



**EducationLab**  
What works in education

# Praktijkaart

## PAD

*Programma  
Alternatieve  
Denkstrategieën*



**Mirte Dikmans / Suzanne de Leeuw**  
Universiteit Maastricht

**Suze van Capelleveen**  
Vrije Universiteit Amsterdam



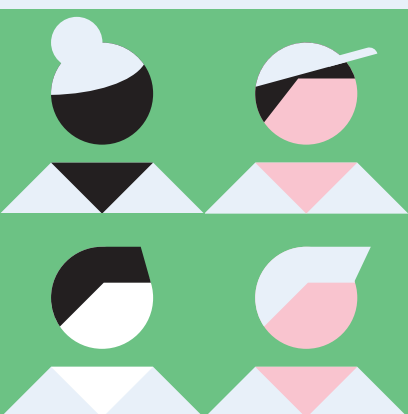
## Doel van de interventie

Programma Alternatieve Denkstrategieën (PAD) is een bewezen effectief preventieprogramma voor leerlingen van groep 1 t/m groep 8 gericht op het voorkomen van gedragsproblemen door hun sociaal-emotionele competenties te vergroten. Het programma richt zich op vier onderwerpen: zelfbeeld, zelfcontrole, emoties en het oplossen van problemen.

PAD is van oorsprong een Amerikaans programma (PATH), ontwikkeld door Greenberg et al. (1987), dat gebaseerd is op de theorie van het ABCD-model in ontwikkeling. De letter A staat voor 'affective', de letter B voor 'behavior', de letter C voor 'cognition' en de letter D voor 'dynamic'. Het model gaat ervan uit dat er een dynamische (D) wisselwerking is tussen onze gevoelens (A), onze kennis van gevoelens en sociale situaties (C) en gedrag (B).

## Voor welke groep kinderen?

PAD richt zich op alle kinderen in het regulier en speciaal onderwijs van 4 tot 12 jaar oud.



*Kijk voor meer informatie op onze website:*

[www.education-lab.nl](http://www.education-lab.nl)

# Wat moet er gedaan worden?

Het PAD-programma is een klassikaal programma dat zich richt op vier thema's: zelfbeeld, zelfcontrole, emoties en probleem oplossen. PAD kent hierbij een hiërarchische opbouw waarbij de nadruk in groep 1 t/m 3 vooral ligt op het zelfbeeld en het aanleren van zelfcontrole, in groep 4 t/m 6 op het omgaan met gevoelens en bij groep 7 en 8 ligt de focus vooral op het oplossen van problemen. Ook kent PAD een cyclische opbouw, waarbij onderwerpen die al eerder aanbod zijn gekomen steeds terugkomen.

## ***Zelfbeeld***

Deze lessen gaan voornamelijk over het ontvangen en geven van complimenten. Onderdeel hiervan is 'Het PAD-kind van de dag'. Ieder kind komt aan de beurt om één dag in de belangstelling te staan. Klasgenoten geven complimenten aan de leerling en de leerling ontvangt aan het eind van de dag complimenten van de leraar, twee zelfgekozen klasgenoten en zichzelf.

## ***Zelfcontrole***

In deze lessen worden gedragsalternatieven aangeleerd om ingeslepen impulsieve reacties tegen te gaan. Dit gebeurt aan de hand van dierenverhaaltjes met behulp van onder meer twee schildpad-handpoppen. Om met situaties om te gaan waarbij er heftige emoties ervaren worden, wordt de volgende techniek aangeleerd: (1) Zeg STOP tegen jezelf. (2) Haal diep adem en houd de armen kruislings voor de borst. Dit wordt 'padden' genoemd. (3) Praat erover met de leerkracht.

## ***Emoties***

Leerlingen leren tijdens deze lessen om hun emoties verbaal uit te drukken. Hierbij gebruikt iedere leerling emotiekaartjes: drie of vier keer per dag zetten leerlingen een emotiekaartje in een houten blokje neer. Dit kaartje weerspiegelt hun gevoel op dat moment.

## ***Oplossen van problemen***

In deze lessen wordt de stoplichtmethode geleerd om problemen op te lossen. Rood: stop, word rustig; oranje: wat is er aan de hand?; groen: probeer je oplossing uit. Ook is er bijvoorbeeld een 'vraag en antwoord doos' of 'oplosbox' waarin kinderen een briefje kunnen stoppen met een eigen probleem, dat ze graag met de klas of met de leraar zouden willen bespreken.

Voor de effectiviteit van het programma is het belangrijk dat alle voorgeschreven lessen ook daadwerkelijk worden gegeven. Daarnaast is het belangrijk dat de lessen waarin de PAD-principes (zoals 'PAD-kind van de dag' of de stoplichtmethode) worden geïntroduceerd en volgens de beschreven richtlijnen aan de leerlingen worden aangeboden. Leraren worden daarnaast aangemoedigd om dagelijks tijd te besteden aan praktijkoefeningen op basis van de behandelde lesstof (10 à 20 minuten per dag).

## Wat is hiervoor nodig?

Leerkrachten worden opgeleid door PAD-projectbegeleiders van het Seminarium voor Orthopedagogiek van de hogeschool Utrecht. Het scholingstraject heeft gemiddeld 20 contacturen, met daarin een informatiebijeenkomst, twee trainingdagen en een terugkombijeenkomst.

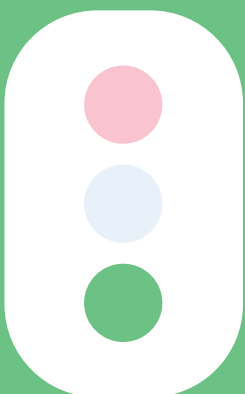
Het benodigde materiaal om PAD te implementeren op school is na afronding van het PAD-traject te bestellen:

- Werkboeken voor de leraren van groep 1/2, 3, 4, 5, 6, 7 en 8
- Handleiding en werkbladen
- Doosjes met 24 emotiekaartjes per leerling
- Emotiekaarten klassen set
- PAD-handpoppen (schildpadden: 1 groot, 1 klein)

Sommige materialen worden ook digitaal aangeleverd. Voor meer informatie klik [hier](#).

## Wie voert het uit?

Leerkrachten



## Hoe lang duurt de interventie?

PAD wordt geïmplementeerd in het curriculum van de school en bestaat uit 161 klas-sikale lessen die verdeeld zijn over acht leerjaren. Het programma is dus niet ontwik-keld om slechts in één groep te implementeren, maar om schoolbreed in te zetten. De lessen duren 30-45 minuten en worden gemiddeld één of twee keer per week gegeven. Daarnaast wordt er dagelijks geoefend met wat er tijdens de les geleerd is.

## Waar moet je op letten?

Het programma wordt uitgevoerd door de leraar, dus het is belangrijk dat leraren over bepaalde competenties beschikken of deze ontwikkelen. Dit zijn vaardigheden als gesprekken kunnen voeren met kinderen over emoties en gedrag, de eigen emoties kunnen en durven uiten in de klas, voorbeeldgedrag tonen m.b.t. het omgaan met heftige emoties (zelfcontrole), in staat zijn complimenten te geven en te ontvangen en in staat zijn om de lesinhoud te vertalen naar de praktijk van alledag.

Het programma wordt ingevoerd op de gehele school dus het is belangrijk dat er bij het hele schoolteam genoeg motivatie is voor het programma. Daarnaast moeten leraren er wekelijks aandacht aan besteden, omdat anders de implementatiegraad van het programma te laag is om effecten te zien.

## Wat zijn de kosten?

De kosten om PAD te implementeren bestaan uit twee elementen: de training en het materiaal.

- PAD-training voor leraren: €5.400,-
- Materiaal:
  - » Werkboeken voor alle klassen (groep 1/2, 3, 4, 5, 6, 7 en 8): €350,-
  - » Doosjes met de emotiekaarten: €10,- per leerling
  - » De handpoppen: €30,- voor de kleine en €55 voor de grote schildpad

# Welke uitkomsten kunnen we verwachten?

Uit effectonderzoek blijkt dat je positieve veranderingen kunt verwachten in de sociaal-emotionele ontwikkeling van leerlingen en in opstandig gedrag en gedragsproblemen. De effecten zijn over het algemeen klein tot gemiddeld.

Daarnaast kunnen in het reguliere en speciaal basisonderwijs de totale en de proactieve agressie bij jongens afnemen en kunnen leerlingen meer pro-sociaal gedrag vertonen.

## Bronnen

Deze praktijkkaart is gebaseerd op de NJi Databank Effectieve Jeugdinterventies: [Programma Alternatieve Denkstrategieën \(PAD\) | Nederlands Jeugdinstituut \(nji.nl\)](#)

Meer informatie over Programma Alternatieve Denkstrategieën (PAD) is te vinden op de website van de aanbieder: <https://www.hu.nl/deeltijd-opleidingen/programma-alternatieve-denkstrategieen---pad>

Gooren, E.M.J.C. (2012). Peers Matter: Social Problems in Kindergarten and the Development of Psychopathology. Proefschrift Vrije Universiteit Amsterdam. Amsterdam: Vrije Universiteit.

Greenberg, M.T., Kusché, C.A., Calderon, R. & Gustafson, R. (1987). The PATHS Curriculum. Seattle: University of Washington Press.

Haster, M., Blok, H., Overveld, K. van, & Oostdam, R. (2015). Preventie van gedragsproblemen bij leerlingen in het basisonderwijs. Effecten van Taakspel en Taakspel-plus-PAD. Tijdschrift voor Orthopedagogiek, 54, 506-516

Korpershoek, H., Kuijk, M.F. van, Harms, G.J., Boer, H. de & Doolaard, S. (2014). Effectieve strategieën en programma's voor klassenmanagement in het primair onderwijs. Handreikingen voor de onderwijspraktijk op basis van een meta-analyse. Groningen: RUG, GION Onderwijs/Onderzoek.

Louwe, J.J., & van Overveld, C.W. (2008). Een PAD naar minder agressie. De effectiviteit van het Programma Alternatieve Denkstrategieën voor jongens met ernstige gedragsproblemen in verschillende typen Nederlands primair onderwijs. Dissertatie, Universiteit Utrecht. Utrecht: Uitgeverij Agiel.

Van Overveld, C.W. (2017). Databank effectieve jeugdinterventies: beschrijving 'Programma Alternatieve Denkstrategieën'. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut. Gedownload van [www.nji.nl/jeugdinterventies](http://www.nji.nl/jeugdinterventies)

Paulussen, Th.(2008). Trial implementation of the PAD curriculum in Dutch primary education. Eindverslag ZonMw.

Seminarium voor Orthopedagogiek (n.d.). Cursus Programma Alternatieve Denkstrategieën (PAD). Hogeschool Utrecht. Geraadpleegd op 13-2-2023 van <https://www.hu.nl/deeltijd-opleidingen/programma-alternatieve-denkstrategieen---pad>

