

HOE KAN JE ZELF JE KIND BEGELEIDEN BIJ BOOSHEID?

STAP 4!

Bij stap 4 ga je ontdekken wat helpt. Wat al wel werkt en kijken hoe je dat ook in andere situaties kunt toepassen. Soms hoeft het wiel ook niet opnieuw uit te vinden!

Was er deze week een situatie waar jouw kind niet zo boos reageerde als anders? Hoe zou dat komen?

Is het jouw kind gelukt om zelf een boze bui te voorkomen? Hoe deed hij/zij dat?

HOE KAN JE ZELF JE KIND BEGELEIDEN BIJ BOOSHEID?

STAP 4!

**Wanneer loopt thuis alles heel soepel? En luistert jouw kind heel goed?
Bedenk hoe het kan dat het dan wel heel goed verloopt. Hoe zou dat
kunnen komen?**

**Hoe reageert jouw kind op positieve complimenten? En hoe zou je dat in
kunnen zetten bij de boosheid?**

**Denk na en bespreek met jouw kind de sterke eigenschappen van jouw kind
die jouw kind laat zien bij boosheid.**

HOE KAN JE ZELF JE KIND BEGELEIDEN BIJ BOOSHEID?

STAP 4!

Houd zelf of samen met jouw oudere kind (7+) een dagboekje bij over een periode van minstens een week. Wanneer lukt het wel om een boze bui voor te zijn en wanneer niet? Wat gaat er dan anders?

Hoe kan jij jouw kind helpen in een situatie die uit de hand dreigt te lopen? Wat zou jij zelf anders kunnen doen?

Wat helpt jouw kind om weer tot rust te komen? (Waar heeft hij/zij behoefte aan als hij/zij boos is)

HOE KAN JE ZELF JE KIND BEGELEIDEN BIJ BOOSHEID?

STAP 4!

Wat is jouw eigen stappenplan om jouw kind beter te ondersteunen?

Maak een lijstje met hoe jullie het aan willen pakken. Dit mogen verschillende manieren zijn om uit te proberen wat werkt.