

# Integraal redeneren in de jeugdhulp met het 7-factorenmodel uitleg/voorbeeldvragen

## Stap 1

- Aanmeldreden
- Klachten
- Wensen

**KLACHTEN JONGERE:** meestal s'ochtends zo misselijk dat ik niet naar school kan. Op school ook misselijk. Slecht slapen.  
**WENSEN JONGERE:** wel overgaan naar de volgende klas.  
**KLACHTEN OUDERS:** jongere is vaak te ziek om naar school te gaan en als ze gaat komt ze vaak ziek thuis. Vaak grote ruzies over naar school gaan.  
**WENSEN OUDERS:** dat jongere hele dagen naar school kan zodat ze haar toetsen haalt en op deze school kan blijven.



## Stressoren

- als er 's ochtends ruzie is omdat ik niet naar school kan/ga
- beoordeling op school over hoe goed je bent
- onverwachte toetsen omdat je die vaak slecht maakt
- mijn ouders vinden goede cijfers/hog schoolniveau heel belangrijk
- onaardige reacties van leerkrachten
- onaardige leerlingen die me buiten sluiten
- als iets binnen bepaalde tijd af moet (tijdsdruk)

## Kracht

- bij sporten heb ik geen faalangst en voel ik me niet snel buitengesloten
- kan goed doorzetten en volhouden bv bij huiswerk maken
- gemotiveerd voor behandeling (belangrijk voor vervolg -opleiding om deze school af te maken)
- ik wil meedenken over wat zou kunnen werken

## Verwachtingen

- Anderen verwachten van mij nu (en wil ik zelf ook):**
- alle dagen naar school
  - alle toetsen maken (ook onverwachte)
  - minder last hebben van misselijkheid en vermoeidheid
  - omgaan met kritiek
  - huiswerk op tijd afhebben
- Anderen verwachten van mij nu (ik vind het prima zo):**
- een gezond dag-nacht ritme



## Vaardigheden

- WAT LUKT:** als ik me goed voel (middagen) zelf naar school gaan, omgaan met spanning bij tennistoernooien, omgaan met redelijke kritiek, toetsen maken als ik goed heb geleerd
- MOEITE MET:** omgaan met misselijkheid, onverwachte toetsen, verdragen dat ik een slecht cijfer krijg of kritiek, binnen redelijke tijd en vóór een redelijk tijdstip huiswerk maken, op tijd naar bed gaan, met een 'leeg hoofd' naar bed gaan, op tijd opstaan, op tijd naar school gaan

## Steun

Steun die nu al beschikbaar is en mij helpt:

### THUIS

- mijn ouders die me s'ochtends wakker maken
- mijn ouders die me willen helpen

### SCHOOL

- klassenmentor om samen een plan mee te maken
- vriendin die me s'ochtends ophaalt om naar school te gaan

## Kwetsbaarheid

- ik houd niet van onverwachte dingen
- ik denk snel dat dingen mij niet lukken en onthoud vooral dingen die niet goed zijn gegaan
- ik voel me snel ongemakkelijk (als me iets niet goed lukt en buitengesloten omdat ze mij niet willen)
- heftige lichamelijke reacties (misselijk etc) als ik stress heb
- plannen en organiseren van huiswerk, op tijd zijn lukken me niet goed

- Thuis
- School/  
werk
- Sociaal  
netwerk

- Jeugdige
- Ouders/  
opvoeders



## Doelen

- Herstel van psychische problematiek (forse angst, piekeren, faalangst, sombere gevoelens)
- Herstel gezondheidsklachten (misselijkheid, lichamelijke spanning, vermoeidheid en slaapproblemen)
- Herstel participatie (hele dagen naar school)
- Persoonlijk herstel (zelfbeeld, self-efficacy)

### JONGERE

1. Nare gevoelens (angst, fysieke spanning) beter verdragen
2. Moeilijke situaties (toetsen en kritiek) makkelijker aankunnen
3. S'avonds makkelijker ontspannen waardoor ik makkelijker in slaap val
4. Weer hele dagen naar school gaan

### ouders

1. Helderheid over waarin ouders jongere kunnen ondersteunen en waar jongere zelf verantwoordelijkheid voor draagt
2. Verbetering communicatie tijdens stressvolle momenten en dagelijkse interacties

## Aanpak

### JONGERE

**Doel 1+2:** CGT. Middels zelf opgestelde durfhiërarchie leren sociale situaties te hanteren ipv te vermijden

**Doel 3+4:** starten met herstel gezond dag-nachtritme, dagboekregistratie opstaan en realistische ochtend en activiteitenplanning. Psycho educatie gezonde slaap, zelfmonitoring avond activiteiten. huiswerktraining, probleemoplossings- vaardigheden in de klassensituatie (hulp vragen, overleg- gen, reageren op reacties)

**Doel 4:** samen met mentor, schoolpsycholoog en betrokkenen plan van aanpak formuleren over stapsgewijze terugkeer, inhalen toetsen en realistisch schoolperspectief

### ouders

- 1: informatie over slaap en slaaphygiene, angstproblematiek, wat helpt en wat het moeilijker maakt
- 2: oudertraining 'Wijs met tieners, wijs met ouders' gericht op interactie (o.a. effectieve opdrachten, lage emotionele expressie, versterkende gedragscomplimenten (op proces), reset, emotieregulatiestrategieën, autonomieversterking)

## Organisatie

Bureau PEERS

## Datum

Juli 2020

Document afgerond? Print, verstuur of bewaar deze. Let op bij het opslaan dat het document een unieke naam krijgt. Voor uitleg klik op de informatie button

Print 

Verzend in mail 

Meer Informatie 

Opslaan