



## Incredible Years bij ADHD & gedragsstoornissen

Informatie voor ouders

### Wat is Incredible Years (IY)?

Incredible Years (naar het Nederlands vertaald als "Pittige Jaren") is een cursus voor ouders van jonge kinderen (van 3 tot en met 8 jaar) die dwars, opstandig of agressief gedrag vertonen. Hierbij kunt u denken aan niet luisteren, boze buien, ruzie maken en overall over in discussie gaan. Deze cursus wordt in groepsverband gegeven. Het programma is in de Verenigde Staten ontwikkeld en geeft u als ouder handvaten voor het omgaan met de gedragsproblemen van uw kind.

In wetenschappelijk onderzoek is het positieve effect van het IY ouderprogramma aangetoond in verschillende landen. Ouders geven aan dat ze door deelname aan deze cursus beter weten hoe ze met het gedrag van hun kind om moeten gaan en dat hun kind minder agressief gedrag vertoont en beter luistert.

### Hoe ziet dit ouderprogramma eruit?

IY gaat ervan uit dat ouders en kinderen invloed hebben op elkaars gedrag. Het doel van de cursus is om u als ouder te leren het gedrag van uw kind te veranderen, zodat er minder problemen in de opvoeding zijn. U leert dan ook zelf anders te reageren op uw kind. Dit wordt bereikt door het geven van informatie, maar vooral ook door het in de groep bespreken en oefenen van probleemsituaties met uw eigen kind. Daarnaast worden er videofragmenten bekeken over lastig gedrag van een kind in een gezin en wisselt u tips en ervaringen uit met andere ouders. Met al deze informatie en adviezen gaat u thuis aan de slag. U kiest zelf welke problemen u in de training en thuis aan gaat pakken.

De IY oudertraining bestaat uit 18 wekelijkse groepsbijeenkomsten van 2 uur waarin onderwerpen zoals spelen met je kind, prijzen en belonen, grenzen stellen en omgaan met ongewenst gedrag aan bod komen. Het boek "Pittige Jaren" sluit hierop aan. U moet dit boek zelf aanschaffen (auteur: Carolyn Webster-Stratton; uitgeverij: Bohn Stafleu Van Loghum, Houten, ISBN: 9789031348909; onder andere verkrijgbaar bij de grotere boekhandel of via internet. Kosten ongeveer €30,-).

### Wanneer is IY een geschikte behandelmethode?

A&G kan IY bieden aan gezinnen waarbij:

- Het dwarse/opstandige en/of agressieve gedrag van uw kind heeft een negatieve invloed op uw kind, op u als ouder(s), en/of op het functioneren van uw gezin.
- U heeft behoefte aan ondersteuning in de aanpak van de gedragsproblemen van uw kind

### Wanneer is deze groep geschikt voor u?

- Uw kind is tussen de 3 en 8 jaar oud
- Uw kind is thuis en (eventueel) op school dwars, opstandig of agressief; u heeft vragen over de aanpak van dit gedrag
- Uw kind heeft de volgende diagnose gekregen:
  - Oppositionele gedragsstoornis
  - Antisociale gedragsstoornis
  - Met of zonder ADHD
  - kinderen die risico lopen op het ontwikkelen van een van deze stoornissen
  - Ouder-kind relatieprobleem

*Deelname aan de cursus is niet mogelijk voor ouders die hun kind minder dan twee dagen per week zien of voor wie het wekelijks bijwonen van de groepsbijeenkomsten niet mogelijk is. Deelname voor gescheiden ouders is mogelijk als dit voor beide ouders geen extra moeilijkheden of spanningen oplevert.*

### Praktische informatie

Start:	De groepen starten in: september, januari en april
Duur:	18 weken
Kosten:	Aan het volgen van deze cursus zijn geen kosten verbonden. Wel dient u in het bezit te zijn van het boek "Pittige Jaren"
Aanmelding:	Via uw behandelaar binnen Altrecht. Als u niet in behandeling bent, met een verwijzing van de huisarts. <ul style="list-style-type: none"><li>• telefoon: 030-2809311</li><li>• e-mail: zorgdomeinsecretariaataeng@altrecht.nl</li></ul>
Inlichtingen:	Wieteke van Dijk (trainer Incredible Years) <ul style="list-style-type: none"><li>• telefoon: 030-2809311</li><li>• e-mail: wieteke.van.dijk@altrecht.nl</li></ul>