

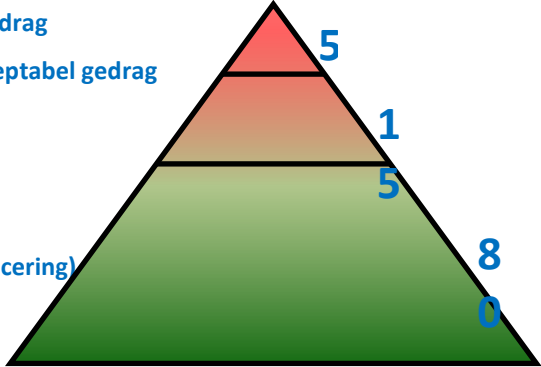
# Ouderavond 1<sup>e</sup> implementatiejaar Hand-outs

## Inhoudsopgave

Binnenkomst	<b>2</b>
Kaartje met uitgangspunten van SWPBS	2
Activiteit 1 'Verrassingsbriefje'	<b>4</b>
Kaartjes: Verrassingsbriefje met duim	4
Kaartjes: Verrassingsbriefje zonder duim	5
Activiteit 2 'Positieve kwaliteiten 1'	<b>6</b>
Kaartje: Positieve kwaliteiten	6
Activiteit 3 'Complimenten'	<b>7</b>
Kaartjes: Complimenten bij een afspraak van thuis	7
Kaartjes: Kenmerken van Complimenten	8
Activiteit 4 'Beloningen'	<b>9</b>
Kaartjes: Beloningen	9
Activiteit 5 'Positieve kwaliteiten 2'	<b>10</b>
Kaartjes: voorbeelden van positieve kwaliteiten	10
Afsluiting	<b>13</b>
Boekje met tips voor ouders	13
Evaluatieformulieren	18

**Positive Behavior Support**  
**Schoolbreed gewenst gedrag versterken**

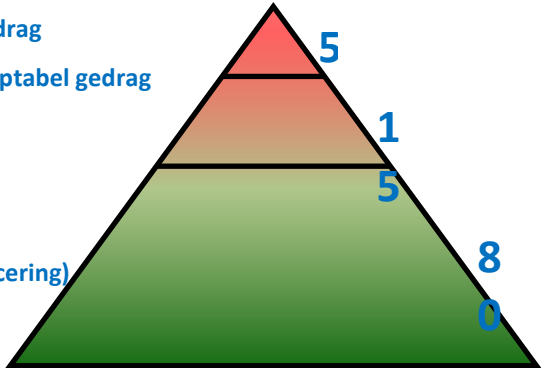
1. Formuleer heldere verwachtingen (weet wat je wilt zien en horen)
2. Leer verwachtingen actief aan. Gedrag is een 'vak apart'
3. Bekrachtig verwachtingen systematisch
4. Minimaliseer de aandacht voor ongewenst gedrag
5. Formuleer heldere consequenties voor onacceptabel gedrag
6. Monitor en stuur actief op incidenten (data)
7. Integreer zorg en onderwijs
8. Werk samen met ouders
9. Borg het systeem (continue begeleiding/certificering)



**Sprague en Walker**  
**(2002)**

**Positive Behavior Support**  
**Schoolbreed gewenst gedrag versterken**

1. Formuleer heldere verwachtingen (weet wat je wilt zien en horen)
2. Leer verwachtingen actief aan. Gedrag is een 'vak apart'
3. Bekrachtig verwachtingen systematisch
4. Minimaliseer de aandacht voor ongewenst gedrag
5. Formuleer heldere consequenties voor onacceptabel gedrag
6. Monitor en stuur actief op incidenten (data)
7. Integreer zorg en onderwijs
8. Werk samen met ouders
9. Borg het systeem (continue begeleiding/certificering)



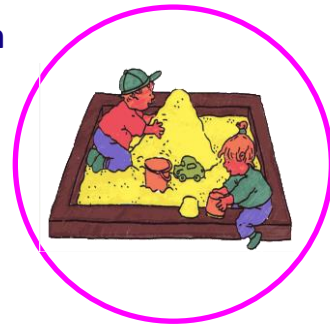
**Sprague en Walker**  
**(2002)**

Probeer de komende week

op de volgende punten te letten



Geef een compliment bij  
goed gedrag!



**4:1**

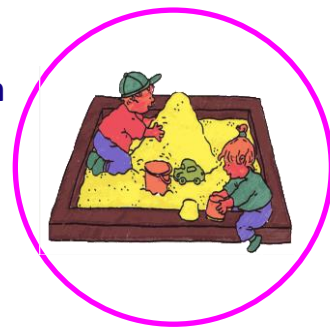
De 4:1 regel is belangrijk binnen PBS en staat voor 4 complimenten tegenover 1 grens ('nee'). Kinderen groeien door complimenten. Als kinderen van hun ouders vaak horen wat zij goed doen, vinden zij het makkelijker om 'nee' te accepteren op de momenten dat iets niet mag.

Probeer de komende week

op de volgende punten te letten




Geef een compliment bij  
goed gedrag!



**4:1**

De 4:1 regel is belangrijk binnen PBS en staat voor 4 complimenten tegenover 1 grens ('nee'). Kinderen groeien door complimenten. Als kinderen van hun ouders vaak horen wat zij goed doen, vinden zij het makkelijker om 'nee' te accepteren op de momenten dat iets niet mag.



## Activiteit 1: Verrassingsbriefje met duim



---

---


---



---

---

---



### Activiteit 3: Complimenten bij een afspraak van thuis

#### Complimenten:

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

#### Complimenten:

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Kaartjes: Kenmerken complimenten



### Een compliment is:

1. relevant, oprecht en specifiek
2. kort en duidelijk
3. wordt direct na het gewenste gedrag gegeven
4. onvoorwaardelijk



### Een compliment is:

5. relevant, oprecht en specifiek
6. kort en duidelijk
7. wordt direct na het gewenste gedrag gegeven
8. onvoorwaardelijk



## Activiteit 4: Beloningsactiviteiten bedenken

Beloningen:

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Beloningen:

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Activiteit 5: Positieve kwaliteiten (2)

<b>Humor</b>	<b>Gezellig</b>
<b>Weet veel van zijn interesse</b>	<b>Goedaardig</b>
<b>Doorzetter</b>	<b>Enthousiast</b>
<b>Behulpzaam</b>	<b>Zorgzaam</b>



<b>Aardig</b>	<b>Goed in ...</b>
<b>Kan zich goed alleen vermaken</b>	<b>Sociaal</b>
<b>Attent</b>	<b>Daadkrachtig</b>
<b>Kan goed delen</b>	<b>Lief</b>

<b>Komt voor je op</b>	<b>Sportief</b>
<b>Vrijgevig</b>	<b>Vrolijk</b>
<b>Knuffelig</b>	<b>Inventief</b>
<b>Gevoelig</b>	<b>Fantasierijk</b>



## **Schoolwide Positive Behavior Support: SWPBS, ook thuis!**

Uit onderzoek is gebleken dat positief gedrag wordt aangeleerd wanneer de verhouding minimaal 4:1 is. Dat wil zeggen: 4 positieve complimenten t.a.v. 1 negatieve correctie.

*Vragen over complimenten:*

***Complimenten klinken vaak onnatuurlijk. Zullen kinderen niet denken dat ze namaak zijn?***

Als je er niet aan gewend bent om complimenten te geven, zal dat in het begin vreemd en onwennig aanvoelen. Maar hoe vaker je ze uitdeelt, hoe makkelijker het gaat. Als je kinderen complimenteert met goed gedrag, is er niets namaak aan. Kinderen die complimenten krijgen, complimenteren op hun beurt ook, en voor hen is het dus heel natuurlijk.

***Is complimenteren niet manipuleren en afdwingen?***

Het doel van het complimenteren is om goed gedrag te versterken en de kennis van het

kind over gedragsregels te vergroten. Door de complimenten merkt het kind op een positieve manier welk gedrag je van hem verwacht waardoor hij er makkelijker aan kan voldoen. Het is altijd goed om kinderen te helpen om // succes te voelen!

***Is het geven van een beloning niet net zoets als omkopen?***

Omkopen wil zeggen dat je probeert iemand iets te laten doen wat zich nog niet heeft voorgedaan, terwijl een beloning juist wordt gegeven voor iets wat al gebeurd is. Goed gedrag beloon je dus achteraf.

***Wordt gedrag van kinderen dan niet afhankelijk van beloningen?***

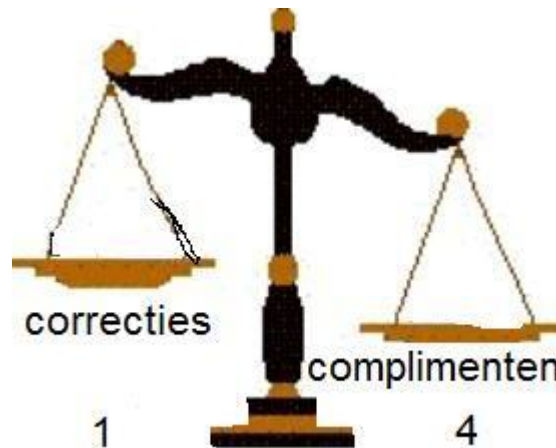
Tastbare beloningen moeten gepaard gaan met sociale beloningen (complimenten). Als het compliment voor juist gedrag door het kind tegelijkertijd met iets tastbaars gepaard gaat, wordt de motivatie zelfs sterker. Bijvoorbeeld: "wat goed dat je uit jezelf op tijd binnen komt voor het eten. Vanavond mag je daarom nog heel even extra naar buiten."

***Waar haal ik het geld vandaan om beloningen uit te delen?***

Beloningen hoeven niet altijd cadeautjes of materialen te zijn. Ook voorrechten of activiteiten, zoals extra computertijd of samen koken, zijn beloningen.

## Tip 1: Geef dagelijks complimenten over positief gedrag

Neem elke dag even de tijd om aandacht te besteden positieve kwaliteiten van je kind. Maak minstens één opmerking over iets positiefs dat je kind zei, deed of probeerde te doen. Het is waarschijnlijker dat kinderen positief gedrag in stand houden, wanneer ze leren dat ze door positief gedrag aandacht krijgen.



## Tip 2: Een verrassingsbriefje, kaartje verstoppen

Leg zo nu en dan een verrassingsbrief of kaartje neer; onder de dekens, in de schooltas, in de jaszak van je kind om positief gedrag te complimenteren.

Schrijf er kort en duidelijk op wat je zo goed vindt van je kind; 'je kwam direct toen ik je riep, super!' 'je hebt je kleding in de wasmand gedaan na het douchen, fijn!'



### Tip 3: Belonen van gewenst gedrag

Hang op een centrale plaats in huis een beloningslijstje op (bijvoorbeeld in de keuken, op een prikbord, op de koelkast e.d). Schrijf er 6 leuke kleine activiteiten op die je samen met je kind kunt gaan doen als hij zich positief heeft gedragen die dag. Spreek 's ochtends bij het ontbijt samen met het kind af welke activiteit jullie eind van de dag na het eten samen doen als hij zich aan een bepaalde afspraak heeft gehouden die dag; bijvoorbeeld 'ik hang mijn jas op als ik binnen kom', 'ik ruim mijn tas op als ik van school kom', 'ik loop rustig op de trap'. Iedere keer als je die dag merkt dat het kind zich aan deze regel houdt maak je een compliment of deel je een sticker uit.



#### Tip 4: Het complimentenspel

Dit spel kun je bijvoorbeeld tijdens het eten spelen.

Gooi een munt op om te bepalen wie eerst mag. Kop begint. Maak een compliment over iemand die aan tafel zit, maar zeg niet wie het is. Bijv.: 'Ze heeft en mooie trui aan.' De anderen proberen te raden wie het is. Wordt er verkeerd geraden, maak dan nog een compliment: 'Ze helpt altijd geweldig bij het lezen op school' .

Als het na 3 complimenten nog niet is geraden, neem dan een andere persoon.



## Consequenties op gedrag.

### Direct aanspreken:

Kinderen doen niet altijd wat je wilt. Ze denken er niet altijd aan om zich aan een regel te houden. Het is belangrijk om de irritatie daarover niet op te laten lopen, en dan boos te reageren. Spreek je kind direct aan als hij zich niet aan een regel houdt, bijvoorbeeld:

*“Jeroen, je rent door het huis, zo maak je misschien iets kapot. Wat is onze regel voor lopen in huis? ... Laat me nu zien wat de goede manier is om in huis te lopen. Ga naar de deur en doe het even over”.*

Direct aanspreken werkt beter door je kind het gedrag te laten oefenen. Geef je kind een complimentje als hij het goede gedrag nu wél laat zien. *“Goed zo, je loopt nu rustig door het huis”.*

### Gepast negeren (bij dingen die niet zo belangrijk zijn)

Ongewenst gedrag dat niet zo belangrijk is maar wel vervelend kun je simpelweg negeren: besteed er bewust geen aandacht aan. Dit helpt bijvoorbeeld goed bij zeuren of met een raar stemmetje praten: gedrag dat bedoeld is om je aandacht te trekken.

Gepast negeren betekent je kind niet aankijken en er ook niet tegen praten. Het vervelende gedrag wordt misschien eerst erger, want je kind gelooft niet meteen dat jij er geen aandacht aan schenkt. Draai je zonodig om en loop even weg of ga iets doen.

Prijs je kind zodra hij met het vervelende gedrag ophoudt en zich weer goed gedraagt: *“Fijn dat je weer met een gewone stem praat, die vind ik veel leuker”.*

Negeren is niet geschikt als aanpak bij ernstiger problemen, bijvoorbeeld als je kind

iets stuk maakt, iets gevaarlijks onderneemt of een ander pijn doet.

### Zet je instructies kracht bij met een logische consequentie.

Dit kun je het beste doen bij overtredingen die niet zo veel voorkomen. Als je kind een overtreding begaat, kies je een consequentie die past bij de situatie. Je stopt bijvoorbeeld de activiteit of neemt het speelgoed af. Logische consequenties werken het beste wanneer ze kort zijn: 5 tot 30 minuten is meestal lang genoeg.

Het gaat als volgt:

Ga niet in discussie met je kind. Treed onmiddellijk op wanneer het gedrag zich voordoet. Leg uit waarom je het speelgoed afpakt of de activiteit stopt: - *Jullie spelen niet samen met de game-boy, ik leg hem nu 5 minuten weg.* Of: - *Je hebt je helm niet op, ik zet nu je fiets 30 minuten weg.* Of: - *Jullie zijn nog steeds over de TV aan het ruziën, ik zet hem nu 10 minuten uit.* Of: - *Het zand blijft niet waar het hoort, je blijft nu 5 minuten uit de zandbak.*

Vergeet niet om je aan de afspraak te houden. Geef het speelgoed terug of help het kind weer op gang met zijn activiteit als de tijd om is. Je kind krijgt zo de kans om zich nu wél goed te gedragen. Probeer herhaling van een conflict te voorkomen door je kind te helpen het probleem op te lossen, zoals samen afspreken wie het eerst aan de beurt is. En geef een compliment als het nu goed gaat – *Wat spelen jullie nu gezellig samen!*

[LOGO SCHOOL]



## Evaluatie Ouderavond over SWPBS: Uw mening telt!

Datum: .....

Wij vinden het belangrijk om van u te horen hoe u deze ouderavond heeft ervaren. Daarom vragen we u om de volgende vragenlijst in te vullen.

	Eens	Beetje eens	Beetje oneens	Oneens
1. De presentatie over SWPBS was duidelijk				
2. SWPBS lijkt me een goede aanpak voor onze school				
3. De opdrachten en oefeningen werden duidelijk uitgelegd en waren nuttig				
4. Er werd plezierig en respectvol met mij omgegaan vanavond				
5. Ik ga de oefeningen thuis uitproberen met mijn kind.				

In totaliteit geef ik deze ouderavond het volgende rapportcijfer (omcirkel het cijfer):

1    2    3    4    5    6    7    8    9    10

Opmerkingen

a) *Hoe zouden we deze ouderavond kunnen verbeteren?*

b) *Waarover bent u tevreden?*

**Hartelijk dank voor het invullen!**