



Kinderen en jongeren met gedragsproblemen: wat werkt?



Driftige peuters of tieners die hun eigen gang gaan en zich niets van hun ouders aantrekken: elk kind vertoont wel eens storend gedrag. Kinderen proberen immers grenzen af te tasten. Bij sommige kinderen loopt het gedrag echter dusdanig uit de hand dat ingrijpen noodzakelijk is: er is sprake van een gedragsprobleem. Het is van belang bij gedragsproblemen in te grijpen, omdat zonder ingrijpen de kans groot is dat de problemen verergeren. Dreigende gedragsproblemen bij jonge kinderen

kunnen voorkomen worden door al in een vroeg stadium opvoedingsondersteuning te bieden aan ouders. Wanneer gedragsproblemen al bestaan, dan zijn deze te verminderen door kinderen en/of ouders te trainen. Ook bij jongeren kunnen gedragsproblemen verminderen door hen te trainen. Indien nodig wordt ook een gezinsinterventie ingezet. Cruciaal bij deze interventies is de focus op ouders en andere opvoeders.

Deze factsheet gaat in op het voorkomen en verminderen van gedragsproblemen. Voor voorbeelden van specifieke interventies bij deze problemen verwijzen we u naar het digitale dossier **Gedragsproblemen op onze website**.

Gedragsproblemen voorkomen

Opvoedingsondersteuning

In Nederland zijn diverse cursussen beschikbaar waarbij ouders –preventief– opvoedingsondersteuning krijgen. Opvoedingsondersteuning is gericht op het voorkomen van pedagogische problemen en bestaat uit voorlichting, pedagogische advisering en begeleiding, praktische hulp bij de verzorging van kinderen, sociale steun en gezinshulpverlening. De algemene doelstelling van opvoedingsondersteuning is het versterken van de draagkracht en pedagogische vaardigheden van ouders, het verminderen van de draaglast van ouders en het versterken van het sociale netwerk rond de gezinnen. Hierdoor zijn ouders beter toegerust om gedragsproblemen bij hun kind te voorkomen.

‘Hoe kinderen worden opgevoed, heeft invloed op het voorkomen en verminderen van gedragsproblemen. Vaardigheidstrainingen voor ouders zoals die bijvoorbeeld plaatsvinden in het preventieprogramma Triple P, behalen daarom vaak goede resultaten.’
Geraldien Blokland, senior adviseur en trainer Triple P



Trainer van sensitiviteit

Het ontbreken van een veilige hechting bij het kind vergroot de kans op het ontwikkelen van gedragsproblemen. De sensitiviteit van ouders –essentieel voor het ontstaan van een veilige hechting– is te trainen. Ouders blijken basisvaardigheden voor sensitief opvoeden te kunnen leren aan de hand van video-opnamen van moeder en kind.

Gedragsproblemen verminderen

Cognitieve gedragstherapie

Wanneer het gedrag van het kind zelf wordt aangepakt, dan is cognitieve gedragstherapie het meest effectief. Dit geldt zowel voor kinderen als voor jongeren. Deze therapie gaat er vanuit dat gedachten gedrag beïnvloeden. Kinderen met gedragsproblemen hebben vaak irrationele gedachten –‘ze moeten altijd mij hebben’– waardoor ze veel van wat er in de dagelijkse omgang tussen mensen gebeurt, verkeerd opvatten. Bij cognitieve gedragstherapie leren kinderen op een andere manier te kijken naar situaties, waardoor ze gepaster kunnen reageren. Cognitieve gedragstherapie is vooral effectief wanneer kinderen en jongeren oefenen met vaardigheden door middel van bijvoorbeeld voordoen en rollenspellen. Deze therapie werkt bij jonge kinderen wat minder goed dan bij wat oudere kinderen. Voor alle kinderen geldt dat de uitkomsten verbeteren als de training van het kind zelf gecombineerd wordt met een training voor de ouders.

Training in opvoedvaardigheden

Oudertrainingen zijn een effectieve manier om gedragsproblemen te verminderen. Ouders leren in zo’n training op een effectieve manier regels stellen en handhaven, gewenst gedrag te belonen en ongewenst gedrag te straffen. Ouders die –naast de opvoeding– ook met andere problemen te maken hebben profiteren minder van een oudertraining in groepsverband, individuele training blijkt hier betere resultaten te behalen. Bij kinderen in de basisschoolleeftijd behaalt een oudertraining –al dan niet in combinatie met training van kinderen– goede resultaten. Over oudertrainingen voor jongeren (vanaf een jaar of 14) is echter niet veel bekend. Er zijn nauwelijks oudertrainingen voor deze doelgroep en er is weinig onderzoek beschikbaar. De problemen bij jongeren vanaf die leeftijd zijn mogelijk te complex en te chronisch om met een oudertraining op te lossen: een intensiever programma lijkt beter op zijn plaats.



Intensieve pedagogische thuishulp

Zo'n interventie is bijvoorbeeld de intensieve pedagogische thuishulp. Er zijn vele varianten van dergelijke hulp. Bij intensieve pedagogische thuishulp krijgen gezinnen zo'n 10 uur per week een hulpverlener in huis. De totale duur verschilt per interventie. De problemen binnen het gezin bepalen de inhoud van de interventie. Zo werkt men bijvoorbeeld aan de communicatie binnen het gezin, aan de psychische klachten van de ouders en/of biedt dagelijks praktische hulp. Er is nog niet veel onderzoek naar dit soort interventies gedaan, maar het lijkt erop dat na afsluiting de problemen weliswaar niet opgelost zijn, maar wel verminderd. De kans is groot dat de effecten te vergroten zijn als de thuishulp wordt gecombineerd met de eerder genoemde cognitieve gedragstherapie en een sterk gestructureerde training in opvoedingsvaardigheden.

(Multi)systeemtherapie

Specifiek voor de oudere doelgroep (10 tot 18 jaar) bestaat (multi)systeemtherapie. Deze therapie richt zich op het verbeteren van de interacties tussen gezinsleden. Vaak is het breder en gericht op de familie, de school, leeftijdgenoten en de buurt. Omdat deze vormen van therapie intensief zijn, zijn deze goed in te zetten bij complexere gedragsproblemen. Buitenlandse onderzoeksresultaten over dit type interventie zijn positief, maar er is meer onafhankelijk onderzoek nodig om dit positieve beeld ook in Nederland te bevestigen.

Meerdere opvoeders

In het voorkomen en verminderen van gedragsproblemen spelen ook andere opvoeders, zoals leerkrachten, een cruciale rol. De leerkracht kan goed ingezet worden door deze te trainen in positief opvoeden in de klas. Ook zijn er klassikale interventies bekend die het zelfbeeld, de zelfcontrole en het probleemoplossend vermogen van kinderen verbeteren.

Meer weten?

Deze factsheet is verschenen in het kader van het programma Effectieve Jeugdzorg van het Nederlands Jeugdinstituut. Doel van dit programma is het aanreiken van kennis en vaardigheden aan (aankomende) professionals in de jeugdsector zodat zij effectief kunnen handelen. In dit kader verzorgen wij bijvoorbeeld goed leesbare informatie over werkzame factoren in de aanpak van problemen en stoornissen bij jeugdigen en/of gezinnen. Informatie hierover kunt u vinden op onze website www.nji.nl/watwerkt. Wilt u meer weten over gedragsproblemen, dan verwijzen wij u naar het digitale dossier Gedragsproblemen, te bereiken via www.nji.nl/gedragsproblemen.

Het Nederlands Jeugdinstituut is het landelijk kennisinstituut voor jeugd- en opvoedingsvraagstukken. Het werkerrein van het Nederlands Jeugdinstituut strekt zich uit van de jeugdgezondheidszorg, opvang, educatie en jeugdwelzijn tot opvoedingsondersteuning, jeugdzorg en jeugdbescherming evenals aangrenzende werkvelden als onderwijs, justitie en internationale jongerenprojecten. Voor vragen of advies kunt u vrijblijvend contact met ons opnemen. Dit kan via de infolijn (030) 230 65 64, op werkdagen tussen 09.00-13.00 uur. Of kijk op onze website www.nji.nl.

Foto's: Bettina Neumann, Patrick Sheándell O'Caroll (PhotoAlto)

