

Bijeenkomst 9

Feestelijke herhaling

Doel:

De kinderen kunnen de 5 G's en de Helpende Gedachte toepassen in verschillende situaties.

Benodigheden:

- Whiteboard en stiften
- Kaarten met de 5 G's
- Affiche met het programma
- Oefen- en ondersteuningsbrieven en tekeningen
- Limonade
- Spel
- Stickers
- Pen en papier
- Zes tot acht kleine cadeautjes
- Krukjes voor de ouders

Welkom

De kinderen worden opgehaald uit de wachtruimte door één van de trainers. De trainer zorgt er voor dat de kinderen rustig mee lopen naar de trainingsruimte. Als de kinderen binnenkomen, worden ze welkom geheten. Hun meegebrachte oefenmappen leggen ze onder hun stoel. Als iedereen zit, wordt verteld dat deze bijeenkomst zal bestaan uit bijpraten, de oefenopdracht bekijken, een quiz spelen en tot slot een spel doen. De kinderen hebben allemaal wat lekkers meegenomen en er wordt besproken wie wat wanneer trakteert.

1 Bijpraten (10 minuten)

De trainer vraagt aan de kinderen hoe het deze week gegaan is, thuis en op school. De bedoeling van deze vraag is om enerzijds de kinderen de overgang van de vrije situatie naar de training te kunnen laten maken en om ze anderzijds weer in herinnering te brengen waar het de vorige keer over ging en hoe ze hiermee geoefend hebben. Als het geheugen weer is opgefrist wordt er over gegaan naar het volgende punt.

2 Oefenopdracht bespreken (15 minuten)

De kinderen lezen om de beurt een Gebeurtenis voor. De kinderen die niet goed kunnen lezen, worden door de trainers geholpen. Het is de bedoeling dat de kinderen naar elkaar luisteren. De trainers bewerkstelligen dit door tussendoor vragen te stellen aan andere kinderen over de oefenopdracht die voorgelezen wordt. Bijvoorbeeld: "Heb jij ook wel eens zoiets meegemaakt?" Of: "Hoe zou jij het hebben opgelost?" De kinderen die hun oefenopdracht helemaal gemaakt hebben, mogen een trede van de oefenladder inkleuren. Na het bespreken van de oefenopdrachten vragen de trainers de kinderen wat ze vinden dat ze van de training geleerd hebben.

3 Quiz (20 minuten)

Er wordt een quiz gespeeld waarin de geleerde vaardigheden nog eens herhaald worden. De quizvragen worden gesteld door één van de trainers en de kinderen mogen hun antwoorden geven.

Behandelend trainen 2009

opschrijven. Nadat alle vragen zijn gesteld, lezen de kinderen per vraag hun antwoord voor. Eén van de trainers beoordeelt de antwoorden, de andere trainer schrijft de gegeven punten op het whiteboard. Het kind met de meeste punten mag als eerste een cadeautje kiezen. Daarna het kind dat als tweede is geëindigd, enzovoort.

Vragen

1. Wat zijn de 5 G's?
2. Welke G is altijd de baas?
3. Welke vier gevoelens met een 'B' ken je?
4. Op welke drie manieren kun je je gedragen?
5. Wat kan je tegen jezelf zeggen wanneer je Boos, Bang of Bedroefd voelt worden?
6. Geef een voorbeeld van een Helpende Gedachte.
7. Wat kan je denken als je niet bij iemand mag logeren?
8. Wat kan je denken als je wilt gaan zwemmen en het zwembad is dicht?
9. Wat kan je denken als iemand tegen je aanduwt?
10. Wat kan je doen om je goed te voelen?

Antwoorden:

1. Gebeurtenis, Gedachte, Gevoel, Gedrag en Gevolg.
2. Gedachte.
3. Blij, Boos, Bang en Bedroefd.
4. Wegkruipen, Knokken en Aanpakken.
5. Stop!
6. Bijvoorbeeld: 'volgende keer beter', 'laat ze maar praten' of 'ik heb in ieder geval m'n best gedaan', enzovoort.
7. Een passend voorbeeld van een Helpende Gedachte.
8. Een passend voorbeeld van een Helpende Gedachte.
9. Een passend voorbeeld van een Helpende Gedachte.
10. Aan leuke dingen denken, iets gaan doen wat je leuk vindt, de Glimlachlijst bekijken, een compliment aan jezelf of iemand anders geven en op leuke dingen letten.

Puntentelling:

Fout= 0 punten

Voldoende= 1 punt

Goed= 2 punten

4 Spel en limonade (10 minuten)

Als afsluiting wordt er een spel gespeeld. De bedoeling hiervan is de kinderen te laten ontspannen en de bijeenkomst positief af te sluiten.

5 Stickers (2 minuten)

De kinderen krijgen op hun stickerblad een sticker als ze goed hun best gedaan hebben en zich aan de regels hebben gehouden. Bij het uitdelen van de stickers vertelt de trainer wat het kind goed heeft gedaan in concrete gedragstermen.

6 Napraten met de ouders (15 minuten)

Tot slot mag één van de kinderen met een trainer naar de wachtkamer gaan om de ouders op te halen. Vervolgens vertellen de kinderen aan de ouders, door middel van vragen van de trainers, waar we het in de bijeenkomst over hebben gehad. Er wordt met de ouders besproken hoe het oefenen thuis is verlopen en of er problemen waren met het maken van de oefenopdracht. Ook wordt de ouders gevraagd of er vragen zijn met betrekking tot de training en de vorige bijeenkomst in het bijzonder. De ouders worden gewezen op de negende ondersteuningsbrief en de informatie voor de leerkracht. Tenslotte maken de trainers afspraken voor het evaluatiegesprek met de ouders en hun kind en wijzen ze de ouders op de terugkombijeenkomst die binnen drie maanden na afloop van de training plaats zal vinden.