

TIP: Omgaan met storend gedrag

Hebben jullie in je afdeling een piepertje met ADHD dat het soms moeilijk heeft? Of misschien botsen jullie als afdelingsbestuur op leden met ASS die meer behoefte hebben aan structuur en voorspelbaarheid dan de afdeling momenteel biedt?

De IP heeft superveel tips en adviezen om je afdeling toegankelijk te maken voor kinderen en jongeren met neurodiversiteit. Stuur een mailtje naar inclusie@jnm.be en we kijken samen hoe we jullie het beste kunnen ondersteunen.

Hieronder geeft de IP (dankjewel Chiara!) alvast 15 nuttige tips die helpen bij piepers!

1. Zorg voor voorspelbaarheid en structuur

Werk met vaste afspraken, rituelen en duidelijke dagstructuur. Kondig activiteiten en overgangen op voorhand aan zodat de pieper weet wat er komt. Dit vermindert spanning en frustratie.

2. Bouw een veilige relatie op

Investeer bewust in contact buiten conflictsituaties. Toon interesse, benoem wat goed loopt en wees consequent maar warm. Kinderen luisteren sneller naar iemand bij wie ze zich veilig voelen.

3. Stel duidelijke en haalbare regels

Beperk het aantal regels en formuleer ze positief en concreet. Bijvoorbeeld "we blijven bij de groep" (wat verwacht je wél) in plaats van "niet weglopen". Herhaal de regels regelmatig en visueel indien mogelijk.

4. Geef de pieper een functionele rol

Geef verantwoordelijkheid (die natuurlijk past bij de leeftijd), zoals materiaal uitdelen of een taakje binnen het spel. Dit kan het gevoel van competentie geven en storend gedrag verminderen.

5. Geef één duidelijke instructie tegelijk

Zeg precies wat je verwacht en wacht tot de pieper (of piepers) kijkt en luistert. Bijvoorbeeld "we gaan nu in de kring zitten".

6. Laat de pieper herhalen wat je zei

Vraag kort "wat moet je nu doen?". Zo weet je of de boodschap is aangekomen en vergroot je de kans dat de pieper het uitvoert.

7. Waarschuw één keer en handel dan

Geef één duidelijke waarschuwing. Zeg rustig als je nu niet luistert volgt er een time out. Geen herhaling, geen discussie. Daarna voer je het gevolg meteen uit.

8. Gebruik een korte time out

Bij agressie of blijven weigeren zet je de pieper even apart op een vaste plek. Geen praten, geen aandacht. Je kunt hierbij de regel, 1 minuut per leeftijd gebruiken (dus bv 8 jaar = 8 minuten time-out :). Time out is om te kalmeren, niet als straf.

9. Praat pas na de time out

Als het kind rustig is ga je door de knieën, maak oogcontact en zeg kort waarom het daar zat en wat er verwacht wordt om terug mee te doen.

10. Negeer klein storend gedrag

Niet elk gedrag verdient aandacht. Zuchten, mopperen of licht protest negeer je bewust zolang het veilig blijft. Aandacht kan probleemgedrag versterken.

11. Prijs meteen gewenst gedrag

Zodra de pieper iets goed doet benoem je dat direct en concreet. Bijvoorbeeld "goed dat je meteen kwam zitten". Dit werkt sterker dan algemene complimenten.

12. Houd consequenties altijd hetzelfde

Elke keer dezelfde reactie bij hetzelfde gedrag. Niet luisteren betekent altijd hetzelfde gevolg. Wisselende reacties maken gedrag meestal erger. Probeer hierbij ook zo kalm mogelijk te blijven (al begrijp ik dat dat zeker niet altijd makkelijk is ;)).

13. Laat de pieper opnieuw starten

Na een incident krijgen de piepers altijd een nieuwe kans. Zeg duidelijk we beginnen opnieuw en ga verder zonder het verleden te blijven benoemen.

14. Gebruik lichaamstaal bewust

Sta recht, maak oogcontact, spreek rustig en laag. Geen schreeuwen en geen dreigende houding. Gezag zit vooral in rust en duidelijkheid.

15. Slotopmerking: over draagkracht

Als laatste wil ik ook nog meegeven dat als het niet lukt met de pieper, dat jullie draagkracht ook niet oneindig kan zijn. Je mag zeker op een bepaald moment aangeven als het echt niet

meer lukt. Als jullie als team je best doen om er te zijn en een oplossing te vinden, is dat al super.

Veel succes en weet: neem gerust contact op via inclusie@jnm.be en dan bekijken de voorzitter van de IP en hun personeelslid graag samen hoe ze jullie het beste kunnen ondersteunen.