

Praat-tool voor bevers en welpen

Hulpmiddel voor boze, bange, verdrietige of gefrustreerde kinderen



Niemand vindt het leuk om boos te zijn. Het is wel heel normaal. Het is belangrijk dat we met z'n allen het goede voorbeeld geven en kinderen leren omgaan met een boos gevoel. Heb je soms moeite om in gesprek te gaan met het boze kind? Lees dan deze praat-tool zorgvuldig door. Pas vervolgens de kennis toe in het gesprek met het boze kind.



Voor dat je een gesprek aan gaat met een boos kind: zorg EERST ervoor dat het kind rustig is. Deze rust kun je creëren door bijvoorbeeld de huidige situatie te verlaten, door zelf rustig te blijven en te bevestigen dat de situatie vervelend is.

Opdeling van de gesprekken

Het gesprek is opgedeeld in verschillende stappen. Deze stappen komen in elk gesprek terug.

Luister



Het is belangrijk om altijd te luisteren naar kinderen. Jij kan zelf misschien denken dat het allemaal wel meevalt, maar de beleving van een kind kan heel anders zijn. Wanneer je goed luistert leer je het kind te begrijpen. Je kan zo ook beter een oplossing vinden voor het probleem.

Bevestig



Nadat je geluisterd hebt, geef je een bevestiging. Wanneer een gevoel gevalideerd wordt kan een kind ook weer rustiger worden.

Herhaal



Probeer door vragen te stellen er achter te komen wat er aan de hand is. Herhaal het verhaal en vraag of je het verhaal goed begrepen hebt. Een kind leert zichzelf dan beter te begrijpen. Jij kan vervolgens woorden geven aan het gevoel.

Maak afspraken



Afspraken of consequenties zorgen ervoor dat het misschien niet nog een keer gebeurt. Laat het kind ook zelf nadenken over oplossingen. Als het kind iets doet wat niet mag, geef dan geen 'straf' maar logische consequenties. Zo leert het kind dat er aan acties consequenties zitten.

DEEL 1: VERLIEZEN

Ga na wat er gebeurd is

Het is handig om te weten wat er gebeurd is vóórdat het kind boos werd. Vermijd hierbij 'waarom'-vragen. Het kan streng overkomen, hierdoor kunnen kinderen dichtslaan. Op basis van de oorzaak kan je besluiten hoe je het gesprek afhandelt. Om erachter te komen wat er gebeurt is kan je de volgende stappen gebruiken:

Luister



Stel vragen als:
"Wat is er gebeurd?"
"Hoe komt het dat je boos bent?"

Bevestig



Je kan zeggen:
"Ik begrijp dat je daarom boos bent geworden."

Herhaal



Benoem ook het gevoel:
"Je bent dus boos door..., klopt dit?"

IK WIN NOOIT

Verliezen is niet leuk. Het gemiddelde mens kan vaak slecht tegen verliezen. Verwacht dan ook dat kinderen boos worden als ze verliezen. Het is belangrijk om goed te luisteren. Ze moeten nog leren om te gaan met verlies. Toon hierbij begrip.

Vraag aan het kind: "Mag je balen als je verliest?"



Vraag aan het kind:
"Heb je zelf een oplossing voor dit boze gevoel?"

Help door voorbeelden te geven:

- Een extra rondje rennen.
- Tot tien tellen.
- Even toekijken.

Maak een afspraak voor de volgende keer.



Spreek af dat het kind altijd bij jou terecht kan om frustratie kwijt te raken. Hierbij kan je zeggen: "Ik vind je toch wel leuk" "Ik blijf je toch wel lief vinden."



Tuurlijk mag je balen als je verliest. Het is alleen niet de bedoeling om anderen mee te nemen in de frustratie. Het beste is om samen met het kind een oplossing te vinden.

DEEL 2: ZELFSTANDIGHEID

Ga na wat er gebeurd is

Het is handig om te weten wat er gebeurd is vóórdat het kind boos werd. Vermijd hierbij 'waarom'-vragen. Het kan streng overkomen, hierdoor kunnen kinderen dichtslaan. Op basis van de oorzaak kan je besluiten hoe je het gesprek afhandelt. Om erachter te komen wat er gebeurt is kan je de volgende stappen gebruiken:

Luister



Stel vragen als:
"Wat is er gebeurd?"
"Hoe komt het dat je boos bent?"

Bevestig



Je kan zeggen:
"Ik begrijp dat je daarom boos bent geworden."

Herhaal



Benoem ook het gevoel:
"Je bent dus boos door..., klopt dit?"

IK KAN HET NIET

Een onderdeel van ontwikkeling is leren zelfstandig te zijn. Iets nieuws leren is dan ook een uitdaging en kan soms frustrerend zijn. Het kan zijn dat een kind een spel niet snapt, veters strikken te lang duurt of het kind wil niet geholpen worden. Heb vooral geduld.

Vraag aan het kind: "Is er misschien een andere manier om dit probleem op te lossen?"



Je kan aanbieden om het samen te doen. Maak hierbij van een grote taak kleine taakjes. Begeleid het kind door de kleine stapjes uit te leggen.

Benadruk dat het kind altijd om hulp mag vragen.



Wanneer je klaar bent kun je de zelfverzekerdheid nog een oppepper geven door een compliment te geven.

Bij oudere kinderen kun je ook nog aangeven wat minder goed is gegaan. In een vorm van positieve feedback.

DEEL 3: PESTEN

Ga na wat er gebeurd is

Het is handig om te weten wat er gebeurd is vóórdat het kind boos werd. Vermijd hierbij 'waarom'-vragen. Het kan streng overkomen, hierdoor kunnen kinderen dichtslaan. Op basis van de oorzaak kan je besluiten hoe je het gesprek afhandelt. Om erachter te komen wat er gebeurt is kan je de volgende stappen gebruiken:

Luister



Stel vragen als:
"Wat is er gebeurd?"
"Hoe komt het dat je boos bent?"

Bevestig



Je kan zeggen:
"Ik begrijp dat je daarom boos bent geworden."

Herhaal



Benoem ook het gevoel:
"Je bent dus boos door..., klopt dit?"

JA MAAR ZIJ

Pesterijen. Een erg lastig onderwerp. Het is belangrijk om er achter te komen of het gaat om bewust pesten, plagen of om een wisselwerking van gebeurtenissen. Bij bewust pestgedrag is het advies om een pestprotocol te handhaven.



Pesten gaat vaak over het conflict tussen twee of meerdere kinderen. In de meeste gevallen komt het van twee kanten of dit nou eerlijk is of niet. Luister daarom goed naar het verhaal van beide kanten.

Herhaal het verhaal, vraag ook of het klopt wat je zegt. Je kan vragen: "Wat kunnen we doen om deze situatie op te lossen?"



Maak afspraken wat ze kunnen doen als het nog een keer gebeurt. Bijvoorbeeld naar jou toe komen. Je kan ook afspreken dat ze bij elkaar uit de buurt blijven.



Stel een consequentie, bijvoorbeeld: Als het nog een keer gebeurt kan je niet meedoen met het spel, moet je helpen afwassen of gaan we in gesprek over pesten.

Als kinderen beseffen dat ze iets niet goed of niet aardig hebben gedaan, laat ze dan sorry zeggen.

Ga na of de kinderen begrepen hebben wat er afgesproken is.



DEEL 4: OVERPRIKKELING

Ga na wat er gebeurd is

Het is handig om te weten wat er gebeurd is vóórdat het kind boos werd. Vermijd hierbij 'waarom'-vragen. Het kan streng overkomen, hierdoor kunnen kinderen dichtslaan. Op basis van de oorzaak kan je besluiten hoe je het gesprek afhandelt. Om erachter te komen wat er gebeurt is kan je de volgende stappen gebruiken:

Luister



Stel vragen als:
"Wat is er gebeurd?"
"Hoe komt het dat je boos bent?"

Bevestig



Je kan zeggen:
"Ik begrijp dat je daarom boos bent geworden."

Herhaal



Benoem ook het gevoel:
"Je bent dus boos door..., klopt dit?"

IK WIL HET NIET

Rust, reinheid en regelmaat. Dit is waar een kind vaak sterk behoefte aan heeft. Het is niet altijd mogelijk om dit altijd voor elkaar te krijgen. Het kind wordt moe, chagrijnig en soms boos. Dit kan komen door overprikkeling. Heb vooral veel geduld.

Zoek een rustige omgeving. Geef een keuze. Bijvoorbeeld: "Wil je even naar binnen of wil je hier blijven?"

Bevestig het gevoel bijvoorbeeld: "Het ging even niet zoals je verwacht had?" "Het liep toch even anders, dat is vervelend."

Vraag hoe het opgelost kan worden of waar een kind behoefte aan heeft.



Maak afspraken.
Bijvoorbeeld: Wat het kind kan doen als het weer overprikkeld raakt of waar het kind heen kan.

Wanneer je klaar bent kun je de zelfverzekerdheid nog een oppepper geven door een compliment te geven.



Optioneel: Leg bij alles wat je doet uit wat je gaat doen of wat je gaat zeggen. Als het kind iets moet uitvoeren maak de taakjes zo specifiek mogelijk. Heb hierbij geduld.