

Bijeenkomst 14

Zeggen dat je last hebt van een ander

Doelen:

- De kinderen richten zich op de ander door goed te kijken of iemand iets expres of per ongeluk doet.
- De kinderen weten hoe te reageren als ze last hebben van een ander

Benodigdheden:

- affiche met programma
- affiche met leerpunten: wat kun je doen als je last hebt van iemand?
- individuele werkpunten
- TES: bekertjes met naam, fiches, snoep en kleine cadeautjes
- oefenbrieven
- oefenopdrachten
- tekeningen
- stickers
- kaarten die aanpakken, wegkruipen en knokken weergeven
- oefenladder
- het gezelschapsspel: mens-erger-je-niet
- limonade
- krukjes voor de ouders

1 Binnenkomst (2 minuten)

Eén van de trainers haalt de kinderen uit de wachtkamer en zorgt dat de kinderen kalm naar de trainingsruimte lopen zodat de training rustig en ontspannen kan beginnen. De andere trainer is al in de trainingsruimte en begroet elk kind individueel bij binnenkomst.

2 Bijpraten (10 minuten)

Voordat er met het bijpraten wordt begonnen, is het van belang ieder kind nog even zijn werkpunt te laten opnoemen. Daarna krijgen de kinderen om de beurt de gelegenheid iets te vertellen over wat ze de afgelopen week hebben meegemaakt. De trainers bekrachtigen de (geleerde) sociale vaardigheden en met name de gerichtheid op de ander.

3 Oefenopdracht (10 minuten)

Als het nodig is, delen de trainers de groep op in twee subgroepjes zodat de bespreking rustiger en sneller verloopt. Alle kinderen krijgen een beurt om hun oefenopdracht uit hun map voor te lezen. De trainers betrekken de andere kinderen hierbij door te vragen of zij de voorbeelden herkennen. Tevens kunnen de leerpunten van de vorige keer herhaald worden. Wanneer alle kinderen hun opdracht besproken hebben, mogen ze een vakje inkleuren op de oefenladder. Als de kinderen het niveau van een beloning op de oefenladder hebben behaald, wordt er een nieuwe streep gezet op de oefenladder. Hiermee wordt aangegeven wanneer de kinderen weer een beloning kunnen verdienen met het maken van hun oefenopdrachten. De kinderen krijgen hun beloning tijdens het spel of bij de limonade later in de training.

Wanneer de oefenopdrachten in twee subgroepjes besproken zijn, is het belangrijk om plenair en op een positieve manier terug te koppelen hoe de kinderen de opdrachten gemaakt hebben.

4 Het verhaal (2 minuten)

Jeroen kijkt naar een spannende aflevering van pokémon (jetix of een ander programma) op de televisie. In de kamer spelen Anne en een vriendinnetje met de gameboy. Ze hebben veel plezier en maken veel lawaai. Jeroen ergert zich eraan en net als er een heel spannend stukje komt, schreeuwen Anne en haar vriendin zo hard dat hij niets meer kan verstaan. Nu snapt Jeroen niet goed meer waar het over gaat. Hij wordt er een beetje boos van en bedenkt hoe hij Anne kan zeggen dat hij last heeft van het lawaai. Hij wil heel graag de aflevering van pokémon afkijken en hij zegt daarom op een rustige maar duidelijke manier dat hij last van ze heeft. Hij zegt dat hij last van ze heeft en vraagt of ze misschien ergens anders kunnen gaan spelen. Anne stelt haar vriendinnetje voor dat ze op haar kamer verder gaan spelen want dan hoeven ze geen rekening met Jeroen te houden. Nu kan Jeroen rustig het televisieprogramma uitkijken.

5 Raden maar! (1 minuut)

De kinderen wordt gevraagd waar het verhaal van Jeroen en Anne over ging. In principe is alles goed wat ze zeggen. Er gebeurt uiteindelijk van alles in het verhaal. Voor de trainers is het belangrijk om concrete vragen te stellen, zodat de kinderen uiteindelijk op de bedoelde vaardigheid uit komen. Voor de trainers is het belangrijk om te vragen of Anne en haar vriendinnetje per ongeluk of expres zoveel lawaai maakten.

6 Uitleg (5 minuten)

“Als er iets (vervelends) gebeurt, is het belangrijk om te bedenken wat je gedachte is bij deze gebeurtenis en wat je daarbij voelt. Het is vooral belangrijk om eerst even na te denken als iemand iets vervelends zegt of doet, voordat je reageert.

Het is hierbij goed om te bedenken of iemand iets expres of per ongeluk doet. Als iemand iets expres doet, weet hij dat hij het gaat doen om jou lastig te vallen. Maar als iemand iets per ongeluk doet, was het niet zijn bedoeling om jou last te bezorgen.” Bespreek vervolgens met de kinderen welke voordelen het heeft om op een adequate manier te zeggen dat je last hebt van een ander: Je krijgt minder snel ruzie, je voelt je zelf beter, anderen vinden je aardiger.

Het bovenstaande voorbeeld en de tekening bij deze trainingsbijeenkomst kan helpen om dit onderscheid te bespreken.

Leerpunten bij ‘zeggen dat je last hebt van een ander’:

- Bedenk dat de ander iets per ongeluk kan doen.
- Zeg dat je last hebt van de ander.
- Vertel waar je last van hebt en waarom.
- Vraag of de ander wil stoppen.

Je kunt hierbij ook de Stop-Denk-Doe gebruiken: Je zegt ‘Stop’ tegen jezelf als je last hebt van iemand. Je Denkt na: gebeurde het expres of per ongeluk? Als het per ongeluk gebeurde bedenk je wat je nu zou kunnen doen: Op welke manier kan ik het beste zeggen dat de ander

moet stoppen? Je gaat het dan ook zo Doen. Je zegt dan op de Sova-manier dat je last hebt van iemand.

Met de kinderen wordt ook aanpakken, wegkruipen en knokken besproken. "Er zijn kinderen die eigenlijk niets durven te zeggen of gaan huilen wanneer ze last van iemand hebben. Dit noemen we *wegkruipen*. Er zijn ook kinderen die heel boos reageren en direct gaan schreeuwen of slaan. Soms reageren hun boosheid ook op iemand anders af. Dit noemen we *knokken*. Dit zijn beide geen goede manieren van reageren. *Aanpakken* is de juiste manier: je zegt dan op een duidelijke manier waar je last van hebt en waarom. Je vraagt of de ander er mee wil stoppen".

7 Oefenmogelijkheden (5 à 10 minuten)

De kinderen mogen zelf een voorbeeld vertellen waarbij ze last hadden van een ander kind. Ze vertellen hoe ze dit graag zouden willen oplossen of misschien al opgelost hebben. Deze voorbeelden worden in een rollenspel nagespeeld zodat de kinderen de vaardigheid kunnen oefenen. Ook hier is het weer belangrijk dat ze beginnen met: "Ik heb er last van dat je...".

Extra oefenmogelijkheden (5 minuten)

De kinderen spelen het spel mens-erger-je-niet. Eén van de trainers speelt de stoorzender zoals vals spelen, de dobbelsteen over het speelbord gooien, niet opletten. Telkens krijgt één van de kinderen de beurt om op een goede manier te zeggen dat hij daar last van heeft. Dit is de aanpak-manier. Daarna krijgen ze om de beurt de opdracht om op een wegkruip-manier te laten blijken dat ze er last van hebben of op een knokkerige manier. Kinderen vinden het ook leuk om zelf stoorzendertje te spelen. De ene trainer neemt het kind dat het spel gaat verstoren even apart en bespreekt de manier van het spel verstoren. De andere trainer geeft één van de kinderen uit de groep de opdracht om te reageren en bespreekt dit met hem voor. De andere kinderen krijgen de opdracht te letten op de leerpunten die hij gebruikt. Belangrijk hierbij is om goed aan de kinderen uit te leggen dat het een rollenspel is, dat ze niet echt geplaagd worden zodat er voldoende veiligheid is in de groep.

8 Spel (5 minuten)

Omdat bovenstaande oefening en het spel veel tijd in beslag nemen, is er geen tijd meer voor een ander spel. Eén van de trainers doet tijdens het oefenen de nieuwe oefenbrieven, oefenopdrachten en tekeningen in de mappen van de kinderen.

9 Limonade en stickers (5 minuten)

De kinderen mogen een sticker uitzoeken omdat ze zich aan de regels hebben gehouden of omdat ze iets anders goed hebben gedaan. Het is belangrijk om bij ieder kind te benoemen waarom hij of zij een sticker heeft verdiend. De trainers delen limonade uit. Tevens mogen de kinderen die voldoende fiches hebben verdiend, de fiches inwisselen voor iets lekkers (3 fiches) of een klein kadootje (10 fiches).

10 Oefenbrief bespreken met kinderen en ouders (10 minuten)

- Voorbereiding: De trainers bespreken met de kinderen wie wat gaat lezen of vertellen over de training aan de hand van de oefenbrief. Daarna haalt één van de kinderen samen met één van de trainers de ouders op. De kinderen zetten alvast de krukjes voor de ouders naast hun stoel.

- Oefenopdracht: De kinderen vertellen samen met de trainers aan de ouders wat er geoefend is in de training en wat de opdracht is voor de komende week: Probeer deze week op een goede manier te reageren wanneer je last hebt van een ander.
- Stop-Denk-Doe: De trainers benadrukken nogmaals dat het belangrijk is om thuis en op school de geleerde vaardigheid te oefenen en daarbij gebruik te maken van Stop-Denk-Doe.