



## Wat fijn dat je bij de workshop “Omgaan met boosheid” was op de Pleeggezinsdag.

*Hier volgt een overzicht van de informatie uit de workshop en linkjes naar boeken en websites om rustig na te lezen.*

### Oorzaken van signaalgedrag:

*In de workshop spraken we over signaalgedrag. Gedrag dat opvalt. Brutaal zijn, snel huilen, driftbuien, heel boos worden, nergens aan mee willen werken enzovoort.*

*In de workshop hebben we de drie categorieën van oorzaken van dit gedrag besproken. Hier volgt een overzicht van die categorieën:*

#### **Onvervulde (lichamelijke) behoeften.**

Denk aan honger, dorst, kou, warmte, dak boven je hoofd. Maar ook aan autonomie en verbinding.

#### **Gebrek aan kennis of begrip**

Je kunt als volwassene denken dat je iets helder hebt uitgelegd, maar dat betekent nog niet dat een kind weet wat je bedoelt of begrijpt wat de bedoeling is.

#### **Onverwerkte prikkels, emoties of trauma.**

Er stapelt stress/ spanning op in het lijf van je kind. Van een dag, een week of zelfs jaren.

Deze spanning kan een onderliggende oorzaak zijn van signaalgedrag

(Pleeg) kinderen hebben behoefte aan verbinding, heldere, liefdevolle grenzen, gezien worden en zich veilig voelen. Het signaalgedrag dat ze laten zien, doen ze niet expres. Als ik je iets heb mee willen geven deze workshop, dan is het dit:

***Je (pleeg)kind DOET niet moeilijk, hij/zij HEEFT het moeilijk.***

 **Deze oorzaken van signaalgedrag gelden ook voor volwassenen 😊**

*Dus als jij je geduld verliest, kijk dan mild naar jezelf en onderzoek: welke oorzaken liggen ten grondslag aan jouw gedrag? Het kan heel helpend zijn dit met een mede pleegouder te bespreken.*

## Wat is helpend wanneer je (pleeg)kind boos is?

- het is fijn om zoveel als mogelijk de stress in het leven van je (pleeg)kind te beperken. Kijkend naar de oorzaken van signaalgedrag, dan kun elke keer kijken welke oorzaak je weg kunt nemen of verminderen.
- weersta je neiging om dingen op te lossen. Het is meer helpend/ helend voor een kind om te huilen over een koekje dat kapot is (broken cookie fenomeen) dan om een nieuw pak koekjes aan te breken
- leef liefdevol mee en probeer het gevoel van je (pleeg)kind in woorden uit te drukken. Hierdoor kan het (pleeg)kind soms nog harder gaan huilen of boos worden, maar dat is omdat het voelt dat de tranen of de boosheid er mogen zijn.
- zelfs als de aanleiding voor de huil- of driftbui niet in verhouding lijkt te staan met de situatie van dat moment, dan is het goed voor het kind dat het zich mag uiten. Het toelaten van de bui is soms het meest helpend, ook al vraagt dat van jou als (pleeg)ouder veel geduld.

## Website en boekentips

Er zijn 2 boeken die ik iedereen in het ouderschap aanraad:

[Baby's weten wat ze willen - Aletha Solter](#)

Een fantastisch boek over kinderen in de leeftijd 0-2. Er wordt je veel duidelijk over de behoeften van een baby, over slapen en over huilen. Ook als je 'uit' de baby's bent, is dit boek aan te raden. Er wordt je met terugwerkende kracht ook veel duidelijk over je eigen ervaringen als kind.

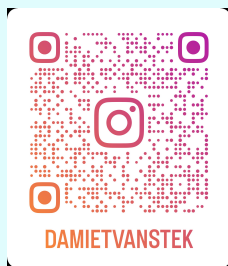
[De taal van huilen - Aletha Solter](#)

Een dun boekje bomvol informatie over het liefdevol begeleiden van tranen en boosheid bij kinderen. Het boek biedt handvatten voor een diepere band met je (pleeg) kind.

### Gegevens:

Mocht je mij willen volgen dan ben ik op verschillende manieren te vinden. Je bent van harte welkom!

#### Instagram:



#### LinkedIn:

hier ben ik te vinden onder  
mijn naam:

Damiët van Stek

#### Gegevens:

Damiët van Stek

[info@fermevrede.nl](mailto:info@fermevrede.nl)

[www.fermevrede.nl](http://www.fermevrede.nl)

Fijn je te ontmoeten! Als je nog vragen hebt, mail me gerust.

Lieve groet, Damiët