

# J9Z

Zuid-Holland West

Consultatiebureau voor kind en jeugd



# Video-hometraining

Als het niet lekker loopt tussen jou en je kind

Je hebt het beste met je kind voor. Toch loopt de opvoeding soms anders dan je zou willen. Met irritaties of botsingen als gevolg. En die leuke eigenschappen van je kind? Die zie je dan even niet meer.

Een dwars kind dat alleen maar 'nee' kan zeggen, heftige driftbuien, moeilijk doen met eten, of veel huilen. Je wilt graag begrijpen waarom je kind dat doet. En vooral weten hoe je op je kind moet reageren om het weer fijn met elkaar te hebben. Herkenbaar? Dan is video-hometraining wat voor jou.



## Hoe werkt video-hometraining?

Een jeugdverpleegkundige komt een paar keer bij je thuis. Zij maakt video-opnames, bijvoorbeeld tijdens het eten, voor het slapengaan of wanneer jullie samen een spelletje spelen. Op een rustig moment kijkt ze samen met jou naar de beelden. Ze laat je zien wat goed gaat en geeft je inzicht in wat je kind wil, voelt, denkt en van jou nodig heeft.



## Video-hometraining kan helpen als je

- jezelf onzeker voelt over de omgang met je kind
- het contact met je kind wilt verbeteren
- hulp kunt gebruiken bij de opvoeding
- beter wilt leren omgaan met opstandig gedrag van je kind.



### Kijken met andere ogen

Jezelf en je kind terugzien op de video is vaak heel verhelderend. Je bekijkt jouw kind met ‘andere ogen’ en ziet vaak zelf al wat je kind nodig heeft. Samen met de jeugdverpleegkundige bespreek je de mogelijkheden om op een positieve manier met je kind om te gaan.

### Geven de opnames een goed beeld?

Denk je dat je kind zich voorbeeldig gaat gedragen als hij of zij wordt gefilmd? In de praktijk blijkt dat ze de camera snel vergeten. De videobeelden geven goed weer wat er tussen ouders en kind(eren) gebeurt.

### Hoe lang duurt de begeleiding?

Meestal zijn 1 tot 3 opnames genoeg. Na elk bezoek maakt de jeugdverpleegkundige een afspraak om de beelden te bespreken. Levert video-hometraining niet genoeg resultaat op, dan zoekt ze samen met jou naar een andere oplossing.

### Kosten

Je kunt gratis gebruik maken van video-hometraining.

### Aanmelden

Ervaar je problemen met het gedrag van je kind? Praat er dan over op het consultatiebureau. De jeugdarts of jeugdverpleegkundige kan je aanmelden voor video-hometraining.

Je kunt je ook zelf aanmelden. Bel naar ons Contactbureau: (088) 054 99 99. Je kunt je aanmelden als je een kind tot 12 jaar hebt en woont in Delft, Midden-Delfland, Rijswijk of Westland.

Scan de QR-code en kijk hoe video-hometraining in de praktijk gaat:



*Ween blij met je kind!*



**Meer informatie?**  
Vraag er naar bij  
het consultatiebureau