of CD) niet over gaat.

Deze jongeren kunnen er voor een gedeelte mee om leren gaan, maar zonder problemen zal het niet zijn.

Daarnaast spelen er veel factoren een rol. In welke mate heeft de jongere last van de stoornis? Heeft de jongere een dubbele diagnose? Hoe is het gezinssysteem en sociaal netwerk van de jongere? Heeft de jongere de mogelijkheden en capaciteiten om een diploma te halen?

Deze factoren hebben invloed op de toekomst van de jongere.

Allereerst hebben ouders vaak vragen over de periode na de afronding van de behandeling. Zij hebben vaak de vraag: 'Moeten we het dan weer helemaal alleen doen? Waar kunnen we dan met onze vragen terecht?'

Na de behandeling zijn er een aantal mogelijkheden voor de jongeren:

Wat betreft school:

Op de Deeltijd krijgt de jongere les, waarbij ze op hun eigen tempo studeren en waarbij ze de begeleiding krijgen die zij nodig hebben. Afhankelijk van het leerjaar waarin de jongere zit, kan de jongere op de Deeltijd zijn studie afronden, of zal de jongere na het afronden van de behandeling op de school van herkomst of een andere school, zijn studie vervolgen.

Op het voortgezet onderwijs hebben momenteel veel scholen een mogelijkheid tot het volgen van cluster 4 onderwijs. Hier krijgen de jongere meer begeleiding bij de lesstof en komen zij in een kleinere klas met andere 'zorgleerlingen'.

Dit wordt vanuit het RMPI geregeld, waar ouders bij betrokken worden en overleg zullen hebben met de docenten binnen de Deeltijd.

Naast school zijn er nog veel meer zorgen die ouders kunnen hebben, wat betreft de toekomst. Hieronder diverse mogelijkheden die voor deze jongeren zouden kunnen gelden:

- De jongere krijgt ambulante zorg, wat betekent dat hij/zij een of meerdere gesprekken in de week heeft met een psycholoog binnen (de ambulante zorg) van Eleos. Daarnaast vervolgt de jongere zijn of haar studie of vervolgopleiding. Deze jongere woont dan gewoon thuis.
- De jongere heeft naast individuele gesprek(ken) ook extra zorg door middel van individuele dramatherapie of creatieve therapie. Verder vervolgt deze jongere ook gewoon zijn of haar studie of vervolgopleiding.
- Ouders krijgen thuisbegeleiding, de jongere krijgt individuele begeleiding bij ambulante zorg. Verder vervolgt deze jongere gewoon zijn of haar studie of vervolgopleiding.

Het kan zijn dat de jongere na het behalen van het diploma dient te gaan werken. Hiervoor zijn verschillende mogelijkheden.

- De jongere vindt een gestructureerde baan, waarbij de jongere weet wat er van hem/haar verwacht wordt en kan de nodige begeleiding krijgen van de werkgever.
- De jongere wordt begeleid door een job-coach en kan zo naar tevredenheid zijn of haar werk doen.
- Wanneer een jongere in meerdere mate beperkt is, kan er ook advies gegeven worden een sociale werkplaats op te zoeken, waar de jongere praktisch aan het werk kan, zinvol en naar tevredenheid kan werken. Hierbij is dan begeleiding aanwezig.
- Ook is het mogelijk dat een jongere dagbesteding met veel begeleiding nodig heeft. Er zijn verschillende zorginstellingen die deze vorm van dagbesteding aanbieden.

Wat betreft de woonomgeving, kan het ook per jongere verschillen hoe de toekomst er uit kan gaan zien. Veel jongeren kunnen nog thuis blijven wonen, met de nodige begeleiding en ondersteuning. Dit kan verschillende jaren duren, totdat de jongere een partner vindt of (begeleid) zelfstandig gaat wonen.

Ook kan het zijn dat de jongere, om verschillende redenen, niet meer thuis kan wonen.

Het is voor ouders te belastend, het gezinssysteem is te belastend of complex, of de jongere kan het niet meer aan thuis te blijven wonen.

Er zijn dan verschillende mogelijkheden:

De jongere kan een begeleid- zelfstandig wonen traject volgen, waarbij zij eerst meer begeleiding krijgt met andere jongeren die meer zorg behoeven. Er worden vaardigheden aangeleerd, waardoor de jongere zelfstandiger wordt en zo met steeds minder begeleiding, steeds meer zelfstandig door het leven kan gaan.

Andere jongeren blijven voor onbepaalde tijd in een beschermende woonvorm wonen, waarbij ook dagbesteding wordt geboden.

Wanneer ook dit voor jongeren niet haalbaar is, kan het zijn dat de jongere opgenomen wordt in een jeugdzorg instelling.

Voor ouders is dit soms moeilijk te verwerken en te accepteren hun kind 'gehandicapt' te zien. Het is een verwerkingsproces voor een ieder die om deze jongere heen staat en voor de jongere zelf.

Wanneer hierover openheid is en eerlijk gecommuniceerd wordt, zal het verwerkingsproces minder heftig en sneller verlopen, dan dat de ouders de situatie niet kunnen accepteren en daardoor de jongere overvragen. De jongere zal zich nog meer onzeker voelen en zich vaker voelen falen.

Creatief aan de slag:

Ouders maken een collage/tekening waarin ze weergeven hoe zij staan ten opzichte van de ontwikkeling van hun kind. Daarnaast geven zij weer hoe zij de toekomst zien (die van zichzelf en/of van hun kind).

De ouders krijgen een vel papier (A3 formaat). Dit papier wordt in twee delen verdeeld.

Aan de ene kant schilderen/tekenen zij hoe zij er nu voor staan (kleuren geven gevoelens aan, afbeeldingen misschien situaties of bepaalde emoties) en geven ze op de andere helft van het papier aan hoe zij de toekomst (van zichzelf en/of van hun kind) zien.

Nadat de ouders hier naar eigen ideeën invulling hebben gegeven, wordt het werkstuk met hen besproken.

De ouders wordt gevraagd uit te leggen wat zij hebben geschilderd, wat alles (de kleur, de afbeeldingen, etc.) betekend. Hierbij wordt ook gevraagd om hun vragen en opmerkingen te geven.

Afsluiten

De cursusleider geeft de ouders nog de gelegenheid tot het stellen van vragen. Hierbij bepaald de cursusleider zelf of de vragen nu beantwoord worden of dat deze een andere bijeenkomst besproken worden. Benoem daarna wanneer de volgende keer weer is en sluit dan de bijeenkomst af door het voordragen van het onderstaande gedicht.

Of sluit af op een manier die passend is bij de bijeenkomst.

Gedicht

Als ik het allemaal
mocht overdoen.
Dan zou ik...
ja, dan zou ik zoveel dingen.
Zoveel dingen anders doen.
Dan was ik begrijpend
en lief en geduldig.
En ik zou streng zijn, maar
eerlijk zijn en
altijd consequent.

Ik zat 's middags
bij de thee en
we praatten wat en
we gingen leuke dingen doen.
Ik had een zee van tijd.
Ik was flexibel en nooit moe.
En 'k had altijd een goed verhaal,
op al je levensvragen.

Ik gaf je wijsheid mee
en jij ging rustig slapen.
Ik liet je los en vrij
maar ik zou er zijn
als je me nodig had.
En ik vond niks gek.
Want ik was heel tolerant.

Ach, als ik het mocht overdoen,
dan was ik dus perfect en
jij was het ideale kind.

Weet, lief kind,
dat ik je het beste geef.
Er is gewoon niet meer.
Ik hou van je,
zoals je bent.

Bijeenkomst Gebruik van digitale middelen

Doelen van de bijeenkomst

- Terugblik op de vorige bijeenkomst, thuisopdracht bespreken.
- Ouders inzicht geven in de mogelijkheden m.b.t. het gebruik van digitale middelen, de laatste ontwikkelingen bespreekbaar maken.
- Ouders bewust maken van mogelijke gevolgen van veelvuldig gebruik van de moderne media.

Aandachtspunten

- Ouders weten soms niet wat hun kind op de computer doet/kan doen, omdat ze er zelf weinig kennis van hebben. Ook kan het zijn dat de ouders geen zicht hebben op wat hun kind opzoekt. Bespreek dit met de ouders, neem hier de tijd voor. Geef hierbij ook voorbeelden.
- Ouders zijn zich er soms niet van bewust welke mogelijke gevolgen er voor hun kind zijn door (te)veel gebruik van digitale middelen. Het kan zijn dat de ouders schrikken van de informatie. Geef hen bij het evalueren de ruimte dit te uiten.
- Mogelijk weten ouders weinig tot niets over digitale middelen en de mogelijkheden die er zijn in het gebruik hiervan. Maak het concreet voor hen, laat eventueel iets zien. (hyves, msn, skype)

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Pennen en papier
- Materiaal om de filmpjes te laten zien
- Nieuwe thuisopdracht op papier

Programma

- ❖ Welkom
- ❖ Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen
- ❖ Bespreken van de thuisopdracht na vorige bijeenkomst
- ❖ Het thema 'Gebruik van digitale middelen' bespreken
- ❖ Thuisopdracht meegeven
- ❖ Afsluiten

Inhoud

Welkom

De ouders worden door de cursusleider weer welkom geheten. Ook is er koffie/thee aanwezig, met wat lekkers erbij. De ouders krijgen de gelegenheid even met elkaar te praten, waarna gevraagd wordt om plaats te nemen.

Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen

De cursusleider inventariseert of er nog vragen, opmerkingen of dringende mededelingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleider bepaald zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Bespreken van de thuisopdracht

Wanneer er een thuisopdracht gegeven is, wordt deze besproken. Wanneer deze dus niet gegeven is, hoeft er ook niet op teruggekomen te worden. De thuisopdracht en bespreking hiervan zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Thema 'Gebruik van digitale middelen' bespreken

Digitaal verkeer is een breed begrip. Hieronder vallen o.a. tv, computer (internet, games, dvd's) en mobiele telefoons.

Sms: Mobiele telefoons zijn erg gemakkelijk, en er is bijna niemand meer die er geen heeft. Ze worden steeds luxer, er komen steeds meer mogelijkheden op het mobiele telefoontje. Het is gemakkelijk dat je de jongeren op deze manier kunt bereiken, wanneer je wilt weten waar ze zijn, even iets wil doorgeven of zodat ze zelf kunnen bellen als er iets is. Het is een handig communicatiemiddel.

Toch: Er zijn vele nadelen van dit communicatiemiddel. Er zitten steeds meer mogelijkheden op een telefoon. Uit een onderzoek op scholen kwam het volgende naar voren: Leerlingen gebruiken mobiele telefoons niet alleen om voortdurend bereikbaar te zijn, maar ook als bijvoorbeeld pesttool:

- Een leerling ontvangt bedreigende sms'jes ...
- Stiekem gemaakte foto's met een gsm tijdens het douchen na de gym, worden gebluetooth.
- Een leerling wordt in elkaar geslagen. Het filmpje dat hiervan is gemaakt, wordt op internet geplaatst ...
- Een personeelslid wordt door leerlingen op de kast gejaagd, de uitbarsting die volgt wordt vervolgens gefilmd en op YouTube gezet.

Contact via internet: Ook het digitaal pesten door elkaar uit te schelden via e-mail, MSN of chat-sites op internet, begint onder jongeren in de leeftijdsgroep van 8 tot 15 jaar gewoon te worden. Uit onderzoek onder ouders en jongeren door TNS NIPO blijkt dat 41% van de jongeren wordt uitgescholden. Naarmate jongeren ouder worden, gaan zij ook zelf meer schelden.

Maar liefst een kwart van de ouders weet echter niet tot nooit wat hun kind op internet uitvoert. Vier op de 10 ouders kijkt naar hun eigen zeggen (bijna) nooit mee met hun kind op MSN of chat-sites.

Er is voor dit gedrag een verklaring: Jongeren kunnen hun emoties nog moeilijk onder woorden brengen of uiten. Met de leeftijd nemen hun verbale bekwaamheid en daarmee dus

⁴www.ppsi.nl/NR/rdonlyres/E3DE9964-38D5-4193-8DC9-3BC52CDB8268/0/Lastigemobieltjes.doc

ook de vaardigheid in schelden toe. Tevens hebben jongeren in het basisonderwijs in de meeste gevallen slechts één identificatiefiguur, de leerkracht, terwijl ze in het voortgezet onderwijs alleen elkaar hebben. Zij zijn daardoor vooral op elkaar aangewezen en worden weinig gecorrigeerd.' Daarnaast zijn er ook de volgende redenen:

- Op internet durven jongeren meer. Een jongere dat verlegen is, kan op internet ineens de bink uithangen.
- Jongeren voelen zich op internet ook onbespied: op internet zijn jongeren echt helemaal onder elkaar en gaan daardoor snel grenzen over. Er moet iemand zijn die ze vertelt wat niet mag, en waarom fatsoenlijk gedrag belangrijk is, ook op internet.
- Het is bovendien vaak ook anoniem.

Ook een bekend en ogenschijnlijk onschuldig iets is de webcam. Het is leuk als je de ander kunt zien, als je met de ander kunt praten terwijl je achter de computer zit. Zo kun je meerdere dingen tegelijk doen. Maar is dit echt contact? En blijft het alleen bij een gesprek?

Er gebeuren vreselijke dingen voor een webcam. Bedreigingen die worden uitgesproken, jongens en meisjes die elkaar leuk vinden en steeds meer van elkaar laten zien, ook van hun lichaam. Of een loverboy, die op deze manier contact zoekt, foto's maakt van het lichaam van het meisje en dit op internet zet. Vaak wordt er daarna een afspraak gemaakt om daarna het meisje helemaal in hun macht krijgen.

Ouders hebben vaak niet in de gaten dat deze mogelijkheden er zijn, dat deze dingen gebeuren en helemaal niet bij hun kind. Vaak denken zij dat hun kind huiswerk maakt of op bed ligt en slaapt.

Games: Ook iets wat op zichzelf onschuldig lijkt. Maar de inhoud van deze spelletjes, is vaak niet onschuldig. Er is de afgelopen jaren ook hierin een ontwikkeling zichtbaar, waar we wel bang van zouden kunnen worden. Spelletjes waarin er gedood wordt, waarin men punten krijgt als zij zoveel mogelijk vernielen of doden. Of door middel van spel, waarin zij seksuele handelingen op een bepaalde manier en zo snel en goed mogelijk moeten doen met personen uit dat computerspel. Ook bestaan er games, die bestaan uit een virtuele wereld. Men kan zich zelf hierin plaatsen en met anderen 'contact hebben'. De speler kan zijn uiterlijk naar wens aanpassen en huizen of andere voorwerpen naar eigen wensen ontwerpen. In deze games kan de speler niet sterven. De games kennen geen doel en het heeft geen spelregels. Iedere speler bepaalt zelf zijn activiteiten.

Jongeren groeien hiermee op en worden er door beïnvloed. De ouders merken dat het kind rustig zit te gamen in plaats dat hij/zij hen in de weg loopt en zeurt, en vinden het al snel goed. Wat er allemaal gebeurd is hen onbekend.

Zeker de jongeren die problemen ervaren in de omgang met andere mensen en die een negatief zelfbeeld ontwikkeld hebben, proberen in spelletjes nog te presteren en willen daar goed in zijn (en zijn het vaak ook).

Velen jongeren zijn in deze tijd, game/computer verslaafd!

Dvd/TV: Ook bekend onder ons is dat dvd's graag worden gekeken. Heerlijk hangen en maar naar een film kijken of een bekend televisieprogramma. Wat daar allemaal in naar voren komt, zullen we maar niet noemen. Maar ook daar zien en horen de jongeren dingen die niet passend zijn bij hun ontwikkeling. Ze nemen dingen over van wat zij gezien of gehoord hebben in hun dagelijks leven en omgang met mensen.

Er zijn enkele digitale middelen genoemd. Er zijn er meerdere, en er zijn veel meer mogelijkheden met genoemde middelen te doen. Dit wordt teveel om concreet te benoemen.

Wat wel belangrijk is: Wat zijn de gevolgen van het gebruik van digitale middelen?

Opdracht

Denk met elkaar na over deze vraag. Hierbij gaat het om gevolgen voor de jongeren, gevolgen voor ouders/brussen en gevolgen in de maatschappij.

Schrijf reacties uit de groep op de flap-over.

Mogelijke gevolgen:

- De ontwikkelingen op internet gaan razendsnel. Zelfs 18-jarigen ervaren al een generatiekloof met zappende, gamende jongeren.
- Er loopt ook een kloof tussen de jongeren zelf. Grofweg kun je zeggen dat er een grens loopt bij de leeftijd van zestien jaar. De jongste categorie doet duidelijk andere dingen dan de oudere. Veel meer jongeren onder achttien jaar blijken met games bezig zijn, dan jongeren boven de achttien.
- Uit bovenstaande zou je kunnen concluderen dat de echte game-generatie nu op de scholen van voortgezet onderwijs zit en komende jaren het hoger onderwijs instromen.
- Veel volwassenen, ook ouders en leraren, hebben geen idee wat jongeren online allemaal beleven. Er is geen werkelijk contact meer tussen ouders en hun kind(eren).
- Veel jongeren ontmoeten elkaar voor sociaal contact en het vinden van een eigen identiteit. Dat gebeurt tegenwoordig vooral online en niet alleen meer thuis, op school of op straat.
- Door actief bezig te zijn in de digitale wereld ontwikkelen jongeren (meestal onbedoeld) belangrijke vaardigheden en doen ze kennis op van allerlei zaken die een rol spelen in het leven van onze moderne samenleving.
- Waarden en normen vervagen. Jongeren leren in hun kinderjaren niet meer wat wel en niet mag. In games, op tv en in dvd's wordt van alles geaccepteerd en zelfs gestimuleerd door er punten voor te halen.
- Face-to-face contact vermindert sterk. Jongeren leren nauwelijks de vaardigheden om contacten aan te gaan en te onderhouden, buiten de digitale wereld om.
- Individualisme wordt versterkt doordat men alleen aan zichzelf denkt, zichzelf wil bevredigen en wil bepalen wat hij/zij wil. Doet iemand iets wat jij niet wilt, dan blokkeer je hem/haar of zet je iets uit.
- Pestgedrag vermeerdert, jongeren ontwikkelen sneller en steeds vaker een negatief zelfbeeld.
- Er wordt veel meer identiteitsproblematiek geconstateerd door digitale wereld. Jongeren weten niet wie ze zijn, ze leven meerdere levens.
- ...

Hieronder volgen tips voor ouders. Geef hen deze mee en bespreek ze eventueel.

Tips voor ouders:

- Laat een kind nooit alleen met een computer, zorg dat je je kind kunt zien als hij achter de computer zit.
- Praat geregeld met uw kinderen over wat ze online doen en met wie ze praten en toon interesse als je kind iets wil vertellen of laten zien.
- Surf regelmatig samen met uw kind. Neem de tijd om te zien wat uw kind op het internet doet, wat zijn of haar interesse is en leer zelf ook werken met de programma's die uw kind gebruikt.
- Maak duidelijke afspraken met uw kind over het internetgebruik zoals de tijd die online wordt doorgebracht (hiervoor kunnen ook de tips voor kinderen gebruikt worden).
- Help uw kind een nickname of e-mailadres te kiezen waaruit geen persoonlijke informatie kan worden afgeleid. Voorkom vooral suggestieve namen zoals 'lovelygirl'.

- Instrueer kinderen om geen persoonlijke gegevens aan onbekenden te geven (adres, telefoonnummer, bankrekeningnummer, etc.).
- Maak uw kind duidelijk dat de virtuele wereld een schijnwereld is. Wat gepresenteerd wordt als echt kan een verzinsel zijn.
- Bij jonge kinderen is het nuttig om af en toe de 'history' van de browser te bekijken. Hier kunt u zien waar ze geweest zijn. Instrueer tieners dat de history niet gewist mag worden.
- Zorg dat er een goede virusscanner op uw pc staat en ververs regelmatig de bijbehorende database van bekende virussen. Vraag uw kinderen het u te melden wanneer de pc 'raar' doet.

Om wat beelden te laten zien, van de digitale middelen die genoemd zijn, kunnen de volgende filmpjes bekeken worden.

- Digitaal pesten:

<http://www.youtube.com/watch?v=iQZnzbMiPQ&NR=1>

Zie hiervoor ook het artikel 'Pesten gaat door tot in het bejaardenhuis'. In dit artikel wordt verwezen naar dit filmpje.

- Game: Second life

<http://www.youtube.com/watch?v=3-ZmjA7GCzQ&feature=fvst>

De website: <http://secondlife.com/>

Thuisopdracht

De ouders bespreken met de jongeren wat zij weten over de mogelijkheden van internetgebruik, games en mobiele telefoons.

Zij vragen hun kind wat zij leuk vinden aan deze digitale middelen, wat zij er mee doen, of zij weten wat de gevolgen zijn enzovoorts.

Daarnaast schrijven zij op hoe vaak en hoe lang hun kind achter de computer zit. Ook beschrijven zij wat zij hiervan de voordelen en nadelen vinden en wat hun 'regels' en meningen hieromtrent zijn.

Zij denken na over hun eigen visie op digitaal gebruik en krijgen zicht op hoe ze omgaan met dit gebruik van hun kind.

Zie voor de opdracht, in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Afsluiten

De cursusleider geeft de ouders nog de gelegenheid tot het stellen van vragen. Hierbij bepaald de cursusleider zelf of de vragen nu beantwoord worden of dat deze een andere bijeenkomst besproken worden.

Benoem daarna wanneer de volgende keer weer is en sluit dan de bijeenkomst af.

Of sluit af op een manier die passend is bij de bijeenkomst.

Thuisopdracht bij het thema 'Gebruik van digitale middelen'

Opdracht

Tijdens de bijeenkomst is er met elkaar gesproken over de verschillende mogelijkheden die er zijn met digitale middelen en de gevolgen die dit kan hebben voor jongeren.

- Bespreek met uw kind wat hij/zij weet over de mogelijkheden van internetgebruik, games en mobiele telefoons.
- Ga eens in gesprek en vraag na wat hij/zij leuk vindt aan deze digitale middelen, wat hij/zij er mee doet en of hij/zij weet wat de gevolgen (kunnen) zijn.
- Inventariseer hoeveel uw kind achter de computer zit.
- Vraag of u de hyves- pagina van uw kind mag zien
- Spreek als ouders met elkaar over uw eigen mening m.b.t. het gebruik van digitale middelen. Zet de voor- en nadelen voor uzelf op een rij.
- Zet voor uzelf regels (uw mening) op papier, waarbij u de ideale situatie schetst (wat zou u graag willen).

Deze vragen kunt u invullen op het bijvoegde formulier.

Bespreken van de thuisopdracht

Vraag eerst na of er nog vragen zijn naar aanleiding van de vorige bijeenkomst en de opdracht.

Bespreek de opdracht naar eigen inzicht. Of vraag de ouders op welke manier zij de opdracht willen bespreken.

Mogelijkheden:

- Laat ouders de uren die de jongere achter de computer heeft gezeten optellen.
- Laat situaties waarin ouders in gesprek gaan met de jongere over wat hij/zij leuk vindt aan digitale communicatie uitspelen.
- Bespreek eigen meningen.
- Bespreek in groepjes voor- en nadelen die zij hebben opgeschreven.

Formulier bij thema ‘Gebruik van digitale middelen’.

Bespreek met uw kind wat hij/zij weet over de mogelijkheden van internetgebruik, games en mobiele telefoons.

- Wat gaf uw kind hierop aan?

Ga eens in gesprek en vraag na wat hij/zij leuk vindt aan deze digitale middelen, wat hij/zij er mee doet en of hij/zij weet wat de gevolgen (kunnen) zijn.

- Wat vindt uw kind leuk aan digitale middelen?

- Welke gevolgen wist uw kind aan te geven?

Spreek als ouders met elkaar over uw eigen mening m.b.t. het gebruik van digitale middelen. Zet de voor- en nadelen voor uzelf op een rij.

- Voordelen:

- Nadelen:

Zet voor uzelf regels (uw mening) op papier, waarbij u de ideale situatie schetst (wat zou u graag willen)

Inventariseer hoe vaak en hoe lang uw kind achter de computer zit. Vul in onderstaand schema per dag in op welke tijdstip uw kind achter de computer zit, met welke reden (en eventueel wat uw kind doet, gedrag, andere bijzonderheden).

Voorbeeld:

Dinsdag	7:00 - 7:30	Om de dag rustig te starten. Kijken of er nog belangrijk nieuws is.	Bekijkt mail, beantwoord nog kort een mailtje.
	16:00 - 18:00	Ontspanning Is boos door conflict op Deeltijd	Gamen: Doet een racespelletje waarin hij zoveel mogelijk punten moet halen door tegen bushokjes aan te rijden, politie te ontwijken, mensen dood te rijden, enzovoorts.
	19:00 - 20:00	Ontspanning Is alleen thuis	Doet een computerspel. Voetballen in een team. Hoort of ziet niets, als er iemand voorbij loopt of iets vraagt. Is erg geconcentreerd en wil zoveel mogelijk scoren.

Zondag			
Maandag			
Dinsdag			
Woensdag			
Donderdag			
Vrijdag			
Zaterdag			

Zondag			
Maandag			
Dinsdag			
Woensdag			
Donderdag			
Vrijdag			
Zaterdag			

Bijzonderheden, opmerkingen of vragen:

Bijeenkomst Uithuisplaatsing

Doelen van de bijeenkomst

- Terugblik op de vorige bijeenkomst, thuisopdracht bespreken.
- Ouders inzicht geven in het omgaan met de zorg die hen opgelegd is, wanneer deze niet meer te dragen lijkt.
- Met ouders mogelijkheden bespreken die er zijn wanneer hun kind uit huis moet.
- Ouders de ruimte geven gevoelens te uiten met betrekking tot het maken van de keuze en het uit huis moeten van hun kind.

Aandachtspunten

- Ouders kunnen verschillend denken over uithuisplaatsing. Er zijn ouders die zelf de keuze maken dat de jongere uit huis moet en dit heel duidelijk willen. Andere ouders willen het niet, maar waar het wel nodig is.
- Sommige ouders zien uithuisplaatsing als een verwijt dat zij het niet goed doen.
- Er zijn ouders die om principiële redenen niet willen dat hun kind uit huis gaat. Zij zien het als een geschonken kind, zij hebben zelf dit kind ontvangen en kunnen het dan niet zomaar 'uit huis doen'.
- Ouders kunnen verschillend denken over de (on)mogelijkheden die er nog zijn
- Uithuisplaatsing kan ook gestimuleerd worden omdat ouders niet willen of kunnen veranderen. Wees voorzichtig in je bewoording, probeer geen 'schuldgevoelens' of 'opstandige' gevoelens op te wekken.
- Wanneer ouders geconfronteerd dienen te worden, doe dit individueel.
- Het kan een lang traject zijn van het moment van de keuze tot het moment dat er een plaats is. Dit kan verschillende emoties en situaties oproepen.
- Er kunnen ouders aanwezig zijn, waarbij er helemaal geen sprake is van deze mogelijkheid, en die hier ook op deze manier in de toekomst niet mee te maken zullen krijgen. Betrek deze ouders erbij, door met andere ouders mee te denken.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Pennen en papier
- Nieuwe thuisopdracht op papier

Programma

- ❖ Welkom
- ❖ Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen
- ❖ Bespreken van de thuisopdracht na vorige bijeenkomst
- ❖ Het thema 'Uithuisplaatsing' bespreken
- ❖ Thuisopdracht meegeven
- ❖ Afsluiten

Inhoud

Welkom

De ouders worden door de cursusleider weer welkom geheten. Ook is er koffie/thee aanwezig, met wat lekkers erbij. De ouders krijgen de gelegenheid even met elkaar te praten, waarna gevraagd wordt om plaats te nemen.

Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen

De cursusleider inventariseert of er nog vragen, opmerkingen of dringende mededelingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleider bepaald zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Bespreken van de vorige thuisopdracht

Wanneer er een thuisopdracht gegeven is, wordt deze besproken. Wanneer deze dus niet gegeven is, hoeft er ook niet op teruggekomen te worden. De thuisopdracht en bespreking hiervan zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Thema 'Uithuisplaatsing' bespreken

Aan de hand van het balansmodel is er tijdens een bijeenkomst al eens gekeken naar beschermende- en risicofactoren. Er hebben verschillende factoren invloed op de communicatie en omgang met elkaar binnen het gezin.

Het kan zijn dat het niet goed gaat binnen de relaties in het gezin. Veel conflicten, een negatieve spiraal waar een ieder in terecht is gekomen en waar men niet uitkomt. Of er zijn geen mogelijkheden voor (identiteits)ontwikkeling van de jongere of meerdere kinderen binnen het gezin.

Er kunnen verschillende redenen zijn waarom er gesproken wordt over uithuisplaatsing.

Wanneer er sprake is van (dreigende) uithuisplaatsing, is het belangrijk dat men duidelijk heeft waarom hier sprake van is. Soms weten ouders niet waarom dit wordt voorgesteld of waarom zij dit eigenlijk willen. Dit is een proces die voor ouders belangrijk is, om sterker te staan in het besluit en het verwerken ervan.

Wanneer er sprake is van uithuisplaatsing, is er al een heel proces aan vooraf gegaan. Een tijd van onzekerheid, conflicten, ruzies, vervelende gebeurtenissen en een tijd waarin men de energie en moed verliest. Men kan uitgeput raken en het gevoel hebben nergens meer de controle over te hebben.

Daarnaast kunnen ouders ook schuldgevoelens ervaren over de situatie zoals die is. Het gevoel dat ze het niet goed doen, het gevoel dat ze niet (eens) voor hun kind kunnen zorgen of het gevoel dat ze hun kind zomaar wegsturen. Het kan ouders machteloos en moedeloos maken.

Ook komen er vaak gevoelens van boosheid naar voren. Boos op zichzelf of boos op hun kind. Waarom moet het zo? Waarom kan het niet anders?

Er zijn ook ouders die om principiële redenen niet zomaar dit besluit kunnen nemen, omdat zij dit kind hebben gekregen en hiervoor dienen te zorgen. Ook al kunnen zij bijna niet meer en zien zij dat er weinig andere mogelijkheden zijn.

Verschillende mogelijkheden wanneer een jongere uit huis moet:

Er zijn jongeren die voor een bepaalde tijd uit huis gaan, zodat de ouders en de jongere voor een bepaalde tijd rust krijgen, vaardigheden aanleren of meer afstand van elkaar dienen te nemen. Dit kan dan voor een bepaalde tijd zijn, waarna de jongere weer thuis gaat wonen.

Deze jongeren gaan dan naar een pleeggezin of beschermende woonvorm. Ook kan het zijn dat een jongere voor een bepaalde tijd opgenomen wordt ter observatie of rust.

Wanneer het voor onbepaalde tijd is, kan de jongere een 'begeleid zelfstandig wonen traject' volgen, waarbij hij/zij eerst meer begeleiding krijgt met andere jongeren die meer zorg behoeven. Zij leren dan vaardigheden die hun zelfstandigheid bevorderen en kunnen zo met steeds minder begeleiding, steeds meer zelfstandig door het leven.

Andere jongeren blijven voor onbepaalde tijd in een beschermende woonvorm, waarbij ook dagbesteding wordt geboden.

Wanneer ook dit voor jongeren niet haalbaar is, kan het zijn dat de jongere opgenomen wordt in een jeugdzorg instelling.

Tips voor ouders:

Wanneer er sprake is van (dreigende)uithuisplaatsing, is het belangrijk hierover te spreken met anderen.

- *Behandelaars.* Zij kennen de jongere en kunnen helpen bij het zoeken naar (passende) mogelijkheden. Ook is het belangrijk dat er duidelijkheid is welke redenen er zijn voor dit besluit. Daarnaast kunnen de behandelaars ouders ondersteunen bij het bespreekbaar maken van het besluit richting de jongere.
- *Netwerk.* Het is belangrijk dat ouders met vertrouwde personen uit hun netwerk hierover spreken. Familieleden weten bijvoorbeeld hoe het is in de thuissituatie en kunnen ondersteunen in het verdriet die dit besluit kan geven. Zij kunnen naast hen staan en met elkaar de voor- en nadelen van het besluit op een rij zetten.
Daarnaast zijn er soms ook vrienden of goede bekenden waarvan bekend is dat zij hetzelfde besluit hebben moeten maken. Ouders kunnen heel veel behoefte hebben aan (h)erkenning van lotgenoten en bij hen terecht met de vragen die zij hebben. Hoe heeft de ander het beleefd en hoe is het nu het kind uit huis is?
Dit proces is belangrijk voor de verwerking ervan.

Tips om het uithuis plaatsen bespreekbaar te maken:

- Wees eerlijk en open in de communicatie. Dit zal het verwerkingsproces minder heftig en sneller doen verlopen. De jongere zal zich nog meer onzeker voelen, zich dikwijls voelen falen en zich schuldig voelen, wanneer er niet (eerlijk en open) gecommuniceerd wordt. Er zal een spanning voelbaar zijn die niet besproken kan worden, wat de groei en ontwikkeling niet bevordert.
- Ouders hebben de tijd nodig over dit idee na te denken en dit te verwerken. Maar belangrijk is ook niet te lang te wachten en te wachten tot het écht fout gaat. Soms kunnen ouders maar niet tot het besluit komen, wat hen onzeker maakt en ook invloed heeft op de relaties in het gezin (spanningen). De ouders moeten soms voor de keuze gesteld worden om een besluit te maken.
- Ouders hebben soms de gedachten dat zij hun kind nauwelijks meer zullen zien. Dit hoeft niet zo te zijn. Er zijn mogelijkheden om afspraken te maken om elkaar te ontmoeten.
- Voor sommige jongeren kan het heel goed zijn om te benoemen dat zij nog wel hun eigen kamer thuis behouden voor als zij het weekend of in vakanties nog thuis komen. Voor ouders kan dit ook een prettig gevoel geven nog iets voor hun kind te doen en te hebben.

Aan de slag:

Geef alle ouders een post-it blokje en een pen. Laat hen per briefje een vraag, stelling, situatie of emotie/gevoel opschrijven.

Zorg voor vijf verschillende tafels, waar de briefjes opgeplakt kunnen worden. De tafels worden verdeeld in:

- Vraag

- Stelling
- Situatie
- Emotie/gevoel
- Overig

Nadat alle ouders de briefjes op de verschillende tafels hebben geplakt, worden deze per tafel met elkaar besproken.

Neem de tijd voor de bespreking. Relativeer gevoelens, ga er op in wanneer er veel dezelfde vragen en emoties zijn.

Thuisopdracht meegeven

Bij dit thema is er geen thuisopdracht. Wanneer dit voor ouders wel nodig of goed mocht zijn, is het goed dit individueel te bespreken en mee te geven.

Wanneer er een opdracht meegegeven is, bespreek dit indien mogelijk ook individueel na.

Afsluiten

De cursusleider geeft de ouders nog de gelegenheid tot het stellen van vragen. Hierbij bepaald de cursusleider zelf of de vragen nu beantwoord worden of dat deze een andere bijeenkomst besproken worden.

Benoem daarna wanneer de volgende keer weer is en sluit dan de bijeenkomst af.

Of sluit af op een manier die passend is bij de bijeenkomst.

Bijeenkomst Vriendschappen

Doelen van de bijeenkomst

- Terugblik op de vorige bijeenkomst, thuisopdracht bespreken.
- Het thema 'vriendschappen' bespreken.
- Ouders ondersteunen in opvoedingsvragen m.b.t. dit onderwerp.
- Lotgenotencontact voor ouders.

Aandachtspunten

- Let op de manier van opstelling. Ga in een kring zitten, zodat iedereen in een gelijkwaardige positie zit en zicht heeft op de ander.
- Ouders kunnen zelf met het handen in het haar zitten, wat betreft de vriendschappen die hun kind heeft of dat hun kind juist geen vrienden heeft. Geef hiervoor begrip en ga met deze situaties aan de slag, hoe de ouders hiermee om kunnen gaan.
- Besteed ook aandacht aan hoe ouders met hun vrienden omgaan.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Pennen en papier
- Wanneer het zwiepspel of dobbelsteenspel gedaan wordt:
 - o 'Zwieper' of (gekleurde) dobbelsteen,
 - o (Gekleurde) kaartjes met discussievragen/stellingen over vriendschappen
 - o Een kleed of grondplaat van karton met minimaal 4 gekleurde vakken of taartpunten.
- Thuisopdracht op papier

Programma

- ❖ Welkom
- ❖ Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen
- ❖ Terugblik op de vorige bijeenkomst, bespreken van de thuisopdracht
- ❖ Thema 'Vriendschappen' bespreken
- ❖ Thuisopdracht meegeven
- ❖ Afsluiten

Inhoud

Welkom

De cursusleider heet de ouders welkom. Er is gelegenheid om koffie/thee te nemen met een koek erbij. De ouders kunnen alvast gaan zitten of nog even met elkaar praten.

Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen

De cursusleider inventariseert of er nog vragen, opmerkingen of dringende mededelingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleider bepaald zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Terugblik op de vorige bijeenkomst, bespreken van de thuisopdracht

Er wordt weer even kort teruggekeken naar de vorige bijeenkomst, wat er besproken is en of de ouders dit vast hebben kunnen houden. Daarna wordt de thuisopdracht besproken, wanneer deze is meegegeven. De cursusleiders kiezen van tevoren een manier waarop dit gedaan wordt. Ook kan er gekozen worden om aan de ouders te vragen op welke manier zij de thuisopdracht willen bespreken.

De (eventuele) thuisopdracht en bespreking hiervan zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Thema 'Vriendschappen' bespreken

Het thema '*vriendschappen*' wordt nu besproken. Vriendschap is een belangrijk fenomeen in de puberteit. Waren voor de puberteit de ouders de belangrijkste personen voor het kind, langzaamaan gaat de adolescent afstand nemen van de ouders en gaan leeftijdgenoten en vooral vrienden een steeds belangrijker rol spelen in het leven van de jongere. Jongeren moeten een evenwicht vinden tussen wat hun ouders van hun vragen en verwachten. Maar ook wat leeftijdgenoten en vrienden verwachten. Dit kan een hele opgave zijn. Want ook al lijken de ouders steeds minder belangrijk te worden, de jongere heeft de ouders op de achtergrond nog hard nodig voor advies, steun en hulp. De meeste jongeren beseffen dit terdege. Maar vanuit de vriendengroep ervaren ze vaak ook druk om te conformeren aan de verwachtingen van de groep.

Maar hoe ervaren deze jongeren vriendschappen? Weten ze hoe ze met anderen om moeten gaan? En weten ze überhaupt wel wat vriendschap betekent en inhoudt? Bekend is, is dat mensen met autisme vaak niet weten wat vriendschap betekent. De emotionele verbondenheid die daarbij hoort, ervaren ze niet. Een man met autisme zei eens: 'Ik wacht nog altijd op degene die me een sluitende definitie van dat woord kan geven, dan kan ik afvinken of ik vrienden heb'. Ook komt het bij deze jongeren voor dat ze wel graag vrienden willen, maar dat ze geen vriendschappen kunnen sluiten. Bijvoorbeeld vanwege hun stoornis. Ze hebben bijvoorbeeld gebrek aan sociale vaardigheden, ze kunnen zich niet inleven in de ander of ze kunnen geen wederkerige relatie aangaan. Dit kan heel frustrerend zijn voor de jongeren. Maar ook ouders kunnen hieronder lijden, zij zien hun kind graag gelukkig en wanneer het niet lukt om vriendschappen met anderen te sluiten is dit erg vervelend. Wanneer een jongere wel vrienden heeft, beïnvloed de stoornis toch vaak deze vriendschap. De jongere gebruikt dan bijvoorbeeld overlevingsstrategieën, en spiegelt zich bijvoorbeeld aan de ander. Maar toch is het aan de andere kant ook heel goed om vriendschappen te stimuleren bij deze jongeren. Het heeft verschillende voordelen: het is goed voor de sociale en emotionele ontwikkeling en ook is het goed voor het zelfbeeld. Daarnaast ontwikkelen ze vaardigheden om problemen op te lossen, hebben ze minder kans om gepest te worden en is het een goede basis voor een partnerrelatie op volwassen leeftijd.

Daarom is het belangrijk om de ouders hiervan bewust te maken. Als zij weten hoe hun kind hierin staat, kunnen ze hem of haar hiermee helpen en er waarschijnlijk ook meer begrip voor opbrengen. Juist jongeren met een stoornis, vind het vaak lastig om vriendschappen aan te gaan. Ouders zijn goede personen om hun kind hiermee te helpen en hen hierin te ondersteunen.

- Laat de ouders opschrijven hoe hun kind omgaat met andere leeftijdsgenoten. Heeft hij/zij vrienden of vriendinnen? Wat gaat er goed tussen hem/haar en de leeftijdsgenoten en wat niet? Zo krijgen de ouders inzicht in hoe hun kind omgaat met vriendschappen.
- Laat ouders nadenken hoe zij met hun eigen vrienden omgaan. Welk voorbeeld geven zij hierin aan kind.

Nadat ouders het inzicht verkregen hebben, over hoe hun kind omgaat met vriendschappen, wordt het volgende gedaan:

- Maak verschillende groepjes ouders. Geef de ouders de tijd en ruimte om over het thema vriendschap te praten. Dit kunnen ze dan zelf invullen, ervaringen uitwisselen enzovoorts. Ook kunnen de cursusleiders een aantal vragen als richtlijn geven, waarover de ouders dan met elkaar praten.

Wanneer er tijd voor en/of behoefte aan is, kan het volgende spel nog gedaan worden:

- Het *zwiepspel of dobbelsteenspel*, dat ook besproken wordt bij het thema 'regels/grenzen en gezag/autoriteit', kan ook bij dit thema goed ingezet worden. Zie voor de uitleg van dit spel bij het thema 'regels/grenzen en gezag/autoriteit'. Op de kaartjes worden uitspraken, situaties of vragen gezet omtrent vriendschappen. Dit geeft de ouders de mogelijkheid om hier met elkaar over na te denken en er over te praten.

Uitspraken, situaties of vragen voor op de kaartjes:

- Ik weet niet hoe ik mijn kind kan stimuleren meer contact te maken met anderen.
- Als mijn kind een of twee vrienden/vriendinnen heeft, vind ik het voldoende.
- Ik spreek wel eens met mijn kind over vriendschap.
- Mijn kind weet niet hoe hij vriendschappen moet onderhouden.
- Ik vind het niet erg als mijn kind rustig thuis blijft en zich daar vermaakt, zonder vrienden.
- Wanneer erin de vriendschap van mijn kind een conflict is, kan hij/zij dit zelf oplossen.
- Ik weet wat mijn kind nodig heeft met betrekking tot vriendschappen.
- Hoe kan ik helpen als ik merk dat er een conflict is in een goede vriendschap?
- Hoe kan ik mijn kind met autisme, ADHD, CD of ODD concreet uitleggen wat vriendschap betekent?
- Kan een jongere met ODD of CD een vriendschapsrelatie aangaan?
- Kan een jongere met autisme, ADHD, CD of ODD een huwelijksrelatie aangaan?
- Op de Deeltijd zijn twee jongeren heel goed bevriend met elkaar. Zij doen van alles samen. Er is te merken dat dit beiden goed doet. De laatste tijd merkt de groepsleiding en ouders dat zij ook elkaar meenemen in negatief gedrag. Hoe bespreek je dit met deze jongeren?
- Twee jongeren op de Deeltijd zijn goed met elkaar bevriend. Bij een daarvan wordt de behandeling afgesloten. Zij willen nog wel contact houden. Hoe zou u hier als ouders mee omgaan?
- Op de Deeltijd is er de regel dat de jongeren geen hechte vriendschappen aan mogen gaan. Deze regel is er omdat zij dan over andere jongeren uit de groep kunnen spreken of

roddelen. Ook kan het hun behandeling in de weg staan, omdat ze dan meer met hun vriendschap bezig zijn dan met hun leerproces. Wat vindt u hiervan?

Thuisopdracht meegeven

Iedereen heeft met vriendschappen te maken. In deze bijeenkomst is hierover gesproken. De ouders wordt nu gevraagd om deze keer met de thuisopdracht het thema 'vriendschappen' nog eens nader te bekijken hoe dit voor hen en voor hun kind is.

De thuisopdracht is te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Afsluiten

De cursusleider geeft de ouders nog de gelegenheid tot het stellen van vragen. Hierbij bepaald de cursusleider zelf of de vragen nu beantwoord worden of dat deze een andere bijeenkomst besproken worden. Benoem daarna wanneer de volgende keer weer is en sluit dan de bijeenkomst af.

Of sluit af op een manier die passend is bij de bijeenkomst.

Thuisopdracht bij het thema 'Vriendschappen'

Opdracht

Praat met uw kind over vriendschappen.

- Hoe ervaart uw kind vriendschappen?
- Heeft uw kind (echte) vrienden?
- Kan uw kind vriendschappen aangaan?
- Wat heeft hij/zij daarvoor nodig?
- Weet uw kind wat vriendschappen/vriend(in) zijn/hebben inhoudt?
- Weet uw kind hoe u over vriendschappen nadenkt?
- Heeft uw kind uw steun nodig omtrent vriendschappen?

Het belang van deze opdracht is om als ouder erachter te komen hoe uw kind omgaat met vriendschappen en wat hij/zij daarbij van u nodig heeft. Het kan ook voorkomen dat uw kind heel graag vriendschappen wil sluiten, maar het niet kan. Het lukt hem of haar niet, vanwege de stoornis - gebrek aan sociale vaardigheden, niet kunnen inleven, geen wederkerige relatie aan kunnen gaan. Probeer hier als ouders begrip voor op te brengen en erken ook, dat het moeilijk is wanneer je wel graag wilt, maar het niet lukt.

Bespreken van de thuisopdracht

Hieronder staat een manier beschreven om de thuisopdracht over 'vriendschappen' te bespreken met elkaar.

- Laat de ouders op een kaartje opschrijven waar hun kind goed in is wat betreft vriendschappen en een aspect wat minder gaat wat betreft vriendschappen. Verzamel deze kaartjes. Verdeel de ouders in drie groepen en geef hen een aantal kaartjes. Laat de ouders deze kaartjes met elkaar bespreken. Daarna kan er nog plenair afgesloten worden, en kunnen ouders nog vragen stellen.

Bijeenkomst Groepjesvorming

Doelen van de bijeenkomst

- Terugblik op de vorige bijeenkomst, thuisopdracht bespreken.
- Ouders ondersteunen in opvoedingsvragen m.b.t. dit onderwerp.
- Door middel van een spel ervaren ouders hoe positief het is om als groep met elkaar bezig te zijn.
- Lotgenotencontact voor ouders.

Aandachtspunten

- Er kan ook binnen het gezin groepjesvorming zijn ontstaan. Het kan zijn dat de ouders zich hier niet van bewust zijn. Het is goed om ook hier aandacht aan te besteden.
- Het kan zijn dat er binnen de cursus groepjesvorming is ontstaan en dit door ouders als storend wordt ervaren. Wanneer dit speelt is het belangrijk hier aandacht aan te besteden en dit bespreekbaar te maken.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Invulbladen 'Gedachten en gevoelens'
- Pennen en papier
- Eventuele thuisopdracht op papier

Programma

- ❖ Welkom
- ❖ Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen
- ❖ Terugblik op de vorige bijeenkomst, bespreken van de thuisopdracht
- ❖ Thema 'Groepjesvorming' bespreken
- ❖ Thuisopdracht meegeven
- ❖ Afsluiten

Inhoud

Welkom

De cursusleider heet de ouders welkom. Er is gelegenheid om koffie/thee te nemen met een koek erbij. De ouders kunnen vast gaan zitten of even een praatje maken.

Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen

De cursusleider inventariseert of er nog vragen, opmerkingen of dringende mededelingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleider bepaald zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Terugblik op de vorige bijeenkomst, bespreken van de thuisopdracht

Er wordt weer kort teruggeblikt op de vorige bijeenkomst. Wanneer er een thuisopdracht gegeven is, wordt deze besproken. Wanneer deze dus niet gegeven is, hoeft er ook niet op teruggekomen te worden. De thuisopdracht en bespreking hiervan zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Thema 'Groepjesvorming' bespreken

Het thema 'groepjesvorming' komt veel overeen met het thema 'vriendschappen'. Bij deze themabespreking kan hier dus ook aandacht besteed aan worden en kan er een relatie gelegd worden tussen vriendschappen en groepjesvorming. De bijeenkomsten over vriendschappen en groepjesvorming, zouden dan na elkaar gegeven kunnen worden.

Ieder mens heeft de behoefte om 'ergens' bij te horen. Zo ook deze jongeren. Een vriendengroep gaat in op hun behoefte aan kameraadschap en zorgt ook voor emotionele steun, begrip en intimiteit. Deze aspecten zijn ook binnen het gezin nodig. Het is voor hun ontwikkeling heel belangrijk dat ze deze aspecten niet alleen thuis, maar ook van hun vrienden ontvangen. Het vormen van groepjes onder jongeren komt veel voor. Deze groepjesvorming kan twee kanten hebben. Enerzijds kan het bevorderlijk zijn voor de jongeren. Voor de ontwikkeling, het onderhouden van sociale contacten en het (leren) omgaan met anderen. Anderzijds kunnen er ook nadelen aan zitten. Jongeren kunnen buitengesloten worden of de jongeren binnen een groepje kunnen elkaar te veel of slecht beïnvloeden.

Hieronder volgen de verwerkingsvormen bij het thema.

- *Warm-koud spel.* De groep kiest een of twee ouders die als vrijwilliger naar de gang gaan. In tussentijd nemen de groepsleden met elkaar een voorwerp in gedachten. De eerste vrijwilliger wordt binnengeropen en krijgt als opdracht het voorwerp te raden. Hij/zij mag rondlopen en voorwerpen opnoemen. De groepsleden geven negatieve feedback (de persoon ligt bij wijze van spreke buiten de groep): je bent er nog lang niet, je bent ijskoud, zo moeilijk is het toch niet enzovoorts. Als het voorwerp geraden is, komt de tweede vrijwilliger binnen, die juist positieve feedback krijgt (de persoon ligt juist goed in de groep): je bent er bijna, je doet het heel goed, je bent warm enzovoorts. Wanneer het voorwerp geraden is, wordt er door de groep nabesproken wat de ervaring van beide ouders is. Belangrijk is om goed na te vragen, wat de gevoelens van de vrijwilligers waren bij de positieve en negatieve feedback en vooral een compliment te geven aan degene die zo weinig steun kreeg. Ook is het belangrijk om, voordat de vrijwilligers naar de gang gaan, te vertellen dat de feedback die ze krijgen niet op hen persoonlijk is gericht, maar alleen om te ervaren hoe het is om binnen of buiten de

groep te liggen. Deze opdracht kan gedaan worden, om inzicht te krijgen in deze ervaringen.

- Laat hierna de ouders een blad invullen met allemaal uitspraken van jongeren omtrent groepjesvorming. Geef ze hierbij de opdracht om op te schrijven wat zij denken dat hun kind zal voelen. Laat ze hierbij hun eigen kind in gedachten nemen. Op deze manier worden de ouders gestimuleerd zich te verplaatsen in de belevingswereld van hun kind. Dit is een belangrijke voorwaarde om de vaardigheid actief luisteren te kunnen toepassen.

Uitspraak	Gevoel van de jongere
'Ik mag niet meedoen in de groep'	
'Ik voel me alleen'	
'Met de groep doe ik altijd leuke dingen'	
'Piet en Jan uit de groep zijn echt cool, ik mag altijd met hun meedoen'	

Andere uitspraken zijn natuurlijk ook mogelijk.

Ter afsluiting (als er tijd is) het volgende worden gedaan:

- *Balspel.* Om even heel wat anders te doen tijdens de themabespreking kan er een balspel worden gedaan. Er worden twee groepen van ouders gemaakt. De ouders mogen de groepen zelf maken (groepjesvorming). De groepen gaan met elkaar een balspel doen. Met elkaar wordt er gekozen welk balspel er gedaan wordt en elke ouder mag hier zijn of haar mening over geven. Het balspel wordt gedaan en het doel hiervan is, dat de ouders ervaren hoe fijn het is om als een groep, waar niemand buiten ligt, bezig te zijn. Na het spel kan dit (eventueel) nog nabesproken worden.

Thuisopdracht meegeven

Bij het thema 'Groepjesvorming' is geen specifieke thuisopdracht. Wanneer het wel nodig is, kan deze wel ingezet worden. De cursusleiders bepalen dan welke opdracht de ouders gaan doen. Eventueel kan er in het verlengde van de thuisopdracht over 'vriendschappen', een

opdracht gedaan worden. Daarbij is dan wel een opdracht. Deze is te vinden, in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Afsluiten

De cursusleider geeft de ouders nog de gelegenheid tot het stellen van vragen. Hierbij bepaald de cursusleider zelf of de vragen nu beantwoord worden of dat deze een andere bijeenkomst besproken worden. Benoem daarna wanneer de volgende keer weer is en sluit dan de bijeenkomst af.

Of sluit af op een manier die passend is bij de bijeenkomst.

Thuisopdracht bij het thema 'Groepjesvorming'

Opdracht

Bij het thema 'groepjesvorming' is geen specifieke thuisopdracht. Wanneer het wel nodig is, kan deze wel ingezet worden. De cursusleiders bepalen dan welke opdracht de ouders gaan doen. Eventueel kan er in het verlengde van de thuisopdracht over 'vriendschappen', een opdracht gedaan worden.

Dan is de opdracht als volgt:

Pak de thuisopdracht over vriendschappen er nog eens bij. Bekijk de antwoorden op de vragen die gesteld waren. Praat met uw kind over groepjesvorming.

- Wanneer uw kind goede vriendschappen heeft, worden daarin ook groepjes gevormd?
- Hoe gaat uw kind om met groepjesvorming?
- Welke gedachten en gevoelens spelen daarbij een rol?

Praat met uw kind over deze zaken en probeer uw kind te helpen daar waar nodig is.

Bespreken van de thuisopdracht

Wanneer de opdracht 'praat met uw kind over groepjesvorming' als thuisopdracht meegegeven is, wordt deze besproken.

Dit kan gedaan worden op de volgende manier:

- Bespreek met de ouders wat zij van deze thuisopdracht geleerd hebben en wat ze voortaan anders doen omtrent hun kind en groepjesvorming. Dit bespreken kan op verschillende manieren gedaan worden.

Geef elke ouder twee kaartjes. Op het ene kaartje schrijven ze een belangrijk punt op over wat ze geleerd hebben en op het andere kaartje wat ze voortaan anders doen omtrent hun kind en groepsvorming. Verzamel deze kaartjes in een doos. Verdeel daarna de kaartjes over verschillende groepjes ouders. Laat de ouders deze kaartjes met elkaar bespreken. Geef hierbij de gelegenheid te vertellen of zij dit bij hun kind herkennen of niet en wat zij hiermee zouden doen.

Bijeenkomst Geloof

Doelen van de bijeenkomst

- Terugblik op de vorige bijeenkomst, thuisopdracht bespreken.
- Het thema 'geloof' bespreken.
- Ouders inzicht geven hoe jongeren met autisme of ADHD, ODD en CD omgaan met geloofsvragen en 'regels' met betrekking tot het geloof.
- Ouders inzicht geven dat veel geloofsbegrippen voor deze jongeren heel moeilijk zijn.
- Opvoedingsondersteuning aan ouders.
- Lotgenotencontact voor ouders.

Aandachtspunten

- Let erop dat alle ouders aan de beurt kunnen komen met hun vragen.
- Houdt er rekening mee dat er ouders kunnen zijn, die zelf niet geloven of die een andere visie op het geloof hebben dan andere ouders of de cursusleiders.
- Let er als cursusleiders op, dat je geen mening geeft over de mening van ouders omtrent dit thema.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Pennen en papier
- Casus op papier (meerdere keren)
- Rode en groene kaartjes
- Eventueel een PowerPoint presentatie⁵
- Thuisopdracht op papier

Programma

- Welkom
- Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen
- Terugblik op de vorige bijeenkomst, bespreken van de thuisopdracht
- Thema 'Geloof' bespreken
- Nieuwe thuisopdracht meegeven
- Afsluiten

⁵ Deze kan nodig zijn voor het 'stellingenspel' met de ouders

Inhoud

Welkom

De cursusleider heet de ouders welkom. Er is gelegenheid om koffie/thee te nemen met een koek erbij. De ouders kunnen alvast gaan zitten of nog even met elkaar praten.

Ruimte voor vragen, opmerkingen of mededelingen

De cursusleider inventariseert of er nog vragen, opmerkingen of dringende mededelingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleider bepaald zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Terugblik op de vorige bijeenkomst, bespreken van de thuisopdracht

Wanneer er een thuisopdracht gegeven is, wordt deze besproken. Wanneer deze dus niet gegeven is, hoeft er ook niet op teruggekomen te worden. De thuisopdracht en bespreking hiervan zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'. De manieren waarop dit gedaan kan worden, zijn te lezen bij andere opdrachten. De cursusleiders kunnen ook zelf een manier bedenken.

Thema 'Geloof' bespreken

In de puberteit maken jongeren veel mee. Er zijn veel veranderingen, zowel biologisch, cognitief, emotioneel als psychosociaal. Ook ontwikkelen de jongeren een eigen identiteit. Dit kan heel veel vragen met zich meebrengen. Wie ben ik? Maar ook: wat geloof ik? En waarom heb ik wel een stornis en een ander niet? Wat voor bedoeling heeft God hiermee? En wat betekenen de begrippen zoals: heiligmaking, rechtvaardigmaking en bekering?

In deze bijeenkomst wordt ingegaan op het thema 'geloof'. Geloven is een heel persoonlijke zaak, maar wel iets waar jongeren vaak veel vragen bij hebben. Daarom is het belangrijk om met ouders hierover te praten en hen tips en adviezen te geven over hoe zij over dit onderwerp met hun kind kunnen praten. En hoe zij om kunnen gaan met de vragen die hun kind heeft.

De jongeren kunnen ook vragen hebben naar aanleiding van het verschil in identiteit en regels op de Deeltijd en thuis.

Vertel de ouders iets over hoe op de Deeltijd aandacht besteedt wordt aan deze vragen.

Ga daarna in op de volgende aspecten:

Welke verwachtingen hebben de ouders van zichzelf, als het gaat om 'geloofsopvoeding'? Moeten of willen ze van zichzelf alle vragen die hun kind stelt ook beantwoorden? Is er de mogelijkheid om samen te praten over geloofszaken? Hoe gaan ouders ermee om als hun kind anders over het geloof denkt dan zij zelf denken?

- Geef de ouders een briefje en een pen en laat ze eens opschrijven wat hun verwachtingen zijn ten opzichte van hun kind met betrekking tot het geloof. Het kan namelijk zo zijn dat ouders teveel van zichzelf verwachten, terwijl dit helemaal niet hoeft. Bijvoorbeeld dat ze van zichzelf verwachten dat zij alle vragen van hun kind moeten kunnen beantwoorden. Geloof is nu eenmaal een moeilijk onderwerp, waarbij niet op alle vragen een antwoord is. Wanneer ouders inzicht verkrijgen in hoe zij hierin staan, kan het al makkelijker zijn om met dit thema om te gaan.

Nadat de ouders dit voor zichzelf helder hebben, is het goed om verschillende praktijksituaties met elkaar te bespreken.

- *Praktijksituaties.* Laat een of meerdere ouderparen een praktijksituatie van thuis vertellen, waarbij het om het geloof gaat. Maak de situatie helder door vragen te stellen.

Vraag vervolgens aan andere ouders of zij deze situatie willen uitspelen, eventueel kan (een van de) cursusleider(s) helpen om de situatie helder te krijgen en hoe deze uitgespeeld kan worden. Of de cursusleiders spelen de situatie uit. Laat de andere ouders observeren en opschrijven: wat er goed en wat er minder goed gaat. Laat ze daarbij ook bedenken wat er aan de situatie veranderd kan worden of hoe je in deze situatie (op een goede manier) kunt reageren. Wanneer de situatie is uitgespeeld wordt dit nabesproken met de hele groep.

Nadat het thema besproken is, wordt er afgesloten met een paar stellingen.

- *Gespreksvragen.* Op een blad staan verschillende gespreksvragen. De ouders worden in verschillende groepjes verdeeld (maximaal 5 ouders) en krijgen allemaal zo'n blad met vragen. De verschillende vragen worden met elkaar besproken en iedere ouder krijgt de ruimte om zijn/haar mening te geven.
Er wordt plenair afgesloten, waarbij er de mogelijkheid gegeven wordt de vragen waar de ouders met elkaar niet uitkwamen, met de hele groep te bespreken.

Gespreksvragen:

In de kerk wordt er van een jongere gevraagd lang stil te zitten en te luisteren. Een jongere met ADHD heeft hier vaak moeite mee. Toch wil je als ouders dat je kind naar de kerk blijft gaan. Hoe ga je hiermee om?

Jongeren met autisme nemen veel gesproken taal heel letterlijk. In de kerk wordt er vaak met beeldspraak gesproken en worden er ook vaak moeilijke woorden gebruikt. De jongeren nemen dit ook letterlijk en weten vaak niet wat er bedoeld wordt en hoe zij hiermee om moeten gaan. Hoe kun je als ouders je kind hierin ondersteunen? Op welke manier kun je uitleggen wat er precies bedoeld wordt?

Hoe is de plaats van uw kind met autisme, PDD-NOS, ADHD, ODD of CD in de kerk/gemeente? Wordt er extra aandacht aan hem/haar besteed? Krijgt u als ouders nog extra ondersteuning? Zijn er voor uw kind aanpassingen in de dienst?

Wat vindt u van de plaats van de identiteit van Eleos binnen de behandeling? Hebt u hier zicht op? Hoe gaat uw kind hiermee om? Hoe gaat u hier zelf mee om?

Thuisopdracht meegeven

Ook de voor de komende weken krijgen de ouders een opdracht mee. Deze opdracht is te vinden, in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Afsluiten

De cursusleider geeft de ouders nog de gelegenheid tot het stellen van vragen. Hierbij bepaald de cursusleider zelf of de vragen nu beantwoord worden of dat deze een andere bijeenkomst besproken worden. Benoem daarna wanneer de volgende keer weer is en sluit dan de bijeenkomst af.

Of sluit af op een manier die passend is bij de bijeenkomst.

Thuisopdracht bij het thema 'Geloof'

Opdracht

Ga in de komende weken bewust aan de slag met het thema 'geloof'. Wees alert op welke gesprekken er plaatsvinden over het geloof, hoe u zelf hiermee omgaat, welke vragen uw kind stelt en hoe u daar zelf tegenover staat.

Noteer de vragen of situaties waar u mee zit, zodat deze in de volgende bijeenkomst besproken kunnen worden.

Bespreken van de thuisopdracht

Bij de bespreking van de thuisopdracht over geloof, wordt er allereerst geïnventariseerd welke vragen of situaties er zijn. Zet dit kort op de flap-over, zodat duidelijk wordt hoeveel vragen en/of situaties er zijn.

- De ingebrachte vragen en/of situaties worden onder verschillende groepjes ouders verdeeld. (Let op: de vragen en/of situaties die ouders ingebracht hebben, hoeven zij niet zelf te beantwoorden, dus zorg ervoor dat dit goed verdeeld wordt.) Laat de ouders deze vragen en/of situaties met elkaar bespreken en op een groot vel papier hun bevindingen opschrijven. Wanneer dit gebeurd is, worden de papieren opgehangen en wordt er op de flap-over een samenvatting gemaakt.

Bijeenkomst Zingeving

Doelen van de bijeenkomst

- Terugblik op de vorige bijeenkomst, thuisopdracht bespreken.
- Het thema 'Zingeving' bespreken.
- De ouders inzicht geven wat er onder zingeving verstaan wordt.
- Ouders de mogelijkheid geven vragen te stellen waarmee zij of hun kind mee worstelen.
- Opvoedingsondersteuning aan ouders.
- Lotgenotencontact voor ouders.

Aandachtspunten

- Let erop dat alle ouders aan de beurt kunnen komen met hun vragen.
- Bij zingeving kunnen de ouders allemaal verschillende invullingen hebben, let hierop.
- Let erop dat ook ouders rondlopen met zingevingvragen. Ga daar ook op in, als de situatie het toelaat, maar let er wel op dat het in de bijeenkomst erom gaat dat ouders inzichten en handvatten krijgen hoe om te gaan met hun kind omtrent dit thema.
- Let er op dat ook suïcidaliteit ter sprake kan komen. Dit onderwerp kan heel gevoelig liggen.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Pennen en papier
- Casus op papier (meerdere keren)
- Thuisopdracht op papier

Programma

- Welkom
- Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen
- Terugblik op de vorige bijeenkomst, bespreken van de thuisopdracht
- Thema 'Zingeving' bespreken
- Nieuwe thuisopdracht meegeven
- Afsluiten

Inhoud

Welkom

De cursusleider heet de ouders welkom. Er is gelegenheid om koffie/thee te nemen met een koek erbij. De ouders kunnen vast gaan zitten of even een praatje maken.

Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen

De cursusleider inventariseert of er nog vragen, opmerkingen of dringende mededelingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleider bepaald zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Terugblik op de vorige bijeenkomst, bespreken van de thuisopdracht

Er wordt weer kort teruggeblikt op de vorige bijeenkomst, waarna de thuisopdracht, wanneer deze meegegeven is, met elkaar besproken.

De thuisopdracht en bespreking hiervan zijn te vinden in de bijlage ‘Thuisopdrachten’.

Thema ‘Zingeving’ bespreken

Zingeving, een thema waarmee iedereen te maken krijgt. Vandaag de dag wordt komt er veel op de jongeren af. Jongeren kunnen zich afvragen: Wat wordt er van mij verlangd? Door wie? Bij wie hoor ik? Van wie ben ik?

Zingeving heeft te maken met vragen omtrent de zin van het leven. Wat geeft mij in mijn leven zin en hoe geef zin ik aan het leven? Waar doe ik het allemaal voor en waar leidt het toe? Wat is mijn persoonlijke doel in dit leven, waar liggen mijn kwaliteiten en leerpunten? Jongeren begrijpen niet altijd de zin van het leven of kunnen dit moeilijk onder woorden brengen. Toch wordt hierover vaak met anderen gepraat of er wordt zelf over nagedacht, soms naar aanleiding van alledaagse dingen. Zingeving komt op elk moment en in elk facet van het leven voor. Het heeft niet alleen met onszelf te maken, maar ook met onze relaties met anderen om ons heen. In het leven heb je te maken met anderen. Zingeving vertaalt zich in communicatie en uitwisseling met anderen.

Ook ouders kunnen veel vragen hebben omtrent het thema ‘zingeving’. De veelvoorkomende vragen, zoals hierboven beschreven, kunnen ook ouders zelf hebben. En dan is het extra moeilijk om ook je kind daarbij te helpen en te ondersteunen. Tijdens deze bijeenkomst is het ook goed om stil te staan bij wat de ouders hierin nodig hebben, zodat ze en zelf sterker worden hierin en handvatten krijgen hoe ze hun kind mogelijk zouden kunnen helpen of ondersteunen. Wanneer ouders met hun kind in gesprek gaan, is het belangrijk om te denken aan de vijf talen van de liefde, waarmee je een jongere kunt benaderen. (*De vijf talen van de liefde van tieners, G. Chapman*) Maak de ouders hiervan bewust, omdat je hiermee veel vaker de jongere kunt bereiken en helpen.

Juist jongeren in de puberteit, kunnen met veel zingevingvragen rondlopen. Er zijn zoveel veranderingen en daarbij komt ook nog eens, dat zij een stoornis hebben. Sommigen kunnen dit moeilijk accepteren. Ze vragen zich af wat het nog voor zin heeft dat zij leven. Zij denken na over wie hen zou missen als zij er niet meer zijn, hebben vragen over hun plaats in de maatschappij.

Veel jongeren lopen rond met suïcidale gedachten. Zij zien geen uitzicht meer en zien dit als de oplossing om van alle ellende af te komen. De ouders weten hier vaak niet van af of zij weten hier niet mee om te gaan. Wanneer de ouders vermoeden dat hun kind rondloopt met suïcidale gedachten, is het goed om hierover te praten. Zowel met hun kind als met de hulpverleners.

Om ouders bewust te maken hoe juist jongeren met vragen rond het thema ‘zingeving’ lopen, is het toepassen van educatie noodzakelijk. Leg uit wat zingeving inhoudt, hoe jongeren hiermee omgaan en hoe dit is, wanneer een jongere een stoornis heeft.

Daarna wordt er aan de slag gegaan, om de kennis toe te passen en om praktijksituaties te bespreken.

- *Casusbespreking.* De cursusleiders hebben een casus op papier. Deze casus komt van de Deeltijd. Er wordt hierin een situatie voorgelegd, die ook daadwerkelijk op de Deeltijd gebeurd is. (Er kan gekozen worden om de namen van de personen erbij te zetten, of voor de privacy worden er andere namen gebruikt. De keuze van dit, wordt bepaald door wat de afspraken van de groep zijn.) Het is belangrijk om een situatie te nemen, die zich daadwerkelijk op de Deeltijd heeft afgespeeld, omdat deze situaties ook thuis kunnen voorkomen en de ouders met deze personen te maken hebben. Dit maakt het dus realistisch. Bespreek deze casus plenair en ga samen met de ouders op zoek naar hoe met deze situaties om te gaan en hoe je jongeren kunt helpen om zingevingvragen te beantwoorden of hoe je hen kunt leren hiermee om te gaan. Want niet op alle vragen zal er een antwoord zijn.

Wanneer de casus besproken is, krijgen de ouders de gelegenheid om nog een aantal vragen te stellen. De volgende werkvorm kan hiervoor gebruikt worden.

- *De vragenlap.* Bij deze verwerkingsvorm wordt er ingegaan op de vragen van ouders of komen er vragen aan bod, die bij de jongeren op de werkvloer door de cursusleiders zijn gehoord. Op elke flap of vel papier komt er een vraag te staan. Neem bijvoorbeeld een vraag per ouderpaar. Deze vragen worden opgehangen aan de muur. De ouders gaan in groepjes deze vragen proberen te beantwoorden. Elk groepje moet een nieuwe suggestie opschrijven, onder de oplossingen of antwoorden die door de andere groepjes gegeven zijn. Wanneer alle vragen beantwoord zijn, nemen de cursusleiders deze bij elkaar. De verschillende suggesties of antwoorden worden met elkaar besproken, zodat de ouders uiteindelijk een (mogelijk) antwoord op de vragen hebben en weten hoe er mee om kan worden gegaan.

Thuisopdracht meegeven

Nadat het thema besproken is, kan er een thuisopdracht meegegeven worden. Het is aan de cursusleiders of er een opdracht meegegeven wordt.

Mogelijke opdrachten zijn te vinden, in de bijlage ‘Thuisopdrachten’.

Afsluiten

De cursusleider geeft de ouders nog de gelegenheid tot het stellen van vragen. Hierbij bepaald de cursusleider zelf of de vragen nu beantwoord worden of dat deze een andere bijeenkomst besproken worden. Benoem daarna wanneer de volgende keer weer is en sluit dan de bijeenkomst af.

Of sluit af op een manier die passend is bij de bijeenkomst.

Thuisopdracht bij het thema 'Zingeving'

Opdracht

De opdracht bij het thema 'Zingeving' luidt als volgt:

Zet voor uzelf eens de vragen omtrent zingeving op een rijtje en probeer deze met iemand uit uw omgeving te bespreken. Als er onvoldoende op gereageerd wordt, laat deze dan open staan en neem deze de volgende bijeenkomst mee.

Ga eens na bij uw kind, door dit bijvoorbeeld te vragen, met welke zingevingvragen hij of zij rondloopt. Praat hierover en leg uit dat op niet alle vragen een antwoord te geven is en dat ook u en andere mensen deze vragen hebben. Maar uw kind duidelijk dat hij of zij niet de enige is.

Zet alle vragen van uw jongere eens op een rijtje en zoek samen naar de antwoorden. Als jullie geen antwoord weten op de vraag, laat deze dan open staan en neem deze de volgende bijeenkomst mee.

Bespreken van de thuisopdracht

Inventariseer welke vragen ouders hebben en groepeer deze. Het is waarschijnlijk niet mogelijk om alle vragen te bespreken, omdat de tijd daar niet voor is. Zorg ervoor dat wel alle ouders aan bod komen en ten minste 1 vraag van hen beantwoord wordt.

- Er worden twee groepen gemaakt, waarbij elk een cursusleider deelneemt. De beide groepen bespreken met elkaar de verschillende vragen. Vraag ook na hoe de ouders het gesprek met hun kind zijn aangegaan en wat de reactie was. De ouders hebben ook de opdracht mee gekregen om een zingevingvraag te bespreken met iemand uit hun omgeving. Vraag na hoe dit is gegaan en of zij voldoende antwoord hebben gekregen.

Bijeenkomst Seksualiteit

Doelen van de bijeenkomst

- Het thema 'Seksualiteit' bespreken en bespreekbaar maken.
- De ouders informeren over de maatschappelijke ontwikkelingen omtrent seksualiteit.
- De ouders krijgen handvatten hoe zij dit thema met hun kind kunnen bespreken.
- De ouders met elkaar laten nadenken over de verschillen in uitleg bij 'gewone' jongeren en bij jongeren met specifieke zorgbehoeften.
- Opvoedingsondersteuning aan ouders.
- Lotgenotencontact voor ouders.

Aandachtspunten

- Seksualiteit is een gevoelig onderwerp. Ga hier voorzichtig mee om. Benader de ouders ook respectvol ten opzichte van dit thema.
- Sommige ouders durven niet aan te geven dat ze moeite hebben met het bespreekbaar maken met dit thema. Probeer zo concreet mogelijke handvatten mee te geven.
- Het kan voorkomen dat de jongeren meer weten over dit onderwerp dan de ouders zelf. Houdt hier ook rekening mee. De ouders komen uit een generatie waarin dit onderwerp veel minder actueel was en zij hebben ook niet geleerd om hierover te praten.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Pennen en papier
- Casus op papier (meerdere keren)
- Schema 'Jij-boodschap en ik-boodschap' (meerdere keren)
- Thuisopdracht op papier

Programma

- Welkom
- Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen
- Terugblik op de vorige bijeenkomst, bespreken van de thuisopdracht
- Thema 'Seksualiteit' bespreken
- Nieuwe thuisopdracht meegeven
- Afsluiten

Inhoud

Welkom

De cursusleider heet de ouders welkom. Er is gelegenheid om koffie/thee te nemen met een koek erbij. De ouders kunnen vast gaan zitten of even een praatje maken.

Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen

De cursusleider inventariseert of er nog vragen, opmerkingen of dringende mededelingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleider bepaald zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Terugblik op de vorige bijeenkomst, bespreken van de thuisopdracht

Wanneer er een thuisopdracht gegeven is, wordt deze besproken. Wanneer deze dus niet gegeven is, hoeft er ook niet op teruggekomen te worden. De thuisopdracht en bespreking hiervan zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Thema 'Seksualiteit' bespreken

De laatste jaren is seksualiteit een begrip dat steeds vaker in het nieuws komt. Er worden artikelen over geschreven, er komen boeken op de markt en ook in de media komt dit onderwerp veel aan bod. De seksuele moraal vervaagt steeds meer en ook de jongeren op de Deeltijd worden beïnvloed vanuit de maatschappij. Voor de jongeren is het vaak lastig hiermee om te gaan. Wat is wel goed en wat niet? Ook zijn ze op een leeftijd gekomen, waar de interesse voor het andere geslacht toeneemt. Het is dan ook logisch dat daar meer aandacht aan wordt besteed, maar hoe ver kan en mag je gaan? Bij jongeren is veel onkunde, maar ook veel onzekerheid bij het maken van keuzes rond seksualiteit.

Onderwijsminister Plasterk schreef in een brief aan de Tweede Kamer, dat scholen zich in hun seksuele voorlichting niet alleen moeten richten op feitelijke informatie over seksualiteit, maar jongeren ook wapenen tegen beelden uit de media, waarin vrouwen niet zelden als lustobject worden neergezet. Door bestaande lespakketten over seksualiteit uit te breiden wil de bewindsman jongeren wapenen tegen pornografisch getinte beelden waarmee zij op straat, op tv en op internet worden overspoeld. Het Nederlands Dagblad heeft een dossier waarin alle artikelen verzameld zijn over het onderwerp seksualiteit. (Uit dit dossier kan informatie gehaald worden, indien nodig).

Dat er door een minister aandacht wordt besteed aan wat er in de seksuele voorlichting besproken moet worden en dat er zelfs een dossier is over dit onderwerp, wijst er op dat het ver heen is met hoe er met seksualiteit wordt omgegaan. Het is van groot belang dat ook de ouders weten hoe hun kind omgaat met dit onderwerp, maar ook hoe zij als ouders hun kind hierin kunnen begeleiden, opvoeden en helpen.

Bij dit thema kan er kort aandacht besteedt worden aan wat er in de media geschreven en gezien wordt over seksualiteit, zodat het voor de ouders duidelijk wordt wat de ontwikkelingen zijn.

Voor jongeren met autisme, PDD-NOS, ADHD, CD en ODD, is het omgaan met seksuele gevoelens soms lastig. Zij kennen vaak hun eigen grenzen niet en ook die van de ander niet. Wanneer je een beperkt of geen inlevingsvermogen hebt, heb je dit ook niet op seksueel gebied. Ook weten ze vaak niet hoe ze om moeten gaan met intimiderend gedrag van onbekenden. (Vreemde vragen, opmerkingen of aanrakingen) Op de Deeltijd wordt geleerd hoe hiermee om gegaan moet worden. De vaardigheden worden stap voor stap aangeleerd. Vaak hebben de jongeren de behoefte om deze stappen op papier te hebben. Als ouders is het goed om concreet te benoemen wat wel en niet gedaan moet worden in deze situaties. En ook

het opschrijven van de vaardigheden of afspraken is een goed hulpmiddel. De ouders kunnen deze vaardigheden ook oefen met hun kind, door het zelf eerst voor te doen.

Zij weten vaak ook niet wat concreet bedoeld wordt met bijvoorbeeld begrippen als verliefdheid en seksueel contact. Jongeren met CD en ODD hebben helemaal geen grenzen en daarom is het belangrijk hele duidelijke en concrete afspraken te maken. Schrijf deze ook op.

Voor meer informatie over dit onderwerp, zie in de bijlage met artikelen en overige bruikbare informatie.

Ga met elkaar aan de slag, om met elkaar van gedachten te wisselen en vaardigheden te oefenen.

- *Hoe ga je een gesprek aan?* Sommige ouders weten niet hoe ze met hun kind een gesprek aan kunnen gaan over het onderwerp seksualiteit, terwijl ze wel merken dat hun kind over dit onderwerp vragen heeft. Andere ouders proberen regelmatig een gesprek aan te gaan, maar het lukt het niet, omdat hun kind er afwijzend op reageert. Hoe kun je als ouders een gesprek aangaan over het onderwerp ‘seksualiteit’?

Laat de ouders om de beurt hun ideeën over hoe een gesprek aan te gaan naar voren brengen en noteer dit kort en bondig op de flap-over. Bespreek met elkaar of de ideeën reëel zijn en of ze ingezet kunnen worden. Het doel is om de ouders handvatten mee te geven over hoe zij een gesprek aan kunnen gaan met hun kind over het onderwerp ‘seksualiteit’.

Nadat ouders handvatten hebben gekregen hoe zij een gesprek kunnen aangaan over seksualiteit, wordt er overgegaan op de praktijk. Het volgende wordt gedaan:

- *Casusbespreking.* De cursusleiders hebben een casus op papier. Deze casus komt van de Deeltijd. Er wordt hierin een situatie voorgelegd, die ook daadwerkelijk op de Deeltijd gebeurd is. (Er kan gekozen worden om de namen van de personen erbij te zetten, of voor de privacy worden er andere namen gebruikt. De keuze van dit, wordt bepaald door wat de afspraken van de groep zijn.) Het is belangrijk om een situatie te nemen, die zich daadwerkelijk op de Deeltijd heeft afgespeeld, omdat deze situaties ook thuis kunnen voorkomen en de ouders met deze personen te maken hebben. Dit maakt het dus realistisch. Bespreek deze casus plenair en ga samen met de ouders op zoek naar hoe met deze situaties om te gaan en hoe je jongeren kunt helpen en begeleiden als het gaat om seksualiteit. Leg ook uit hoe er op de Deeltijd met dit onderwerp wordt omgegaan en hoe of wat jongeren hierover leren op de Deeltijd.

Thuisopdracht meegeven

De thuisopdracht bij dit thema is te vinden, in de bijlage ‘Thuisopdrachten’.

Afsluiten

De cursusleider geeft de ouders nog de gelegenheid tot het stellen van vragen. Hierbij bepaald de cursusleider zelf of de vragen nu beantwoord worden of dat deze een andere bijeenkomst besproken worden. Benoem daarna wanneer de volgende keer weer is en sluit dan de bijeenkomst af.

Of sluit af op een manier die passend is bij de bijeenkomst.

Thuisopdracht bij het thema 'Seksualiteit'

Opdracht

Lees het artikel 'Een explorerend onderzoek bij ouders, hulpverleners en autisten. Over seksualiteit en autisme'.

Wanneer uw kind ADHD, CD of ODD heeft, kan dit artikel ook worden gelezen. Ook deze jongeren hebben extra ondersteuning nodig bij dit onderwerp. Hier wordt in het artikel informatie over gegeven.

Schrijf de vragen die u hebt op of als er situaties/ voorbeelden beschreven worden die u niet begrijpt, schrijf deze dan ook op. De volgende bijeenkomst kunnen de vragen behandeld worden.

Bespreken van de thuisopdracht

De opdracht was, dat ouders het artikel 'Een explorerend onderzoek bij ouders, hulpverleners en autisten. Over seksualiteit en autisme' lezen.

Vraag aan de ouders of ze dit gedaan hebben en of zij vragen en/of opmerkingen hebben.

De opdracht kan op verschillende manieren besproken worden.

- Er wordt geïnventariseerd welke vragen er zijn. De vragen worden gerubriceerd. Daarna wordt er met elkaar besloten welke vragen er worden besproken. In totaal worden er 8 vragen besproken.
De groep ouders wordt in tweeën gesplitst en elk van de cursusleiders neemt een groep voor zijn/haar rekening. De vragen die ouders hebben ingebracht, worden met elkaar besproken.
Sluit eventueel plenair af.
- De ouders wisselen de vragen aan elkaar uit. Elk ouderpaar krijgt de vragen van een ander ouderpaar en samen proberen zij hier antwoorden op te vinden. De antwoorden worden aan de ouders teruggegeven en aan het eind wordt gekeken welke vragen er nog open staan. Deze worden dan plenair besproken.

Door: Pascale van Bilsen In samenwerking met de Wetenschapswinkel Rijksuniversiteit Maastricht, (adres: Postbus 616, 6200 MD Maastricht tel: 043 887120) en het Nederlands Instituut voor Sociaal Seksuologisch Onderzoek (adres: Da Costakade 45, 3521 VS Utrecht, tel: 030-946246)

EEN EXPLOREREND ONDERZOEK BIJ OUDERS, HULPVERLENERS EN AUTISTEN SEKSUALITEIT EN AUTISME

INLEIDING

Een onderzoek naar de seksualiteitsbeleving van autisten is afgerond. In de hier onderstaande samenvatting staan de voornaamste bevindingen van dit onderzoek vermeld.

Het onderwerp 'Seksualiteit en Autisme' is in de literatuur over autisme sterk onderbelicht. Dit ondanks het feit dat ook autisten een seksuele ontwikkeling doormaken gedurende de puberteitsjaren. Onder seksuele ontwikkeling wordt verstaan de lichamelijke ontwikkeling die tot uiting komt in de ontwikkeling van de secundaire geslachtskenmerken en de psychoseksuele ontwikkeling waardoor er een belangstelling ontstaat voor seksualiteit.

De Nederlandse Vereniging voor Autisme en verwante contactstoornissen (NVA) constateerde problemen bij ouders die samenhangen met de seksuele ontwikkeling van hun kind. Verder constateerde de NVA een gebrek aan literatuur over dit onderwerp. In verband hiermee diende de NVA een verzoek in bij de Wetenschapswinkel van de Rijksuniversiteit in Maastricht en het Nederlands Instituut voor Sociaal Seksuologisch Onderzoek (NISSO) te Utrecht om een onderzoek te verrichten naar de seksuele ontwikkeling van autisten.

Het doel van het onderzoek was het verkrijgen van inzicht in de seksuele ontwikkeling en beleving van autisten en de problemen waarmee ouders, hulpverleners en autisten geconfronteerd worden als gevolg van die seksuele ontwikkeling.

OPZET EN METHODE VAN ONDERZOEK

De volgende onderzoeksvragen dienden als uitgangspunt voor het uit te voeren onderzoek:

- In hoeverre is er bij autisten sprake van een seksuele ontwikkeling? ;
- Met welk soort problemen krijgen ouders, hulpverleners en autisten te maken als gevolg van deze seksuele ontwikkeling?;
- In welke mate ervaren ouders, hulpverleners en autisten problemen als gevolg van de seksuele ontwikkeling van autisten? ;
- In hoeverre bestaat er bij ouders, hulpverleners en autisten behoefte aan voorlichting en professionele hulp, of hebben ze zelf al oplossingen gevonden voor deze problemen?

Op grond van een literatuurstudie over het onderwerp seksualiteit bij autisten werd een vragenlijst ontwikkeld voor ouders van een autistisch kind tussen de 12 en 30 jaar oud. Deze vragenlijst was bedoeld voor zowel ouders van een autistisch kind dat op zwakzinnig niveau functioneert als voor ouders van een normaal begaafde autist.

Hulpverleners werkzaam met autisten, en autisten zelf werden niet betrokken in dit 'vragenlijst-onderzoek'. De vragenlijsten werden verstuurd naar 67 ouderparen in Limburg en Noord-Brabant, waarvan 37 ouderparen de vragenlijst terugstuurden.

Na het analyseren van de vragenlijsten werd een interviewlijst opgesteld om zodoende een interview te kunnen afnemen bij ouders, hulpverleners en autisten. Door middel van interviews is het mogelijk meer achtergrondinformatie te verkrijgen over persoonlijke ervaringen en deze interviews kunnen dan ook gezien worden als een belangrijke aanvulling op de vragenlijst.

Bij deze interviews werden alleen ouders en hulpverleners betrokken wiens kind c.q. pupil op normaal begaafd niveau functioneert en tussen de 18 en 30 jaar oud is.

Ook de geïnterviewde autisten moesten tussen de 18 en 30 jaar oud zijn en op normaal begaafd niveau functioneren. Uiteindelijk zijn er veertien ouders, vier hulpverleners en vier autisten geïnterviewd.

RESULTATEN ONDERZOEK

De onderzoeksresultaten worden beschreven aan de hand van de bovengenoemde onderzoeksvragen.

In hoeverre is er bij autisten sprake van een seksuele ontwikkeling?

Zowel uit de vragenlijsten als de interviews is gebleken dat de seksuele ontwikkeling bij autisten niet ongemerkt voorbij gaat. De secundaire geslachtskenmerken ontwikkelen zich in een normaal tempo en er vindt een psychoseksuele ontwikkeling plaats. Deze psychoseksuele ontwikkeling komt tot uiting in een groeiende belangstelling voor seksualiteit, het eigen uiterlijk en het vertonen van seksueel gedrag. Autisten beleven deze lichamelijke en psychoseksuele ontwikkeling echter anders als gevolg van hun sociale stoornis, gebrekkige taal- en spraakontwikkeling en abnormale rigiditeit. Uit de vragenlijsten bleek dat autistische jongens vaker seksueel gedrag vertonen dan meisjes.

Wat voor soort problemen hebben ouders, hulpverleners en autisten als gevolg van deze seksuele ontwikkeling?

De meeste problemen van de ouders, hulpverleners en autisten worden veroorzaakt door het feit dat autisten seksualiteit door hun handicap anders beleven. Deze problemen zijn te herleiden tot de volgende aspecten die inherent zijn aan het syndroom autisme.

Een autist is niet in staat zich te richten op anderen en houdt dan ook meestal geen rekening met de waarden en normen van anderen zoals die van de ouders, hulpverleners en andere mensen waarmee de autist in contact komt. Niet zelden vertoont een autist dan ook gedrag dat op grond van deze normen niet getolereerd wordt. Zo zijn er bijvoorbeeld autisten die in het openbaar masturberen of naakt lopen, of praten over seksuele onderwerpen wanneer dit niet gepast is.

Dit seksuele gedrag willen de meeste ouders en hulpverleners de autist niet ontfangen omdat dit toch een belangrijke uitlaatklep is voor de seksuele behoeften die de autist heeft. Vandaar dat ouders en hulpverleners vaak specifieke regels voor een autist opstellen waar seksueel gedrag wel of niet is toegestaan.

Sommige ouders hebben problemen als gevolg van het feit dat ze zich verantwoordelijk voelen voor dit, vanuit maatschappelijk oogpunt niet toelaatbare seksuele gedrag van hun kind. Zij menen dat zij die verantwoordelijkheid dienen te dragen aangezien hun kind daartoe niet in staat is.

Sommige autisten raken zodanig gepreoccupeerd door hun seksuele behoeften dat hun hele verdere ontwikkeling geblokkeerd raakt. Het kost de ouders en hulpverleners dan veel energie, moeite en geduld deze preoccupatie af te remmen zodat de autist zich verder kan ontwikkelen.

Ondanks hun sociale stoornis hebben veel normaal begaafde autisten behoefte aan een relatie met een ander. Dit blijkt zowel uit de interviews met de ouders, hulpverleners als ook met de autisten.

Autisten geven uiting aan deze behoeften, volgens de ouders en hulpverleners, omdat ze denken dan in de maatschappij te worden geaccepteerd als zijnde 'normaal'. Autisten zijn echter meestal niet in staat contact te leggen met anderen, laat staan deze contacten langere tijd te onderhouden. Deze behoefte wordt zelden of nooit bevredigd en kan hierdoor uitgroeien tot een problematische situatie die vaak zodanig ernstig is dat de autist helemaal gefixeerd raakt 'op het hebben van een relatie met een ander'. De enige mogelijkheid om dit probleem op te lossen is, volgens de ouders en hulpverleners, de autist te leren omgaan met zijn of haar handicap en deze te accepteren. Dit is een moeilijke opgave aangezien men de autist dan moet confronteren met zijn of haar beperkingen, bovendien worden de ouders hierdoor ook weer geconfronteerd met de ernst en het blijvende karakter van de handicap van hun kind.

Het feit dat een autist meestal niet het vermogen heeft een gevoelsrelatie aan te gaan met een ander maakt het voor enkele ouders moeilijk een eventuele (seksuele)relatie van hun kind met een ander te tolereren.

Autisten kunnen de bedoelingen van anderen, door hun gebrek aan inzicht, slecht of verkeerd inschatten. Autisten zijn bovendien vaak nauwelijks in staat en niet assertief genoeg om zich te weren in situaties die zij niet wenselijk achten. Enkele autistische meisjes zijn het slachtoffer geworden van verkrachting. Buiten de eventuele psychologische problemen die bij deze meisjes kunnen ontstaan als gevolg van een dergelijke traumatische ervaring, zijn de ouders ook bang voor een ongewenste zwangerschap. Het risico dat autistische vrouwen seksueel misbruikt worden is dan ook een zeer ernstig probleem voor de ouders, hulpverleners en autisten zelf. Sommige ouders van een autistisch dochter hebben überhaupt problemen met het feit dat hun dochter zwanger kan raken. Het gebruik van anticonceptie door autistische vrouwen wordt niet altijd door de ouders en autisten zelf als de ideale oplossing ervaren.

Seksuele behoeftebevrediging bij autisten is met name 'ik-gericht' door het sociale onvermogen van de autist. Vandaar dat masturbatie een belangrijkere rol speelt bij het bevredigen van seksuele behoeften dan bij niet-autisten. Ter ondersteuning van deze masturbatie kopen sommige autisten seksboekjes, dragen vrouwenkleden of bekijken pornofilms. Sommige ouders hebben hier problemen mee omdat dit gedrag enerzijds ervoor zorgt dat de autist volgens hen een vertekend beeld krijgt van wat seksualiteit werkelijk is. Anderzijds omdat het in strijd is met hun eigen seksuele beleving, waarden en normen.

Wanneer een autist seksueel geïnteresseerd is in een ander, dan is dit vaak detailgericht. Dat wil zeggen dat de autist slechts geïnteresseerd is in bepaalde delen van het lichaam van een ander (bijvoorbeeld bovenbenen, haar, huid, spieren etc.) De persoon als geheel speelt hierbij geen rol. Deze detailgerichte interesse is voor ouders en hulpverleners moeilijk te begrijpen en te accepteren.

Sommige autisten doen handelingen met hun geslachtsorganen die gevaarlijk zijn voor hun gezondheid. Dit gedrag wordt door ouders en hulpverleners veelal verboden. Aan de andere kant wil men de autist deze seksuele behoeftebevrediging niet ontfagen. Het vinden van een geschikt alternatief is echter geen eenvoudige opgave door de rigiditeit van de autist.

Enkele van de geïnterviewde autisten geven aan dat ze het moeilijk vinden wanneer hun bepaalde seksuele handelingen verboden worden.

Sommige autisten willen graag seksueel contact hebben met een ander, ondanks het feit dat autisten in het algemeen geen behoefte hebben aan een relatie en niet in staat zijn een relatie aan te gaan met een ander. Omdat seksueel contact met een ander vaak niet mogelijk is via de normale weg, bezoeken sommige autisten prostituees. Dit levert voor de ouders en hulpverleners problemen op, doordat zij enerzijds bezorgd zijn dat de autist iets overkomt in een voor hem onbekende wereld. anderzijds vinden ze het geen prettig idee dat hun kind c.q. pupil prostituees bezoekt. Ze vinden dit echter meestal beter dan dat de autist gefixeerd raakt op zijn seksuele behoeften en deze niet meer kan controleren.

Buiten de bovengenoemde problemen is de gebrekkige taalontwikkeling, het onvermogen tot abstractie en communicatie van autisten een complicerende factor. Seksuele voorlichting aan autisten moet dan ook aangepast worden aan de autist qua methode (veel tekeningen, plaatjes, demonstratie etc.) en onderwerp, aangezien de autist meestal alleen die informatie oppikt welke hem of haar specifiek interesseert. Het is voor ouders en hulpverleners niet gemakkelijk om de informatie zodanig te presenteren dat de autist deze begrijpt.

Autisten kunnen zich in het algemeen slecht uiten over wat ze willen en voelen, waardoor het voor de ouders en hulpverleners moeilijk is na te gaan welke problemen de autist heeft. Het helpen van de autist met zijn of haar problemen wordt hierdoor erg bemoeilijkt. De geïnterviewde autisten zeggen liever geen hulp te vragen voor hun moeilijkheden. Waarschijnlijk willen ze dit niet omdat ze zoveel moeite hebben met het uitleggen of uiten van die problemen.

Uit de resultaten van de vragenlijst bleek niet dat ouders van een zwakzinnige autist met andere problemen geconfronteerd worden of vaker of minder met problemen geconfronteerd worden dan ouders van een normaal begaafde autist.

Nel maakte het verschil of men ouder was van een autistische jongen of autistisch meisje. De jongens bleken namelijk vaker seksuele behoeften en seksueel gedrag te vertonen, hetgeen dus ook meer van de genoemde problemen met zich meebracht. Ouders van een autistisch meisje onderkenden beduidend vaker het mogelijke risico op een zwangerschap. Ook het gebruik van anticonceptie werd door ouders van een autistische dochter vaker als probleem ervaren.

In welke mate ervaren ouders deze problemen?

Gezien de geringe onderzoekspopulatie is het methodologisch onverantwoord harde uitspraken te doen over de resultaten van deze onderzoeksvraag. Acht van de zevenendertig ouders die de vragenlijst hebben teruggestuurd hebben problemen met de seksuele ontwikkeling van hun kind. Het is zeer waarschijnlijk dat dit aantal aan de lage kant is doordat veertien ouders van de onderzoekspopulatie een autistisch kind hebben tussen de 12 en 15 jaar oud. In deze leeftijdscategorie is de seksuele ontwikkeling nog in een zeer vroeg stadium en levert dan ook waarschijnlijk daarom nog geen problemen op.

Meer dan de helft van de geïnterviewde ouders geeft aan problemen te hebben met de seksuele ontwikkeling van hun kind. Ook de hulpverleners en autisten zelf hebben problemen met de seksuele ontwikkeling.

In hoeverre bestaat er bij de ouders, hulpverleners en autisten behoefte aan voorlichting en professionele hulp, of hebben ze zelf al oplossingen gevonden voor deze problemen?

Het merendeel van de ouders heeft een oplossing gevonden voor hun problemen. De meest genoemde oplossing door de ouders is het reguleren van het seksuele gedrag van de autist door middel van maatregelen en afspraken. Verder wordt anticonceptiegebruik genoemd ter voorkoming van een eventuele zwangerschap. Voor alle andere problemen (zie tabel I) worden geen concrete oplossingen aangedragen. Enkele ouders geven dan ook aan zeker gebruik te zullen maken van professionele hulp als deze zou bestaan. Ook hebben de meeste ouders behoefte aan meer informatie over dit onderwerp. Ouders geven verschillende suggesties hoe de NVA meer aandacht aan dit onderwerp zou kunnen besteden. Zo zou de NVA, volgens de ouders, groepsavonden kunnen organiseren rond dit thema. Tijdens zo'n avond zou een deskundige op het gebied van seksualiteit bij autisten kunnen worden uitgenodigd die vragen van ouders probeert te beantwoorden. Het is natuurlijk ook mogelijk gedurende een groepsavond samen met andere ouders ervaringen uit te wisselen en eventuele problemen te bespreken. Sommige ouders geven aan dat er meer onderzoek gedaan moet worden naar dit onderwerp, zodat het inzicht en kennis over de seksuele beleving van ouders wordt vergroot. Volgens de hulpverleners wordt er binnen de instelling voldoende aandacht besteed aan de persoonlijke problemen van hulpverleners samenhangend met de seksuele ontwikkeling van de autisten. Volgens hen is het belangrijk dat de instelling openstaat voor deze problemen en ze bespreekbaar maakt. De hulpverleners denken dat seksuele voorlichting aan autisten, mits op het juiste moment gegeven, een aantal problemen kan voorkomen.

De autisten zeggen hun problemen zelf op te lossen en hier geen hulp bij nodig te hebben.

TEN SLOTTE

De onderzoeksresultaten uit dit onderzoek zijn belangrijk voor de algemene kennis en informatie over autisme. Dit onderzoek geeft immers enig inzicht in de seksuele ontwikkeling en seksuele beleving van autisten en de eventuele problematiek bij ouders, hulpverleners en autisten als gevolg van die seksuele ontwikkeling.

Dit onderzoek geeft echter nog lang geen volledig beeld van de seksualiteitsbeleving van autisten gezien de beperkte omvang van de onderzoekspopulatie. Duidelijk is geworden dat ouders, hulpverleners en autisten wel degelijk problemen hebben met de seksuele ontwikkeling van de autist. Een uitgebreider en grootser opgezet onderzoek naar de seksualiteitsbeleving van autisten en de

daaraan verwante problematiek zou een bijdrage kunnen leveren aan een goede informatieverstrekking en begeleiding van alle betrokkenen.

Afsluitend wil ik alle ouders, hulpverleners en autisten bedanken die hebben meegewerkt aan dit onderzoek. Zonder hun openhartigheid over dit onderwerp was dit onderzoek niet mogelijk geweest. Tevens wil ik de NV A bedanken die dit onderzoek heeft ondersteund met raad en daad.

Wanneer U belangstelling heeft voor het gehele onderzoeksverslag dan kunt U dit aanvragen bij de Wetenschapswinkel in Maastricht. Wanneer U alleen geïnteresseerd bent in het verslag van de afgenomen interviews bij ouders, hulpverleners en autisten dan kunt U dit aanvragen bij het NISSO te Utrecht.

Probleem	Frequentie (n=14) probleem
Gebrek aan schaamtegevoelens voor het eigen lichaam	8
Behoeftte van de persoon met autisme aan een relatie met een ander	8
Masturbatie door de persoon met autisme in huis of buitenshuis	7
Gebrek aan schaamtegevoelens bij het aanraken van anderen	6
Toenaderingspogingen van een persoon met autisme naar anderen toe	6
Het onvermogen van een persoon met autisme om seksualiteit te koppelen aan een intieme gevoelsrelatie	4
Verantwoordelijkheid als ouder voor het seksuele gedrag van de persoon met autisme	4
Seksuele gedragingen van de persoon met autisme waarmee de ouders moeite hebben	4
Hulpverlening bij seksualiteit en autisme	4
Problemen over anticonceptie	4
Angst voor zwangerschap	4
Toenaderingspogingen van anderen naar de persoon met autisme toe	3
Behoeftte van de persoon met autisme aan seksueel contact met anderen	2
Zorgen om de toekomst van de persoon met autisme	2

Deze problemen werden door de ouders als het belangrijkste ervaren in verhouding met de andere problemen.

Bijeenkomst Competenties/balansmodel

Doelen van de bijeenkomst

- Opvoedingsondersteuning aan ouders.
- Lotgenotencontact voor ouders.
- De ouders bewust maken van hun draagkracht en draaglast.
- De ouders bewust maken welke competenties zij hebben voor de opvoeding van hun kind.

Aandachtspunten

- Deze avond is echt op de ouders gericht. Zij staan nu in het middelpunt en er wordt aandacht geschonken aan hun competenties, draagkracht en draaglast.
- Deze avond wordt er weinig over de jongeren gesproken, probeer dit zelf in de gaten te houden.
- Het begrip 'competentie' zal mogelijk nog toegelicht moeten worden.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Pennen en papier
- Balansmodel op papier of PowerPoint
- Kwaliteitenspel

Programma

- ❖ Welkom
- ❖ Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen
- ❖ Bespreken van de thuisopdracht
- ❖ Thema 'Competenties/balansmodel' bespreken
- ❖ Afsluiten

Inhoud

Welkom

De cursusleider heet de ouders welkom. Er is gelegenheid om koffie/thee te nemen met een koek erbij. De ouders kunnen alvast gaan zitten of nog even met elkaar praten.

Ruimte voor vragen, opmerkingen of dringende mededelingen

De cursusleider inventariseert of er nog vragen, opmerkingen of dringende mededelingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleider bepaald zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Terugblik op de vorige bijeenkomst, bespreken van de thuisopdracht

Wanneer er een thuisopdracht gegeven is, wordt deze besproken. Wanneer deze dus niet gegeven is, hoeft er ook niet op teruggekomen te worden. De thuisopdracht en bespreking hiervan zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Thema 'Competenties/balansmodel' bespreken

Voor veel ouders is de opvoeding van hun kind met een stoornis niet eenvoudig. Ze kunnen soms denken dat zij het allemaal verkeerd doen, terwijl dit helemaal niet zo hoeft te zijn. Voor de opvoeding van deze jongeren is nu eenmaal geen standaard 'gebruiksaanwijzing'. Het is ook logisch dat je het als ouders soms niet meer ziet zitten.

Het is voor de ouders goed, om zicht te hebben op wat zij wel goed kunnen. Welke competenties zij dus bezitten. Wanneer zij dit weten, zal het hun goed doen. Het is immers fijn om te weten wat je wel goed doet.

Daarnaast is het belangrijk om zicht te hebben op de draagkracht en de draaglast bij zichzelf en in het gezin. Wanneer bijvoorbeeld de draaglast groter is, is het van belang om deze in balans te krijgen met de draagkracht.

Pak het balansmodel erbij en leg deze uit aan de ouders. Voor informatie hierover zie in de bijlage 'Thuisopdrachten'. Bespreek de verschillende factoren die hierop staan en hoe daarmee omgegaan kan worden. Leg hierbij ook de begrippen micro, meso en macro uit. Zorg ervoor dat de ouders het balansmodel duidelijk voor zich hebben en mee kunnen lezen of schrijven. Wanneer het balansmodel is uitgelegd, gaan de ouders zelf aan de slag.

- Laat de echtparen bij elkaar zitten (wanneer een van de ouders alleen is, moet er een andere oplossing gezocht worden) en geef ze pen en papier. Laat de ouders met elkaar overleggen en dan per persoon, aan de hand van het balansmodel, opschrijven wat hun draagkracht is en wat hun draaglast is en hoe deze van invloed is op henzelf, het gezin en de opvoeding van hun kind(eren). Laat de echtparen samen deze factoren bespreken en zich erop bezinnen hoe zij hier verder mee kunnen.

Nadat de ouders deze met elkaar opgeschreven en besproken hebben, komt de groep weer bij elkaar en mogen de ouders vragen stellen bij de factoren die zij hebben opgeschreven. Zorg ervoor dat alle ouders voor zichzelf een lijstje hebben met de factoren die hen draagkracht geven en die hen draaglast geven. Wanneer ouders niet weten hoe zij een balans kunnen krijgen in de draagkracht en draaglast, wordt dit besproken in de groep.

De ouders kunnen elkaar ook nog aanvullen. Als het goed is hebben ze elkaar al meerder keren ontmoet en kennen ze de ander. Wanneer andere ouders factoren zien bij de ouder(s) vertellen zij dit en kan dit aan het lijstje worden toegevoegd.

Om de ouders inzicht te geven in welke kwaliteiten (competenties) zij hebben, wordt het volgende gedaan. Let er wel op dat de ouders duidelijk hebben wat de kwaliteiten inhouden. Is dit niet zo, leg dit dan uit.

- *Kwaliteitspel.*

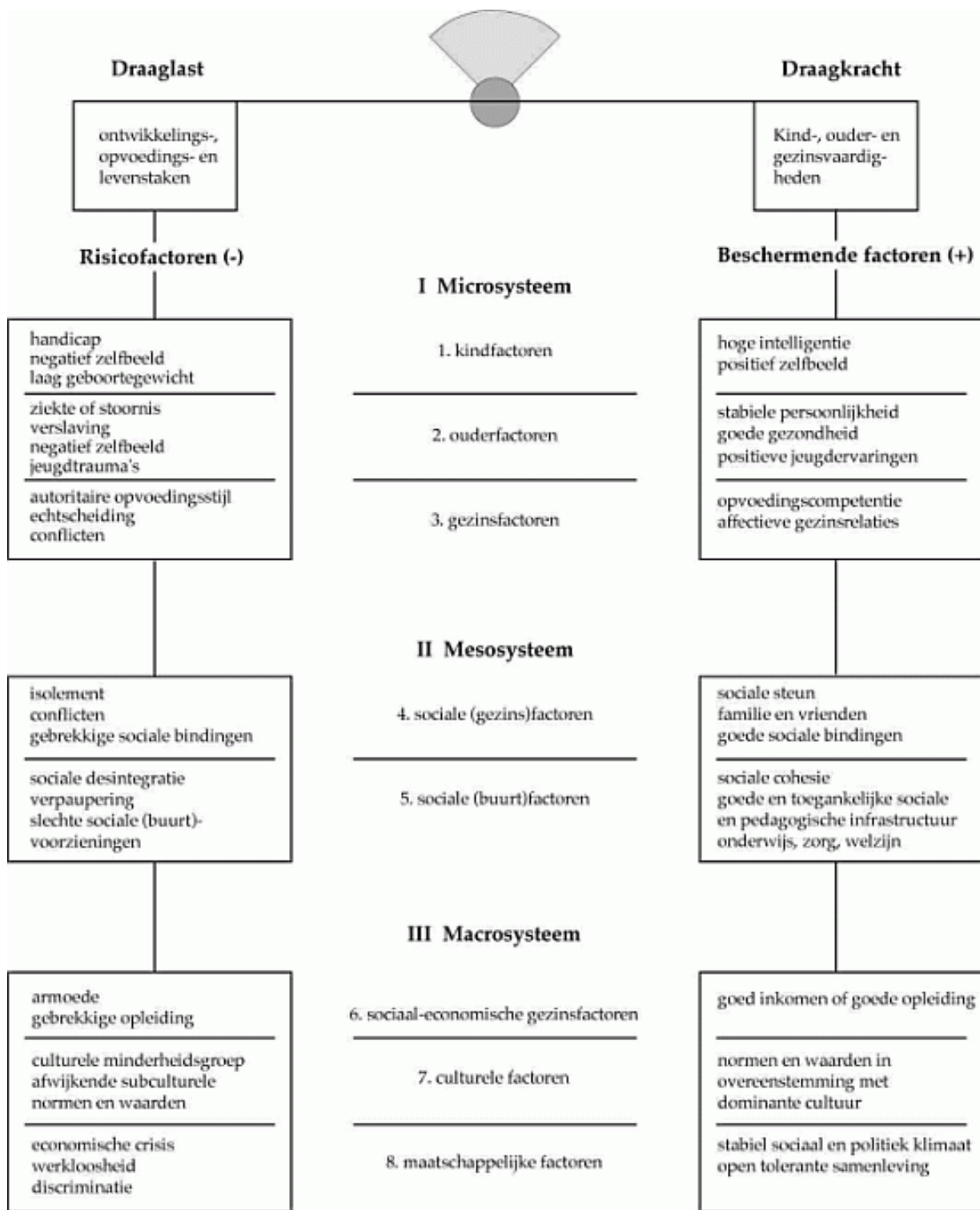
- ✓ Speel met elkaar het kwaliteitspel. Dit is een spel waarbij je zicht krijgt op je eigen kwaliteiten. Op de verschillende kaartjes staan kwaliteiten geschreven. Bij deze bijeenkomst worden alleen de kaarten met kwaliteiten gebruikt, omdat het nu niet gaat om wat de ouders nog moeten leren.
- ✓ Dit spel kan op verschillende manieren gespeeld worden:
 - De kaartjes kunnen allemaal op tafel gelegd worden waarna de ouders de vijf belangrijkste kwaliteiten van zichzelf opschrijven.
 - De kaartjes worden neergelegd zodat alle ouders er zicht op hebben. De ouders zoeken een kaartje uit die ze aan een andere ouder geven. Daarbij geven zij aan waarom zij dit kaartje uitgekozen hebben en aan die persoon willen geven.Het is aan de cursusleiders op welke manier het kwaliteitspel gespeeld wordt.
- ✓ Wanneer het spel gespeeld is, worden de ouders gevraagd een situatie in gedachten te nemen uit de afgelopen week. Laat ze als echtpaar welke kwaliteiten zij ingezet hebben in deze situatie. Zo krijgen ze zicht op hun kwaliteiten en wat ze dus wel kunnen. Wanneer er voldoende tijd is, kunnen er een aantal ouders deze succeservaring in de groep vertellen.

Bij dit thema is er geen thuisopdracht. De ouders hebben in de bijeenkomst zicht gekregen op hun competenties en draagkracht/draaglast. Benadruk dat zij zich hiervan bewust moeten blijven, zodat ze weten waar ze de kracht vandaan kunnen halen.

Afsluiten

De cursusleider geeft de ouders nog de gelegenheid tot het stellen van vragen. Hierbij bepaald de cursusleider zelf of de vragen nu beantwoord worden of dat deze een andere bijeenkomst besproken worden. Benoem daarna wanneer de volgende keer weer is en sluit dan de bijeenkomst af.

Of sluit af op een manier die passend is bij de bijeenkomst.



Bijeenkomst Een 'vrije' avond.

Op deze avond kunnen onderwerpen/situaties ingebracht worden die ouders op dat moment belangrijk vinden.

Doelen van de bijeenkomst

- Ingaan op de vragen/situaties van ouders.
- Bespreken van de vragen en situaties van de ouders.
- Handvatten geven aan de ouders omtrent de situatie(s) en/of vragen.
- Opvoedingsondersteuning aan ouders.

Aandachtspunten

- Let erop dat alle ouders aan de beurt kunnen komen met hun vragen.
- Deze avond kan er ook nog worden teruggekomen op thema's die al eerder besproken zijn.
- Er kunnen vragen komen over thema's die later nog besproken zullen worden. De cursusleiders bepalen zelf wat er met deze vragen gedaan kan worden. Of ze nu beantwoord worden, of wanneer het thema aan de beurt is.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Pennen en papier
- Houten stok

Verdere benodigdheden liggen aan de situaties of manieren waarop deze avond besproken wordt.

Programma

- ❖ Welkom
- ❖ Ruimte voor dringende mededelingen
- ❖ Eventuele bespreking op de thuisopdracht
- ❖ Situaties en vragen van ouders bespreken
- ❖ Afsluiten

Inhoud

Welkom

De cursusleider heet de ouders welkom. Er is gelegenheid om koffie/thee te nemen met een koek erbij. De ouders kunnen alvast gaan zitten of nog even met elkaar praten.

Ruimte voor dringende mededelingen

De cursusleider inventariseert of er nog dringende mededelingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleider bepaald zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Eventuele bespreking op de thuisopdracht

Wanneer er een thuisopdracht gegeven is, wordt deze besproken. Wanneer deze dus niet gegeven is, hoeft er ook niet op teruggekomen te worden. De thuisopdracht en bespreking hiervan zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Situaties en vragen van ouders bespreken

Deze avond is een avond, waar in ouders zelf inspraak hebben. Allicht zijn er nog vragen waar ouders mee zitten of liggen er onbesproken situaties. Deze avond is daar ruimte voor.

Probeer deze avond van alle ouders ten minste een vraag of situatie te bespreken.

Wanneer er een vraag of situatie aan bod komt over thema's die later nog besproken zullen worden, bepalen de cursusleiders zelf wat er met deze vragen of situaties gedaan kan worden. Of ze nu beantwoord worden, of wanneer het thema aan de beurt is.

Een advies: als de vraag of situatie op dat moment echt speelt en de ouders totaal niet weten wat zij hiermee aan moeten, is het verstandig om hier gehoor aan te geven.

Om de vragen en/of situaties die de ouders inbrengen te bespreken, wordt het volgende gedaan:

- *'Incident - methode'*
 - ✓ Ouders brengen vragen of problemen in. Een daarvan wordt gekozen om nader uit te werken nadat precies is vastgesteld wat het probleem of de vraag is.
 - ✓ Nu volgt een informatieronde, waarbij de ouders aan de ouder(s) die het probleem inbracht, vragen kunnen stellen om meer informatie te krijgen. Er mogen nu nog geen oplossingen worden gegeven. Als er geen vragen meer zijn, kan doorgedaan worden naar de volgende stap.
 - ✓ De ouders bedenken samen zoveel mogelijk oplossingen. De ouder(s) die de vraag heeft ingebracht mag hierop niet reageren. Alle oplossingen worden opgeschreven (in steekwoorden) op de flap-over. Wanneer dit gebeurd is, volgt de laatste ronde.
 - ✓ Reageren op de oplossingen. De ouder(s) die de vraag heeft/hebben ingebracht voor ziet de oplossingen van commentaar. Wat heeft hij/zij al geprobeerd, wat werkt wel, wat werkt niet, zitten er nieuwe suggesties bij? De ouder(s) kiest/kiezen de oplossing die thuis geprobeerd gaat worden.
Het is ook mogelijk om deze ronde over te slaan en te volstaan met het aan de ouder(s) meegeven van de flap met suggesties voor oplossingen.

Bij deze werkvorm wordt van de helft van de groep de vragen en/of situaties besproken. Dus 8 vragen worden op deze manier besproken. Daarna wordt er overgegaan op een andere werkvorm. Hierbij wordt van de andere helft (dus de andere 8) van de groep de vragen en/of situaties besproken.

- *Talking stick.* Bij deze methode wordt er samen een oplossing gezocht voor een probleem dat een van de ouders, of een echtpaar, heeft ingebracht. Er wordt gebruik gemaakt van een houten stok die rouleert in de groep. Wie de stok heeft mag zijn of haar mening geven voor het probleem of een oplossing aandragen. De anderen mogen op dat moment niets zeggen. Als de persoon is ugesproken geeft hij/zij de stok door aan personen die nog niet aan de beurt zijn geweest of aan iemand die zijn/haar hand uitsteekt. De stok rouleert net zo lang totdat iedereen zijn zegje heeft gedaan of er geen nieuwe informatie meer naar voren komt.

Wanneer beide vormen zijn verwerkt, wordt er aan de ouders gevraagd wat zij van deze avond geleerd hebben. Deze leerpunten worden op de flap-over geschreven, zodat er een overzicht komt van het geleerde van die avond.

Na deze avond wordt er geen thuisopdracht meegegeven.

Afsluiten

De cursusleider geeft de ouders nog de gelegenheid tot het stellen van vragen. Hierbij bepaald de cursusleider zelf of de vragen nu beantwoord worden of dat deze een andere bijeenkomst besproken worden. Benoem daarna wanneer de volgende keer weer is en sluit dan de bijeenkomst af.

Of sluit af op een manier die passend is bij de bijeenkomst.

Bijeenkomst *Afscheid nemen*

Deze bijeenkomst is niet helemaal concreet uitgeschreven. Dit is gedaan, omdat de cursusleiders, na maandenlange begeleiding van de ouders, het beste weten wat de ouders nog nodig hebben en op welke wijze de cursus afgesloten kan worden.

Doelen van de bijeenkomst

- Afscheid nemen van elkaar.
- Bespreken met elkaar hoe je op een gepaste wijze afscheid kunt nemen.
- De hele cursus evalueren. De ouders vullen het evaluatieformulier in.
- De bijeenkomst op een ontspannen en leuke manier afronden.

Aandachtspunten

- Dit is de laatste bijeenkomst van de cursus. In deze bijeenkomst wordt er afscheid genomen van elkaar. Wees je er bewust van dat het voor de ouders heel moeilijk kan zijn dat ze afscheid moeten nemen, omdat zij bijvoorbeeld er tegenop zien om weer 'alleen' verder te gaan. Benoem dit en verwijst de ouders naar andere hulpvormen.
- Zorg ervoor dat de bijeenkomst ontspannen afgesloten wordt.

Benodigdheden

- Koffie/thee en koek
- Flap-over en stiften
- Pennen en papier
- Evaluatieformulieren

Programma

- ❖ Welkom
- ❖ Ruimte voor vragen of opmerkingen
- ❖ Eventuele bespreking op de thuisopdracht
- ❖ Thema 'Afscheid nemen' bespreken
- ❖ Evaluatieformulieren invullen en de bijeenkomsten evalueren
- ❖ Ter afsluiting een spel met elkaar doen
- ❖ Afsluiten

Inhoud

Welkom

De cursusleiders heten de ouders welkom. Er is gelegenheid om koffie/thee te nemen met een koek erbij. De ouders kunnen alvast gaan zitten of nog even met elkaar praten.

De cursusleiders benoemen dat dit de laatste bijeenkomst van de cursus is.

Ruimte voor dringende mededelingen

De cursusleiders inventariseren of er nog vragen of opmerkingen zijn. Wanneer deze er zijn, worden deze gesteld en zo mogelijk besproken of beantwoord. De cursusleiders bepalen zelf de regels omtrent de vragen, opmerkingen of dringende mededelingen.

Eventuele bespreking op de thuisopdracht

Wanneer er een thuisopdracht gegeven is, wordt deze besproken. Wanneer deze dus niet gegeven was, hoeft er ook niet op teruggekomen te worden. De thuisopdracht en bespreking hiervan zijn te vinden in de bijlage 'Thuisopdrachten'.

Thema 'Afscheid nemen' bespreken

Dit is alweer de laatste bijeenkomst van de cursus. Er moet nu afscheid van elkaar worden genomen. Daarom wordt nu het thema 'afscheid nemen' met elkaar besproken.

Hieronder volgt kort wat er besproken kan worden.

- Hoe je afscheid neemt

Bespreek met de ouders wat zij belangrijk vinden bij het nemen van afscheid. Vraag hen wat zij verwachten van deze bijeenkomst en hoe zij het vinden om afscheid te nemen. Laat de ouders, indien zij dit willen, vertellen naar andere ervaringen met afscheid nemen.

Het is belangrijk om op een goede manier afscheid van elkaar te nemen. Zo kijk je op een positieve manier terug naar de achterliggende tijd.

Bespreek ook hoe je afscheid kunt nemen. Loop je gewoon weg of geef je iedereen een hand?

Bespreek met de ouders wat zij hiervan vinden en leg zelf ook uit wat een goede manier is.

Op de Deeltijd wordt er bij het afscheid van de jongere het volgende gedaan:

Drie weken van tevoren gaat de jongere die afscheid neemt werken aan het doel 'rugzak'. De jongere beschrijft de belangrijkste vaardigheden hij/zij hier geleerd heeft. Deze worden in het individueel contact met de mentor, besproken en uitgewerkt. Ook wordt er benoemd dat de jongere moet gaan nadenken wat hij/zij met het afscheid wil gaan doen. Eventueel krijgt hij/zij hierbij begeleiding.

De groep krijgt de gelegenheid iets te maken voor de jongere die afscheid neemt. De groepsleiding koopt een cadeautje. Wanneer de dag van afscheid nemen is aangebroken, is er een gezamenlijk moment om dit aan de jongere te overhandigen. De jongere mag zelf beslissen wat er verder gedaan wordt rondom het afscheid.

- Hoe dit voor de jongeren kan zijn

Het is belangrijk om aan de ouders uit te leggen dat op een goede manier afscheid nemen voor de jongeren erg belangrijk is. Ze zijn een lange periode bij Eleos in behandeling geweest. Hier hebben zij veel meegemaakt en veel geleerd. Bespreek met de ouders de mogelijkheden op welke manier de jongeren afscheid kunnen nemen van de Deeltijd. Geef ook aan dat de ouders de jongeren zelf ook moeten laten nadenken wat zij graag willen.

Het is belangrijk om bij deze jongeren heel concreet uit te leggen dat er afscheid genomen gaat worden en wat er hierin ook van hen verwacht wordt.

- Waar je op moet letten

De jongeren moeten de ruimte krijgen om het afscheid nemen een plekje te geven.

Benoem zo concreet mogelijk wat er gaat gebeuren.

Jongeren kunnen heel onrustig of onzeker worden van het naderende afscheid. Wees hier alert op en bespreek dit ook met de jongeren.

Geef aan dat het niet raar is als de jongere het afscheid nemen moeilijk vindt.

Evaluatieformulieren invullen

De evaluatieformulieren worden ingevuld.

Geëvalueerd wordt:

- De bijeenkomsten
- De thema's
- De groepssamenstelling
- De cursusleiders
- Het leerrendement

Er wordt afgesloten met tops en tips.

Ter afsluiting een spel met elkaar doen

De cursus wordt op een ontspannen manier met elkaar afgesloten.

Afsluiten

Sluit af op een passende manier.

Bijlage 2 **Instructies vaardigheden**

Hieronder volgen verschillende instructies die de jongeren ook meegegeven wordt en waarmee er ook geoefend wordt. De instructies kunnen erbij gepakt worden, wanneer ouders behoefte hebben aan concrete instructies voor bepaalde vaardigheden. Ook kunnen deze instructies meegegeven worden ter ondersteuning voor ouders om hun jongere te helpen bij vaardigheden.

Een **stevig houding** ziet er als volgt uit:

- Beide benen stevig op de grond
- Knieën iets gebogen (niet “op slot”)
- Een rechte rug (bekken iets naar voren)
- Schouders iets naar achteren
- Hoofd rechtop (kin iets terug)

Stem

<i>Te zacht</i>	De kans is groot dat anderen zullen denken dat je <i>bang</i> bent, of dat het <i>niet belangrijk</i> is of dat de ander iets anders hoort dan jij zegt. Bovendien moet de ander dan zoveel moeite doen om je te verstaan, dat de ander misschien niet meer met je wilt praten.
<i>Stevig</i>	De kans is groot dat je <i>serieus genomen</i> wordt en dat ze naar je zullen luisteren.
<i>Te hard</i>	De kans is groot dat de ander <i>bang voor je</i> wordt en met een boogje om je heen zal lopen.
<i>Toon</i>	Ook de toon waarop je iets zegt is belangrijk. Met de toon kun je je woorden benadrukken. Maar vaak ook zegt de toon waarop je iets zegt meer dan wat je zegt. Je kunt bijvoorbeeld een complimentje op zo’n onaardige manier zeggen dat de ander het niet gelooft.

Instructies ‘Kennismaken’

1. Loop rechtop naar de ander
2. Kijk de ander aan
3. Geef een stevige hand
4. Noem duidelijk je naam
5. Luister goed naar de naam van de ander
6. Begin een gesprekje

Instructies ‘Een praatje beginnen’

1. Bedenk of je een praatje kunt maken
2. Laat merken dat je belangstelling hebt voor de ander, kijk de ander aan
3. Begin over iets dat jullie samen zien of doen
4. Luister naar de ander en stel een aantal vragen
5. Rond het gesprek op een duidelijke manier af

Instructies ‘Een praatje onderhouden’

1. Bedenk een vraag of reageer op hetgeen de ander zegt
2. Laat merken dat je luistert, houdt regelmatig oogcontact
3. Praat duidelijk en let op je stemvolume
4. Geef de ander tijd om te antwoorden
5. Let op de ander of hij het interessant vindt
6. Rond het gesprek goed af

Instructies 'Iets bespreken'

1. Bedenk van tevoren wat je wilt bespreken en welk voordeel het je oplevert
2. Zeg dat je iets wilt bespreken en vraag of de ander tijd heeft
3. Vertel wat je wilt zeggen
4. Vraag wat de ander ervan vindt
5. Luister goed naar wat de ander terugzegt
6. Probeer samen tot een afspraak te komen

Instructies 'Iets vragen' of 'Om hulp vragen'

1. Bedenk van te voren wat je precies wilt vragen of waar je hulp bij nodig hebt
2. Vraag of de ander tijd heeft
3. Stel je vraag duidelijk. Leg uit waar je hulp bij nodig hebt en vraag of de ander kan helpen
4. Luister goed naar de uitleg van de ander
5. Zeg wat je van dit antwoord vindt
6. Bedenk of dit voldoende is of dat je nog meer hulp nodig hebt
7. Stel daarna nog een vraag of bedank de ander voor de hulp

Instructies 'Nee zeggen'

1. Als het niet gelijk duidelijk is wat de ander precies van je wil, vraag dit eerst na
2. Zeg rustig en duidelijk nee
3. Vertel waarom je nee zegt
4. Als de ander aandringt zeg je nogmaals rustig nee
5. Overleg zo mogelijk over een andere mogelijkheid

Instructies 'Mening geven'

1. Bedenk waar je je mening over wilt geven
2. Bedenk hoe je het wil gaan zeggen
3. Ga naar de persoon toe tegen wie je het wil zeggen en geef je mening of wanneer je in de groep zit: begin op een rustig moment duidelijk met het zeggen van jouw mening
4. Begin de zin met: Ik.. (Ik vind..)
5. Luister naar de reactie of mening van de ander

Instructies 'Overleggen'

1. Zeg tegen de ander wat jij wilt en waarom
2. Luister goed naar wat de ander wil
3. Vraag de ander waarom hij dat zo wil
4. Herhaal nog eens waarom jij jouw idee wilt doen
5. Als de ander bij zijn mening blijft: * Bedenk iets wat jullie beiden leuk vinden
* Doe eerst wat de ander wil, dan wat jij wilt
6. Als dit allemaal niet lukt, zeg dan dat je het jammer vindt en een andere keer beter!!!

Instructies 'Luisteren'

1. Kijk de ander aan
2. Toon interesse, met en zonder woorden
3. Laat de ander uitpraten
4. Ga in op wat de ander zegt; vraag er iets over
5. Zeg wat jij ervan vindt

Observeren

Observeren is opnoemen wat je *hoort en ziet*. Je kunt het vergelijken met iets dat door een camera wordt opgenomen. Iedereen ziet en hoort hetzelfde (zonder bijgedachten en gevoelens).

Interpreteren

Interpreteren is situaties, mensen en dingen beschrijven zoals je *denkt* dat ze zijn, waarbij je dus een persoonlijke conclusie trekt uit wat je ziet en hoort.

Instructies ‘Emoties uiten’

Om je teleurstelling te uiten:

1. Bedenk wat je jammer vindt
2. Zeg tegen de ander wat je jammer vindt en waarom
3. Kijk of je er samen iets aan kunt doen

Om je boosheid te uiten:

1. Vertel wat je boos maakt en waarom
2. Luistere naar de reactie van de ander
3. Besluit of je er nog over door wilt praten of niet

Om te laten merken dat je bang bent:

1. Zeg waar je bang voor bent
2. Kijk of je er iets aan kunt doen

Om te laten merken dat je iets prettig vindt:

1. Zeg wat je prettig vindt en waarom
2. Laat ook in je houding merken dat je het prettig vindt

Instructies ‘Telefoneren’

1. Bedenk van tevoren waarom je belt en wat je wilt zeggen of vragen
2. Zorg dat je klaar hebt liggen wat je nodig hebt (pen, papier, telefoonnummer)
3. Toets het nummer in
4. Noem je naam en achternaam en vraag zo nodig naar de persoon die je wilt spreken
5. Wanneer je het verkeerde nummer hebt: Zeg dat je het verkeerde nummer hebt gedraaid, biedt excuses aan en groet de ander
6. Zeg de ander wat je wilde zeggen of vragen
7. Stel vragen wanneer iets onduidelijk is
8. Bedank voor het gesprek en groet de ander

Instructies ‘Afscheid nemen’

1. Loop naar de ander toe
2. Kijk de ander aan
3. Geef een stevige hand
4. Zeg dat je het jammer vindt dat hij weggaat en vertel waarom
5. Of vertel dat je het jammer vindt dat jij weggaat
6. Zeg tot ziens

Instructies ‘Compliment geven’

1. Bedenk wat je positief vindt aan wat de ander doet of zegt
2. Bedenk positieve woorden om de boodschap over te brengen, bijvoorbeeld goed i.p.v. niet slecht, leuk i.p.v. niet vervelend.
3. Begin met: ik vind ..., of: ik zag ..., of: ik hoorde ...
4. Geef duidelijk aan waarmee je de ander complimenteert

Instructies 'Compliment ontvangen'

1. Luister goed naar wat de ander zegt
2. Vraag bij onduidelijkheid na wat de ander precies bedoeld
3. Geef een positieve reactie op het compliment (bijvoorbeeld door te bedanken of uit te leggen waarom je het leuk vindt dit compliment te ontvangen)

Instructies 'Fouten toegeven'

1. Zeg 'sorry'
2. Verzin geen smoesjes, blijf rustig
3. Luister naar de ander, ook als hij/zij boos is
4. Kijk of je het goed kunt maken

Instructies 'Feedback geven en ontvangen'

Feedback = Terugkoppeling. Informatie die je krijgt van iemand die observeert.

(Let op: Dit is geen kritiek. Kritiek = Uiting van afkeuring, commentaar geven. Het gaat dan om iets wat je niet leuk vindt en wat dit met je doet. Bij feedback geven gaat het alleen om wat je ziet en hoort en of dit goed is of anders kan.)

Feedback geven bestaat uit drie onderdelen:

- Observatie van het gedrag van de ander.
- Wat roept het gedrag bij jou op? Wat vond je precies goed of prettig en wat juist vervelend?
- Wat kan de ander eventueel veranderen aan zijn/haar gedrag?

Dus:

- Observatie: "ik hoor/zie dat jij..."
- Reactie van jezelf: "Dan voel ik/vind ik..."
- Eventueel: "Zou je in het vervolg misschien ... willen doen?"

Instructies 'Feedback geven'

1. Bedenk waarop je feedback wil geven en hoe je dat kan zeggen
2. Geef feedback met een ik- boodschap, bijvoorbeeld: ik heb gemerkt dat
3. Vertel wat je positief vond van de ander
4. Zeg wat de ander anders kan doen
5. Luister naar de reactie van de ander

Instructies 'Feedback ontvangen'

1. Als je feedback wilt krijgen: vraag aan de ander of hij feedback wil geven
2. Luister goed naar wat de ander zegt
3. Stel vragen als iets niet duidelijk is
4. Bespreek samen hoe je veranderen, wat je kunt veranderen en wat je de volgende keer anders kunt doen
5. Bedank de ander voor de feedback en zeg dat je op het werkpunt zult letten

‘Kritiek geven’

1. Geef geen kritiek om te kwetsen maar om iemand vooruit te helpen
2. Geef alleen kritiek op wat een ander doet of gedaan heeft, niet op zijn persoon
3. Wees zo precies en duidelijk mogelijk
4. Zeg alleen iets over het gedrag dat de persoon kan veranderen
Bijvoorbeeld ik heb last van je getik met die pen op tafel
Ik heb gemerkt dat.....
Ik vind het vervelend dat...

Instructies ‘Kritiek geven’

1. Bedenk waarop je kritiek hebt en hoe je dat kan zeggen
2. Vertel duidelijk waar je het niet mee eens bent of waar je last van hebt
3. Zeg er zo nodig bij waarom je er last van hebt
4. Luister naar de reactie van de ander
5. Zeg hoe je het graag zou willen of vraag wat de ander eraan gaat doen

Instructies ‘Kritiek ontvangen’

1. Luister goed naar de ander, geef alle ruimte aan de kritiek door stil te zijn
2. Vat de kritiek samen en vraag of je het zo goed begrepen hebt
3. Beoordeel of je de kritiek terecht vindt, neem daar de tijd voor
4. Vind je de kritiek terecht; bekijk samen wat je eraan kunt doen
5. Vind je de kritiek niet terecht; leg uit waarom je dat vindt.

Instructies ‘Omgaan met groepsdruk’

1. Bedenk voor jezelf wat jij vindt
2. Laat dit merken door te zeggen “ik doe niet mee” of “ik wil dit niet” en leg uit waarom
3. Stel voor iets anders te gaan doen
4. Als ze je willen overhalen, zeg dan nog 1 keer dat je het niet doet/wil

Plagen en pesten

Je kunt op 3 manieren reageren op plagen en pesten:

- *Knokken:* je wordt vaak uitgescholden door klasgenoten. Ze vinden dat je stomme kleren aan hebt. Jij vindt dat erg vervelend. Op het moment dat je weer wordt uitgescholden ga je terugschelden en soms geef je iemand een klap. Je hebt vaak ruzie. Bovendien vinden de pestkoppen het erg leuk dat jij iedere keer zo boos wordt. Ze gaan gewoon door.
- *Wegkruipen:* Je vindt het erg vervelend om naar school te gaan. Iedere dag schelden ze je wel uit of duwen ze je omver. Iedere keer probeer je ze te stoppen door er wat van te zeggen. Je zegt dat met een bang en bibberig stemmetje. De pestkoppen vinden dat leuk, omdat ze aan je merken dat je bang voor hen bent. Ze gaan gewoon door.
- *Aanpakken:* Je bent nu al zo’n poos gepest. Je hebt er genoeg van. De volgende keer dat ze je weer uitschelden draai je je naar hen om en zegt: ‘Doe niet zo stom en stop met dat kinderachtig gescheld!’ Vervolgens loop je waardig weg. Je klasgenoten zijn verbaasd, want dit hadden ze niet van je verwacht. Ze proberen nog wat, maar het is minder leuk. Ze stoppen met jou uit te schelden.

Instructies 'Reageren op plagen en pesten'

1. Ga niet zielig doen, terug schelden of uitdagen
2. Zeg er één keer zelfbewust en heel duidelijk iets van
3. Loop waardig weg: laat zien dat je iets waard bent, let daarbij op je houding (zie stappen: stevige houding)
4. Zorg dat je er niet bang en ook niet te uitdagend uit ziet

Instructies 'Time-out nemen'

1. Vragen of ik even alleen mag zitten
2. 10 minuten alleen zitten:
3. Een spelletje doen, tekenen, schrijven/dichten, duckje lezen
4. Als 10 minuten niet genoeg is, vragen of ik nog 5 minuten mag

Als er teveel gepraat wordt, raak ik in de war of word ik druk. Wat ik dan kan doen:

1. Vragen of het stiller kan zijn
2. Vragen of iemand wil herhalen wat gezegd is
3. Oplossing bedenken waardoor ik minder afgeleid wordt (tekenen)
4. Even alleen gaan zitten of
5. Time-out vragen (zie instructies time-out)

Ik vind het lastig als er iets plotseling verandert. Wat ik kan doen:

1. Vragen aan iemand wat er precies verandert
2. Luisteren naar de uitleg, wat en waarom er iets verandert
3. Als het nog niet duidelijk is, verder vragen
4. Letten op de dingen die ik wel snap

Ik snap niet altijd wat mensen bedoelen

1. Uitleg vragen
2. Op dingen letten die ik wel snap

Bijlage 3 **Vragenlijst cursus**

1. Dit formulier is ingevuld door:
 - ☐ vader
 - ☐ moeder
2. Vader/moeder van
3. Mijn kind is jaar.
4. Welke stoornis heeft uw kind?
 - ☐ Autisme
 - ☐ PDD-NOS
 - ☐ Asperger
 - ☐ MCDD
 - ☐ CD
 - ☐ ODD
 - ☐ ADHD
 - ☐ Anders,
 - ☐ Weet ik niet
5. Bent u voldoende geïnformeerd over de oudercursus?
 - ☐ Ja
 - ☐ NeeOpmerkingen.....
.....
6. Wat zijn uw verwachtingen van de cursusleiders?
.....
.....
7. Wat zijn uw verwachtingen van deze cursus?
.....
.....
8. Wat zou u graag willen leren tijdens deze cursus?
.....
.....
9. Welke thema's zou u graag willen bespreken tijdens de bijeenkomsten?
 - ☐ Emoties
 - ☐ Zelfbeeld
 - ☐ Puberteit en ontwikkeling
 - ☐ Regels/grenzen en gezag/autoriteit
 - ☐ Vrije tijd
 - ☐ Het gezin
 - ☐ Communicatie
 - ☐ Toekomst
 - ☐ Gebruik van digitale middelen
 - ☐ Uithuisplaatsing
 - ☐ Vriendschappen

- Groepjesvorming
- Geloof
- Zingeving
- Seksualiteit
- Afscheid nemen
- Rouwverwerking
-
-
-

Overige opmerkingen en/of vragen

.....

.....

.....

.....

Hartelijk bedankt voor het invullen!

Bijlage 4 Literatuurlijst

In deze literatuurlijst zijn verschillende boeken en artikelen te vinden, die gebruikt kunnen worden bij de voorbereiding van een bijeenkomst. Bovendien kan deze literatuur aan de ouders als tip mee worden gegeven.

Per thema worden er een aantal boeken, internetsites en/of artikelen weergegeven. Het kan voorkomen dat sommige boeken, internetsites of artikelen meerdere keren worden genoemd. Dit komt omdat deze dan bij meerdere thema's te gebruiken zijn. Een aantal artikelen zijn te vinden in de bijlage 5.

Algemeen

- Competentievergroting in de residentiële jeugdzorg, *Slot en Spanjaard* (1999)
- Samen delen, methodieboek voor opvoedingsondersteuning in groepen, *Ina Bakker, Geraldien Blokland, Hanneke Wijnen* (2001)
- Handboek methodische ouderbegeleiding, *Alice van der Plas* (2003)
- Professionele ouderbegeleiding, een systemische wegwijzer voor hulpverleners, *Jo Weijenberg* (2004)
- Psychologie voor dummies, *A. Cash* (2004)
- Handboek groepsdynamica, *Jan Remmerswaal* (2004)
- Gedragsproblemen, *J.D. van der Ploeg* (2005)

- www.opvoedadvies.nl

Psycho-educatie

- Sociaal onhandig, *L. van der Veen - Mulders* (2002)
- Geef me de vijf, *Colette de Bruin* (2004)

- Autisme
 - Dit is de titel, *Peter Vermeulen* (1999)
 - Een gesloten boek, *Peter Vermeulen* (2000) Over autisme en **emoties!**
 - Een vreemde wereld, *Martine Delfos* (2001)
 - Leven met autisme, *Martine Delfos en Marijke Gottmer* (2006)

 - www.refdag.nl – dossiers – autisme
 - www.autismenva.nl
 - www.autismeinfocentrum.nl

- PDD-NOS
 - Een vreemde wereld, *Martine Delfos* (2001)
 - Sociaal onhandig, *L. van der Veen-Mulders* (2002)
 - Ben jij anders?, *Yvonne Gerrits-Douma* (2006)

- Syndroom van Asperger
 - Het syndroom van Asperger. *T. Attwood* (2001)
 - Mijn eigen wereld, *Jacco Leguijt*, (2006)
 - Moet ik nu huilen?, *Martine Delfos en Riet Fiddelaers-Jaspers*, (2007)

- ADHD
 - Ze doen het niet expres, *A.C. Bruininks* (1995)
 - ADHD in kort bestek, *J.D. van der Ploeg* (1999)

- Aandacht, een kopzorg? Over het leven met ADHD/ADD, *Kathleen G. Nadeau* (1999)
 - Ze noemen het AD(H)D, *Anne Dekker* (2000)
 - ADHD: probleem of uitdaging?, *Pieter Langedijk* (2001)
 - Sociaal onhandig, *L. van der Veen - Mulders* (2002)
 - Pubers met ADHD, een oudertrainingsprogramma, *Esther ten Brinke* (2003)
 - Een wervelkind: praktisch handboek voor ouders van kinderen met ADHD, een pittig temperament of tegendraads gedrag, *G. Vaessen* (2004)
 - Alleen een moeder kan van zo'n jongen houden, *Benjamin Polis* (2004)
 - Ben jij anders?, *Yvonne Gerrits-Douma* (2006)
 - Wat is die jongen druk, *Jacob Klompstra* (verhalen) (2008)
- CD
 - Een kink in de kabel: psychiatrische problemen bij kinderen en jeugdigen in een leefgroep: een praktisch handboek voor groepsleiders en leerkrachten, *G. Vaessen* (2003)
 - Mama, mijn hoofd is zo vol: Jasper, kind vol onvoorspelbaarheden, *Fabienne Verdeyen* (2005)
 - MCDD
 - Anders en toch hetzelfde, *M. G.J. Schmeets* (2003)

Regels/grenzen en gezag/autoriteit

- De 5 talen van de liefde van tieners, *Gary Chapman* (2001)
- Sociaal onhandig, *L. van der Veen - Mulders* (2002)
- Geef me de vijf, *Colette de Bruin* (2004)
- Communiceren; contact maken, houden en verdiepen, *F. Oomkes en A. Garner* (2005)
- Het spel van de regels: over ruimte en grenzen in de opvoeding, *H. van Dam* (2005)

Puberteit en ontwikkeling

- Psychologie van de adolescentie, *J. de Wit, W. Slot en M. van Aken* (2004)
- 'Ik heb ook wat te vertellen' Communiceren met pubers en adolescenten, *Martine Delfos*, (4^e druk 2005 en 5^e druk 2009)
- www.puberteit.startpagina.nl
- Pubers met ADHD, een oudertrainingsprogramma van *Eleos*

Communicatie

- De 5 talen van de liefde van tieners, *G. Chapman* (2001)
- Geef me de vijf, *Colette de Bruin* (2004)
- Communiceren; contact maken, houden en verdiepen, *F. Oomkes en A. Garner*, (2005)

Het gezin

- www.brusjes.nl
- www.brussen.be

Vriendschappen

- De 5 talen van de liefde van tieners, *G. Chapman* (2001)
- Psychologie van de adolescentie, *J. de Wit, W. Slot en M. van Aken* (2004) Hfst. 7
- www.refdag.nl dossiers - autisme
'Geen idee wat vriendschap betekent' (zie bijlage 5)
- www.kindmetautisme.nl - opvoeding - vriendschap/relatie
Een forum voor ouders met een kind met autisme. Het gaat hier wel vaak over jongere kinderen, maar er worden heel veel ervaringen en tips uitgewisseld.
- www.opvoedadvies.nl/pubervriend.htm
'Vriendschap in de puberteit' door Drs. T. de Vos - van der Hoeven (zie bijlage 5)

Geloof en zingeving

- Stap voor stap; geloofsbegrippen uitgelegd aan jongeren, *J.H. Mauritz en W. Visser* (2007)
- Vroeg zoeken; brieven aan jongeren, *Ds. P. van Ruitenburg* (2007)
- Naar de kerk, *Ds. P. van Ruitenburg* (2008)
- Identiteitsontwikkeling en leerlingbegeleiding, *J. van der Wal, I. de Mooij en J. de Wilde*; hoofdstuk 2 (2008)
- www.refdag.nl - dossiers - autisme
'Evangelië poetst diagnose autisme niet weg',
'Geen andere beleving van geloof bij autisten',
'Het levende bewijs van Gods bestaan'
- www.yord.nl, y-files/ff serieus

Seksualiteit

- Adolescentie en seksualiteit, *Van Gorcum b.v.* (2001)
- Tiener op weg, seksuele opvoeding voor jongens en meisjes, *Drs. A.B.F. Hoek - van Kooten* (2003)
- Autisme en seksualiteit, *Garant uitgevers* (opstellen) (2005)
- Asperger-syndroom en seksualiteit, *I. Henault* (2006)
- Autisme en seksualiteit, *J. Newport, M. Newport* (2007)
- Identiteitsontwikkeling en leerlingbegeleiding, *J. van der Wal, I. de Mooij en J. de Wilde*; hoofdstuk 4 (2008)
- www.nd.nl/dossiers/diversen/seksualiteit
www.nd.nl/dossiers/diversen/seksualiteit/jongeren
- www.refdag.nl/artikel/1402257/Seksuele+vorming+taak+van+school.html
- www.refdag.nl/artikel/1399672/Voorlichtingssite+wil+af+van+onkunde.html
- www.autismeinfocentrum.nl
- Save seks (zie bijlage 5)
- 'Seksuele vorming taak van school' (zie bijlage 5)
- 'Voorlichtingssite wil af van „onkunde”' (zie bijlage 5)
- 'Een explorerend onderzoek bij ouders, hulpverleners en autisten. Over seksualiteit en autisme'. (zie bijlage 5)

- Hoe zit dat eigenlijk? Scriptie seksuele voorlichting voor kinderen met autisme. Corina Toet, (hbo-kennisbank.uvt.nl/cgi/hh/show.cgi?fid=1028)

Gebruik van digitale middelen

- Jongeren en hun digitale wereld, *Guus Wijngaards, Jos Fransen en Pieter Swager* (2006)
- www.nigz.nl/index.cfm?act=dossiers.document&vardoc=811&vardossier=58

Bijlage 5 Artikelen en overige bruikbare informatie

In deze bijlage staan artikelen met informatie over verschillende thema's. Deze artikelen kunnen gebruikt worden voor het bespreken van het thema. Ook kunnen deze aan de ouders meegegeven worden, zodat zij deze kunnen lezen.

‘Geen idee wat vriendschap betekent’

11-11-2005 10:29 | Mariska Dijkstra-Wolters

ALMERE - "Tot drie jaar geleden had ik dit niet gekund, zo'n interview geven. Ik had met m'n hoofd naar beneden naar de tafel zitten kijken." Sinds hij een documentaire over autisme zag, weet Frank van Tiel (37) uit Almere dat zijn anderszijn een naam heeft.

"Ik heb geaccepteerd dat ik dingen op een andere manier voel en beleef. Omdat ik beseft dat daar m'n zwakke plek ligt, heb ik mezelf ontwikkeld in de omgang met anderen. Door goed om me heen te kijken, weet ik bijvoorbeeld dat het normaal is om oogcontact te hebben als je met elkaar praat. Daar weet ik nu mee om te gaan."

De Nederlandse Vereniging voor Autismen maakte gisteren bekend dat zij zelf geld gaat inzamelen. Volgens directeur F. Stekelenburg is er meer geld nodig voor onderzoek naar en betere voorlichting over autisme. Bij veel patiënten wordt de ziekte te laat onderkend. Ook Frank van Tiel kwam er pas heel laat achter wat hij mankeerde.

Al tijdens zijn jeugd was het duidelijk: Frank was anders. Hoe anders, wist niemand. Zelfs de psychologen en psychiaters die hij samen met zijn ouders bezocht, konden zijn anderszijn geen naam geven. Frank speelde wel buiten -"omdat je toch iets moest doen in je vrije tijd"- maar vriendjes had hij niet. Van Tiel nu: "Vriendschap? Ik heb geen idee wat dat betekent. De emotionele verbondenheid die daarbij hoort, ervaar ik niet. Ik wacht nog altijd op degene die me een sluitende definitie van dat woord kan geven, dan kan ik afvinken of ik vrienden heb."

Aan autisme dacht niemand. Van Tiel: "Bij autisme hoorde het beeld van een kind dat teruggetrokken in een hoekje heen en weer zit te wiegen. Dat deed ik niet." De wetenschap dat autisme ook bij normaal en hoogbegaafde mensen zoals Van Tiel kan voorkomen, was in die tijd duidelijk nog niet doorgedrongen.

Op de basisschool werd Frank van Tiel wel eens gepest met zijn anderszijn. "Maar als je je altijd een buitenstaander voelt, kun je die pesterijen makkelijk naast je neerleggen." Voor zijn slechte fijne motoriek kreeg hij extra schrijfles en verder kon hij goed meekomen. Bij de musical die de leerlingen bij hun afscheid van de basisschool in klas 6 uitvoerden, kreeg Frank als vanzelfsprekend de rol van professor toebedeeld. "Ik pikte de dingen altijd heel snel op."

Omdat hij op de middelbare school niet boven het maaiveld wilde uitkomen -"de druk om als alle anderen te zijn is dan groot"- gooide hij er met zijn pet naar. "Ik ben mijn anderszijn negatief gaan compenseren." Van het vwo moest hij terug naar het havo en die opleiding haalde hij maar net.

Inmiddels werkt Van Tiel elf jaar als software engineer bij Infra Design in Naarden. Hij programmeert en onderhoudt diverse computersystemen. Lange tijd deed hij zijn werk zonder

veel contact met zijn collega's te onderhouden. "Als autist vind je allerlei strategieën om te overleven. Dat maakt het voor artsen vaak ook moeilijk om autisme te diagnosticeren. Ik heb lange tijd aan vermijding gedaan. Zolang je contact met anderen omzeilt, word je niet geconfronteerd met je anderszijn."

Toen hij drie jaar geleden een documentaire zag waarin een volwassen autist aan het woord kwam, werd hem veel duidelijk. "Zou dát met me aan de hand zijn? vroeg ik me af. Op internet begon ik op autisme te zoeken. Ik herkende veel kenmerken. Dat betekende voor mij een bevrijding. Eindelijk wist ik wat ik mankeerde."

Autisme heeft een neurologische oorzaak. De hersenen van autisten functioneren anders dan bij andere mensen. Verschillen liggen onder meer op het vlak van de waarneming. Van Tiel: "Ik neem ongefilterd waar. Dat houdt in dat alle beelden bij mij binnenkomen en dat ik zelf actief moet filteren, terwijl dat bij andere mensen vanzelf gaat."

Als ik op een kruising kom, krijg ik een stortvloed aan indrukken: mensen, reclameborden, auto's. Ik moet zelf selecteren: welke zaken hebben prioriteit? Dat is ook de reden waarom veel autisten moeite hebben met autorijden. Tijdens mijn rijlessen had ik in één les in de gaten hoe een auto werkt, maar het duurde heel lang voordat ik verbanden kon leggen tussen verkeersborden en verkeerssituaties."

Van Tiel gaf zijn moeder een boekje over autisme. Die begreep direct dat niet alleen haar zoon, maar ook haar man en misschien diens vader autistisch waren. Van Tiel: "Zij hadden alleen het geluk dat ze in een wereld opgroeiden waarin de structuren vast lagen, waar minder prikkels op hen afkwamen. Dus viel het niet zo op."

Hoewel er nog veel vooruitgang is te boeken, zijn artsen volgens Van Tiel tegenwoordig veel alerter op het onderkennen van een stoornis in het autismespectrum. Hij weet niet goed of hij dat een positieve of een negatieve ontwikkeling moet vinden. "Het vroeg onderkennen heeft als voordeel dat je iemand in zijn eigenheid als autist kunt begeleiden. Dat is natuurlijk fijn. Er bestaat echter ook de kans dat je door al die hulpverlening iemand te veel beschermt, dat je iemand te afhankelijk maakt." Van Tiel geeft daarbij een voorbeeld van iemand die hij kent van Personen uit het Autisme Spectrum (PAS) -een belangengroep van en voor normaal begaafde volwassenen die autistisch zijn- waarvan hijzelf voorzitter van is. "Die man heeft hetzelfde als ik, maar werkt in een sociale werkplaats. Hij zou niet anders meer willen, zegt hij. Dat komt volgens mij doordat hij niet heeft geleerd om zich te redden in de maatschappij."

Vriendschap in de puberteit

Drs. T. de Vos - van der Hoeven

Kinderen maken een hoop veranderingen door wanneer zij in de puberteit komen. Hun lichaam verandert, maar ze gaan zich ook anders voelen, gaan soms anders over dingen denken en er vinden verschuivingen plaats in wat belangrijk is voor het kind. Waren voor de puberteit de ouders de belangrijkste personen voor het kind, langzaam aan gaat de adolescent afstand nemen van de ouders en gaan leeftijdgenoten en vooral vrienden een steeds belangrijkere rol spelen in het leven van de jongere. Jongeren moeten een evenwicht vinden tussen wat hun ouders van hun vragen en verwachten en wat leeftijdgenoten en vrienden verwachten. Dit kan een hele opgave zijn. Want ook al lijken de ouders steeds minder belangrijk te worden, de jongere heeft de ouders op de achtergrond nog hard nodig voor advies, steun en hulp en de meeste jongeren beseffen dit ter dege. Maar vanuit de vriendengroep ervaren ze vaak ook druk om te conformeren aan de verwachtingen van de groep.

Om goed te kunnen omgaan met deze groepsdruk heeft een kind zelfvertrouwen nodig en moet het kind weerbaar zijn. Ouders kunnen hun kind hier bij helpen door het te waarderen wanneer de jongere kritisch denkt en zelf keuzes durft te maken. Ook kunnen ouders direct bespreken hoe de jongere kan omgaan met groepsdruk. Juist onzekere kinderen met een gebrekkige sociale identiteit kunnen bezwijken onder groepsdruk of zich bij een 'verkeerde' vriendengroep aansluiten.

Er zijn drie vriendschapsvormen te onderscheiden, de kliek, de groep en de individuele vriendschap. Binnen de vriendengroep is de druk om te conformeren aan de groepsdruk het groots. Enerzijds biedt dit zekerheid, maar anderzijds kan het ook tot verzet bij jongeren leiden omdat in de puberteit ook de behoefte ontstaat tot individualiseren. En hiervoor is natuurlijk veel meer ruimte binnen de individuele vriendschap. Van een kliek spreken we wanneer er een klein groepje jongeren bevriend is en zich als groep probeert te onderscheiden van de rest. Het bij de kliek horen geeft de jongere houvast en de kliek is iets om bij te horen. Maar helaas is juist bij een kliek het risico op het aansluiten bij een verkeerde groep wat groter.

Waarom vrienden belangrijk zijn in de puberteit

Een vriendschap kunnen aanknopen en onderhouden vraagt natuurlijk om sociale vaardigheden. Ook in de puberteit leren kinderen nog sociale vaardigheden en binnen vriendschappen wordt een hoop mensenkennis op gedaan. Ook al lijkt het soms of er alleen wat rondgehangen wordt, jongeren kunnen ook veel van elkaar leren. Maar ook leert de jongere veel over zichzelf door vriendschappen. In vriendschappen gaan jongere op zoek naar antwoord op vragen als: wie ben ik, waar sta ik voor, wat wil ik en hoe kijken anderen naar mij. Daarnaast leert de jongere ook zelf een mening te vormen. Vriendschappen kunnen heel goed voor het zelfvertrouwen van een adolescent zijn. Wat helaas dus ook in houdt dat het ontbreken van vriendschappen zeer slecht voor het zelfvertrouwen kan zijn, tot emotionele en psychosociale problemen kan zorgen en hierdoor een negatieve invloed kan hebben op het functioneren van de jongeren. Vrienden bieden de jongere ook emotionele steun, solidariteit en zekerheid in nieuwe situaties. Samen is het veel gemakkelijker nieuwe situaties tegemoet te treden dan in je eentje. En juist in de puberteit met het streven naar zelfstandigheid hebben jongere deze steun buiten het gezin hard nodig.

En vriendschap biedt natuurlijk affectie, intimiteit en sociale stimulatie, dingen waar pubers nog zeker behoefte aan hebben, maar soms moeilijk vinden om nog op te zoeken of te accepteren van de ouders.

Aan het begin van de puberteit is binnen de vriendschap vooral het samen dingen kunnen ondernemen en het delen van interesses van belang. Sympathie, loyaliteit en hulpvaardigheid zijn bepalend voor de vriendschap. Bij het ouder worden verschuift het belang van de vriendschap langzaam aan meer naar de emotionele kant en beginnen zaken als trouw, vertrouwelijkheid en jezelf kunnen zijn binnen de vriendschap belangrijk te worden voor het voortbestaan van de vriendschap.

Wanneer je kind verkeerde vrienden kiest

Soms hebben ouders het gevoel dat de vrienden die hun kind kiest geen goede invloed zullen hebben op hun kind. 'Foute vrienden' kunnen soms enorme aantrekkingskracht hebben op een jongere. De vrienden staan voor iets wat

„Pesten gaat door tot in het bejaardenhuis”

23-04-2009 17:18 | Van onze verslaggever



UTRECHT – Roddelen via MSN, blootfoto's op internet zetten, anonieme sms'jes verzenden of klasgenoten virussen sturen. Minstens één op de vijf kinderen wordt via internet gepest. Pestweb, het landelijk kenniscentrum pesten, strijdt daar al vijf jaar tegen. „We kunnen helaas niet vieren dat het pesten is gestopt.”

[Een leerling met zijn poster tegen het Cyberpesten.](#)

Staatssecretaris Dijksema van Onderwijs kan deze donderdagmiddag op de evangelische school de Passie in Utrecht nog net een korte toespraak houden. De PvdA'ster is op de school om onder andere mee te doen aan een debat over digitaal pesten. Maar haar aanwezigheid is van korte duur: Dijksema moet ogenblikkelijk terugkomen naar het Haagse voor spoedoverleg.

Noodgedwongen moet ze het debat laten schieten. In een toespraak zegt Dijksema dat ze op grond van gesprekjes met leerlingen ze het gevoel heeft dat er op de Passie niet veel pesters zijn: „De scholieren wekken de indruk dat het hier goed toeven is. Iemand zei: We zijn niet allemaal even braaf, maar het is wel een fijne school.”

Volgens Dijksema heeft het geen zin om ter plekke leerlingen te vragen hun vinger op te steken als ze weleens worden gepest. „Meestal durven kinderen het niet te vertellen. Uit schaamte, of omdat ze bang zijn dat het dan juist erger wordt.”

Zijn er in de zaal leerlingen die hun medescholieren weleens pesten? De staatssecretaris denkt dat het ook weinig zin heeft om die vraag te stellen. Toch doet ze het, zij het aarzelend. Spontaan steken twee jongens hun vinger op. „Dat is heel eerlijk van jullie.”

Dijksema zegt ervan geschrokken te zijn dat maar liefst één op de vijf kinderen wordt gepest en dat het vaak niet zozeer op de middelbare school gebeurt, maar op de basisschool. „Juist dan is een kind nog kwetsbaar.”

Dat pesten al van alle tijden is, mag volgens Dijksema geen reden zijn om de strijd daartegen te staken. „Moet ik het normaal vinden dat jongeren ongewild foto's en filmpjes van elkaar op internet plaatsen? Ik neem daar geen genoegen mee. Met pesten wordt het er voor niemand beter op, maar alleen slechter.”

Uitschelden

Coördinator Alice Vlottes van Pestweb brengt de vele verschillende vormen van digitaal pesten onder de aandacht. „Jongeren schelden elkaar via MSN uit, of ze sturen via internet anonieme sms'jes. Anderen maken met hun mobieltje een foto van iemand en zetten die op internet, zonder dat de ander dit wil. Er zijn ook mensen die persoonlijke gegevens van anderen op een pornosite zetten.”

Een filmpje laat op indringende wijze zien hoe iemand een meisje via MSN bedreigt. „Ik weet waar je fietst. Ik weet meer van jou dan je denkt. Ik word je ergste nachtmerrie.” Het meisje is niet bang en schrijft terug: „Ik blokkeer je, griezel.” Als het meisje haar pester inderdaad blokkeert, krijgt ze op haar mobiele telefoon een sms’je: „Wacht maar tot woensdag...”

Vlottes erkent dat Pestweb in het lustrumjaar niet kan zeggen dat het allemaal wel goed zal komen. „We kunnen helaas niet vieren dat het pesten is gestopt. Integendeel, het zal altijd blijven voorkomen. Het begint in de kleutertijd en het gaat door tot in het bejaardenhuis.”

„Er meer wordt gepest dan we allemaal denken”, stelt een leerlinge van de Passie die meedoet aan het debat. „Via internet kan het anoniem. Dat is heel moeilijk tegen te gaan.”

Een vader van een leerlinge vindt dat niemand de ogen mag sluiten voor de problemen. „Pesten gebeurt op deze school net zo goed als op andere scholen. Wij hebben thuis bewust geen internet, omdat we nog goed zonder kunnen. Toch blijft het gesprek aan de keukentafel over digitaal pesten belangrijk.”

Het pestpercentage is op de Passie opvallend laag, schrijft vestigingsdirecteur ing. J. van Moolenbroek in een brief aan de bezoekers van de school. „Naast de krachtige inzet van de leerkrachten is dit punt ook een belangrijk gebedsonderwerp voor onze gebedsgroepen, die bestaan uit ouders. Wij willen dat onze leerlingen zich in veiligheid kunnen ontplooien tot sterke, gezonde volwassenen die Christus hebben leren kennen.”

Zie ook: www.pestweb.nl

‘Over seksualiteit en autisme gesproken’

‘Yannick, een leerling met autisme van 12 jaar, zit in de brugklas van Tweetalig VWO en doet het wat zijn prestaties betreft prima op school. Sinds er tijdens een klassenavond gesproken is over ‘verkering’ heeft Yannick zijn zinnen gezet op ‘verkering’ met een meisje uit de klas. Hij valt de meisjes uit de klas voortdurend lastig met opmerkingen en vragen over ‘verkering’ en vat elke ‘aardige’ uiting van een meisje in zijn richting op als een blijk van genegenheid en een teken dat zij verkering met hem wil. Op het schoolplein leidt dit tot genante situaties waarbij Yannick achter de meisjes aanloopt, ze aanraakt en probeert afspraakjes te maken. De meisjes vinden hem nu een ‘griezel’ en proberen koste wat het kost uit zijn buurt te blijven. Door klachten van de meisjes en hun ouders ziet de mentor zich genoodzaakt om actie te ondernemen’. Tijdens een goed gesprek tussen ouders en zoon wordt Yannick uitgelegd wat ‘verkering’ is en wordt het begrip in het juiste perspectief geplaatst aan de hand van concrete voorbeelden van ‘gepast’ en ‘ongepast’ gedrag. Problemen doen zich daarna niet meer voor.

De lichamelijke ontwikkeling van normaal begaafde leerlingen met autisme gaat gelijk op met die van leeftijdsgenoten, maar de psychoseksuele ontwikkeling van een kind met autisme verloopt anders. Problemen op het gebied van seksualiteit kunnen zich al op jonge leeftijd voordoen. Leerlingen met autisme zijn op zichzelf gericht, ook waar het gaat om seksualiteit. Concepten als ‘verliefdheid’, ‘verkering’, ‘een relatie hebben’, ‘masturberen’, ‘trouwen’ enz. zijn moeilijk te expliciteren en leerlingen met autisme hebben moeite om deze concepten te bevatten en in een juist perspectief te plaatsen. Problemen op het gebied van seksualiteit kunnen tot uiting komen in grensoverschrijdend gedrag, een ongebruikelijke fascinatie voor de geslachtsdelen of uit de hand lopend experimenteelgedrag. Leerlingen met autisme hebben moeite met het vragen om hulp, ook waar het gaat om seksuele voorlichting. Vragen en problemen hierover worden in de regel aan de orde gesteld door medeleerlingen, leerkrachten en derden. Ouders vragen zelden om hulp waar het gaat om problemen op het gebied van seksualiteit. Mogelijk speelt schaamte, acceptatieproblemen en het verantwoordelijkheidsgevoel van ouders voor de opvoeding van hun eigen kind daarbij mee. Daardoor ontbreekt vaak een goede afstemming tussen ouders en school over de seksuele voorlichting.

Bij problemen op het gebied van seksualiteit is een aantal vuistregels van belang:

- Trek als ouders en school één lijn naar de leerling met autisme toe.
- Bedenk dat voorlichting over seksualiteit primair berust bij de ouders.
- Veroordeel niet de leerling en zijn seksuele ontwikkeling.
- Straf de leerling niet om zijn gedrag maar leer hem in welke situaties welk gedrag gepast is en in welke niet.
- Draai niet om het probleem heen maar maak het bespreekbaar.
- Pas de seksuele voorlichting aan de individuele leerling met autisme aan.
- Concretiseer concepten die moeilijk te bevatten zijn.
- Geef duidelijke grenzen aan (op school en in de thuissituatie).
- Blijf rustig en probeer schaamte, stress, angst en onzekerheid te vermijden.

‘Wouter valt in de kleutergroep op doordat hij te pas en te onpas met zijn handje in zijn broek zit. De juf kan hem wel 100 keer per dag zeggen dat hij zijn hand uit zijn broek moet halen, maar hij blijft het doen. Als de juf de moeder van Wouter hierop aanspreekt blijkt dat het probleem thuis ook speelt. Voor begrippen als ‘openbare gelegenheden’ en ‘persoonlijke leefruimte’ is Wouter nog veel te jong. Met Wouter wordt afgesproken dat hij thuis met zijn plasser mag spelen als hij dit fijn vindt maar dat het niet mag als hij niet alleen is’. Op school is hij niet alleen en dan mag het niet. Door de afspraak op school en thuis regelmatig te herhalen neemt het probleemgedrag geleidelijk aan af’.

Over wensen en grenzen in de seksuele opvoeding van autistische kinderen is een handzaam boekje over ‘Autisme en Seksualiteit’ verschenen van het IvOO in Maastricht. In het boekje worden veel voorkomende problemen op het gebied van seksualiteit besproken en geanalyseerd. Verder worden in het boekje handreikingen gegeven voor bijeenkomsten met ouders, leerkrachten en orthopedagogen en wordt een overzicht gegeven van relevante literatuur en voorlichtingsmethodes over autisme en seksualiteit. Ook is in het boekje een leidraad opgenomen om een gesprek over vriendschap en verkering op gang te brengen en de leerling te laten nadenken over de betekenis van vriendschap en verkering.

Protocol ‘Autisme en Seksualiteit’, Van der Blom, IvOO, 2005.

Save seks

Save seks betekent: Bewaar seks (tot je getrouwd bent)

Dit is wat anders dan **Safe seks**, het is maar één letter verschil maar betekent iets totaal anders: Veilige seks, dus vrij niet zonder condoom bijvoorbeeld.

Dat onthouding ook een optie is wordt door overheids- en voorlichtingsinstanties nauwelijks genoemd.

Onthouding tot aan het huwelijk was een halve eeuw geleden de verwachte gedragsnorm.

Maar de "seksuele revolutie" in de jaren zestig en zeventig van de vorige eeuw leidde tot grote verandering. Films, muziek, televisie, tijdschriften en andere populaire media staan openlijk de gedachte voor dat seks met wie dan ook - met of zonder verbintenis (of zelfs een relatie) - zowel normaal als wenselijk zijn.

We leven in een tijd van: alles kan, alles mag, zolang er maar sprake is van wederzijdse instemming.

Echter, de laatste jaren stijgt het aantal ongewenste zwangerschappen, abortussen en seksueel overdraagbare aandoeningen (SOA)

Het aantal tieners dat seksueel actief is, is gestegen tot één op de drie; gemiddelde leeftijd van seksuele gemeenschap: 15 jaar.

Wat is seksualiteit?

Seksualiteit is het lichamelijk verlangen, de aantrekkingskracht, het contact tussen man en vrouw, of jongen en meisje met als doel lichamelijk één te worden.

Maar seksualiteit is meer dan met elkaar naar bed gaan. Ook verliefd in elkaars ogen kijken, strelen en zoenen hoort bij seksualiteit.

Verkering

De verkeringstijd is bij uitstek geschikt om elkaar beter te leren kennen. Zowel geestelijk, als lichamelijk.

Verkering begint niet met seksualiteit maar bepaalde vormen van seksualiteit horen daar wel bij.

Hoe ver ga je? Waar ligt de grens, wat kan voor een christen wel en niet?

Niet iedere verkering zal in een huwelijk eindigen, want soms pas je gewoon niet bij elkaar.

In je verkeringstijd leg je een fundament onder je huwelijk als je allebei christen bent.

Op dit fundament rusten vier pijlers:

* *Lichamelijke pijler*

Je voelt je tot elkaar aangetrokken, ook lichamelijk. En dat is goed, die gevoelens heeft God gemaakt. Maar die gevoelens moeten op een gezonde manier ontwikkelen en groeien.

* *Emotionele pijler*

Mannen en vrouwen verschillen op emotioneel gebied nogal van elkaar. Je moet daarmee leren omgaan en elkaar kunnen aanvullen en respecteren.

* *Geestelijke pijler*

Als je christen bent is het leven met God onmisbaar. Dat moet je leren delen met elkaar. Door samen de Bijbel te lezen, erover te praten, samen bidden en een kerkkeuze maken.'

* *Sociale pijler*

Verwaarloos je vriendschappen met anderen niet.

Meestal ontwikkelt de seksualiteit zich het snelst en blijven de andere drie pijlers achter. Voor een goede relatie, een stabiel huwelijk is een evenwichtige groei en ontwikkeling van alle pijlers nodig

Grenzen in de Bijbel

De Bijbel is geen voorlichtingsboek, toch wordt er wel duidelijk over seksualiteit en relatievorming gesproken.

Er zijn twee uiterste grenzen:

** Is de ander christen?*

God vindt het onacceptabel als een gelovige zich aan een ongelovige bindt. Verkering is geen evangelisatieproject (een gewone vriendschap kan dat wel zijn)
(1 kon. 11:1-7, Ezra 9: 1-2, 2 Cor. 6: 14-16)

** Geslachtsgemeenschap binnen het huwelijk*

Met elkaar naar bed gaan voor dat je getrouwd bent is te ver, de Bijbel is er duidelijk over. Geslachtsgemeenschap binnen het huwelijk is zuiver en goed, buiten het huwelijk is het zonde.

(Hebr. 13:4, 1Kor. 6:18)

Wat zegt de Bijbel over seksualiteit?

Seksualiteit is.....

...goed omdat de Heere God het geschapen heeft !

Het is goed om van seks te genieten! Het boek Hooglied is hiervan een duidelijk voorbeeld.

...een sterke kracht

Een gezond seksleven bindt huwelijkspartners aan elkaar.(1 Cor 7:3-10)

...niet individueel

Echte liefde zoekt zichzelf niet en kwetst zijn partner niet in zijn of haar gevoelens. Ook in de seksualiteit gaat het niet om jouw eigen behoeften en verlangens te bevredigen. Het gaat om de ander.(1 Cor. 13:5)

...natuurlijk binnen het huwelijk

Seksualiteit is niet geschapen om zomaar met iedereen uit te proberen. Alle seksualiteit buiten het huwelijk om wordt in de Bijbel hoererij of ontucht genoemd. Ook seks voor het huwelijk valt hieronder. (Hebr. 13:4, Hooglied 8 : 8-9, 1 Cor. 6:18, 1 Tim 6:11, Matt. 6 :13)

Nu de praktijk, hoe ver mag ik dan wel gaan?

** Zoek niet de uiterste grens, maar een **veilige** grens!*

Een verkering kan uitgaan, zorg dat je op zo'n manier met elkaar omgaat ,dat je, als het uitgaat, op een reïne manier een andere relatie kunt aangaan.

** Maak afspraken met elkaar*

Maak praktische afspraken tot hoever je samen wilt gaan. Dit getuigt van respect voor de gevoelens van je vriend of vriendin, ze getuigen ook van verlangen om de Heere God op de eerste plaats te zetten in je relatie.

Afspraken kunnen bijvoorbeeld zijn: niet strelen onder de kleren, geen geslachtsdelen aanraken, enz. Wees hierbij concreet, noem de dingen bij hun naam, zet ze desnoods op papier. Deze afspraken kunnen verlegd worden, maar ga nooit over je grenzen heen, ook al voelt het goed.

Bedenk dat er altijd een weg terug is als je te ver bent gegaan! Belijd het samen voor God, praat er met iemand over. Weet ook dat te ver gaan verstrekkende gevolgen kan hebben!

Tip: Wacht niet te lang met trouwen!

Plaats jezelf niet onnodig onder druk om de verkeringstijd te lang te laten duren. Vanaf het moment dat je zeker weet dat jullie een leven lang samen verder willen, wacht dan niet te lang met trouwen.

Bron: www.chris.nl

Seksuele vorming taak van school”

03-04-2009 11:43 | gewijzigd 03-04-2009 12:13 | Redactie politiek



DEN HAAG – Scholen moeten zich in hun seksuele voorlichting niet alleen richten op feitelijke informatie over seksualiteit, maar jongeren ook wapenen tegen beelden uit de media, waarin vrouwen niet zelden als lustobject worden neergezet.

[Scholen moeten zich in hun seksuele voorlichting niet alleen richten op feitelijke informatie over seksualiteit, maar jongeren ook wapenen tegen beelden uit de media, waarin vrouwen niet zelden als lustobject worden neergezet.](#)

Dat schreef onderwijsminister Plasterk vrijdag in een brief aan de Tweede Kamer. Door bestaande lespakketten over seksualiteit uit te breiden wil de bewindsman jongeren wapenen tegen pornografisch getinte beelden waarmee zij op straat, op tv en op internet worden overspoeld.

In de relationele en seksuele vorming zal meer aandacht moeten komen voor „wensen, grenzen en vaardigheden”, schrijft de bewindsman. Uit twee onderzoeken die hij heeft laten uitvoeren, blijkt dat een groot deel van de jeugd zich op seksueel gebied weliswaar normaal ontwikkelt, maar dat een klein deel van de jongeren een verwarrend beeld van seksualiteit heeft. Met name jongens gaan er nogal eens van uit dat het belangrijk en stoer is met zo veel mogelijk meisjes seksueel contact te hebben. Dit komt relatief vaak voor onder jongens van Turkse en Marokkaanse komaf.

Tot het mede door de media opgeroepen stereotype beeld behoort verder dat jongens altijd seks willen en dat op meisjes de verantwoordelijkheid rust hun grenzen aan te geven. Plasterk vindt dit ongewenst en wil met behulp van de scholen ook jongens aanspreken op hun verantwoordelijkheid.

De onderwijsinspectie controleert momenteel of scholen voldoende doen om jongeren seksueel weerbaar te maken.

In 2007 vroeg minister Plasterk in zijn emancipatienota ook al aandacht voor de seksualisering van de samenleving.

Voorlichtingssite wil af van „onkunde”

23-03-2009 12:01 | Binnenlandredactie

DEN HAAG – Een nieuwe, nationale voorlichtingssite wil de onkunde onder jongeren over seksualiteit verminderen. Centraal staat dat seksualiteit moet kunnen als een jongere daarvoor kiest.

De site werd vanmiddag gepresenteerd in aanwezigheid van staatssecretaris Bussemaker van Volksgezondheid. De site beantwoordt vragen over seksualiteit, relaties, anticonceptie en seksueel overdraagbare aandoeningen (soa's).

Op de site is onder meer een zogeheten funzone. Daar zijn onder andere clips te zien waarin (half)naakte personen aandringen op het gebruik van een condoom. Zeer veel onderdelen van de site, sense.info, worden geblokkeerd door de filter van Kliksafe. Deze blokkeert sites met im- of expliciete aan seksualiteit gerelateerde verwijzingen of afbeeldingen.

In een apart hoofdstukje wordt aandacht besteed aan "Seks, cultuur en geloof". Jongeren met vragen over bijvoorbeeld schuldgevoelens vanwege seks voor het huwelijk worden verwezen naar de infolijn van Sense. Op de site staat centraal dat een jongere voor seksualiteit moet kunnen kiezen wanneer hij daar zelf aan toe is.

Woordvoerder Van der Veen bestrijdt dat sense.info een zwaar door de overheid gesubsidieerd product is, omdat het een koppeling is van bestaande voorlichtingskanalen. Er bestaat onder jongeren behoefte aan betrouwbare informatie, aldus Van der Veen. Een van de oorzaken is het feit dat op internet veel sites over seksualiteit aanwezig zijn die geen betrouwbare informatie bieden.

„Bij jongeren is veel onkunde, maar ook veel onzekerheid bij het maken van keuzes rond seksualiteit. Ze weten bijvoorbeeld niet hoe seksueel overdraagbare aandoeningen kunnen worden voorkomen. Ook zijn er nogal wat jongeren die denken dat de anticonceptiepil leidt tot onvruchtbaarheid", aldus Van der Veen.

De site wil alle groepen jongeren bereiken: „Het meisje dat tot haar huwelijk maagd wil blijven, maar ook homoseksuelen.”

Jongeren moeten de informatie „op maat” krijgen. Ze kunnen vragen per e-mail en per telefoon stellen, maar ook in een persoonlijk gesprek op een spreekuur bij de deelnemende organisaties, onder meer alle GGD'en.