

communiceren. Hoe vaak wordt er in de praktijk niet gezegd: "Als je nu niet direct stopt met dat gevlouk, dan ga je naar je kamer!" Met deze zin wordt een escalatieproces in gang gezet. Want wat doe je als je kind niet naar zijn kamer gaat?

Een veelbelovende aanpak

NVR wordt binnen de Bascule al enkele jaren op verschillende (dag)klinische afdelingen succesvol gebruikt. In de praktijk zien we een behoorlijke afname van onacceptabel gedrag, een verbetering van de sfeer en van de samenwerking tussen medewerkers, jeugdigen en hun ouders.

NVR bij u thuis

Daarom bieden we nu ook een training NVR voor thuis aan. Het gaat om een groepstraining voor ouders zodat u deze methodiek in uw eigen gezin kunt toepassen. De trainingsgroep komt 10 keer 1 ½ uur bij elkaar en bestaat uit 12-18 personen.

U kunt zich aanmelden via uw Basculebehandelaar (als uw kind al bij ons is ingeschreven) of via uw huisarts of ggz-behandelaar. Na de aanmelding wordt u uitgenodigd voor een afstemmingsgesprek met de trainers. Onze ervaring is dat deze groepstraining het beste werkt als de urgentie groot is en als u zich van te voren goed realiseert hoeveel tijd en inzet de methodiek van u vraagt.

In de cursus krijgt u een werkboek NVR uitgereikt. We raden u aan vooraf het boek *Geweldloos verzet in gezinnen, een nieuwe benadering* (Omer, 2007) aan te schaffen.

Nog vragen?

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft over NVR, dan kunt ons mailen via nvr@debascule.com. Meer informatie vindt u ook op onze website www.debascule.com.

Waar kunt u ons vinden? De Bascule

Postadres	Postbus 303 1115 ZG Duivendrecht
Bezoekadres	Meibergdreef 5 1105 AZ Amsterdam
Telefoon	(020) 890 10 00
E-mail	nvr@debascule.com
Internet	www.debascule.com



Samen, beter. Daar staan we voor. We werken samen met ouders en andere deskundigen die betrokken zijn bij het kind. Ieder draagt met zijn ervaring en kennis bij aan betere hulp. Samen zetten we ons in om het kind en zijn omgeving de hulp te bieden die nodig is. Zo werken we samen aan het herstel van het kind. Samen, beter.

*Aan de folder kunnen geen rechten worden ontleend.
April 2013*

Non-violent Resistance

NVR voor ouders thuis



Academisch centrum
voor kinder- en jeugdpsychiatrie

De Bascule

De Bascule is een academisch centrum voor kinder- en jeugdpsychiatrie en jeugdzorg. Wij bieden hulp aan kinderen, jongeren en gezinnen met psychische problemen.

Non-violent Resistance

Non-violent Resistance (oftewel: geweldloos verzet, hierna afgekort tot NVR), is een nieuwe aanpak voor gezinnen die te maken hebben met problemen tussen ouders en hun kinderen. Het gaat om gezinnen waarbij sprake is van een patroon van gewelddadig, sterk ontwijkend of risicovol gedrag.

NVR voor gezinnen is in Israël ontwikkeld door Haim Omer, hoogleraar psychologie aan de universiteit van Tel Aviv. Het is gebaseerd op geweldloze methoden die zijn ontwikkeld in het sociaal-politieke domein: Gandhi maakte hier destijds bijvoorbeeld veel gebruik van. NVR wordt ingezet als het ouderlijk gezag onder spanning staat en u zich machteloos voelt over de negatieve spiraal waarin u zich met uw kind bevindt. De ontwikkeling van hun kind is dan vaak ernstig vastgelopen. NVR is een nieuwe vorm van ouderlijk gezag: dit wordt ook wel de "nieuwe autoriteit" genoemd. Dit bereiken we door:

- het vergroten van de ouderlijke aanwezigheid,
- het voorkomen dat het conflict uit de hand loopt,
- het toepassen van geweldloze, strategische acties: hierin volharden en blijven volhouden,
- openheid na te streven door een beroep te doen op een steunend netwerk.

Verandering van gedrag

Het primaire doel van NVR is een gedragsverandering (manier van doen en houding) bij degene die NVR toepast: het is dus de bedoeling dat de ouders en behandelaars veranderen. De gedachte is dat het alleen zó lukt om op den duur onacceptabel gedrag positief te beïnvloeden. En bovendien ook dat de relatie met uw kind hierdoor verbetert.

Maar dit lukt vaak niet in één keer: NVR is geen wondermiddel. Wanneer er wordt gekozen voor geweldloos verzet, moet je er niet op rekenen dat de ander ogenblikkelijk stopt met het gebruik van geweld. Als er een patroon van wederzijdse vijandigheid is ontstaan, kun je ervan uitgaan dat de ander éérst nog meer onacceptabel gedrag zal vertonen, omdat dat in het verleden heeft gewerkt. Maar doordat hij wordt geconfronteerd met het besluit van de volwassene (door te weigeren om nog langer met geweld op geweld te reageren), zal dit gedrag steeds minder effect hebben. Het patroon van escalatie of het toegeven aan de eisen van uw kind, kan hiermee worden doorbroken. U gaat zich hierdoor weer krachtiger voelen.

Anders denken

NVR gaat niet alleen over anders handelen, maar ook over anders denken. In de denkwijze van NVR staan morele bezwaren tegen het gebruik van geweld centraal. Door NVR toe te passen:

- merk je dat verbale discussie vaak tot verergering van de situatie leidt,
- besef je dat de ander door het gebruik van geweld altijd sterker is,
- neem je een duidelijk standpunt in tegen gewelddadig, risicovol en sterk ontwijkend gedrag (kortweg: onacceptabel gedrag),
- vermijd je fysieke of verbale agressie,
- toon je respect voor de andere partij,
- besluit je dat je niet meer alleen wilt zijn met je probleem en merk je dat openheid een verandering teweeg kan brengen.

Enkele principes van NVR

Controle hebben over de ander is een illusie

NVR gaat er vanuit dat we geen controle hebben over de ander: we mogen hooguit hopen dat we indirect invloed hebben op het gedrag van de ander. Wanneer we ons realiseren dat we geen controle over de ander hebben, ontstaat er meer ruimte om de regie te nemen over ons eigen gedrag.

NVR is het voeren van strijd, niet lijdzaam ondergaan

NVR is geweldloos verzet. Iemand die NVR toepast heeft als doel het onacceptabele gedrag van de ander te verstoren. De ander te verwarren met een onverwachte reactie op dit gedrag. Hij kiest bewust hoe de strijd wordt gevoerd, hoe gebruik wordt gemaakt van macht en over de precieze aard van het verzet. NVR is een actief proces, waarbij je je constant bewust bent van je houding en gedrag en waarbij je soms gebruik maakt van speciale richtlijnen.

NVR is gebaseerd op samenwerking

NVR werkt omdat de samenwerking tussen de volwassene en de jeugdige verbetert. In de thuissituatie gaat het om ouders of andere direct betrokkenen. Het streven naar een betere samenwerking houdt in dat je jezelf als volwassene náást in plaats van tegenover je kind zet. Het is van belang om geen oplossing voor je kind te bedenken, maar om samen mét je kind te bedenken welke oplossing voor beide partijen wenselijk is. Het bevorderen van samenwerking vereist een actieve en onderzoekende opstelling, ook al zijn er soms maar kleine aanknopingspunten. De samenwerking vergroot het wij-gevoel en verkleint het wij-zij gevoel.

Respect voor de ander

Respect voor de ander staat voorop. Respect en verzoening versterken positief gedrag en hebben een de-escalerende werking. Het doel van NVR is niet je wil aan je kind op te leggen of het zelfs maar te veranderen, maar om verandering in de situatie teweeg te brengen. Ook als de stress toeneemt, proberen we zo uit de wij-zij valkuil te blijven.

Verbaal overreden is geen NVR

NVR begint vaak waar verbaal overtuigen niet meer werkt en dit overgaat in schelden, dreigen en schreeuwen. Binnen NVR maak je gebruik van een heldere, respectvolle, niet provocerende communicatie en van bewust ingezette stiltes. Het strategisch gebruik van stiltes is een heel krachtige en effectieve manier van