

# (P)referentiële opvoeding en begeleiding van a tot z



12-delige  
wetenschappelijke encyclopedie  
Index

Hoofdredactie: Jo Franck

## INDEX DEEL 1 ENCYCLOPEDIA : A – E

### **Voorstelling encyclopedie** 9

Visie, objectief en realisatie, waar om heen

### **Anders kijken, anders doen** 65

Hoe een kind een situatie of gebeuren ervaart, zal in sterke mate zijn reactie bepalen.

### **Assertiviteit jongerethema** 75

Assertiviteit is de mate van zelfvertrouwen en sterkte in je omgang met je omgeving. Het is iets wat je in zekere mate hebt en wat je verder tot ontwikkeling kan laten komen.

### **Hoe de balans positief houden ?** 98

Op sommige dingen kan je rekenen. Op andere niet. Hoe als ouder de balans gunstig doen overhellen ?

### **Pro-actieve ontwikkelingsbegeleiding** 105

Opvoeden is meer dan belonen of straffen. Je kan als ouder ook pro-actief iets aanbieden waarop je kind gunstig kan reageren.

### **Begrenzers – wie of wat stopt me ? jongerethema** 146

Als jongere kan je voor de opgave staan jezelf af te remmen en te begrenzen.

### **Van beheersings- naar beïnvloedingscultuur** 158

Wat blijft over van de context waarin ik werd opgevoed ? In welke context de opvoeding plaats die ik mijn kind geef ?

### **Belang van sociaal netwerk** 163

Opvoeden doe je als ouder niet alleen.

### **Belonen** 170

Belonen doe je om gedrag aan te moedigen. Hoe doe je dit concreet in de praktijk ?

### **In je bereik ! jongerenthema** 181

Vaak voel je je als jongere machteloos. Is dit steeds zo?

### **Betekenisontwikkeling kind** 189

Er is heel wat te leren om voor zichzelf als kind betekenissen te ontdekken en betekenissen te geven. Nog meer is dit om betekenissen te leren kennen die voor anderen tellen.

### **Buffers als bescherming** 201

Buffers zorgen voor veiligheid. Ze laten ons toe onveiligheid tijdig op te merken. Hoe kinderen hiervoor sensibiliseren ?

### **Burn-out als ouder voorkomen** 210

Hoe als ouder vóórkomen dat je er onderdoor gaat ? Welke signalen tijdig opmerken ? Hoe reageren ?

### **Uit het centrum** 223

Wat als een kind zich niet langer met de gezinsgroep vereenzelvigd ?

### **Circulaire beïnvloeding** 232

Wat je zegt of doet kan een reactie zijn op je kind. Je reactie kan dan weer voor het kind het uitgangspunt worden waarop het op zijn beurt reageert.

### **Claimgedrag, veel aandacht vragen** 254

Elk kind heeft behoefte aan aandacht. Hoe hier mee omgaan zo het kind veel aandacht vraagt ?

### **Wat kan coaching voor me doen ? jongerenthema** 270

Als jongere is nog veel een droom en te realiseren. Ontdekken hoe dit waar te maken, via welke wegen en met behulp van wat en wie, kan je aardig op dreef helpen.

### **Cognities in de opvoeding** 275

Cognities - als wat je van iets maakt - bepalen je reageren als ouder. Dit is ook zo voor het kind - wat het van wat je zegt en doet maakt - bepaalt zijn reageren.

### **Cognitieve schema's en opvoeding** 288

De ontwikkeling van het kind gaat samen met de ontwikkeling van cognitieve of kenschema's. In de opvoeding kan het kind geholpen worden met de opbouw en invulling van cognitieve schema's.

### **Communicatieve benadering** 317

Hoe op een open wijze over en weer met je kind praten in een open klimaat als onderdeel van je opvoeden ?

### **Communicatieve ontwikkeling kind** 321

In de opvoeding is er veel aandacht voor taal- en gedragsontwikkeling van het kind. Minder aandacht is er voor hoe communicatie zich ontwikkelt bij het kind.

### **Voor een duidelijke communicatie** 338

Praten met je kind is niet steeds gemakkelijk. Een duidelijke communicatie kan meer kansen bieden.

### **Fase-eigen communicatie** 357

Communicatie wat iemands doen in de realiteit vergezelt, vraagt om een vooraf, tijdens en achteraf samenpraten dit overeenkomstig de onderscheiden communicatiefasen.

### **Een goed contact met mijn kind** 361

Elke ouder wil een goed contact met zijn kind. Wat houdt dit in een goed contact ?

### **Containment en holding in de opvoeding** 376

Kinderen kunnen behoefte hebben aan iemand die hun emoties weet te omvatten en de nodige steun en bescherming kan bieden.

### **Van co-regulatie naar zelfregulatie** 385

Volwassenen spelen via het interactief proces van co-regulatie een essentiële rol bij het vormgeven en ondersteunen van de zelfregulerende ontwikkeling van het kind. Zelfregulatie als de vaardigheid om vat te krijgen op emoties, behoeften en gedrag en ze te sturen.

### **Deconstructie & constructie in de opvoeding** 400

Deconstructie is in gedachten wat beter niet bij elkaar hoort uiteenhalen. Constructie is in gedachten wat helpt en kansen scheidt bij elkaar brengen.

### **Deelgroepvorming** 415

In een groep kunnen deelgroepen ontstaan. Dit biedt kansen, maar houdt tegelijk risico's in.

### **Welke delen en kanten aanspreken ?** 424

Elk van ons heeft delen die actief kunnen worden en kanten die kunnen aangesproken. Hoe deze delen en kanten aan bod laten komen ?

### **Aan denken** 435

Een denken kan aan of uit staan. Staat het aan dan gaat een grote invloed hiervan uit op gedrag en ervaren van het kind.

### **Ken- & denkontwikkeling** 449

De ken- en denkontwikkeling helpt het kind steeds beter op vragen en uitdagingen te antwoorden.

**Denken over je opvoeden** 458

Brengt denken over je opvoeden je in verwarring, of biedt het juist een meerwaarde ?

**Doordenkertjes** 478

Ruimte om even stil te staan bij je opvoeden, kan helpen je vrij te maken voor nieuwe inspiratie.

**Activeringsdialoog** 483

Je wil dat iemand bij voorkeur zo iets waarneemt en zo reageert. De ander gaat hier wel of niet op in.

**Directe en indirecte benadering** 497

Je onderhandelen direct richten op het gedrag van je kind of indirect richten op wat het omringt ?

**Afstand houden en doorgaan** 502

Soms gaan gedachten, gevoelens, herinneringen en waarnemingen van jezelf of je omgeving je hinderen. Hoe afstand houden en toch doorgaan ?

**Draagkracht & -last van het gezin** 512

Ook het gezin heeft een zekere draagkracht en kan een zekere draaglast aan. Deze fluctueren in de tijd.

### **Druggebruik kind** 530

Niet eenvoudig vandaag als ouder tegengaan dat je kind in contact komt met drugs. Wat kan je preventief doen en hoe kan je reageren? Hoe met je kind praten, eigen krachten aanspreken en steun bieden rond druggebruik?

### **Van druk tot aantrekking** 545

Welke alternatieven zijn er voor druk?

### **Het kind onder druk** 563

Elk kind ervaart druk. Druk is een signaal dat om aandacht vraagt van ouder en kind.

### **Externe en interne druk** 572

Aan externe druk voegt een kind nog interne druk toe. Hoe vermijden dat de druk te hoog wordt?

### **Omgaan met druk van je kind** 582

Een kind oefent gemakkelijk druk uit voor wat het wil of niet wil. Hoe hier als ouder mee omgaan?

### **Voor een gunstige dynamiek** 600

Een ongunstige dynamiek kan je kind erg in de weg staan. Een gunstige dynamiek kan je kind op weg helpen.

### **Eetproblemen bij kinderen** 609

Niet steeds verloopt het eten van het kind vlot. Aan wat denken en hoe reageren als ouder?



## INDEX DEEL 2 ENCYCLOPEDIA : Em - Ge

### **Emotie- en zelfregulatie** 10

Wat doen wanneer emoties het dreigen over te nemen van jezelf ?

### **Delen van emotioneel ervaren** 21

Hoe en waartoe wil iemand een emotioneel ervaren delen ?

### **Emotionele competentie-ontwikkeling** 28

Het is voor de ontwikkeling van een kind belangrijk dat het leert omgaan met zijn emoties.

### **Intro emotionele intelligentie** 50

Hoe goed weet je rekening te houden met eigen gevoelens en gevoelens van anderen.

### **Empowerment** 56

Empowerment gaat uit van de krachten die iemand bezit en hoe deze te laten toenemen.

### **Een dimensie meer, een dimensie minder** 62

Soms ontbreekt iets in de relatie ouder-kind, soms is iets te veel.

### **Het enneagram in de opvoeding** 76

Het enneagram laat toe te achterhalen waar het voor je als ouder of voor je kind in je gedrag vooral om draait. Het maakt duidelijk of je elkaar gemakkelijk vindt in interactie en hoe hier meer toe te kunnen komen.

### **Anders omgaan met eigen ervaren** 101

Kinderen met problemen hebben niet steeds alleen of zozeer problemen met de realiteit, maar ook met hoe ze de realiteit ervaren en er mee omgaan.

### **Ervaringbiedende en –begrenzende benadering** 108

Hoe eigen ervaring laten opbouwen binnen een veilige omgeving.

### **Escalatie voorkomen** 116

Een conflict dreigt soms sneller uit de hand te lopen dan je had verwacht. Je staat dan voor de moeilijke opgave het tij te keren.

### **Wat eten stoort ?** 131

Het eetgedrag van een jongere wordt vaak grondig verstoort. Wat ligt aan de basis en hoe hieraan verhelpen ?

### **Evenwicht in de opvoeding ?** 144

Een denken in termen van evenwichten in en tussen wie en wat in de opvoeding kan een meerwaarde inhouden.

### **Extern in relatie tot intern** 153

Je relatie als ouder met je kind gaat niet meer zozeer uit van principes maar van wie je kind is.

### **Hoe extremen vermijden ?** 160

Als ouder kan je omgang met je kind soms een extreme vorm aannemen. Hoe komt dit en hoe kan je dit vermijden ?

### **(Faal)angst** 176

Heel wat kinderen krijgen af te rekenen met (faal)angst. Hoe dit ondervangen ? Wat kan het kind zelf doen ?

### **Emotioneel automatisme of feitelijk realisme** 185

Als ouder loop je gemakkelijk op de feiten vooruit. Je manier van denken vervormt de realiteit. Wat hieraan te kunnen doen ?

### **Filosoferen met ouders** 200

Analoog aan 'filosoferen met kinderen' kunnen ouders zich op een pretentieloze wijze meer bewust worden van hun denken naar vorm en inhoud.

### **Functionele en intentionele benadering** 223

Als kind kan je tot ontwikkeling komen in de spontane alledaagse omgang met je ouders. Soms is een meer doordachte en gerichte omgang nodig.

### **Gebruik van druk en afstand** 233

Wanneer je niet de gewenste reactie bekomt, ben je gemakkelijk geneigd naar druk en afstand te grijpen. Wat is je kans op succes ?

### **Gedoseerde omgang** 240

Een gedoseerde omgang met situaties en problemen, en met jezelf, anderen, je relatie, de context en je voorstellingen in die situaties en met die problemen biedt een kans op meer zelfregulatie.

### **Gedrag wordt gedragen** 250

Gedrag doet zich zo maar niet voor. Het is stevig onderbouwd met wat voorheen verworven.

### **Gedragsblokkering** 286

Spanningen leiden gemakkelijk tot spanningsgevoelens. Gevoelens die uiteindelijk het gewenste gedrag blokkeren en ongunstig gedrag in de plaats doen ontstaan.

### **Gedrags- of onderliggende oriëntatie** 300

Als voor je als ouder iets niet kan, ga je dan in tegen het gedrag of de onderliggende mening, gevoelens of behoeften van je kind ?

### **Emotionele en gedragsproblemen bij kinderen** 307

Als het een kind niet goed gaat, kan je dit uit heel zijn doen merken.

### **Mijn mama of papa verliezen gemakkelijk hun geduld** *jongerenthema* 343

Wat doen als kind als je mama of papa gemakkelijk hun geduld verliezen ?

### **Het geheugen van het kind** 357

Het geheugen van een kind is bij de geboorte min of meer een onbeschreven blad. Alles wat het meemaakt, verneemt en ervaart, slaat het op een of andere manier op voor later.

### **Klein geleerd, groot toegepast** 389

Sociale ervaringen in eigen kring zet de jongere om tot sociale kennis die zijn later gedrag in de samenleving kenmerkt.

### **Zo geleerd !** 394

Kinderen leren niet alleen iets op school, ook thuis wordt op zeer diverse wijzen iets geleerd.

### **Gender (schema)ontwikkeling** 410

De identiteit die het kind opbouwt wordt mogelijk beïnvloed door de genderschema's van meisje-zijn en jongen-zijn die het ontwikkelt op basis van zijn ervaringen.

### **Gerichte gespreksvoering** 421

In beïnvloedende gesprekken met elkaar kan je je als ouder of kind richten op elkaars motivatie, op elkaars informatie, op elkaars betekenisgevingen, of op elkaars keuzes en beslissingen.

### **Aandacht geven** 430

Als ouder stel je jezelf gemakkelijk de vraag welke aandacht je kind te geven.

### **Welk gevoel ?** 440

Het gevoel dat het kind ontwikkelt, staat vaak niet los van wat het in contact met zijn omgeving ervaart.

### **Voor een goed gevoel** 452

Sommige jongeren hebben gemakkelijk te maken met negatieve gevoelens. Hoe gaan ze er mee om ? Hoe kan hulp geboden ?

### **Geweld en haar context** 467

Geweld kan niet los gezien worden van haar context. Context waarin spanning of afstand aanwezig is.

### **Geweld in en uit de opvoeding** 476

Duiken problemen op in het opvoedingsgebeuren, dan kan nagegaan of niet een of andere vorm van geweld aanwezig is.

### **Geweldproof** 483

Geweld doet zich niet steeds voor als een handelen, het is vaak ook een situatie, of het is een manier van denken die aan de basis ligt.

### **Bronnen ouderlijk gezag** 490

Hoe zeggingskracht over je kind hebben ? Dit kan doordat het kind van je kan leren, verwacht wordt dat je in staat voor het kind, je het kind kan belonen of straffen. Tenslotte omdat je kind wil worden zoals jij en je kind naar je refereert in zijn ontwikkeling.

### **Gezagsdoserende benadering** 496

Deze benadering zoekt een evenwicht tussen leidinggeven en zelfstandigheid stimuleren.

### **Gezinscommunicatieve schema's** 501

Gezinsleden maken bij hun communicatie gebruik van schema's met een zekere oriëntatie op openheid en conformiteit.

### **Werken aan je gezinscommunicatie** 512

Zo de communicatie tussen ouder en kind minder vlot verloopt of oppervlakkig blijft, kan je werken aan onderliggende communicatie schema's.

### **De gezinsgroep in een ander teken** 524

De veranderingen die zich in de samenleving voordoen, zijn ook in het gezin terug te vinden. Ook in je gezin ?

### **Opvoedingsondersteuning als gezinsondersteuning** 531

Opvoedingsondersteuning neemt soms de vorm aan van gezinsondersteuning. Dit is omdat ouders de opvoeding van hun kind wel zouden aankunnen, maar de gezinssituatie het hen niet toelaat.

### **Ontstaan van gezinsschema's** 536

Zoals gezinsleden het gezin kennen, zo reageren ze er emotioneel en gedragsmatig naar.

### **Wijzigen van gezinsschema's** 551

Door kennis over het gezinsfunctioneren te wijzigen, ontstaat de mogelijkheid tot minder spanning en conflict.

### **Een gezin : vele vormen en inhouden**

#### *jongerethema* 559

Elk gezin is net weer anders, zowel in samenstelling als naar inhoud. Wie telt en wat telt ?

### **Diversiteit in het gezin** 566

Steeds meer is er aandacht voor verscheidenheid ook binnen het gezin en hoe deze verscheidenheid in te passen in het geheel.



## INDEX ENCYCLOPEDIË DEEL 3 : Gi - Jn

### **Kwaliteit en goed-gevoel** 12

Als ouder vind je het belangrijk dat je kind kwaliteit en een goed-gevoel in zijn leven zal weten te ervaren. Hoe je kind helpen zich hiervan met meer kans te weten verzekeren ?

### **Grensgevoel jongerenthema** 24

Als jongere krijg je er zeker mee te maken. Met grenzen. Waar leg ik mijn grens ?

### **Grenshanterend en –respecterend handelen jongerenthema** 31

Waar liggen mijn grenzen als jongere ? Hoe maak ik dit anderen duidelijk ?

### **Grenzen verleggen** 42

Verloopt de omgang met je kind minder vlot ? Dan kan grenzen verleggen een hulpmiddel zijn.

### **Wegen of grenzen ?** 52

Is grenzen aangeven en bewaken voldoende ? Moeten geen wegen getoond ?

### **Groepen : uitkijken voor** 60

Groepen zijn heel waardevol. Waar op letten om hun waarde te behouden.

### **Grootte kader en leiding** 75

Bij ervaren problemen wordt vaak het kader verengd en gaat de leiding tanen. Kan een groter kader en meer leiding helpen ?

### **Handelende benadering in de opvoeding** 83

'Opvoeding is niet wat je zegt, maar wat je (voor)doet', wordt wel eens gezegd.

### **Voor een veilige hechting** 86

Hoe het kind toelaten een duurzame emotionele band met je te ontwikkelen die veiligheid, plezier en genoegen biedt en die een basis vormt voor verdere ontwikkeling ?

### **Herbeleven ter herbevestiging** 107

Iets wat niet op een goede manier in je geheugen opgeslagen is, kan mogelijk via een passend herbeleven op een gunstiger wijze herbevestigd.

### **Hersenen en ontwikkeling kind** 114

Het zenuwstelsel is bij de geboorte nog volop in ontwikkeling en ook nadien is er een voortdurende ontwikkeling.

### **Hersenfunctioneren en relationele kwetsuren Early life stress** 135

Uit recent neurobiologisch onderzoek blijkt de negatieve invloed van relationele kwetsuren op de manier waarop kinderen denken, voelen en reageren. Zulke kinderen vertonen symptomen van early life stress. Belang van co-regulatie voor zelfregulatie.

### **Hoe belonen of straffen ?** 146

Van hoe je belooft of straft hangt het effect af op het gedrag van je kind.

### **Hoe anderbetrokken ben je ?** 167

Anderbetrokken zijn gaat over openstaan voor, je inleven in, het gezichtspunt innemen van en inspelen op de ander.

### **Hoe contextueel ben je ?** 177

Wat je zegt of doet staat niet op zich, maar wordt begrepen vanuit een bepaalde context. Wat je zegt of doet, kan ook mee de context bepalen.

### **Hoe meta-communicatief ben je ?** 188

Meta-communicatie gaat over communicatie over communicatie. Doe je dit spontaan in je expressie en je reactie ? Doe je dit bewust samen in een gesprek ?

### **Hoe omgaan met ?** 200

Hoe zien kinderen dat zelf hoe op een prettige manier met elkaar omgaan ?

### **Hoe persoonlijk ben je ?** 204

Als je als ouder invloed wil hebben, kan je heel persoonlijk worden. Je kan dit dan negatief of positief oppakken.

### **Hoe referentieel ben je ?** 212

Gaat over waar je bewust of onbewust de kern van de dingen plaatst in je leven, je expressie en je handelen.

### **Hoeveel afstand ?** 257

Zowel te weinig als te veel afstand kan problemen veroorzaken. Hoe hiermee omgaan ?

### **Hoogsensitief, hoogactief, hoogreactief** 263

In literatuur en onderzoek worden regelmatig kinderen en volwassenen beschreven met een toegenomen of verhoogde sensitiviteit, activatie en reactief zijn.

### **Wat houdt me tegen ?** 269

Soms kan je je zo opwinden dat je op ontploffen staat. Hoe komt dit en hoe voorkom je dit ? Hoe jezelf in de hand houden ?

### **Als je baby huilt** 279

Als ouder wil je iets aan het huilen van je kindje doen. Wat je doet heeft niet steeds het gewenste effect.

### **Hulpeloosheid** 298

Bij hulpeloosheid is er het gevoel dat er geen verschil is iets al of niet te doen. Hoe ontstaat dit gevoel ? Hoe geraak je er overheen ? Welk gevoel leeft er bij de omgeving ?

### **Humeurigheid en invloed** 308

Onbewust of meer bewust kan humeurigheid een rol spelen als communicatie-, invloeds- en drukkingsmiddel.

### **Ouderlijke identiteit** 317

Het kan nuttig zijn je ouderlijke identiteit te achterhalen. Van hieruit kan je tot groei komen en werken naar een rijkere identiteit toe voor jezelf en voor je kind.

### **Identiteit jongeren vandaag** 324

De wereld vandaag verandert in sneltempo. Het plaatst jongeren van nu voor een omvangrijke en complexe opdracht zich hierin te plaatsen en een toekomst voor zichzelf uit te bouwen. Dit alles verloopt met meer intensiteit en vraagt meer inspanning.

### **Impact van ander en jezelf** 336

De impact van anderen en jezelf is afhankelijk van wie of wat belangrijk is, wie of wat nabij is, wie of wat in aantal.

### **/mpressie** 346

In welke mate stel je je als ouder of als kind open voor de werkelijkheid of je ervaren ? Hoe je zonodig meer openstellen ?

### **/n beeld** 354

Beeldvorming vormt de basis voor gedrag. Welke vertekeningen zijn mogelijk ? Wat ligt aan de basis ?

### **/n beweging brengen** 363

Zo je kind of jijzelf als ouder komt vast te zitten, is het niet gemakkelijk terug in beweging te komen. Wat met blijvende stress ? Hoe dit aanpakken ?

### **Gedrags/indicatoren in de opvoeding** 383

Beteknissen, reacties en selecties die bij je als ouder of bij je kind kunnen onderkend, gaan op iets terug in je.

### **Cognitieve (in)flexibiliteit** 409

Hoe ga je in je hoofd om met de werkelijkheid? Wat maakt het moeilijk ? Wat maakt het gemakkelijk ?

### **/nfodynamisch model in de opvoeding** 418

Info speelt een belangrijke rol in de ouder-kind-interactie. Niet enkel bij hoe beide iets opnemen, maar ook voor wat de aanwezige dynamiek tussen beide betreft. Zowel externe als interne info spelen hierin een rol.

### Hoe ervaringen en informatie opslaan en benutten? 438

In het brein komen op basis van onderzoek diverse opslag- en weergavewijzen van ervaringen en informatie naar voor. Hoe deze opslag- en weergavewijzen benutten in dagelijkse leefsituaties en in intentionele leersituaties ?

### Informatieve benadering in de opvoeding 449

Je kind informeren maakt het meer weerbaar.

### Waarde van informatie en desinformatie in de opvoeding 455

Wanneer is er sprake van informatie en desinformatie in de opvoeding en hoe er mee omgaan ?

### Kinderen met informatie verwerkingsproblemen 465

Sommige kinderen hebben een eigen typische manier om met informatie om te gaan. Ze gaat terug op ietwat anders verlopende processen van informatieverwerking.

### Onderliggende inhouden jongerenthema 474

Als jongere heb je er vaak nood aan je eigen handelen beter te begrijpen. Je doet een aantal dingen spontaan, zonder dat je weet wat aan de basis ligt.

## **Schema's en executieve functies Over inhoud en vorm** 482

Bij de opbouw en toepassing van kenschema's spelen executieve functies een betekenisvolle rol. Hoe executieve functies inschakelen ten gunstige van kenschema's en hun ontwikkeling ?

## **/nleven** 491

In botsing komen met je omgeving, gebeurt niet zomaar, er wordt heel wat geactiveerd. Door uit te gaan van hoe deze activering ontstaat, kan het risico op verdere botsingen verminderd.

## **/nsluiten tegenover uitsluiten** 499

Denk je zo ruim dat je van bij de aanvang aan iedereen denkt, of sluit je door je denken sommigen uit. Inclusie tegenover exclusie ?

## **/ntelligentie als ver-stand-ig** 505

Intelligentie verwijst naar de kwaliteit van informatieverwerkingsprocessen die te maken hebben met wat, hoe en wanneer.

## **Serve & return interactie kind en ouder** 517

Heen en weer interactie tussen kind en ouder is essentieel voor de vroege hersenontwikkeling. Het legt, zo gunstig, een stevige basis voor de verdere ken- en emotionele ontwikkeling van kind en jongere.



### **Interactieschema's jongerethema** 526

Vind je van jezelf dat je tof bent ? Hoe doe je dat tof zijn ? Of vind je jezelf cool en hoe ga je in zijn werk ? Ben je een vriend ? Wil je in zijn en erbij horen ? Hoe ?

### **Hoe aan wat in je interactie werken ? jongerethema**

535

Als er aan je communicatie of interactie iets schort, heb je als jongere snel het idee sociaal niet erg vaardig te zijn. Meestal volstaat aan één of enkele stappen van je communicatie of interactie te werken.

### **Ouderlijke intuïtie** 546

Als ouder kan je soms iets aanvoelen en voorvoelen. Op wat is dit gebaseerd en wat is het nut ervan ?

### **Invloedsbesef** 559

Een kind beseft niet steeds welke invloeden anderen en het zelf heeft. Meer bewustzijn bijbrengen biedt het kind meer mogelijkheden.

### **Invloed van wat in je geactiveerd is als ouder** 567

Wat gemakkelijk en doorgaans actief is in je als ouder is van invloed op de aard en wijze van je opvoeden en indirect op het kind en zijn ontwikkeling.

### **Invloed van kindbeelden** 579

Welk beeld je hebt van je kind en zijn toekomst, bepaalt erg je manier waarop je met je kind omgaat.

**Contextinvulling** 585

Waar, wanneer, tegenover wie, waarom en waartoe is iets zo voor je, of ben jijzelf zo, en doe je zo ?

**Ja- of nee-houding** 625

Een ja-houding gaat uit van je kind en wat het nodig heeft voor zijn ontwikkeling. Een nee-houding gaat uit van jezelf en van hoe aan jezelf tegemoet komen.

**Jezelf als toegang tot de ander** 631

Iets wat jezelf niet hebt of niet vertrouwd mee bent, kan je moeilijk delen en doorgeven.

## INDEX DEEL 4 ENCYCLOPEDIA : Jo - Li

### Als jongere in de groep 11

Een groep is erg belangrijk voor een jongere. Hoe laat je jezelf kennen ? Hoe verover je een plaats ?

### Jongeren in drievoud 45

Jongeren leven in meerdere realiteiten. Wil je jongeren begrijpen, dan is het goed hier rekening mee te houden. Dit is zo voor individuele jongeren, dit is ook zo voor jongeren in groep.

### Jongeren vandaag 57

Wie zijn jongeren vandaag ? Wat kenmerkt hen ? Wat is anders en nieuw ?

### Jongvolwassenen in de opvoeding 77

Jongvolwassenen vragen een heel eigen benadering in de opvoeding. Veel verandert, wat niet ? Hoe speel je hierop in bij wat je doet en zegt ? Wanneer vang je hier mee aan ?

### Kaderbenadering in de opvoeding 86

Als ouder bied je je kind geen leegte aan, maar een rijkdom aan inhoud. Zo stimuleer je je kind tot eigen inhouden.

### **Kan het anders ?** 90

Hoe kan je als ouder en jongere vermijden steeds weer op hetzelfde uit te komen wat geen bevrediging biedt ?

### **Kenmerkende verschillen kinderen** 98

Kinderen kunnen in aanleg verschillen van elkaar. Hoe als ouder op deze individuele verschillen inspelen ?

### **Kiezen jongerethema** 109

Kiezen is niet makkelijk. Je kan best je keuze langs alle kanten bekijken.

### **Hoera, ik kan kiezen ! jongerethema** 116

Als jongere kan je het gevoel ontwikkelen te kunnen kiezen. Dit kan door inschakeling van een meta kenniveau.

### **Je kan kiezen** 127

Als ouder zeg je soms : 'Je kan kiezen!' Meestal bedoel je dat er niet meer kan gekozen. Wat als je echt liet kiezen ?

### **Elk kind een ander kind** 139

Elk kind is echt wel anders. Hoe zijn eigenheid tot zijn recht laten komen ?

### **Aandacht voor kindbehoefte** 151

Kinderen aan wiens basisbehoefte niet wordt tegemoet gekomen, vertonen gemakkelijk klachten of problemen. Het kind vraagt op die manier aandacht hiervoor.

### **Kindeigen benadering** 163

Kinderen zijn geen volwassenen. Hier rekening mee houden gebeurt in een kindeigen benadering.

### **Opvoeding en het kind** 168

De perfecte opvoeding bestaat niet. Veel is afhankelijk van het kind en hoe je hier bij kan aansluiten.

### **Kinderactiviteiten met inhoud ?** 174

Soms raak jezelf en je kind in contact met elkaar uitgeput en lijkt niets nog te lukken. Hoe vermijden dat het zover komt en je terug invloed op elkaar verwerft ? Hoe kunnen kinderactiviteiten hierbij helpen ?

### **Mijn kind heeft angst – Kinderangsten** 179

Met angst hebben zowat alle kinderen te maken. Waarmee houdt deze angst verband ? Hoe je kind helpen om met deze angst om te gaan ?

### **Kinderlijke nieuwsgierigheid** 207

Het kind wil heel wat weten en begrijpen. Hoe komt het er achter ?

### **Kinderrechten in ons gezin** 215

Natuurlijk hebben kinderen rechten in ons gezin. Kinderrechten, hoe begin je eraan in een gezin ?

### **Grootouders en kleinkinderen** 233

Grootouders en kleinkinderen kunnen veel voor elkaar betekenen. Welke grootouder wil je zijn ?

### **Interne krachten aanspreken** 248

Ontwikkeling komt niet alleen van buitenaf. Jongeren kunnen ook zelf een aandeel hebben in hun ontwikkeling.

### **Krachten doseren** 270

Zowel ouders als kind beschikken over een aantal krachten. Ontwikkeling vraagt om het doseren ervan.

### **Krachtgerichte benadering** 279

In de opvoeding komt het krachtcentrum vaak niet in het kind te liggen. Hoe voor het kind kansen creëren om aan kracht te winnen uitgaande van eigen kracht?

### **Krachtenspel in het gezin** 287

In een gezin kan je als ouder of kind niet steeds alleen iets bereiken. Vaak heb je de hulp van andere gezinsleden nodig.

### **Kwaliteiten & ontwikkeling jongerenthema** 295

Kinderen moeten niet meer zonodig. Kinderen zijn ook niet zomaar. Vandaag zijn er kwaliteiten om te ontdekken.

### **Kwaliteit(en) in de opvoeding** 304

Als ouder wil je kwaliteitsvol tewerk gaan. Hoe kom je tot kwaliteit ?

### **Voor meer kwaliteit en kwaliteiten in de opvoeding** 314

Welke kwaliteiten vinden we terug in ons gezin ? Hoe kunnen we de kwaliteit ervan bewaken of realiseren ?

### **Kwaliteitsgehalte in de omgang met het kind** 325

Gevoelens en behoeften zijn indicatoren voor de aanwezige opvoedingskwaliteit.

### **Kwaliteitsgarantie voor kind bij scheiding** 332

Ook al zijn volwassenen niet langer partner, ouder blijven ze voor hun kind. Hoe dit ouder-zijn veilig stellen bij het uit elkaar gaan ?

### **Kwetsbaarheid van je kind** 343

Als ouder wil je het vermijden dat iets je kind erg kan bezighouden en het ongelukkig maakt.

### **Over anders toeschrijven en /abelen** 353

Als ouder wil je de realiteit van je kind begrijpen en verklaren. In een latere fase zoek je middelen om met deze realiteit optimaal om te gaan.

### **Lachen en humor in de opvoeding** 364

Lachen en humor zeggen veel over hoe het in je gezin aan toegaat. Lachen en humor helpen veel.

### **Leerbegeleiding** 377

Hoe het leren van je kind meer optimaal weten ondersteunen.

### **Optimaliseren /eergedrag** 404

Vaak zijn de leerprestaties van een kind niet in overeenstemming met zijn kunnen. Dat vind je vaak als ouder en ook als jongere. Welk leergedrag ligt aan de basis van deze mindere prestatie ? Wat kan je aan dit leergedrag doen ?

### **Leer- en informatieverwerkingsstijlen** 419

Er zijn grote verschillen in de manier van informatieverwerking en leren en bijgevolg in opgeslagen informatie. Een realiteitsgerichte, een toepassingsgerichte en een voorstellingsgerichte stijl kunnen worden onderscheiden.

### **Stress en (faal)angst bij kinderen met leerproblemen** 429

Kinderen met leerproblemen zijn gevoelig(er) voor stress en (faal)angst. Hoe vermijden dat dit het probleem wordt ?

### **Aan/eertips** 459

Hoe je kind iets aan te leren bevorderen.



### **Leervormgeving** 466

Schema-leren als intern gebeuren en universeel ontwerp (UDL) als extern gebeuren sluiten naadloos op elkaar aan. Hoe hun complementariteit in de leervormgeving valoriseren ?

### **Schema-gebaseerde instructie en leren** 475

Schema-gebaseerde instructie omvat een algemene methodiek om problemen op te lossen, toepasbaar in verschillende domeinen en situaties. Het maakt hierbij gebruik van het schemabegrip.

### **Effortful control of 'gedrags/eiding'** 481

Een kind ontwikkelt al heel vroeg het vermogen om zijn waarneming en zijn reactie te oriënteren. Het helpt het kind in zijn sociaal-emotionele ontwikkeling.

### **Mentale leiding** 487

Wat als je als ouder of als kind meer leiding wil over wat er in je omgaat ?

### **Aan- en af/eren in de opvoeding** 495

Als je opvoeden opvat als je kind gedrag aanleren en afleren, hoe kan je dit dan optimaliseren.

### **Intergenerationeel leren** 515

Hoe je denkt en hoe je reageert gaat in belangrijke mate terug tot je gezin van oorsprong. Hoe verloopt dit en hoe kan je hier op ingrijpen ?

### **Leren en veranderen : een emotioneel gebeuren** 524

Leren en veranderen is niet iets waarin ik niet betrokken ben. Mijn gevoelens en oordeel scheppen al dan niet kansen om te leren en te veranderen.

### **Leren omgaan met veranderingen** 529

Ook in het leven van een kind doen zich veranderingen voor. Hoe het kind hier mee leren omgaan ?

### **Schema-/leren** 540

Leren is niet alleen een kwestie van kennen, maar ook van kunnen en zijn. Op welke wijze spelen geheugen-schema's hierin een rol ?

### **Schema's en /leren** 555

Zelf ervaren hoe beter te leren door in te spelen op hoe het geheugen werkt.

### **Teken /leren** 561

Bij leren gaat veel aandacht uit naar het leren reageren. Ietwat verwaarloosd is het leren van tekens en betekenissen.

### **Leren van elkaar, groeien door elkaar** 570

Tussen ouder en kind is er geen eenrichtingsverkeer, maar wel een tweerichtingsverkeer dat zowel fase- als personeigen is.

### **Less is more, more is less** 577

Als ouder voelt het gemakkelijk anders aan, maar minder kan soms meer betekenen, meer samen en het soms minder van je vragen.

### **Inhoud en vorm, /leven en samenleven** 587

Hoe verhouden leven als inhoud en samenleven als vorm zich tegenover elkaar ?

### **Levensspoor** 594

De richting en vorm die je kind aan zijn leven geeft zijn deels onbewust en deel bewust.

### **Levensstijl en opvoeding** 599

De levensstijl van je kind ligt vaak aan de basis van problemen. Hoe hier in de opvoeding aandacht aan besteden?

### **Lezen en schemamodel** 611

Hoe komt het dat iedereen iets eigens leest en hoort van wat wordt uitgedrukt ? Hoe misinterpretaties begrijpen en voorkomen ? Hoe leesontwikkeling stimuleren ?

### **Lichaamsschema** 624

Het lichaamsschema waardoor je je lichaam en zijn bewegingen beheerst, kent en weet in te schakelen, ontwikkelt zich voortdurend op basis van opgedane ervaringen.

## INDEX DEEL 5 ENCYCLOPEDIE : Lj - On

### Hoe open /uister je ? 13

Bij luisteren jezelf en wat er in je opgeroepen wordt aan de kant zetten kan meer openheid scheppen.

### Luisterend praten 37

Praten gaat beter wanneer je eerst en voldoende luistert. Soms volstaat het luisteren en terugkaatsen wat je hoorde.

### Elk gedrag kan /ukken of mislukken 44

Niet enkel prestatiegericht gedrag kan lukken of mislukken. Op die manier naar gedrag kijken opent nieuwe mogelijkheden.

### Lachen en *machteloosheid als ouder* 51

Lachen gebeurt vaak uit *machteloosheid*. Lachen als aanvaarden, maar soms ook als verzet.

### Wat versta je onder ? Elk zijn *manier* 62

Soms praat je over hetzelfde, maar heeft wat elk zegt een heel eigen inhoud. Pas als iemand iets gaat doen merk je het verschil.

### Op wiens *manier* ? 67

Wie aanwezig bepaalt vaak op welke manier de dingen verlopen. Kinderen zijn erg gevoelig voor deze invloed.

### **Meer invloed relatie ouder-kind** 85

Als ouder kan de vraag opduiken hoe meer invloed te hebben in de omgang met je kind. Op welke manier kan het wel of niet lukken ?

### **Je kind meekrijgen** 94

Ouders kunnen soms met verzet en weerstand van hun kind te maken krijgen. Hoe je kind toch meekrijgen ?

### **Meevoelen** 99

Op wat is je meevoelen gebaseerd ? Hoe ben je er zelf in betrokken ?

### **Mentale en gedragstaal** 109

Naast de gemeenschappelijke taal ontwikkelt zich in elk van ons een persoonlijke taal : wanneer, waar, bij wie, waarom of waartoe iets zo op te vatten en zo te reageren.

### **Meta-omgangsdanken** 125

Het meta-omgangsdanken geeft aan dat er niets vastligt, maar dat veel afhangt van hoe met wat iets voor iemand is, wordt omgegaan.

### **Ik en mezelf** 131

Gevoelens, gedachten en verlangens komen vaak spontaan op. Hoe en in welke mate ga je er op in ? Hoe en in welke mate plaats je er zelf gevoelens, gedachten en verlangens naast en combineer je beide ?

### **Middelenbenadering in de opvoeding** 138

Deze benadering leert het kind zelf met een aantal situaties om te gaan. Ze verlegt je inbreng van helpen bij moeilijkheden naar helpen bij vaardigheden.

### **Minder stress, meer reactie** 143

Te veel stress leidt tot minder passende reactie van je kind en jezelf. Wat minder stress kan doen.

### **Mindful of aandachtgericht opvoeden** 153

Als nieuwe ontwikkeling in het opvoeden vraagt het milde en open aandacht voor wat zich hier en nu voordoet in jezelf, je kind, je omgang met elkaar en in de realiteit.

### **Modelstaan als opvoeder** 164

Of je het wil of niet, als ouder sta je steeds op één of andere manier model voor je kind. Hoe hier meer bewust mee omgaan ?

### **Moeilijk voor je kind kunnen zorgen** 167

Ook al wil je wel voor je kind zorgen, soms lukt het je moeilijk. Wat maakt dit in je los ? Hoe er toch in slagen ?

### **Moeite hebben met je kind** 177

Soms heb je moeite van je kind te houden. Dit onderkennen en er achter komen wat aan de basis kan liggen, kan het begin zijn van een uitweg vinden en opnieuw en anders te starten.

### **Zelf-monitoring je extra vriend** *jongerenthema* 185

Als volwassene ben je niet steeds in de buurt. Hoe je kind bijbrengen mee zorg voor zichzelf te dragen ?

### **Hoe zichzelf begrenzen ? Over morele ontwikkeling** 193

Als ouder is het vaak een grote bezorgdheid je kind grenzen bij te brengen en het te leren zelf in te staan deze grenzen te respecteren.

### **Schemamodel en motivatie** 204

Behoeften, overtuigingen en doelen liggen aan de basis van je motivatie als ouder of kind. Hoe kan je hierop inspelen vanuit een omvattend model ?

### **Rationeel, emotioneel, conditioneel, motivationeel** 214

Als ouder wil je graag je eigen gedrag en dit van je kind begrijpen.

### **Motorische ontwikkeling** 221

Weten bewegen met zijn lichaam, met armen en benen met handen en voeten, betekent voor het kind een hele ontwikkeling die toegang biedt tot ontwikkeling op andere vlakken.

### **Bewegingsmotoriek en schemamodel** 238

Het ontwikkelen van bewegingen gebeurt volgens trail-and-error waaruit je brein leert, zodat het een beweging steeds beter kan sturen. Hiertoe ontwikkelen zich motorische schema's met veralgemeningen van bewegingen. Zo ontstaat stapsgewijs motorische vaardigheid.

### **Negatieve gevoelens in de opvoeding** 246

Negatieve gevoelens kunnen opdruken in de omgang met je kind. Hoe vermijden dat ze tussen je beide komen te staan? Hoe plaats maken voor andere gevoelens?

### **Negatieve ouder-kindinteractie** 256

De ouder-kindinteractie vlot niet steeds. Wat doet zich voor? Hoe hier tegen in gaan?

### **Negatieve spiraal, machtsstrijd** 264

Als een moeilijkheid niet opgelost raakt, kom je mogelijk in een negatieve spiraal en een machtsstrijd terecht. Hoe dit tegen gaan?

### **Samenspel neurobiologie, gedrag en nieuwe situatie bij het ouder-worden** 275

Ouder-worden betekent heel wat veranderingen. Ze vormen het resultaat van het neurobiologisch, gedragsmatig en situationeel samenspel bij de komst van de baby.



### **Neurodivergente opvoeding** 290

Neurodivergente opvoeding vertrekt vanuit het idee dat het brein van elk kind uniek is en dat de geboden opvoeding hier best op kan afgestemd worden. Het moet problematiseren tegengaan.

### **Neuropedagogie** 295

Wat betekent het in de opvoeding en ontwikkeling van het kind aandacht te besteden aan de onderliggende functionering en ontwikkeling van het brein ?

### **Neurosequentiële ontwikkeling** 302

De hersenen ontwikkelen zich in een bepaalde volgorde. Langdurig uitgesproken stress in de vroege opvoeding kan deze ontwikkeling vertragen en verstoren. Hoe hiermee, zo mogelijk preventief, omgaan, zonder stappen over te slaan ?

### **Dit bedoelde ik niet !** 309

Wat je zegt of doet heeft niet steeds alleen het bedoelde effect. Onbedoelde nevenwerkingen kunnen naar voor komen.

### **Naar een nieuw denk-, gedrags- en zijnskader** 320

Hoever ben je mee geëvolueerd naar een nieuw denk-, gedrags- en omgevingskader ? Dit in opvoeding en onderwijs ?

### **Ontwikkeling normbesef kind** 326

Het normbesef van het kind ontwikkelt in stappen. Vooral waar het kind op let en mee rekening houdt verandert.

### **Opvoeden met nuances** 334

Door omstandigheden gaan nuances soms verloren in de opvoeding, hoe hier aandacht aan besteden ?

### **Oké en niet-oké-zijde in de relatie met je kind** 349

Als ouder kan je kiezen voor een relatie aan de oké-zijde en hoe dit te bewaken, of relationeel terechtkomen aan de niet-oké-zijde waarvan niet zomaar weg te komen.

### **Omgaan met boosheid** 357

Iris (4 jaar) is boos. Haar lievelingsknuffel is maar niet te vinden. Hoe ontstaat boosheid ? Hoe mee omgaan ?

### **Omgaan met cognitietekorten** 375

Sommige kinderen reageren zonder dat de passende cognities aanwezig zijn. Hoe omgaan met cognitietekorten als ouder en kind ?

### **Omgaan met conflicten** 389

Kinderen krijgen gemakkelijk ruzie met elkaar, en nu en dan met je als ouder. Wanneer is dit en hoe reageren als ouder ? Hoe relatie broers en zussen optimaliseren?

### **Omgaan met druk** 400

Hoe omgaan met druk van buiten en druk van binnen zonder eraan ten onder te gaan ?

### **Omgaan met boosheid als ouder** 407

Waarover gaat je eigen boosheid en hoe spring je er mee om ?

### **Omgaan met onmacht en overmacht** 415

Bij onmacht wordt gemakkelijk gegrepen naar overmacht. Zo is overmacht een teken van onmacht.

### **Omgaan met verschillen** 423

Als opvoeder kan je uitgaan van verschillen en zien hoe je elkaar kan vinden en wat je verbindt.

### **Emo omganggids** 431

Wat als je hooggevoelig en hoogreactief bent ? En soms net andersom overkomt ? Deze gids legt uit hoe je me beter kan begrijpen en beter op me kan inspelen.

### **(Meta)omgangsgericht model** 444

Hoe je met iets of iemand omgaat, maakt wat iets of iemand voor je is. Kenschema's bepalen deze omgang. Door bewust met deze kenschema's om te gaan, kan je veranderen wat iets of iemand voor je is.

### **Tips in de omgang met je kind** 452

Meestal bedoel je het wel goed als ouder, maar wil het concreet niet lukken. Wat kan je praktisch doen ?

### **Oefenen met omgangsinhouden** 460

Omgangsvormen gaan terug op omgangsinhouden, ook al ben je je daar niet altijd van bewust. Hoe meer bewust worden van je omgangsinhouden, zodat je tot andere omgangsvormen kan komen ?

### **Schema's in nieuwe omgeving** 464

In een nieuwe omgeving ontstaat er gemakkelijk druk tot verandering. Wat gebeurt er en hoe mee omgaan.

### **(Omgevings)gevoeligheid** 476

Kinderen vertonen verschillen in gevoeligheid tegenover hun omgeving waardoor invloeden, gunstige of ongunstige, minder of meer kunnen doordringen.

### **Onder controle** 485

Ervaring verwerkt opgeslagen in je geheugen vormt de basis. Ze wordt via automatische of gewilde controle gelinkt aan de huidige situatie.

### **Ondersteunen eerder dan begrenzen** 492

Als ouder kom je gemakkelijk bij begrenzen uit. Hoe ondersteunen meer kansen geven ?

### **(Onder)steunende benadering** 506

Kinderen hebben niet altijd behoefte aan meer leiding of dialoog. Soms hebben ze gewoon meer behoefte aan (onder)steuning.

### **Ondersteuning schemaspel kind** 519

Via het spel ontwikkelt het kind schema's als terugkerende basispatronen die het in diverse situaties kan aanwenden. Bewust zijn hiervan als ouder kan zorgen voor een betere spelondersteuning.

### **Warme ondersteuning of vijandige controle** 526

Welke verklaring je zoekt voor het gedrag van je kind bepaalt erg of je tot warme ondersteuning komt of tot vijandige controle.

### **Zelfzorg en ondersteuning** 543

Als ouder kom je in de opvoeding gemakkelijk aan zet. Hoe je kind helpen zelf meer aan zet te komen ?

### **Onhandelbaarheid voorkomen** 552

Een kind is zomaar niet onhandelbaar. Sommige kinderen missen heel wat waardoor ze tot onhandelbaarheid komen. Vaak is er een wederzijds gevoel van machteloosheid.

### **Ontspannen ouders, ontspannen kinderen** 574

Ontspannen zijn als ouder levert heel wat voordeel op voor het kind. Hoe meer ontspannen raken ?

### **Ontwaarden : veel gebruikt, weinig invloed** 590

Soms tracht je invloed en controle uit te oefenen door wat je kind zegt of doet van inhoud en betekenis te ontdoen.

### **Creatief-expressieve ontwikkeling** 597

Hoe verloopt de creatief-expressieve ontwikkeling van een kind ? Wat is haar belang ? Hoe kan je ze ondersteunen ?

### **Inspelen op ontwikkeling jongere in de adolescentie** 603

De adolescentie is een fase met veel ontwikkelingen en veranderingen. Voor de jongere een hele opgave. Een opgave die vraagt om de nodige ondersteuning.

### **Veelzijdige kennisontwikkeling** 616

Vele vragen, vele antwoorden. Dit maakt de werkelijkheid tot informatie klaar om te begrijpen, reageren en situeren.

### **Ontwikkeling schema's** 624

Door het waarnemings-, denk-, gevoelschema of andere schema's van het kind te activeren kunnen er dingen aan toegevoegd worden.

## INDEX DEEL 6 ENCYCLOPEDIË : On - Ov

### Schema-activering en -ontwikkeling 15

Schema's voor gegevensopslag ontwikkelen zich reeds heel vroeg in het kind, nog vooraleer het in staat is te benoemen wat het ervaart.

### Competentie als schema-ontwikkeling 30

Je kan maar competent zijn als er plaats is voor ontwikkeling.

### Ontwikkelingsfase eigen opvoeding in adolescentie 36

Flexibel rekening houden met de leeftijd en ontwikkelingsfase van je adolescent kind voorkomt stress die gemakkelijk leidt tot een niet passende aanpak als ouder.

### Opvoeding als ontwikkelingsniche 43

De ontwikkelingsniche brengt wat zich bevindt en afspeelt op het raakvlak van het kind in ontwikkeling en de cultuur op de voorgrond.

### Ontwikkelingsstimulering 52

De ontwikkeling van het kind vraagt om de nodige prikkels en stimulansen.

### Ontwikkelingsongunstige opvoedingsrelaties 77

Niet alle opvoedingsrelaties zijn ontwikkelingsgunstig. Hoe een ontwikkelingsongunstige relatie vermijden ?

### **Circulaire ontwikkelingsprocessen** 88

De ontwikkeling van een kind is een samenspel van meerdere processen. Ontwikkelingsprocessen op sociaal, psychologisch en biologisch vlak werken op elkaar in.

### **Ontwikkelingstraject en -plan** 98

Elk kind volgt een eigen ontwikkelingstraject. Hoe een kind helpen bij een persoonlijk ontwikkelingsplan ?

### **Ontwikkelingsverloop kind** 108

De ontwikkeling van een kind kan je indelen in fasen waarin telkenmale de basis wordt gelegd voor een volgende stap in de ontwikkeling.

### **Ontwikkeling zoek-, invloeds- en selectiefunctie kind** 113

Een kind is voortdurend op zoek naar dingen, naar hoe impact te hebben, naar wat relevant is voor wat. Hoe ontwikkelen deze functies.

### **Onzekerheid en stress bij jonge ouders** 124

Wat je wil als ouder in de zorg voor je kind komt niet steeds overeen met de werkelijkheid. Dit creëert spanning en onzekerheid. Hoe hier mee omgaan ?

### **Over je onzekerheid heen als ouder** 137

Als ouder kan je het nu en dan niet meer weten. Hoe vermijden dat je onzekerheid het van je overneemt ?



### **Oordelen in de opvoeding** 149

Oordelen in de opvoeding doen we vaak. Te vaak ?

### **Van oorzakelijk over behoudend naar middel(en)-denken** 164

Wat helpt meest ? Kijken naar het verleden, naar het heden of naar de toekomst ?

### **Het hoe van openheid en nabijheid** 173

Hoe als ouder komen tot openheid en nabijheid ?

### **Open keuze** 185

Hoe iets onder ogen zien zodat je verder kan ?

### **Conflictoplossingschema's voor adolescenten** 190

Hoe bijdragen tot de ontwikkeling van een conflictoplossingschema, zodat je meer invloed hebt.

### **Hoe iets opmerken ?** 195

Opmerken dat er met je kind iets is, kan je op verschillende wijzen.

### **Informatie optimaal integreren** 209

De manier waarop je informatie samenvoegt kan een heel verschil maken voor je eruit voortvloeiende reactie. Hoe informatie meer optimaal integreren ?

### **Dimensioneel optimum** 219

Door iemand te situeren op meerdere persoonlijkheidsdimensies kan je zijn persoonlijkheid beschrijven. De uiteinden van deze dimensies wijzen op problemen, het middengebied toont het optimum.

### **Brein-gebaseerd opvoeden** 228

Hoe neurowetenschappelijke bevindingen te kunnen aanwenden in de opvoeding? Hoe als ouder je brein meer optimaal te kunnen inschakelen in je ouder-zijn en de binding met je kind?

### **Opvoeden in acht** 245

Opvoedingstrends volgen elkaar op. Hoe ze onderbrengen in een overzichtelijke structuur?

### **Bewuster opvoeden** 272

Wat houdt bewuster opvoeden in en hoe doe je dat?

### **Competentiemodel ouderschap en opvoeding** 282

In het competentiemodel ouderschap en opvoeding is er aandacht voor de ontwikkeling van competenties die gunstig uitwerken op het ouder- en opvoeder-zijn en meer mogelijkheden bieden.

### Voor een creatieve opvoeding. Over creatief opvoeden

291

Soms heb je als ouder de indruk dat je geboden opvoeding niet goed lukt en je dreigt vast te lopen. Misschien biedt dan een creatief opvoeden nieuwe inspiratie en mogelijkheden.

### Flexibel opvoeden 303

Opvoeden verloopt vandaag meer flexibel dan vroeger. Hoe flexibiliteit op een gunstige wijze weten integreren in je geboden opvoeding ?

### Verbindend opvoeden 316

Verbindend opvoeden legt de nadruk op bewuste omgang en relatievorming die gunstig uitwerken op het opvoeden. Het heeft een lange voorgeschiedenis met heel wat bouwstenen. Komen aan bod : 'connected parenting' (Jennifer Kolari), 'connection parenting' (Pam Leo), 'unconditional parenting' of 'onvoorwaardelijk ouderschap' (Alfie Kohn), 'aware parenting' of 'bewust opvoeden' (Aletha Solter), 'attachment parenting' of 'natuurlijk ouderschap' (William Sears), 'mild ouderschap' (Nina Mouton), 'gentle parenting' of 'zacht ouderschap' (Ockwell-Smith), 'geweldloze opvoeding' (Pat Patfoort), 'geweldloze communicatie' (Marshall Rosenberg), 'geweldloos verzet' (Haim Omer) en 'samenwerkende benadering'.

### **Aangrijpingspunten in de opvoeding** 349

Als ouder ben je vaak op zoek naar aangrijpingspunten om je kind en zijn ontwikkeling positief te beïnvloeden.

### **Opvoeding in het centrum** 368

In je omgang ouder-kind kan je terechtkomen in de binnenzone met nabijheid en gematigdheid, of kan je terechtkomen in de buitenzone met tegenstelling en extremiteit. Wat houdt dit in, hoe komt dit en hoe welke richting uitgaan ?

### **Opvoeding driemaal anders** 378

Bij opvoeden denk je gemakkelijk aan handelen als ouder. Minder denk je aan de realiteit die je aanbiedt. Nog minder denk je dat je denken in de opvoeding belangrijk is.

### **Gegeven en gewilde opvoeding** 387

Als ouder heb je een bepaalde opvoeding op het oog, maar ook je kind verwacht een bepaalde opvoeding. Wat zo beide van elkaar verschillen ?

### **Hele-brein opvoeding** 396

Hele-brein opvoeding vraagt aandacht voor de ontwikkeling van het brein in de opvoeding. Hoe kan ingespeeld op het voortdurend in ontwikkeling zijn van het brein, op haar aanpasbaarheid en haar complex en specifiek zijn ?

### **Complexiteit in opvoeding en ontwikkeling** 406

De huidige samenleving wordt gekenmerkt door een toenemende complexiteit, die ook terug te vinden is in opvoeding en ontwikkeling. Hoe hiermee omgaan voor de toekomst ?

### **Opvoedingshulp** 428

Vlot het opvoeden niet zomaar, dan kan je als ouder op zoek gaan naar hulp. Hulp die bij voorkeur afgestemd is op je.

### **Opvoedingsinsteek** 440

Heel wat verschillen in de ervaren opvoeding als kind zijn terug te voeren tot de onderliggende opvoedingsinsteek.

### **Van hyperopvoeden naar ontspannen opvoeden** 447

Als ouder doe je soms te veel moeite vanuit een te grote bezorgdheid. Eens wat meer ontspannen handelen vanuit een relaxed zijn en een geloof in jezelf en je kind, kan dan helpen.

### **Mentaliseren in de opvoeding** 461

Mentaliseren is bewustworden van gevoelens en gedachten aan de basis van eigen gedrag en het gedrag van anderen en hiermee rekening houden bij eigen reactie. Hoe het kind helpen in de ontwikkeling van deze vaardigheid ?

### **Positief opvoeden, referentieel benaderd** 468

Opvoeden lijkt vanzelfsprekend positief. Toch kan bijzondere aandacht voor het positieve in de opvoeding vanuit een wetenschappelijke hoek een grotere inbreng en een gevoel van kunnen als ouder mogelijk maken. Waar rond draait positiviteit in de opvoeding ?

### **Het referentieel ecologisch model in de opvoeding** 480

Wat bied je als ouder zo al in de opvoeding van je kind ? Hoe zou je wat je biedt nog kunnen versterken ?

### **Opvoedingspraktijk en referentieel model** 492

Het opvoedingsgebeuren ouder-kind kunnen plaatsen in een overzichtelijke structuur kan verhelderend en inspirerend werken.

### **Opvoedingsschema's** 498

Opvoeden doe je niet zomaar. Je maakt hiervoor gebruik van kennis opgeslagen in je geheugen. Welke kennis is dit en hoe kan je ze beïnvloeden ?

### **Bronnen cognitieve opvoedingsschema's** 518

Hoe attitudes, overtuigingen, gedachten en gevoelens rond opvoeding ontstaan, is van betekenis voor de ontwikkeling van het kind.

### **Uitdagerend of activerend opvoeden** 526

Wanneer ouders kiezen voor een uitdagend, activerend en directief ouderschap in een ondersteunende en positieve ouder-kindrelatie stelt het kind zich gemakkelijker open voor risico nemen en uitdagingen aangaan.

### **Veranderen van opvoedingsschema's** 533

Opvoedingsschema's liggen aan de basis van je ouderhandelen. Door je opvoedingsschema's te veranderen kan je ook je ouderhandelen veranderen.

### **Opvoedingsschema en Vraagstelling Ordenend Systeem**

545

Tussen opvoedingsschema's als hoe we opvoeden opnemen op basis van eerdere ervaringen en het Vraagstelling Ordenend Systeem van van Heteren bestaan zekere parallellen. Hoe dit aanwenden om het opvoedingsaanbod beter af te stemmen op de opvoedingsvraag en te komen tot een afstemmend opvoeden.

### **Opvoeding vandaag** 553

Hoe relevant is voor mijn kind wat voor mij relevant is ?

### **Opwekken** 562

Hoe echt opwekken wat jij of je kind tracht op te wekken.

### **Procesgerichte oriëntatiebenadering** 571

Deze benadering laat toe jezelf en wat er gebeurt te situeren en je van daar uit te oriënteren waar je heen kan en wil en op welke wijze.

### **Gunstig en minder gunstig ouderdenken** 581

Hoe je als ouder denkt rond opvoeding kan van grote invloed zijn op je opvoedgedrag en indirect op het kind en zijn ontwikkeling. Dit ouderdenken blijkt erg individueel.

### **Her-ouderen** 589

Hoe inzichten en methoden uit de schematherapie vertalen naar ouders.

### **Oudergevoelens** 600

In de opvoeding is er veel aandacht voor de gevoelens van je kind. Hoeveel aandacht schenk je aan je eigen gevoelens ?

### **Je ouderhandelen plaatsen** 616

Je ouderhandelen weten plaatsen in de ruimte, de diepte en de tijd levert informatie op om je verder te oriënteren. De blik verleggen van je kind naar jezelf.

### **Keerzijde ouder- en kindschema** 627

Als ouder tracht je te beantwoorden aan voorstellingen van jezelf en van je kind. De wijze waarop je dit veelal onbewust aanpakt kan minder optimaal zijn.



### **Ouderlijke vaardigheid alleen ?** 634

Ouders hebben vaak het gevoel over voldoende vaardigheid te beschikken, toch merken ze te falen. Hoe komt dit ?

### **Ouder oriëntatie** 640

Ouder oriëntatie gaat over waar het voor je als ouder onderliggend om draait en wat je handelen begrenst. Naast een evolutie in varianten, kan ook een mix worden onderkend.

### **Als ouder van een kind in behandeling** 655

Als ouder van een kind in behandeling heb je specifieke behoeften aan begeleiding bij hoe het verder moet met je kind en zijn opvoeding. Dit voor, tijdens en na de ambulante medische behandeling of het verblijf in het kinderziekenhuis.

### **Minded ouderschap** 671

Als ouder ben je in de opvoeding soms heel verschillend gefocust in vergelijking met een andere ouder. Welke minded ouderschapsvormen kunnen onderscheiden worden ?

### **Mind-minded ouderschap** 680

Als ouder denken, praten en handelen in functie van wat in je kind omgaat, kan een belangrijke meerwaarde bieden.

### **Plusouder zijn in nieuw gezin na scheiding** 689

Plusouder zijn is niet evident. Het houdt een hele zoektocht in om zijn plaats, zijn weg en de juiste evenwichten te vinden. Dit is ook zo voor het kind in het nieuw gezin. Aan wat aandacht en zorg besteden ?

### **Ouderschema's optimaliseren** 697

Als ouder weet je vaak wel hoe het moet, maar stel je vast dat je er niet toe komt. Wat ligt aan de basis hiervan ?

### **Ouderschema's in het midden** 709

Eens je bewust bent wat je ouder zijn in de weg staat, kan je aan het werk gaan.

### **Realistisch ouder-zijn** 722

Ouder-zijn wordt bijwijken mogelijk ervaren of omschreven als vermoeiend, belastend en inperkend. Hoe dit voorkomen of tegengaan.

### **Ouderverschillen begrijpen en hanteren** 731

Menings- en gedragsverschillen tussen ouders geven gemakkelijk aanleiding tot spanningen en conflicten. Met wat hebben ze te maken en hoe mee omgaan ?

### **Wat aanwenden als ouder ?** 749

Als ouder is niet steeds duidelijk hoe wat je zegt of doet te situeren tussen andere mogelijkheden.

### **Welke ouder voor het kind ?** 760

Niet wat laat ik van mijn eigenheid los, wel wat voeg ik aan mijn eigenheid toe ten behoeve van mijn kind.

### **Ouder-zijn en partner-zijn** 774

Partners zijn niet enkel partner in hun relatie, maar zijn ook partner bij het opvoeden van hun kind. Hoe beide aan bod laten komen en op elkaar afstemmen ?

### **Over activering** 790

Wat wordt geactiveerd bij de emotionele en gedragsproblemen die je kind ervaart ?

### **Als ouder in overdrive** 797

Als ouder kan je meer of minder in overdrive raken. Wanneer hieraan aandacht schenken en op welke manier ?

### **Overgevoeligheid en overreactie** 811

Soms zal je kind meer met iets bezig zijn en sterker reageren. Wat ligt mogelijk lichamelijk aan de basis ?

### **Hoe overparenting voorkomen ?** 817

Welke motivaties liggen mogelijk aan de basis van overparenting of hyperopvoeden ? Hoe dit tegengaan of voorkomen ?

## INDEX DEEL 7 ENCYCLOPEDIË : Ov- Re

### Als het kind het van je overneemt 12

Je wil er zeker niet graag mee te maken krijgen dat het kind het van je overneemt. Wanneer is er risico voor? Wat kan je beschermend doen? Hoe oudergeweld en oudermishandeling voorkomen?

### Eerst jezelf overtuigen en veranderen, dan elkaar 31

Als ouder wil je vaak dat je kind verandert. Zelden denk je eraan wat zelf te kunnen veranderen, zodat je kind gemakkelijker tot verandering kan komen.

### Hoe pak ik iets aan? jongerethema 40

In hoe je iets aanpakt is de kans op lukken of mislukken verscholen. Hoe meer bewust worden van hoe je iets aanpakt? Hoe tot verandering komen?

### Partner- en ouder-kindrelatie 57

De partnerrelatie en de ouder-kindrelatie kennen elk hun eigen ontwikkelingsritme. In welke mate sluiten ze op elkaar aan of doorkruisen ze elkaar?

### Schemapedagogie 65

Welke rol kunnen schema's toebedeeld worden in het kader van opvoeding?

### **Perceptie en meer in de opvoeding** 78

In welke mate heeft je perceptie te maken met de realiteit, in welke mate met je verwachtingen? Hoe individueel is je perceptie?

### **Perceptuele symbolen en schema's** 90

Door kennis dichter bij zijn zintuiglijke oorsprong te brengen kan je een ander spoor bewandelen.

### **Persoonlijke ontwikkeling** 95

Vaak wordt de eigen inbreng in zijn ontwikkeling onderschat. Hoe aan je eigen ontwikkeling kunnen werken?

### **Persoonlijkheidsontwikkeling kind** 104

Iemands persoonlijkheid wordt vaak gekoppeld aan iemands wijze van zijn, minder aandacht gaat naar de onderliggende inhouden waardoor iemand zo doet.

### **Persoonlijkheid, of waar het om draait** 114

Op vijf of zes dimensies kan de persoonlijkheid van je kind weergegeven.

### **Van gedragsgericht naar persoonsgericht** 123

Een gedragsgerichte aanpak gaat uit van je perspectief als volwassene. Zo blijft gemakkelijk meer afstand. Met een persoonsgerichte aanpak ga je uit van het perspectief van het kind. Zo is meer nabijheid mogelijk.

### **Persoonsinvulling** 135

Hoe je elkaar kent, bepaalt voor wat je op elkaar beroep doet, wie je voor elkaar bent en wat je van elkaar verwacht.

### **Persoonswaarneming van je kind** 147

Hoe jij je kind waarneemt, bepaalt niet enkel je reactie maar mogelijk ook die van je kind. Hoe neem je wat van je kind waar ?

### **Ontwikkeling in perspectief** 162

Een kind is voortdurend in ontwikkeling. Deze ontwikkeling vertoont een eigen dynamiek. Hoe het kind helpen en inspelen op deze dynamiek ?

### **Perspectiefname** 168

Als ouder of kind kan je kiezen voor een éénpunts- of meerpuntperspectief. Elk biedt een heel andere gerichtheid op jezelf, personen en objecten uit je omgeving.

### **Sociale perspectiefname** 174

Naast het eigen perspectief dit van iemand anders kunnen innemen vraagt om ontwikkeling.

### **Pesten anders benaderd** 187

In de antwoorden op pesten zijn de vragen die je stelt cruciaal. Pesten is een signaal van wat ? Hoe komen tot een benadering die aansluit bij kinderrechten ?

### **Pesten in het teken van angst** 209

Welke rol speelt angst bij het pesten aan de zijde van gepesten, getuigen en pesters ?

### **Pesten cognitief benaderd** 223

Niet zozeer ingaan tegen pesten, maar focussen op erbij horende gedachten om tot verandering te komen.

### **Pesten communicatief benaderd** 237

Pesten is ook communicatie. Maar hoe kan pesten teruggedrongen via communicatie ?

### **Risico op pesten** 248

Pesten heeft niet altijd te maken met opvoeding of een interactieprobleem. Soms heeft het te maken met het kind zelf dat een stoornis vertoont die het minder sociaal vaardig maken.

### **Pesten ... een kwestie van (de)gradatie** 265

Pesten in zijn diverse vormen en facetten heeft steeds te maken met excessen. Door deze weg te nemen kan de gradatie opgeheven en komt er ruimte voor gradatie.

### **Plan B – over valkuilen en drempels** *jongerenthema* 277

Als jongere is het steeds goed te beschikken over een plan B. Op die manier ontkomt men aan valkuilen en drempels.

### **Het adaptieve *plastische* ouderlijk brein** 286

Het ouderlijk brein ondergaat op basis van ouderlijke ervaringen voortdurend wijzigingen structureel en functioneel om de best mogelijke ouder te worden in de gegeven opvoedingssituatie.

### **Interne en externe *polarisatie*** 291

Soms kan iets je kind of jezelf erg bezighouden. Wat geactiveerd wordt, wordt toenemend bepalend voor je kind of jezelf en de omgeving. Hoe hiermee omgaan ?

### **Positief of negatief ingesteld** 303

Wat heeft het meer toegankelijk zijn van een positief of een negatief kindgerelateerd kenschema tot gevolg ?

### **Polarisering gezin samenleving** 312

Er wordt vandaag gemakkelijk over helikopterouders, curlingouders en grasmaaierouders gesproken. Voor ouders gaat het veeleer om een ontwikkelingsgunstig evenwicht te bieden tussen gezin en samenleving.

### **Positieve reactie bekomen** 322

Geef aan hoe je gewoonlijk tewerk gaat om een positieve reactie te bekomen. Kijk welke andere mogelijkheden er zijn en hoe hoog hun kans is op succes.

### **Positieve voorstelling** 333

Een positieve voorstelling van jezelf en elkaar kan een effect hebben op jezelf, elkaar en je relatie.



### **Praten en luisteren** 341

Hoe iets bepraten, vragen, beluisteren, weigeren, een compliment krijgen, je mening en standpunt bepalen.

### **Mijn kind wil niet praten** 352

Ouders krijgen soms heel moeilijk hoogte van wat er in hun kind omgaat. Hoe meer ze hun best doen hoe minder het lukt. Wat gebeurt er concreet en hoe hierop kunnen inspelen ?

### **Met ouder(s) praten over kind** 369

Een kind opvoeden doe je niet alleen. Kinderen krijgen ook te maken met andere verantwoordelijke(n) voor hun opvoeding. Belangrijk is dan een goede communicatie en samenwerking tussen deze verantwoordelijke(n) en ouder(s).

### **Hoe praten als (ouder)koppel. Over communicatiekanalen** 396

Als ouders is het in de eerste plaats belangrijk als partners met elkaar te kunnen praten. Het hoe ervan zal bepalend zijn voor de kwaliteit. Deze kwaliteit zal mee van invloed zijn op het opvoedgedrag als ouder.

### **Problemen met je kind problemen met jezelf ?** 438

Vaak is er niet alleen een probleem met het kind, maar is er ook een probleem met jezelf. Hoe dit onderkennen en hierop reageren ?

### **Probleemoplossing of oplossing probleem** 454

Kiezen voor de oplossing van een probleem, of voor een oplossing waardoor het probleem niet gemakkelijk opnieuw kan optreden ?

### **Probleemschema** 462

Precies hoogte weten krijgen van een probleem en haar samenstellende elementen kan helpen er meer vat op te krijgen.

### **Beïnvloedingsprocessen en –schema's** 472

Hoe word je door je sociale omgeving beïnvloed ? Wat beïnvloeding voor je is speelt hierin een rol.

### **Schema leerprocessen** 484

De ontmoete werkelijkheid zetten we om in informatie die zo verwerkt kan opgeslagen in kenschema's voor later gebruik.

### **Opvoeding als proces** 493

Opvoeding kan benaderd worden als een geheel van processen ter beïnvloeding.

### **Procesgerichte benadering** 505

Kijken naar onderliggende processen om problemen op te lossen en doelen te bereiken, kan een stevige basis bieden om er op in te spelen en gebruik van te maken.

### **Volwassene als processor** 515

In analogie met de hulpverlening biedt het leren kennen en hanteren van processen in de opvoeding een belangrijk voordeel.

### **Schema's en proceswerk** 523

Wat er niet bijhoort kan in je heel wat spanningen oproepen, wat appeleert om eraan te werken.

### **Profielen in de opvoeding** 529

Profielen kunnen helpen beschrijven waaraan behoefte en hoe hieraan tegemoet te komen.

### **Ontwikkeling prosociaal gedrag** 537

Prosociaal gedrag als gedrag met een gunstig effect voor een ander of de groep vraagt een hele ontwikkeling en begeleiding

### **Psycho-educatie in de opvoeding** 552

Psycho-educatie legt uit wat zich precies afspeelt in de opvoeding. Het laat een betere omgang toe met wat gebeurt.

### **Wat lokt mijn reactie uit ?** 562

Soms wekt het kind iets in je dat erg je reactie bepaalt. Hoe kan je hier iets aan doen ?

### **Je reactie en wat je activeert** 566

Je reactie als ouder is niet zomaar toevallig. Tegelijk activeert je reactie heel wat in je kind.

### **Reactieweging** 572

Je kan in je reactie als ouder erg principieel zijn tegenover het gedrag van je kind. Maar ben je ook humaan en realistisch tegelijk ?

### **Reactiewijzen** 583

Je kan aanvaarden en ingaan op wat je elkaar zegt, je kan ook hiertegen in gaan, of uitgaan van jezelf of de situatie.

### **Waarom reageerde ik zo ?** 594

Je reactie als ouder is soms onverwacht. Ook jijzelf begrijpt ze niet steeds helemaal. Wat ligt er aan de basis ?

### **Hoe reageren als ouder ?** 609

Als ouder kan je reageren met straf of druk. Welke andere reactiemogelijkheden zijn er ?

### **Hoe kinderen reageren** 634

Kinderen reageren niet steeds onmiddellijk, niet steeds zoals je zou wensen of niet in overeenstemming met de situatie.

### **Reageren vanuit emotie ?** 646

Als ouder of kind neig je gemakkelijk te reageren vanuit opgewekte emoties. Hoe met emotie te reageren ?

### **Als ik eens anders deed of reageerde** 656

Wat zou het effect of resultaat kunnen zijn van je anders doen en reageren ? Wat zou het op gang kunnen brengen ?

### **Communicatie- & interactie-realisme** 665

Communicatie- en interactie-realisme gaat om de mate waarin tijdens een gesprek of interactie tussen ouder en kind de realiteit wordt onderkend. Van de realiteit uitgaan en erbij blijven, zorgt voor een stevig fundament en biedt nieuwe kansen.

### **Realiteitbenadering in de opvoeding** 714

In welke mate stel je de realiteit voor het kind present in de opvoeding. Wat als deze realiteit niet erg kindvriendelijk is ?

### **Rechten, kansen & kwaliteit** 720

Het kind heeft niet enkel behoefte aan rechten zo geen reële kansen worden geboden. Ook kansen op zich zijn niet voldoende, ze vragen om welbevinden.

## INDEX DEEL 8 ENCYCLOPEDIA : Re - Sc

### **Jezelf rechten toekennen** *jongerethema 14*

Door niet authentiek te zijn, komt je integriteit vaak in gevaar. Net wat je als jongere op die manier wou vermijden. Door jezelf rechten toe te kennen kom je een heel eind vooruit.

### **Het referentieel model in de opvoeding** 23

In het referentieel model is er aandacht op verschillende vlakken. Het laat zien wat gebeurt als iets in meerdere of mindere mate aanwezig of afwezig is. Het geeft aan wat (p)referentieel te verkiezen.

### **Referentieel model in sociaal-culturele context** 37

Ieder vertoont een eigenheid hoe iets op te vatten, hoe te reageren en wanneer.

### **Referentieel model en sociaal-emotionele ontwikkeling**

49

De sociaal-emotionele ontwikkeling wordt getekend door verzamelde informatie en opgedane ervaringen die in de concrete omgang worden benut.

### **Referentiële begeleiding** 63

Iets waarrond iets komt te draaien krijgt aandacht zodat iets meer gunstig kan verlopen : waar om heen.

### **Referentiecommunicatie** 132

Je gehanteerde ideeën-, waarden- en normatief praat automatisch, gewild of niet, mee bij wat je uitdrukt.

### **Referentie-invloed** 144

Hoe als ouder referentie-persoon zijn voor je kind, zodat het wat je denkt, voelt en wil gemakkelijk overneemt ?

### **Referentiële als begin- en eindpunt** 152

Zowel bij hoe je iets waarneemt als bij hoe je reageert als ouder of kind speelt waaraan je refereert een rol als begin- en eindpunt.

### **Referentiële communicatie als schema** 163

Als ouder wil je vaak een realiteit of een voorstelling van de realiteit zo precies mogelijk overbrengen naar je kind via communicatie. In je communicatie refereer je dan naar die realiteit of voorstelling hiervan, rekening houdend met je kind.

### **Referentie-sterkte** 173

Niet enkel refereer je naar iets, maar doe je dit ook op een bepaalde wijze. Voor beide is er een zekere sterkte aanwezig. Aandacht hiervoor laat een onderkennen toe, als basis voor invloed hierop, zo gewenst.

### **Refereren in de opvoeding** 181

Door de aandacht te verleggen van de grenzen naar het centrum van iets, kan je het kind zelf aanspreken op een manier die optimale resultaten biedt.

### **Regulatieproblemen in de eerste levensjaren** 186

Regulatieproblemen als moeilijk te temperen prikkelbaarheid van het kind, komt meer voor in de eerste levensjaren. Met wat houdt het verband en hoe hieraan verhelpen ?

### **Rekening houden met** 198

Wat je aan de buitenkant aantreft bij je kind, weeg je af tegen je binnenkant. Het kan interessant zijn de buitenkant van je kind af te wegen tegen zijn binnenkant en je omkant.

### **Ouder-kind relatie als basis** 207

Een goede ouder-kind relatie is zowel voor je kind als voor jezelf als ouder erg belangrijk. Hoe een goede ouder-kind relatie bevorderen en een ongunstige voorkomen ?

### **Voor een gunstige ouder-kindrelatie** 220

De omgang ouder-kind aan de oppervlakte gaat voor een belangrijk deel terug op de relatie ouder-kind in de diepte. Hoe tot een gunstige relatie weten komen ?



### **Relatiewijzen** 229

Elke situatie vraagt om een passende relatiewijze. Welke relatiewijze in welke situatie ?

### **Hoe relationeel ben je ?** 254

Je expressie en je omgang bepalen mee je relatie ouder-kind. Je relatie bepaalt mee je expressie en omgang. Welke zijn de relationele bestanddelen ?

### **Relationeel dicht bij wie ?** 261

Ben je de ander nabij, maar ook jezelf ? En hoe dicht sta je bij de context ?

### **Relationele schema's** 271

Alle opgedane ervaringen in diverse relaties worden op een verwerkte wijze opgeslagen voor later gebruik.

### **Even relaxen** 278

Even tijd nemen voor jezelf. En tot rust komen.

### **Jongeren en te veel remmen** 282

Jongeren die moeilijkheden vertonen, zijn niet steeds ontremd. Veelal kampen jongeren met mingevoelens die het hen moeilijk maken.

### **Drie kansen of risico's** 285

De kansen op veiligheid en lukken verhogen en de risico's verminderen is wat je als ouder je kind wil bijbrengen.

### **Risicopreventie in de opvoeding** 294

Door een anders benoemen, toepassen en toeschrijven kan je komen tot een passende benadering in de opvoeding, met minder risico.

### **Ruimtebenadering in de opvoeding** 306

Een kind heeft hanteerbare ruimte nodig om zich te kunnen ontwikkelen. Hoe deze ruimte beschikbaar stellen ?

### **Ruimte versus structuur, vrijheid versus controle** 326

De voorkeur voor ruimte en vrijheid of voor structuur en controle heeft mogelijk een psychologische en neurologische basis.

### **Altijd ruzie. Omgaan met kinderruzies** 335

Het lijkt wel alsof kinderen zowat altijd ruzie hebben. Hoe ruzie begrijpen en best aanpakken ?

### **Samenlevingsevolutie en opvoeding** 345

De verwetenschappelijking en professionalisering in onze samenleving creëren een druk. Matiging en dienstbaarheid dringen zich op.

### **Ethische oriëntaties in de samenleving. Ethiek als krachtige referentiële tool** 371

Samenleving oriëntatie gaat over waar het als samenleving onderliggend om draait en wat handelen richting geeft en begrenst. Deze oriëntaties gaan terug op wat ethisch centraal staat in de samenleving en waarnaar kan worden gerefereerd. Naast een evolutie in varianten, kan ook een mix worden onderkend. Het bewust hanteren van deze ethische oriëntaties in de samenleving kan een krachtige positieve tool vormen in je refereren, weg van vormen van geweld. Het kan een stevige basis vormen waarop je opvoeden te baseren.

### **Ontwikkeling van samenspel** 386

Aan coöperatief spel gaan andere spelwijzen vooraf. Ze vertonen een samenhang met ontwikkeling op sociaal en cognitief vlak.

### **Duurzaam samenspel** 396

Wat hebben rekenkundige bewerkingen en samenwerking met elkaar te maken. Weinig. Of toch ?

### **Samenwerkende benadering** 404

Er wordt vanuit gegaan dat elk voor dezelfde uitdagingen en moeilijkheden wordt gesteld en dat samenwerking als beste optie naar voor komt.

### **Scaffolding, activerende hulp** 411

Coaching gaat over hoe het kind te helpen zichzelf te helpen. Scaffolding gaat over je aandeel in het leergebeuren van het kind.

### **Schaalgrootte in de opvoeding** 428

Steeds meer wordt je kind in een breder perspectief benaderd. Voor je is je kind je kind, anderen denken steeds meer in termen van je kind als wereldburger.

### **Wat schakel ik in ?** 432

Over welke boeg gooi je het in de omgang met je kind ?

### **Activeerbaarheid schema's** 441

Als ouder wil je graag weten wat je kind tot handelen kan bewegen. Zoals hoe het kind iets waarneemt en hoe je dit kan wijzigen zodat het gemakkelijker tot actie zou komen.

### **Agency als cognitief schema** 451

Hoe erg en op welke manier het kind er relationeel toe doet, kan met het begrip 'agency' worden weergegeven.

### **Autisme als cognitief schema** 461

Kinderen met autisme hebben kenmerkende invullingen van hun kenschema's. Wat is eigen aan deze invullingen, wat typeert ze ?

### **Aan schema's beantwoorden** 472

Vaak wil je aan veel beantwoorden in je gedrag. Hier zicht op krijgen, laat je toe keuzes te maken.

### **Behoefteschema's en hun keerzijde** 478

Een ken- en gedragsschema kan gelinkt zijn aan een behoeftecontext. Wordt aan de behoefte niet tegemoetgekomen, dan kan in de plaats een emotieschema geactiveerd of ontstaat er mogelijk een fixatie aan het ken- en gedragsschema.

### **Behoefteschema's in gevaar** 492

Zo ervaringen in een behoeftegebied erg ongunstig zijn voor deze behoeften, dringt verandering zich op.

### **Belichaamd schema** 501

Onze ervaringen zijn ook lichamelijk van aard. In schema's worden ze op verwerkte wijze ook op die manier beschikbaar gesteld voor later gebruik.

### **Bewegingsleren is ook (schema)cognitief** 510

Gemaakte bewegingen leveren informatie op die zo passend verwerkt leidt tot optimalisering van deze bewegingen.

### **Cognitieve schema's en opvoeding** 516

De ontwikkeling van het kind gaat samen met de ontwikkeling van cognitieve of kenschema's. In de opvoeding kan het kind geholpen met de opbouw en invulling van cognitieve schema's.

### **Contact maken met (je) schema's** 544

Iemand's gedrag weten zien als gestuurd door zijn gedachten, gevoelens, verlangens en bedoelingen, actueel en opgeslagen, levert een belangrijk voordeel op.

### **Gunstige schema-activering** 556

Je mentaal op iets weten instellen door gunstige voorstellingen te activeren geeft je een belangrijk voordeel.

### **Individuele en relationele schema's** 563

Schema's als ontwikkelde voorstellingen onder meer van jezelf, de ander en je onderlinge relatie, kunnen individueel of meer relationeel bepaald zijn. Wat houden ze in en hoe kunnen ze een voordeel vormen ?

### **Invloedsschema en -processen** 573

Tussen jezelf als ouder en je kind spelen zich invloedsschema's af. Wat invloed voor elk is, speelt hierin een rol.

### **Meerdimensionele schema-activatie** 579

Vat je iets cognitief, emotioneel of behoeftematig op ?  
Of een combinatie hiervan ? Je reactie zal hierdoor erg bepaald worden.

### **Metacognitief schema model** 585

Je denken over bepaalde opkomende gedachten en je omgaan met deze gedachten in bepaalde situaties, kan maken vast te zitten of los te komen van deze gedachten in die situaties. Het kan zo je reactie meebepalen.

### **Meta-schema** 597

Een meta-schema zorgt er voor dat schema-activatie op een passende wijze verloopt, zodat gedrag leidt tot het gewenste resultaat.

### **Neurologische basis cognitieve schema's** 604

Wat op cognitief vlak samengaat vindt zijn equivalent met wat op neurologisch vlak samengaat en omgekeerd.  
Wat brengt dit voor je bij ?

### **Ongunstige cognitieve-affectieve schema's** 642

Soms tracht je op een ongunstige manier negativiteit af te weren om positiviteit te vrijwaren.

### **Ongunstige schema-activering** 649

De waarnemingschema's die in contact met de omgeving worden geactiveerd, bepalen in sterke mate je reactie. Hoe neem je jezelf, je kind en zijn gedrag waar ?

### Ongunstige schema-activering en -ontwikkeling bij je kind 656

De voorstelling die je kind activeert over je verwachting, over zichzelf hierbij, over je, je relatie, de context en het omvattend denkkader zijn erg bepalend voor zijn reactie.

### Ontwikkeling gunstige of ongunstige schema's 666

Je interactie kan heel bepalend zijn voor de geheugen-schema's die je ontwikkelt. Geheugenschema's die op hun beurt erg bepalend zijn voor de voorstellingen die je hanteert in je interactie,

### Gunstige en ongunstige schema's Schemamodel versus schematherapie en -pedagogie 675

In de dagelijkse omgang kan je te maken krijgen met de activering van gunstige of ongunstige schema's als modellen van de realiteit voor je. Deze geactiveerde schema's kunnen erg bepalend en sturend zijn voor je reactie en omgang, met een gunstig of ongunstig resultaat tot gevolg.

### Ontwikkeling positieve schema's 685

Sedert kort is er vanuit de schematherapie interesse voor positieve schema's over zichzelf en de relatie tot anderen en hoe deze schema's tot ontwikkeling komen.



### **Positieve ouderschapsschema's** 692

Via positieve ouderschapsschema's kan tegemoet gekomen aan de emotionele basisbehoeften van het kind. Het kind kan hierdoor meer positieve schema's ontwikkelen over zichzelf en zijn relatie tot anderen met een positiever (zelf)gevoel tot gevolg.

### **Ontwikkelingszone schema's** 698

Veranderen gaat niet vanzelf. Wat maakt het gemakkelijker en wat moeilijker?

### **Opslagwijzen schema's** 708

Eerdere ervaringen kunnen voor later gebruik in geheuenschema's worden opgeslagen als tot eenheid gebracht prototype, als gegroepeerd op basis van kenmerken, of als verzameling exemplaren.

### **Problematische schema-activering** 718

De activering van een schema voor waarneming en gedragsreactie kan problemen met zich meebrengen. Welke problemen en hoe deze te voorkomen ?

## INDEX DEEL 9 ENCYCLOPEDIË : Sc - Sd

### Zelfversterking schema's 16

Je context versterkt wat je denkt, wat je denkt versterkt wat je doet, wat je doet versterkt wat je context is. Hoe gaat dit in zijn werk en hoe hierop inspelen ?

### Schema's : ballast of draagvlak 24

Wat je hier en nu in jezelf activeert aan kennis, gevoelens en behoeften, kan een ballast voor je zijn, het kan ook een draagvlak vormen voor nu en later.

### Schema-beïnvloeding 36

Aan wat moet voldaan zijn, wil jij of je kind beïnvloedbaar zijn ?

### Schema-benadering in de ouder-kindrelatie Hoe omgaan met conflicten ? 45

Hoe vermijden dat disfunctionele omgang met conflicten de nabije relatie ouder kind in de weg staat? Hoe aandacht voor onderliggende behoeften hierbij kan helpen.

### Schema's bij elkaar activeren 58

Door wat je zegt en doet activeer je gemakkelijk iets bij elkaar zonder dat je daar steeds ten volle van bewust bent.

### **Schema-communicatie** 69

In je omgang communiceer en wissel je voortdurend schema's uit over jezelf, elkaar en alles wat in je omgang aan bod komt.

### **Componenten van schema's** 80

Wat brengt iemand in zijn kenschema's onder en wat is het nut hiervan ?

### **Schema's en conditionering** 89

Wijziging in de context om een reactie te vertonen kan het doel zijn van een leerproces. Telkens wordt iets toegevoegd aan het reeds aanwezig geheugenschema.

### **Schema's en continuüm** 96

De wijze waarop kenschema's ingedeeld worden is van betekenis voor hun gebruik.

### **Schema diepgang** 110

Ervaringen kunnen met verschillende diepgang in schema's opgeslagen worden. Dit kan zo bedoeld zijn, of zo verlopen, of het feitelijk resultaat zijn.

### **Schema's door elkaar** 121

Niet enkel kunnen cognitieve, emotionele en behoefte-schema's onderscheiden worden. Cognitieve schema's kunnen op zich nog onderscheiden worden in ken-, voorstellings- en denkschema's.

### **Schema-dosering** 142

Ervaringen opgeslagen in kenschema's kunnen aangeven wat iets meest is, wat iets minst is en wat iets niet is. Wat iets is ligt opgesloten in het centrum tussen extremen wat het weinig of niet is.

### **Schema emotie** 151

Een emotie is steeds verbonden aan een bepaalde situatie, een bepaalde interpretatie en een bepaalde reactie. Hoe zijn ze terug te vinden in een emotioneel schema ?

### **Emotioneel schema model** 164

Je denken over bepaalde opkomende emoties en je omgaan met deze emoties in bepaalde situaties, kunnen maken vast te zitten of los te komen van deze emoties in die situaties.

### **Schema-erkenning** 171

Praten en omgang ouder en kind kunnen veel gunstiger verlopen zo je elkaars gegroeide betekenisgeving op basis van ieders eigen ervaring erkent.

### **Schema-exploratie bij het jonge kind** 176

Het spel van een kind wordt niet vooral bepaald door het materiaal of door wat de omgeving aangeeft, maar door de exploratie van inhouden, reactiewijzen en contexten waarmee het kind bezig is.

### **Schema's en framing** 187

Met de woorden en beelden die je gebruikt, kan je bij de ander een voor je gunstige voorstelling van de realiteit oproepen die je interactie domineert en aflijnt, en waarvan invloed uitgaat.

### **Emoties bij schema-incongruentie** 197

Een gebeuren dat je beoordeelt vanuit ontwikkelde kenschema's, roept emoties op. Het kan leiden tot een inpassen in of herstructureren van je kenschema's. Voorbeelden van opgewekte emoties die leiden tot accommodatie zijn ontzag en afschuw.

### **Schema's : gemeenschappelijk of individueel** 206

Geheugenschema's kunnen een zekere mix vertonen van gemeenschappelijke en individuele ervaringen en informatie.

### **Schema getrouw** 221

Het kind maakt in zijn ontwikkeling een periode door waarin het uiterst trouw is in denken en doen aan zijn ontwikkelde kenschema's.

### **Schema geven aan** 228

Als je iets overkomt als kind of ouder is het moeilijk dit te plaatsen, te begrijpen en er mee om te gaan. Hoe kunnen schema's hierbij helpen ?

### **Schema's en gevoeligheid Gewekte gevoeligheid** 238

Eens een ken-, gevoels- of behoefteschema gewekt, komt veel in functie hiervan te staan. Zo is er een toegenomen gevoeligheid voor alles wat met dit schema te maken heeft.

### **Schemagevoeligheid** 245

In je interactie als ouder en kind spelen gevoelens een grotere rol dan veelal wordt gedacht. Ze maken dat je gemakkelijk op eenzelfde wijze met elkaar blijft omgaan.

### **Schemaherkenning in de opvoeding** 253

Soms houdt iets je als ouder of als kind bezig dat je in de weg staat, of niet kan overbrengen, of niet kan plaatsen.

### **Enkele losse schema-ideeën** 261

Kenschema's spelen vaak een grote rol in iemands denken en doen in ontwikkeling. Hoe hier in de opvoeding gunstig op inspelen ?

### **Schema's : individuele en collectieve processen** 274

Schema's als kennisneerslag van individuele en gemeenschappelijke ervaringen vormen de basis van individuele en collectieve processen. Wat is hun relevantie voor de opvoeding ?

### **Schema-inhoud en -vorm** 280

Niet enkel de inhoud van cognities maar ook de wijze waarop ze zich voordoen, bepalen iemands gedrag.

### **(Be)klemmende (schema)inhouden** 290

Stemt de werkelijkheid niet overeen met je voorstelling ervan, dan ontstaan in je spanningen.

### **(Voedsel)schema's inschakelen (om tot verandering te komen)** 302

Door weerstand of aversie tegenover nieuw voedsel te benaderen vanuit het schemabegrip ontstaan heel nieuwe mogelijkheden tot verandering.

### **Schema-instandhouding** 313

Kennis waarover je reeds beschikt vertoont mogelijk een zekere weerstand tegen verandering.

### **Schema-interpretatie** 328

In interactie ga je al heel snel aan interpretatie doen. Hoe komt dit en waarom? Hoe vergissingen vermijden?

### **Reële en schema-interrelaties** 342

Realiteiten en kennis ervan vind je terug op verschillende wijzen en in verschillende grootten. Tussen deze verschillende realiteiten en kennis ervan bestaan relaties.

### **Schema-invloeden** 353

Eerder opgeslagen ervaringen werken door op je huidig ervaren op diverse wijze.

### **Ontwikkeling schema-kwaliteiten** 365

In de opvoeding zijn vaak verschillen in ontwikkeling van schema-kwaliteit aanwezig. Aandacht hieraan besteden kan meer begrip toelaten en een stimulans inhouden voor verdere ontwikkeling.

### **Schema's als maatstaf** 372

Kenschema's geven voor ouder en kind de maat der dingen aan. Wat houdt dit in en hoe gunstig weten hantieren ?

### **Schema's als mediator** 383

Minder gunstige schema's kunnen het gevolg zijn van eerdere ongunstige ervaringen, tegelijk kunnen ze aan de basis liggen van problemen die later worden ontmoet.

### **Schema's als netwerken** 392

De werkelijkheid om je heen is vaak complex en moeilijk grijpbaar. Op allerlei mogelijke manieren tracht je orde en grip te verkrijgen.

### **Schema-object(ief)** 412

Wat je als ouder of kind waarneemt en hoe je reageert gaat terug op de werkelijkheid, maar niet alleen.



### **Omgaan met je schema's** 421

Stel je je geheugenschema's open voor verandering, groei en eigen keuzes? Of ben je eerder geneigd ze af te sluiten, te behouden wat is en geen eigen keuzes te maken? Wat is je schema mindset?

### **Schema-omgang en –denken** 437

Niet alleen wat je activeert maar wat je als omgang en denken er rond mee activeert bepaalt je reactie.

### **Schema's en onbewuste** 450

Niet steeds is de inhoud van opgeslagen schema's bewust. Soms herkennen we haar niet, soms is ze niet toegankelijk.

### **Cognitieve schema's (onder)kennen** 460

De inhoud van cognitieve schema's is niet zomaar te verwoorden. Hoe deze inhoud leren kennen?

### **Schema-ondersteuning** 474

Wanneer buiten je niet overeenstemt met wat binnen in je ligt opgeslagen dan ontstaat spanning. Je wil dan gemakkelijk wat in je opgeslagen ligt ondersteunen. Niet steeds werkt dit positief uit.

### **Schema-ontmoeting** 481

In je samen praten en samen doen ontmoeten je opgeslagen ervaringschema's elkaar.

### **Mediatie schema-ontwikkeling** 490

Als mediator zorg je bij je kind voor een meer kwaliteitsvolle ervaring. Zo komt het naar inhoud en vorm tot een meer kwaliteitsvolle ontwikkeling van zijn geheugen-schema's als opslag van zijn ervaringen voor verder gebruik.

### **Schema oorsprong problemen** 498

Niet steeds is onmiddellijk duidelijk wat aan de basis ligt van ervaren spanningen en problemen.

### **Van realiteit tot reactie. Over schema-opbouw** 504

Kennis vormt een tussenschakel tussen de ontmoete realiteit en een mogelijke reactie. Hoe verloopt die opbouw van kennis die leidt tot een bepaalde reactie ?

### **Schema's optimaliseren** 514

Kenschema's spelen een belangrijke rol in het herkennen, interpreteren en reageren op personen en situaties. Hoe gebruik maken van intelligentie, creativiteit en wijsheid om ze te optimaliseren ?

### **Schema-ordening** 524

Meerdere schema's om waar te nemen en te reageren zijn tegelijk actief. Soms dringt een zekere ordening zich op.

### **Schemapositie en -oriëntatie** 534

Inhouden kunnen meer concreet of meer algemeen in geheugenschema's opgeslagen worden. Welke neiging kan worden onderkend ?

### **Schema-potentieel** 543

Wat heeft het kind reeds verworven en over welk ontwikkelingspotentieel beschikt het nog ?

### **Schema's als realiteit** 548

Schema's kunnen van grote invloed zijn, niet enkel op hoe de realiteit overkomt, maar ook op hoe de realiteit is.

### **Schema's en realiteit** 554

Als ouder ben je vaak op zoek naar waar je opvoeden op te baseren ?

### **Schema-relaties** 558

Tussen schema's bestaan vaak relaties. Relaties van waaruit invloed ontstaat op elkaar welke gunstig of ongunstig kan zijn. Invloed die de vorm kan aannemen van motor zijn, of zelfs voorwaarde zijn voor elkaar.

### **Schema-relevantie** 563

Wat voor iemand van toepassing is, kan inhouden bevatten die meer centraal staan, die dynamisch op elkaar inwerken en meer algemeen of specifiek zijn. Hiermee rekening houden bij wat opvoeding voor iemand inhoudt, kan leiden tot meer begrip en een beter op elkaar inspelen.

### **Schema-resonantie** 568

Mogelijk kom je in wat je denkt, zegt en doet tegemoet aan elkaar op het vlak van behoeften waarvoor gevoelig.

### **Schema-selectie en -keuze** 577

Welke geheugenschema's activeer je en welke wens je te activeren ?

### **Spanningen onderling herleiden tot schema-spanningen**

592

In interactie ouder en kind kunnen gemakkelijk onderling spanningen ontstaan. Hoe kunnen spanningen rond bij elk aanwezige kenschema's mogelijk aan de basis hiervan liggen ?

### **Schema's : statische en dynamische invullingen** 599

Kenschema's als hoe we iets opnemen op basis van eerdere ervaringen bevatten statische en dynamische elementen. Het statische komt aan bod bij overeenstemming en samenhang. Het dynamische bij verschil en afstand. Het statische wil behouden, het dynamische veranderen.

### **Sterke schema's, zwakke schema's** 607

Als ouder of kind kan je soms beschikken over sterke geheugenschema's die je optimaal doen functioneren en die je gemakkelijk kan ontwikkelen, soms evenwel moet je je weten te redden met eerder zwakke schema's.

### **Schema-tegemoetkoming** 615

We praten en doen vaak iets tot iets is of verloopt overeenkomstig onze opgeslagen kenschema's. Dit kan in een relationele context gemakkelijk tot spanningen leiden. Hoe dit tegengaan ?

### **Schema's transactioneel** 622

Schema's ontwikkelen zich in transactie tussen jezelf als kind of ouder en je sociaal-culturele omgeving.

### **Schema's voor elkaar** 628

Gemakkelijk leggen we iets op aan elkaar. Hoe vermijden dat dit aanleiding geeft tot problemen ?

### **Schema-voorkeur** 636

In de omgang met elkaar leggen we gemakkelijk iets op aan elkaar, maar ook iets aan onszelf. Wat houdt dit in en wat zijn de implicaties hiervan ?

### **Ontwikkeling als schemavoortbouw** 645

Cognitieve schema's zijn voortdurend in ontwikkeling. Hoe verloopt dit ?

### **Schema's als waarom of waartoe** 684

Schema's geven weer wat iets voor iemand geldt, hoe hij er mee omgaat en in welke dynamische context. Schema's kunnen ook weergeven wat iets voor iemand wil zijn, hoe hij er mee om wil gaan en welke dynamische context hij verkiest.

### **Wervende schema's** 693

Wervende schema's kunnen een rol spelen in de opvoeding. Het zijn denk- en gedrag patronen die eens geactiveerd het doen en laten van het kind in ontwikkeling in goede banen leiden.

### **Schema-wissel & -labiliteit** 708

Soms is een schema meer blijvend, soms meer veranderlijk. Soms is een schema meer wenselijk, soms is een ander schema meer verkieslijk.

**Contextschema** 716

In contact met de omgeving activeert het kind een schema in zich van hoe de omgeving is.

## INDEX DEEL 10 ENCYCLOPEDIA : Sd - To

### **Seksespecifieke of genderneutrale opvoeding ?** 12

Een onderscheid maken tussen een jongen en een meisje in de opvoeding ? Termen als non-binair en bi-seksueel treden steeds meer op de voorgrond in de zoektocht naar zichzelf.

### **Seksuele opvoeding bij het jonge kind** 24

Facetten van seksuele opvoeding bij het jonge kind.

### **Signaaltaal opvoeder-kind** 43

Signaaltaal is de taal waarop je reageert. Hoe je kind tot een taal brengen die je verkiest ?

### **Welke signalen geef ik ?** 51

Als ouder kan je de vraag stellen welke signalen geef ik dat mijn kind zo reageert. Tegelijk kan je je de vraag stellen welke signalen te geven opdat je kind tot een andere reactie zou komen ?

### **Slaapproblemen bij kinderen** 61

Niet alle kinderen slapen even gemakkelijk. Wat speelt zich af ? Wat kan helpen ?

### **Sociaal-emotionele ontwikkeling** 83

Zichzelf en de omgeving leren kennen en er op weten inspelen vraagt een hele ontwikkeling.



### **Sociaal inspelen** 85

De sociale leefwereld van het kind wordt steeds ruimer. Hoe het kind helpen bij het sociaal ingroeien ?

### **Sociaal refereren** 97

Het kind gebruikt de gevoelens van volwassenen om in een niet vertrouwde of onduidelijke situatie uit te zoeken hoe emotioneel te reageren.

### **Overheen sociale angst** 103

Sommige kinderen blijken meer gevoelig voor het ontwikkelen van angst in sociale situaties. Wat speelt zich af bij het kind ? Hoe het kind en zijn angst tegemoet komen ?

### **Sociale competentie ontwikkeling – Denkschema overheen kenschema** 120

Het denkschema sociale competentie kan het kenschema sociale vaardigheid aanvullen, bijsturen en helpen aanwenden en omzetten in de praktijk.

### **Keuze en gebruik van online applicaties en sociale media** 127

Als ouder ben je vaak begaan met het gebruik van online applicaties en sociale media door je kind. Hoe je kind optimale digitale keuzes aanbieden uitgaand van wat kinderen zelf aangeven ?

### **Ouder-zijn en sociale neurowetenschappen** 140

Als ouder kan je je ouder-zijn en ouder-kind interactie optimaliseren door een betere afstemming met elkaar van je brein- en sociaal functioneren.

### **Voor een gunstige sociale omgang** 148

Te vaak weten jongeren niet te komen tot een bevredigend contact. Ze schatten de situatie verkeerd in, of lopen zichzelf voorbij. Wat gaat precies in hen om? Wat kan bijgestuurd en toegevoegd?

### **Sociale waarden in de opvoeding** 165

Is ouderlijke competentie vooral te herleiden tot gebruikte vormelijke opvoedingsstijlen, of zijn bepaalde inhoudelijke waarden in de opvoeding eveneens van belang?

### **Sociale waarneming door het kind** 171

Wat neemt een kind op sociaal vlak waar? Voor welke signalen stelt het zich open?

### **Soepele communicatie** 180

Hoe je iets opvat en hoe je reageert in welke situatie voor je, laat veelal weinig ruimte en vrijheid. Hoe op een meer soepele en losse wijze met iets omgaan?

### **Spelmateriaal** 187

Voor een kind is alles nieuw en te verkennen. Hoe kan spel bijdragen om de omwereld en zichzelf te leren kennen ? Wat met het digitale spel en de online wereld ?

### **Spelontwikkeling & -begeleiding in beeld** 200

Hoe kunnen spel en spelbegeleiding eruit zien ?

### **Over speltaal** 207

Niet steeds komt in gesprek of interactie de werkelijkheid aan bod, soms wordt ze vervangen door een voorstelling.

### **In de spiegel kijken** *jongerethema* 219

In de manier waarop je naar je omgeving kijkt, ontmoet je veel van jezelf. Je ontmoet jezelf in wat en hoe de dingen voor je zijn.

### **Ander spoor** 224

Verandering kan verandering op gang brengen. Welke mogelijkheden zijn er ?

### **Je kind aanspreken** 241

Hoe je kind benaderen dat je zijn medewerking krijgt ?  
Wat wel, wat niet ?

### **Hoe leer lukken in gesprek ? Hoe er meer uithalen ?** 255

Opdat een gesprek meer succesvol zou zijn, kan je je trachten bewust te worden van de aanwezige relationele en informatieve motieven bij elk, bij elkaar en samen.

### **Over stappen** 267

Hoe met iets actief gunstig iets ongunstig verhelpen ?

### **Gemakkelijk centraal stellen** 277

Wat stelt iemand in zijn waarneming, omgang en keuzes gemakkelijk centraal ? Wat is de oorsprong en het effect ervan ?

### **Sterke kinderen, sterke ouders** 285

Eigen kracht van het kind tot ontwikkeling laten komen, hoeft voor jezelf als ouder helemaal geen bedreiging te zijn. Integendeel is het mogelijk beiden in eigen kracht te groeien met de hulp en steun van elkaar.

### **Hoe sterk worden ? jongerenthema** 292

Alle kinderen willen graag sterk worden. Hoe hen dit gevoel laten ervaren ?

### **Leer stewarding : bewaken van een gezond leren** 297

Wat en hoe iets wordt geleerd is wellicht minder belangrijk dan hoe gezond het kind iets leert.

### **Stress & burn-out** 304

Stress kan heel remmend en hinderlijk zijn voor het kind. Hoe het kind helpen meer ontspannen te zijn. Hoe zijn welbevinden verhogen ?

### **Stress centraal** 313

Stress eist je kind op, waardoor iets anders minder aan bod komt tijdens zijn ontwikkeling.

### **Opvoedingsstress schematisch** 354

Opvoedingsstress ontstaat naarmate je als ouder door omstandigheden, je kind en jezelf ervaart niet te kunnen beantwoorden aan je ouderrol. Je doet dan extra inspanningen alsnog te lukken.

### **Opvoedingsstress kind** 366

Opvoedingsstress wordt veelal gesitueerd bij de ouder. Maar ook het kind kan stress ondervinden bij de ervaren opvoeding. Vooral het optreden van blijvende stress bij het kind en hoe het erop reageert vragen aandacht. Zeker wanneer er sprake is van 'early life stress' in de vroege kindertijd.

### **Subsidiariteit in de opvoeding** 382

Subsidiariteit is een algemeen gebruikt beginsel dat voorrang geeft aan het kleinste doel of middel. Ook in de opvoeding kan dit beginsel nuttig zijn.

### **Systeem als schema, schema als systeem** 392

Hoe een systeem - zoals het gezin - in de realiteit is, vertaalt het zich in de aanwezige voorstelling en omgekeerd.

### **Contexttaal** 402

Soms maakt de context waarin je je bevindt veel voor je duidelijk.

### **Tekentaal** 418

Gevoelig zijn voor de tekens die iemand uitzendt kan een belangrijk voordeel opleveren.

### **Taaldruk** 438

Iets of iemand benoemen activeert een hele ervaringswereld waarin we geneigd zijn tot groepering.

### **Taalontwikkeling kind** 445

Het tot ontwikkeling komen van de taal opent voor het kind stapsgewijs een heel nieuwe wereld. Hoe verloopt deze ontwikkeling ?

### **Referentiële of expressieve taal Stijl taalontwikkeling** 471

Kinderen kunnen een referentiële of expressieve stijl gebruiken bij hun taalontwikkeling. Mogelijk gaat dit terug op verschillen in leeroriëntatie en onderliggende leereigenschappen.

### **Taal, schema's en realiteit** 480

Wat je verwoordt geeft weer wat in je geheugen opgeslagen ligt over iets. Wat in je geheugen opgeslagen ligt over iets bevat de verwerkte ervaring in contact met de realiteit.

### **Schema's, competenties en talenten** 489

Talenten als wat aan de basis ligt van ontwikkeling, en competenties als wat tot ontwikkeling kwam, kunnen in het breder ontwikkelingsgericht kader van het schema worden voorgesteld. Het laat meer de dynamiek tussen gedrag en ontwikkeling zien.

### **Talenwijzer : hoe praten met elkaar** 497

Je kan praten met wat je laat horen, met wat je laat zien, en met wat je laat voelen. Wat verkies je ?

### **Te fel !** 511

Iets kan te veel worden. Uit zelfbescherming tracht je het weer binnen de perken te krijgen. De manier waarop je dit doet kan gevolgen hebben voor jezelf of je omgeving.

### **Voor of tegen elkaar ?** 524

Als ouder kan je vaststellen dat je in je relatie met je kind tegenover elkaar komt te staan. Hoe komt dit en wat kan je er aan doen ?

**Met mezelf of tegenover mezelf** 592

Zal je in een gespannen situatie jezelf steunen of tegenover jezelf komen staan ?

**Televisie – kinderspel ?** 539

Wat kan televisie betekenen voor de ontwikkeling van het kind ? Hoe kansen vermeerderen en risico's verminderen ?

**Opvoeding, temperament en ontwikkeling** 558

Heeft opvoeding steeds eenzelfde effect op de ontwikkeling van een kind ? Welke rol speelt het temperament van het kind ?

**Temperament en schema's** 569

Temperament bepaalt mee de snelheid, de mate, de richting en de duur van (schema)activering.

**Terug draaien** 577

Iets kan zoveel bij je of je kind teweegbrengen, dat het aangewezen is de intensiteit ervan in tijd, kracht en diepte te verminderen.

**Te ver en te kort ?** 587

Bij moeilijk gedrag wordt vooral gekeken naar het te ver gaan en het tekortschieten. Weinig oog is er voor het te ver gaan en het tekortschieten dat aan basis ligt.



**Je tijd nemen** 599

Hoe kan tijd helpen voor je als ouder en voor je kind ?

**Tijd voor kind-zijn** 611

Wat betekent kind-zijn ? Wat vraagt het kind, aan wat heeft het behoefte ?

**Time-in of time-out als schema ?** 622

Hoe reageer je als ouder als schijnbaar niets meer werkt?  
Kies je voor afstand of nabijheid ?

**Toegankelijkheid informatie en kennis** *reflectiethema*  
632

Nog steeds zijn informatie en kennis niet volledig toegankelijk. Hoe hiertoe kunnen bijdragen ?

**Schematoetsing en –ontwikkeling adolescent** 640

Als je kind de adolescentie nadert neigt het wat het van je overnam te toetsen aan de realiteit op basis van eigen ervaring.

**Schematolerantie** 648

Wat als iemand iets heel anders opvat en anders reageert in andere situaties dan jij op basis van ervaring en informatie opgeslagen in je geheugen.

## INDEX DEEL 11 ENCYCLOPEDIË : Tr - Vr

### **Gezinnen in transitie** 13

In de samenleving zijn veel veranderingen op te merken. Hoe beïnvloeden ze gezinnen ? Hoe opvoeden voor morgen ?

### **Trauma en traumaverwerking kind** 35

Een trauma brengt voor een kind heel wat in beweging. Emotioneel en cognitief treedt er een verandering in. De wijze van verwerking bepaalt de ernst van de verandering.

### **Opvoedingstrends in de kijker** 41

Opvoeding is volop in evolutie. Net zoals de ontwikkeling van het kind volop evolueert. Hoe hierop optimaal inspelen ?

### **Omgevingstriggers, triggeromgeving** 68

De omgeving activeert in je heel wat op een bepaalde manier.

### **Via tussenstappen overbruggen** 76

Vaak lukt het kind iets niet in een keer, via tussenstappen zorg je voor de nodige overbrugging.

### **Tweezijdige schema-activatie** 84

In de omgang met iets of iemand activeer je niet alleen opgeslagen informatie over iets of iemand, maar ook over jezelf in relatie tot iets of iemand. Dit hangt samen met zelfreferentiële encoding en geheugenopslag.

### **Aanuit** 94

Als ouder wil bij je bij je kind een en ander activeren of deactiveren van wat als ervaring en informatie opgeslagen ligt.

### **Hoe komen we er uit ?** 99

Wat kan je doen als je vastloopt met elkaar ? Hoe tot een gezamenlijke oplossing komen ?

### **Uit balans** 105

Soms raken kinderen en jongeren uit balans. Het te sterk aangesproken worden slaat gemakkelijk om in extremen in voelen en reageren.

### **Circulaire processen uit balans** 120

Wederzijdse beïnvloeding kan je uit elkaar drijven. Het kan je ook naderbij brengen. Hoe komt dit en hoe te werk gaan ?

### **Dorp werd stad : uitdagingen voor jongeren vandaag** 126

Een beeld laat toe de uitdagingen samen te vatten waar jongeren vandaag voor staan.

### **Uitgaan van je kind of je ervaren** 131

Als ouder kan je mogelijk vaststellen dat je in de omgang met je kind meer uitgaat van jezelf en je eigen ervaren dan uitgaat van je kind en wat er bij hem of haar leeft.

### **Uitzoomen** 139

Soms kan iets je overweldigen, zodat je nog weinig mogelijkheden overhoudt om gunstig te reageren. Hoe voorkomen dat iets je overweldigt ?

### **Uniformiteit of differentiatie ?** 148

Hoe komt men uit op uniformiteit ? En hoe op differentiatie ?

### **Vaders en hun brein** 155

Steeds meer blijkt uit neurowetenschappelijk onderzoek dat er weinig of geen verschil is tussen beide geslachten in ervaren en hersenactiviteit behorend bij ouder-zijn. Nu nog zichzelf en de omgeving overtuigen.

### **Vastzitten – Losmaken** 167

Zit je vast in je omgeving, of in jezelf ? Hoe kan je loskomen van je omgeving, of van jezelf ?

### **Veel van jezelf verwachten** 175

In de loop van zijn ontwikkeling ontstaan mogelijk bij het kind voorstellingen over zichzelf en zijn omgeving waarbij het veel van zichzelf gaat verwachten.

### **Veelgestelde vragen** 182

Je reageren als volwassene op het kind is afhankelijk van de gestelde vraag bij het kindgebeuren. Welke vragen kunnen zoal gesteld ?

### **Veerkracht als model** 199

Veerkracht biedt stevigheid en tegelijk soepelheid. Net wat nodig in moeilijke omstandigheden.

### **Hoe ver ?** 214

Sommige kinderen gaan in hun gedrag te ver, hoe ver gaan ze dan intern ?

### **Hoe veraf ?** 222

Het lukt het kind niet steeds onmiddellijk te doen wat je mag verwachten. Hoe met het kind omgaan bij nog niet lukken ?

### **Veranderbaarheid schema's** 234

Mogelijk wil je als ouder je eigen gedrag of dit van je kind beter begrijpen om tot verandering te komen. Schema's als neerslag van eerdere ervaringen kunnen je hierbij helpen.

### **Veranderen** 243

Wat veranderen om storende gevoelens en gedragingen te verhelpen ?

**Veranderen ? ... Begint(t) bij jezelf ! *jongerenthema*** 250

Eerst jezelf overhalen en overtuigen vooraleer te kunnen veranderen. Hoe kom ik als jongere van een niet-helpend denken tot een helpend denken ?

**Schema's, beïnvloeding en verandering** 258

Hoe het gedrag van je kind beïnvloeden of veranderen ?

**Tot verandering komen** 267

Veranderen vraagt om contact met en evolutie van interne voorstellingen en werkmodellen.

**Veranderingsmechanismen** 276

Welke mechanismen aanwenden om tot verandering te komen ?

**Veranderingsschema** 285

Een schema ontwikkelen dat een gewilde verandering aanstuurt kan erg behulpzaam zijn.

**Wat je verbeelding kan doen** 292

Kom je als opvoeder in een moeilijke situatie terecht ? Dan kan je trachten vooruit te zien, te overzien en terug te kijken in je verbeelding naar wat in de werkelijkheid gebeurt.

### **Verbondenheid** 301

Jongeren kunnen niet zonder een beschermende en bevestigende cocon. Ze zoeken deze in positieve verbanden en zo nodig in vluchten bij ontbreken eraan.

### **Vergelijken, vergelijken, vergelijken. Ontwikkeling categorievorming jonge kind** 306

Om zich een beeld te vormen van de buitenwereld maakt het jonge kind al in een vroeg stadium gebruik van categorisatie. Deze groepering en ordening van de omwereld gebeurt door te vergelijken.

### **Schema's als vergelijkingsbasis** 315

Waarmee vergelijk je iets bij het waarnemen ?

### **Verhalen voor en over je kind** 320

Een verhaal over je kind en voor je kind, kan veel voor het kind betekenen. Het kleurt zijn zelfbeeld en zijn leven.

### **Verlegenheid** 335

Sommige kinderen zijn meer vatbaar voor verlegenheid. Hoe komt dit en hoe komt het tot uiting ? Hoe er mee omgaan als ouder en kind ?

### **Verliefd-zijn** 347

Verliefd-zijn, jongeren ervaren het als een geweldig gevoel. Wat is het en wat ligt aan de basis? Ook voor ouders is het iets nieuws. Hoe hiermee omgaan in de ouder-kindrelatie?

### **Verliesverwerking** 356

Eerstig verlies in het leven van je kind kan het erg uit evenwicht brengen. Het vraagt om een eigen benadering.

### **Verplaatsen** 368

Wat in je geactiveerd is en je erg bezighoudt, kan je verplaatsen. Zo kan je er beter mee omgaan en er meer vat op krijgen.

### **Oog voor verschil en gelijkens** 379

Hoe je zoeken naar gelijkens verschil geen geweld laten aandoen?

### **Kleine verschillen maken grote verschillen** 385

Elk verschil kan verschil maken. Wat kan het verschil maken?

### **Verschillen tussen ouders** 393

Verschillen tussen ouders zijn vanzelfsprekend. Hoe ze toelaten, er anders en meer gunstig mee omgaan en het relationele meer tot zijn recht laten komen?



### **Verslaving waar om heen ?** 400

Een verslaving tijdig opmerken is één, inwerken op ontstane automatische processen door het stimuleren van zelfregulerende processen is twee.

### **Schema-activering verstoring** 407

Een te gering of te uitgesproken geactiveerd zijn, een te kort of te lang geactiveerd zijn van wat aan de basis ligt van gedrag, het heeft een onmiskenbaar effect.

### **Vertrek of overstap** 411

Zo je voor een uitdaging komt te staan, kan je best van je weerbare zijde vertrekken, of kan je zo nodig van je kwetsbare zijde overstappen op je weerbare zijde.

### **Vertrouwen en berekening** 422

Een kind dat kan vertrouwen, kan berekening achterwege laten. Hoe stappen hiertoe te kunnen zetten ?

### **Schemaverwachting en -druk** 432

Kenschema's creëren verwachtingen en een zekere mate van druk.

### **Verweving, bedrading, 'connecting' jongerenthema**

450

Wat evolueert er in de sociale omgang ? Wat komt meer centraal te staan ?

### **Vier-stappenplan** 457

Waar let ik op vooraleer te reageren ? *jongeren*thema

### **'Voeden'** 461

Wanneer we gevoelsmatig en in gedachten met iets bezig zijn, dan kan dit helpen. Het kan ook hinderend werken.

### **Je kind volgen, ook online ? Aanwezige ouder(s)** 479

Wat betekent je kind volgen en wat houdt het in ?

### **Op te volgen** 499

Als ouder kan je eerder een tekort vaststellen in de ontwikkeling van je kind, of iets wat te ver gaat. Ook als kind kan je een tekort of een te veel aanvoelen.

### **Concreet voor abstract** 505

Hoeveel abstractie ook tot ontwikkeling komt toch blijft het concrete een centrale rol spelen.

### **Voorkomen van discriminatie** 510

Discriminatie als op een ongunstige manier onderscheid maken kan erg negatief uitwerken op een kind en zijn ontwikkeling. Alle redenen om dit te voorkomen.

### **Anders voorstellen** 531

Als je met je kind praat en omgaat zeg je tegelijk heel veel. Wat zeg je zowat allemaal en hoe kan je hier iets in veranderen ?

### **Contextuele, mentale en motorische voorstelling** 538

Niet enkel de uitvoering van iets heeft een gunstig effect voor later, ook de voorstelling van de uitvoering zorgt mee voor een blijvend resultaat.

### **Dubbel spoor voorstelling** 546

Soms hebben je de indruk erg rationeel weloverwogen te handelen, vaak evenwel maak je gebruik van wat ty-pisch, beschikbaar en gemakkelijk toegankelijk is.

### **Framing : tussen realiteit en voorstelling** 559

Framing helpt om de realiteit voor jezelf of elkaar om te vormen tot gekenmerkte realiteit of voorstelling.

### **Voorstellingsschema's** 564

Voorstellingen die je spontaan aanwendt zijn niet altijd bewust en helder voor je. Achter deze voorstellingen weten komen en ze bewust hanteren kan een voordeel opleveren.

### **Voorwaardelijke schema's** 573

Hoe je iets opvat en hoe je iets voor je oppakt is aan voorwaarden verbonden. Dit leren onderkennen kan verhelderend voor je werken.

### **Voorwaarden ontwikkeling kind** 579

Opdat een kind zich optimaal zou kunnen ontwikkelen moeten een aantal randvoorwaarden vervuld zijn.

### **Van vorm naar inhoud** 588

Eerdere ervaringen worden verwerkt tot een vorm die onmiddellijk klaarstaat voor gebruik. Vandaag wordt vaak om aandacht gevraagd voor actuele en toekomstige inhouden.

### **Gewoontevorming** 594

Een gewoonte vraagt tijd en inspanning om zich te installeren. Eens geïnstalleerd vereist het heel veel tijd en inspanning om hierin verandering te brengen.

### **Veel vragen van je kind** 599

Wat je je kind vraagt kan ongunstig uitwerken op het kind en zijn ontwikkeling.

### **Vragend praten** 611

Eerder dan veel te zeggen, kan je ook veel vragen, zonder daarom uit te vragen.

## INDEX DEEL 12 ENCYCLOPEDIE : Vr - Ze

### **(Moeilijk) vriendjes maken** 10

Wat is een vriend voor een kind. Hoe kansen bieden voor vriendschap ?

### **Vroegkinderlijke relaties en hun betekenis** 22

Op basis van vroegkinderlijke relaties bouwt het kind een voorstelling op van zichzelf, betekenisvolle anderen en de relatie hiermee. Latere relaties worden hierdoor gekleurd.

### **Wie vult wat in ?** 28

Zo het kind leemten en tekorten ontmoet, zal het geneigd zijn deze zelf in te vullen. Hoe ongunstige invullingen voorkomen ?

### **Wie of wat begint ? Attribueren bij communicatie** 43

Waaraan toeschrijven bij communicatie ? Waar situeer je wat in gesprek ?

### **Waarden in de opvoeding** 85

Hoe waarden concretiseren in de opvoeding ?

### **Impliciet of expliciet waarderen** 95

Bij het waarderen van groepen en personen stemt wat we zeggen niet steeds overeen met wat we doen.

### Waar om in de opvoeding ? 103

Zonder dat je het altijd bewust bent, kan het in de opvoeding van je kind rond iets komen draaien. Iets wat je wil, of juist niet wil.

### Het wat van waarden, normen en kwaliteiten jongeren-thema 111

Wat kunnen waarden, normen en kwaliteiten concreet betekenen en zijn in het opvoedingsgebeuren ?

### Wat activeerde je ? Schema's als voorspeller 118

Om te weten hoe je iets moet begrijpen, hoe je moet reageren en welke situatie zich voordoet, ga je veelal af op wat je meent dat iemand activeerde in interactie met je.

### Wat activeerde ik ? 123

Wat activeer je bij je kind, zodat je kind zo reageert ?

### Wat activeert iemand in je ? 131

In contact met iemand wordt iets in je geactiveerd dat meer of minder aan je behoeften tegemoet komt. Hoe in contact meer aan je behoeften tegemoet weten komen ?

### Wat komt eerst, wat komt later ? 137

Als ouder kan je merken dat wat voorafgaat, wat volgt kan beïnvloeden. Wil je iets beter begrijpen, dan kan je eens verder terugkijken.

**Aan wat ? Wat aan ?** 150

Wat staat allemaal aan zodat we iets zo oppakken en op die manier reageren ? Hoe brengen we hier zo nodig verandering in ?

**Wat is primordiaal ?** 163

Als ouder is niet steeds duidelijk wat primordiaal is voor je kind. Is het de realiteit, het actief-zijn, of zijn voorstelling ?

**Van kwetsbaarheid naar weerbaarheid** 173

Elk van ons is erg kwetsbaar. Hoe helpen bij de ontwikkeling van weerbaarheid ?

**Weerstand voorkomen** 185

Nu en dan krijg je te maken met weerstand en verzet van het kind. Met wat hebben die te maken ? Hoe ze voorkomen of overwinnen ?

**(Weer)werk of werkt weer ?** 209

Wat kan vermeerderd of toegevoegd om iets opnieuw op dreef te krijgen ?

**Verzameling weetjes** 222

Informatie over visie, methodiek en praktijk encyclopedie.

**Weg van of op weg naar ? jongerethema** 232

Als jongere wil je soms weg van iets, maar wat als je op weg zou gaan naar iets ?

**Focussen op wat niet of wat wel** 241

Loop je vast in details of laat je je leiden door het geheel op een evenwichtige en gedoseerde wijze?

**Wennen** 248

Hoe breng je je binnenwereld in overeenstemming met de buitenwereld ?

**Welke wereld voor het kind ?** 257

Als ouder wil je een wereld voor je kind waaraan het kan groeien. Wat als dit niet helemaal lukt ?

**Schema's als werkmodel** 274

Via de affectieve en cognitieve ontwikkeling ontstaat een intern werkmodel over personen, zichzelf en relaties.

**Lichamelijk weten** 287

Vorbije ervaringen worden niet enkel in je geheugen vastgelegd. Ook in je lichaam gebeurt dit.

**Wie beloont, straft, negeert?** 294

Als ouder ga je er vanuit dat jij beloont, straft of negeert. Wat als je kind je imiteert ?



### **Defensieve of constructieve communicatiewijze** 303

Soms merken ouder en jongere dat het met elkaar moeilijk lukt. Zonder het te beseffen hebben ze tegenover elkaar een defensieve mindset ontwikkeld. Hoe onderling te komen tot een constructieve opstelling ?

### **Als je niet meer met woorden praat** 320

Soms ervaart je kind of jijzelf als ouder dat praten niet werkt of niet kan. Hoe jezelf dan duidelijk maken ?

### **Woordenschat** 332

Hoe je iets verwoordt voor je kind en jezelf, kan net het verschil maken. Op wat gaat wat je benoemt terug ?

### **Jongere en zakgeld** 344

Wat kan zakgeld voor je kind betekenen ? Of, wanneer en hoeveel zakgeld geef je als ouder ?

### **Dit zeggen, dat bedoelen** 351

Soms lukt het je niet (langer) te zeggen wat je bedoelt. Hoe hier toch meer in lukken ?

### **Hoe zeg ik het ?** 363

Je kan wat je communiceert aan heel wat koppelen zodat wat je uitdrukt gunstiger wordt.

### **Zelfactivatie** 377

Waarom directe invloed op het gedrag van je kind veelal niet lukt. Welke moeilijkheden doen zich voor en hoe kan je deze voorkomen ?

### **Gunstige (zelf)schema activatie : competitieve ken- schema's** 384

Als ouder of kind kan je de neiging hebben iets gemakkelijker ongunstig voor te stellen : je omgeving, maar ook jezelf in bepaalde situaties. Hoe overschakelen naar meer gunstige voorstellingen en ongunstige afremmen ?

### **Facetten van zelfcommunicatie** 393

Zelfcommunicatie heeft verschillende betekenissen : van communiceren met jezelf, over communiceren van jezelf, tot communiceren van anderen over jezelf.

### **Zelf-determinatie : autonomie-ondersteuning of con- trole** 410

Zelf-determinatie als autonoom bepaald gedrag vraagt om autonomie-ondersteuning vanwege de omgeving.

### **Preventie van zelfdoding** 413

Als ouder stel je je mogelijk vragen naar het zelfdoding-risico van je kind. Hoe hier hoogte van krijgen en hoe reageren bij mogelijk risico?

### **Zelf-effectiviteit : ontwikkeling & aanwending** 429

Het gevoel hebben iets specifiek te kunnen. Het maakt dat je met meer energie en durf iets tot een goed einde weet te brengen.

### **Zelfregulatie** 440

Zelfregulatie als zichzelf in de hand weten houden vraagt om ontwikkeling van deelfacetten of -mechanismen.

### **Equilibratie als cognitieve zelfregulatie** 451

De kennis die je hebt tracht je tot een hoger meer duurzaam evenwicht te brengen zodat alle informatie die je ontmoet hierin past.

### **Het zelfschema** 458

Het zelfschema activeert een manier van zijn, hetwelk in de loop van de ontwikkeling tot stand komt.

### **Zelfschema analyse** 467

Ervaar je machteloos te zijn, krijg je te maken met problemen en uit je klachten, dan zal je gemakkelijk een ongunstig zelfschema activeren. Wat ligt aan de basis ?

### **Zelfschema-invulling** 479

Je zelf wie je bent en je zelfschema wat je er van opvat en ervaart kunnen met elkaar overeenstemmen. Ze kunnen mogelijk ook op een minder gunstige wijze van elkaar verschillen.

### **Ongunstig zelfschema** 488

Een zelfschema zo ongunstig kan heel wat in beweging brengen. Hoe werken aan een meer gunstig schema ?

### **Kansen voor zelfsturing** 503

Het lijkt iets voor later. Toch blijkt een kind hier reeds vroeg een aanvang mee te nemen. Hoe hierop inspelen ?

### **Zelfbescherming** 512

Minervaringen op lichamelijk, emotioneel en sociaal vlak kunnen aan de basis liggen. Je wil liefst geen pijnlijke herhaling. Hoe je zelfbescherming je geen kansen laten ontneemen ?

### **Zelfverdediging** 536

Een kind lukt er niet altijd in zichzelf te verdedigen. Het durft onvoldoende. Weet niet goed hoe. Wat kan een kind doen ter verdediging van zichzelf ?

## INDEX DEEL 12bis ENCYCLOPEDIE : Ze - Z

### Bevorderen van zelfvertrouwen 4

Zelfvertrouwen vormt een stevige basis voor het kind. Hoe als ouder en als kind bijdragen tot zelfvertrouwen ?

### Zelfverwonding, waar gaat het om ? 28

Zelfverwonding is een extreme reactie op een uitgesproken onwelbevinden. Van een ingaan tegen zichzelf is er de vraag naar hoe uit te gaan van zichzelf.

### Zelfzorg als ouder 47

Wat versta je als ouder onder zelfzorg en hoe vul je het in ? Hoe kan het je helpen ?

### De vele gezichten van zeuren 56

Vaak worden ouders met gezeur geconfronteerd. Wat betekent dit vervelend doen ?

### Begaan met zichzelf als jongere 76

Het probleem van sommige jongeren is dat ze te weinig begaan zijn met zichzelf, ook al lijkt het net andersom.

### Zichzelfwaarmakende verwachtingen 84

Je voorstelling en verwachting bepalen mee je inspanning om iets te bereiken of te vermijden.

### Zindelijkheidstraining ? Wanneer en hoe ? 88

Zindelijk worden vormt een belangrijke stap in de ontwikkeling van je kind en zijn autonomieverwerving. Welke inbreng hebben als ouder ?

### Zindelijkheid 's nachts 96

Zindelijk worden is voor elk kind een opgave. Voor sommige kinderen blijft 's nachts zindelijk zijn moeilijk. Wat samen met je kind kunnen doen ?

### Gemakkelijk herhaling zoeken 113

Wat en in welke mate iets of iemand voor je is wordt erg gekleurd door wat je als uitgangspunt nam.

### Zwart-wit : gevolgen en oplossingen 121

Gedachten, gevoelens, verlangens, voorstellingen en gedrag van je kind of jezelf als ouder vragen soms om een minder extreem zijn.

### Uitgeleide 135

Wetenschappelijke onderzoeksmethodiek, wetenschappelijke vormingsmethodiek, bronnen, omslagfoto encyclopedie

## INDEX PART 1 ENCYCLOPEDIA

### **Presentation encyclopedia** 10

Vision, objective and realization, where around

### **Look differently, react differently** 63

How a child experiences a situation or event will largely determine his reaction.

### **Assertiveness** *youth theme* 72

Assertiveness is the degree of self-confidence and strength in your dealings with your environment. It is something you have to a certain extent and that you can develop further.

### **How to keep the balance positive ?** 94

You can count on some things. Not on others. How does the parent tilt the balance favorably?

### **Proactive development support** 101

Parenting is more than rewarding or punishing. As a parent, you can proactively offer something to which your child can react favorably.

### **Limiters - who or what stops me ?** *youth theme* 109

As a young person you can stand for the task of slowing down and limiting yourself.

**From control to influence culture** 119

What remains of the context in which I was raised? In what context do I place the education that I give my child?

**Working together with the broad environment. Importance of social network** 124

Parenting isn't something you do on your own.

**Reward and punishment. About development guidance** 131

You reward to encourage behavior. How do you actually do this in practice?

**In your reach! youth theme** 142

You often feel powerless as a young person. Is this always the case?

**Development of meaning** 149

There is a lot to learn to discover meanings and to give meanings for yourself as a child. Even harder is it to get to know meanings that count for others.

**Buffers as protection** 160

Buffers ensure safety. They allow us to notice insecurity on time. How to sensitize children for this?



### **Preventing burnout as a parent** 168

How as a parent prevent to go under? Which signals can you notice in time? How do you respond?

### **Out of the center** 180

What if a child no longer identifies himself with the family group?

### **Circular influence** 188

What you say or do can be a reaction to your child. Your reaction can then again be the starting point for the child to which it in turn reacts.

### **Claim behavior, demanding a lot of attention** 210

Every child needs attention. How to deal with it ?

### **What can coaching do for me ? *youth theme*** 225

As a young person, much is still a dream to realize. With discovering how to make this happen, via which roads and with the help of what and who, you can be very much at ease and help yourself.

### **Cognitions in parenting** 230

Cognitions - as what you make of something - determine your responding as a parent. This is also the case for the child - what it makes of what you say and do - determines his reaction.

### **Cognitive schemas and parenting** 242

The development of the child coincides with the development of cognitive schemas. In the upbringing, the child can be helped with the construction and filling of cognitive schemas.

### **Communicative approach** 268

How do you openly communicate with your child in an open way as part of your upbringing ?

### **Communicative development child** 272

In parenting, much attention is given to language and behavior development of the child. Less attention is given to how communication develops in the child.

### **For a clear communication** 288

Talking to your child is not always easy. A clear communication can offer more opportunities.

### **Phase-specific communication** 300

Communication that accompanies someone's doing in reality requires prior, during and afterwards conversation, in accordance with the different communication phases.

### **A good contact with my child** 310

Every parent wants a good contact with his child. What does this mean a good contact?

### **Containment and holding in parenting** 323

Children may need someone who knows how to cover their emotions and can provide the necessary support and protection.

### **From co-regulation to self-regulation** 332

Adults play through the interactive process of co-regulation an essential role in shaping and supporting self-regulatory development of the child. Self-regulation as the skill to get grip on emotions, needs and behavior and to guide them.

### **Deconstruction & construction in parenting** 346

Deconstruction is separating in our thoughts what should better be not together. Construction is bringing together in mind what helps and offers opportunities.

### **Partial grouping** 361

Subgroups can arise in a group. This offers opportunities, but at the same time involves risks.

### **Appeal which parts and sides ?** 370

Each of us has parts that can become active and sides that can be addressed to. How do these parts and sides come into play ?

### **Thinking on** 381

A thinking can be on or off. If it is on, a major influence of this will be on the child's behavior and experiences.

**Knowledge and thinking development** 395

The development of know-how and thinking helps the child to respond to questions and challenges.

**Thinking about your parenting** 404

Does thinking about your parenting confuse you, or does it offer added value ?

**By thinking** 423

Take a moment to consider every day parenting, maybe it brings you new ideas. Space to stop for a moment in your upbringing can be to free yourself for new inspiration.

**Activation dialog** 428

You want the other to perceive something like that and react accordingly. The other does or does not respond to this.

**Direct and indirect approach** 439

Want to focus your parenting directly on your child's behavior or indirectly focus on what surrounds it?

**Keep distance and go on** 446

Sometimes thoughts, feelings, memories and perceptions of yourself or of your environment bother you. How to keep a distance and continue anyway?

### **Capacity & burden of the family** 456

Also the family has a certain carrying capacity and has a certain load capacity. These fluctuate over time.

### **Drug use child** 473

It is not easy today as a parent to prevent your child from having contact with drugs. What can you do preventively and how can you respond? How to talk to your child, activate his own forces and offer support with regard to drug use ?

### **From pressure to attraction** 488

What alternatives are there for pressure?

### **The child under pressure** 505

Every child experiences pressure. Pressure is a signal that asks for attention from parent and child.

### **External and internal pressure** 513

A child adds internal pressure to external pressure.  
How to avoid the pressure from becoming too high?

### **Dealing with pressure from your child** 523

A child easily exerts pressure for what it wants or does not want. How to deal with this as a parent?

**For a favorable dynamic** 541

An unfavorable dynamic can really get in the way of your child. A favorable dynamic can help your child on his way.

**Eating problems in children** 550

The feeding of the child does not always go smoothly. Where do you think about and how to react as a parent?

**Referential guidance** 559

Something that is going to turn around something gets attention, so that something more favorable can happen: what about?

(P)referentiële opvoeding en begeleiding van a tot z. 12-delige wetenschappelijke encyclopedie - Hove (Antw.-België), 2023.

ISBN 978-90-802113-7-7

info@opvoeding.be

Trefw. : ontwikkeling, opvoeding, begeleiding, kind, ouders

Aantal pagina's : 6000

Uitg. : psychcom-research vzw, Hove

Hoofdredactie : Jo Franck

Illustraties : o.m. BigStockPhoto.com

INDEX ENCYCLOPEDIA

(c) copyright 2023 (info@knows.ac)

Alle rechten voorbehouden. Uit deze uitgave kan enkel iets worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door middel van fotokopieën, opnamen, of op welke wijze ook, na voorafgaandelijke schriftelijke toestemming van de auteur.

**Jo Franck**

Psycholoog

Voorheen Lector Sociaal-Agogisch Werk Artesis Plantijn-  
hogeschool Antwerpen

Redactieraadslid Sozio Vlaams-Nederlands Vakblad voor  
Sociale en Pedagogische Beroepen

Hoofdredacteur E-Magazine Ontwikkeling & Begeleiding  
op [www.opvoeding.be](http://www.opvoeding.be)

Auteur CD-ROM Pesten voorkomen kan je leren! Uitgave  
Jeugd & Vrede

Auteur van ons onder meer 'Hoe zeg ik je het? Voor een  
eigen communicatie-cultuur', 'Oog voor jezelf en de an-  
der!' over sociaal-emotionele vaardigheidsontwikkeling,  
'Probleembenadering in schoolverband' en 'Referentieel  
schemadenken en –handelen voor de opvoedingsprak-  
tijk'

Coaching Sociaal-Emotionele Begeleiding o.m. pestpro-  
blematiek, opvoedingsondersteuning, ouderbegeleiding

Jurylid van de jaarlijks toegekende 'De-pest-en-dat-kan-  
niet-prijs!'





Deze encyclopedie wil een ruimer en meer systematisch vernieuwend kader bieden om recente wetenschappelijke inzichten en onderzoeksbevindingen over opvoeding en begeleiding in onder te brengen.

Wetenschappelijk onderbouwde opvoedingsprocessen, -mechanismen en -contexten worden beschreven en op een alfabetische wijze geordend. Zo is er ruimte voor wat is, maar ook voor wat te verkiezen is in opvoeding en begeleiding. Vooral het hoe van wat is en te verkiezen is komt aan bod.

*Jo Franck studeerde psychologie, criminologie en familiale & seksuologische wetenschappen en is jarenlang internationaal actief in het sociaal-agogisch begeleidings-, vormings- en redactiewerk.*

ISBN 978-90-802113-7-7