

VOOR CLIËNTEN

In heldere taal, met respect voor jouw tempo en jouw rechten.

DE WERKWIJZE VAN APZW

De **Echo-methode**

Achter bijna elk gedrag zit een verhaal. Een kind dat boos wegloopt, dichtklapt of de hakken in het zand zet, vertelt daarmee iets wat het in woorden nog niet kwijt kan. De Echo-methode is de manier waarop wij bij APZW naar dat verhaal luisteren. In dit document nemen we je mee in hoe we kijken, waarom we het zo doen, en wat het jou en je kind kan brengen.

IN DIT DOCUMENT

- 01** Gedrag dat ergens vandaan komt
- 02** Waarom we eerst willen begrijpen
- 03** Hoe dat er in de praktijk uit ziet
- 04** Wat het jou en je kind brengt
- 05** Zo gaan we samen verder

01 Gedrag dat ergens vandaan komt

Wanneer een kind moeilijk gedrag laat zien, is de eerste reactie van de wereld vaak om het te willen stoppen. Even strenger zijn, een grens trekken, een consequentie verbinden. Soms helpt dat een beetje, maar vaak komt hetzelfde gedrag de volgende dag gewoon terug. Dat komt doordat het gedrag zelf niet het echte probleem is. Het is een signaal van iets dat eronder ligt.

Wij noemen dat de echo. Net zoals een geluid weerklinkt tegen een muur, weerklinkt in gedrag iets van wat een kind heeft meegemaakt of op dat moment voelt.

Boosheid kan angst zijn. Weglopen kan betekenen dat het allemaal te veel werd. Stil worden kan een manier zijn om zichzelf te beschermen. Wie alleen de echo probeert te dempen, raakt nooit de bron. Wie luistert naar waar het geluid vandaan komt, kan er werkelijk iets mee.

Daarom stellen wij onszelf steeds dezelfde vraag voordat we reageren. Niet de vraag hoe we dit gedrag laten ophouden, maar een diepere: waarvan is dit gedrag een echo. Die ene vraag verandert alles, omdat ze ruimte maakt voor begrip waar anders strijd zou ontstaan.

02 **Waarom we eerst willen begrijpen**

Een kind dat zich onveilig voelt, kan niet leren, niet nadenken en niet veranderen. Het lichaam staat dan op scherp, en alle energie gaat naar overleven. Pas als er rust en veiligheid is, ontstaat er ruimte om te groeien. Daarom beginnen wij altijd bij veiligheid. We bedoelen daarmee een gevoel, dieper dan welke regel ook. Een kind moet merken dat het er mag zijn, ook op zijn moeilijkste momenten.

Vanuit die veiligheid bouwen we aan verbinding. We nemen de tijd om een echte band op te bouwen, want vertrouwen laat zich niet afdwingen. Het groeit langzaam, in de gewone momenten van samen iets doen. En pas vanuit die verbinding ontstaat het vertrouwen dat verandering mogelijk maakt. Veiligheid, verbinding en vertrouwen zijn voor ons geen losse begrippen, maar een volgorde die we bewust aanhouden. Wie te snel wil corrigeren zonder eerst verbinding te maken, verliest het kind onderweg.

Soms noemen we gedrag manipulatief, terwijl het eigenlijk angst is.

Ayoub Adardor, APZW

03 Hoe dat er in de praktijk uitziet

In het dagelijks werk betekent dit dat we vertragen waar anderen versnellen. Op het moment dat de spanning oploopt, gaan we niet in discussie en kondigen we geen straf aan. We blijven rustig in de buurt, brengen de prikkels omlaag en helpen het kind eerst tot rust te komen. Dat samen reguleren gaat altijd vooraf aan zelf leren reguleren, want je kunt een kind pas iets leren als de storm is gaan liggen.

We werken bovendien daar waar het leven zich echt afspeelt. Niet aan een tafel in een spreekkamer, maar thuis, op school of buiten tijdens een wandeling. Door alledaagse momenten te gebruiken, zoals samen koken of iets ondernemen, wordt wat we oefenen meteen bruikbaar in het echte leven. En omdat een kind nooit op zichzelf staat, betrekken we het gezin en de omgeving. Verandering houdt pas stand als de hele wereld om een kind heen een beetje meebeweegt.

Tegelijk zijn we eerlijk over wat we wel en niet doen. De Echo-methode is een manier van begeleiden, gericht op begrijpen, aansluiten en ondersteunen. Het is geen diagnostiek en geen behandeling. Waar een behandelaar nodig is, werken we daar graag naast en stemmen we onze begeleiding daarop af.

04 Wat het jou en je kind brengt

Het mooie van deze manier van werken is dat gedrag dat eerst alleen maar lastig leek, langzaam begrijpelijk wordt. En zodra je begrijpt waar iets vandaan komt, reageer je vanzelf rustiger. De spanning thuis zakt, de strijd wordt kleiner, en je kind krijgt de ruimte om in zijn eigen tempo te groeien op een basis van vertrouwen. Het kost tijd, en juist daardoor beklijft het. Omdat het bij de kern begint en niet bij de symptomen.

05 Zo gaan we samen verder

Misschien herken je iets in dit verhaal. Misschien zie je je eigen kind, of een situatie die jullie thuis al een tijd bezighoudt. Dan nodigen we je van harte uit om eens met ons te praten. In een rustig, vrijblijvend gesprek luisteren we naar jullie verhaal en kijken we samen of onze manier van werken past bij wat jullie nodig hebben. Je hoeft nog nergens toe te besluiten. Het begint gewoon met een gesprek.

Klaar voor een eerste gesprek?

Neem gerust contact op, dan plannen we een vrijblijvende kennismaking.

info@apzw.nl · 06 - 17 31 73 53