

Stilstaan bij kinderen

Ze voelen het verschil



Sometimes when I consider what tremendous
consequences come from little things,
I am tempted to think there are no little things.

BRUCE BARTON

Stilstaan

Kinderen die talenten ontdekken en veerkracht tonen. Prachtig toch. Je gunt het ieder kind. In deze hectische tijd is er veel aandacht voor kennis, inhoud en leren. En dit gaat natuurlijk beter als je ook aandacht hebt voor het kind zelf. Echte aandacht. Vaak schiet dit erbij in: we zijn te druk. Je kent het wel: de waan van de dag.

In dit e-book vind je dan ook tips en handreikingen. Om af en toe stil te staan bij de kleine dingen die voor kinderen (en jezelf) het verschil maken. Stilstaan bij de kansen die zich elke dag voordoen. Om ze te zien en om vervolgens in actie te komen. Daar draait het om.

Onderwerpen

- Een goed gevoel en inspiratie
- Veerkracht en copingstijl
- Complimenten en sprankelmomentjes
- Ouders en school
- De kracht van leuke vragen en talent
- Positieve Mindset en Proeftuintjes
- Positieve driehoek en boekentip

Veel succes als je de kansen ziet en benut.

Small is beautifull



Een goed gevoel en positieve inspiratie

Spreuken

Ben je er klaar voor? Dan starten we met enkele spreuken voor een goed gevoel en positieve inspiratie. Daar komen ze:

- Word nieuwsgierig naar wat er allemaal goed kan gaan.
- Alles wat je nodig hebt, zit al in je.
- Loslaten is het begin van een nieuw leven.
- Zie een fout maken als een kans om het de volgende keer juist te doen.

Boekentip

De glimlach van een kind; 52 gelukslessen voor ouders en kinderen (David de Kock en Arjan Vergeer). Glimlach van een Kind is een geluksboek om je kinderen te helpen met een gelukkig leven. Vol vertrouwen, verbinding en vreugde. En het allerleukste: je gaat echt samen met je kind aan de slag met bijzondere invuloefeningen, tekenbladen en uitscheur-vellen uit het boek.

Je vindt 'm hier:

<https://lnkd.in/eDinEyAq>



Veerkracht en copingstijl

Veerkracht-vragen

Waarom is veerkracht belangrijk? Veerkracht helpt je met moeilijke situaties om te gaan, je werk te blijven doen en overeind te blijven. Wist je dat je veerkracht kunt trainen? Met de onderstaande **drie veerkracht-vragen** maak je **voor jezelf als ouder en als leerkracht** een mooi begin.

Terugkijkend op de afgelopen maand:

- Wanneer was ik trots op mezelf?
- Wat heb ik gedaan toen ik een lastig probleem had?
- Wat zijn kleine dingen die me blij zullen maken op een lastig moment?

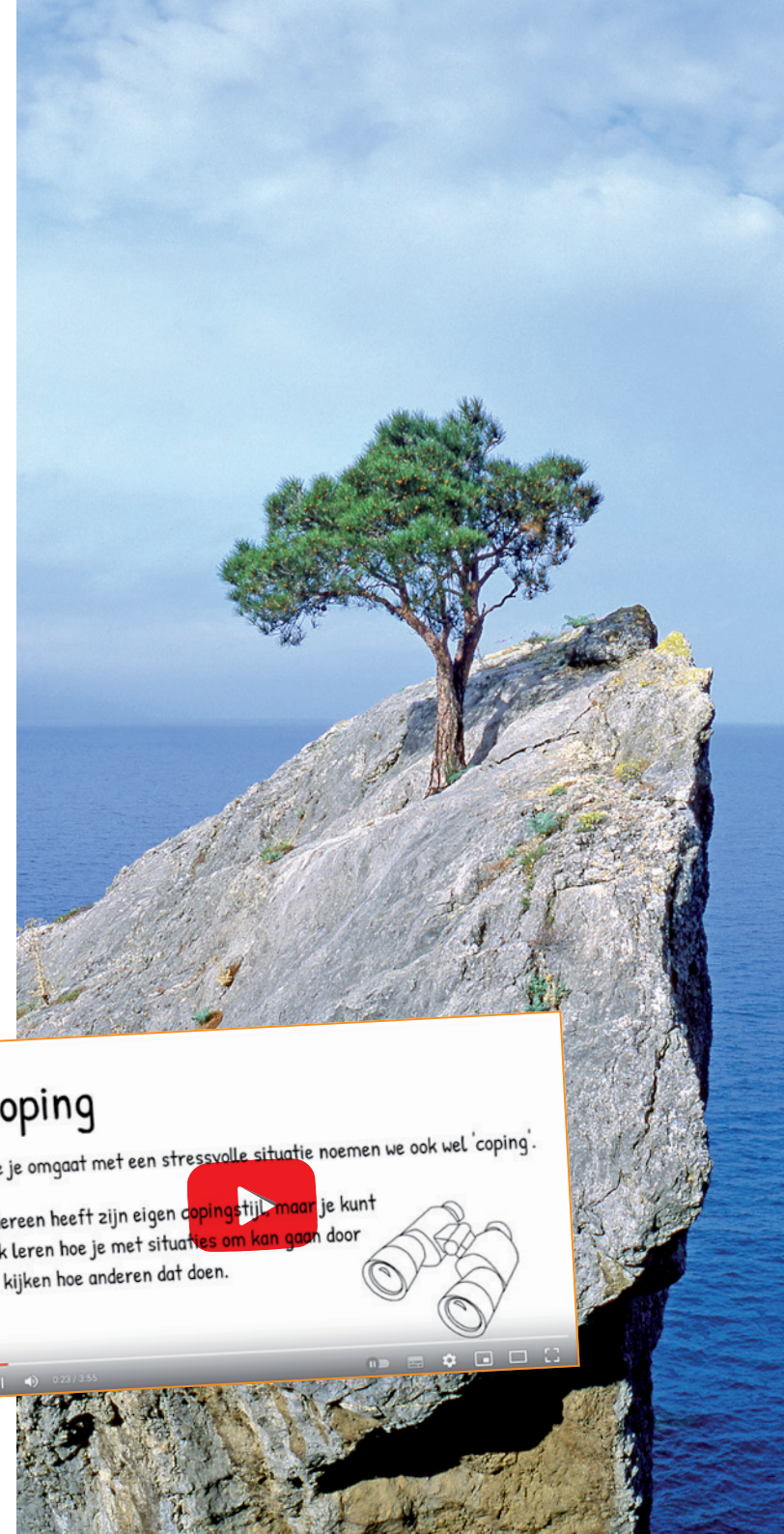
Copingstijl

Ook bij stressvolle situaties is veerkracht belangrijk. Iedereen gaat op zijn eigen manier met stressvolle situaties om (copingstijl). Dat is heel normaal. We kunnen ook van elkaar leren en onze copingmechanismen uitbreiden. Dat stimuleert veerkracht. Als mensen elkaar de ruimte geven om de dingen te doen die bij hen passen, dan helpt dat iedereen.

Het volgende filmpje gaat over de verschillende copingstijlen, hoe je ze herkent en dat je ze kunt uitbreiden door van anderen te leren:

Je vindt 'm hier:

<https://lnkd.in/ehPfbFCU>



Coping

Hoe je omgaat met een stressvolle situatie noemen we ook wel 'coping'.

Iedereen heeft zijn eigen copingstijl, maar je kunt ook leren hoe je met situaties om kan gaan door te kijken hoe anderen dat doen.



Complimenten en sprankelmomentjes

Complimenten

Sta eens stil bij de complimenten die je aan je kind(eren) en je leerlingen geeft.

Ga verder dan 'Goed zo' en 'Prima' en vertel ook dat je trots bent op wat het kind heeft gedaan, benadruk het talent en vraag naar het proces:

- Je bent alweer een stapje verder!
- Hoe is je dat gelukt?
- Je hebt goed gekeken hoe zij dat deed!
- Waardoor is het je deze keer wel gelukt?
- Je hebt echt je hersenen laten kraken!
- Wat heb je van hem geleerd?
- Goed dat je om hulp hebt gevraagd!
- Hoe heb je dat voor elkaar gekregen?
- Heel knap dat je het geprobeerd hebt!

Sprankelmomentjes

Waar je ook vrolijk van wordt is het (laten) delen van sprankelmomentjes. Start een les of de dag thuis met iets positiefs: een sprankelmomentje (hier werd je blij van of het gaf jouw energie). Met een sprankelmomentje ontstaat een goede sfeer omdat positieve emoties met elkaar worden gedeeld.

Hoe werkt het? Je wisselt kort met je buurman of buurvrouw in de klas (of met iemand thuis) je sprankelmoment uit. Je mag kiezen uit de afgelopen maand, week of de dag zelf. Het mag ook een bepaald onderwerp zijn.

Veel positiviteit gewenst.



Ouders en school

Geef elkaar eens een compliment

Geef vandaag **de leraar van je kind** eens een compliment. Laat de leraar zo merken dat je waardeert wat hij/zij voor jouw kind doet. Een compliment geven is een cadeautje geven.

Geef een eerlijk compliment over het proces: hoe heeft de leraar het aangepakt? Welke inzet heeft de leraar laten zien? Een paar voorbeelden:

"ik vond het fijn dat je toen ... voor mijn zoon/dochter deed"

"ik voel me echt gehoord door jou"

"het is fijn om met jou over mijn kind te praten"

Andersom kan natuurlijk ook: geef als leerkracht de ouder(s) van een kind een compliment.

Boekentip: met plezier naar school

De samenwerking tussen ouders en school is voor kinderen belangrijk. Het boek van Noëlle Pameijer is in dit kader uniek. Het beschrijft ouderbetrokkenheid vanuit het perspectief van de ouders (in plaats vanuit school). Hoe kunnen jullie als ouders bijdragen aan het schoolsucces van je dochter of zoon?

Je vindt 'm hier:

<https://lnkd.in/eRqn7Kht>



De kracht van leuke vragen en talent

Leuke vragen

Als je kind uit school komt, vraag dan naar het positieve. Stel concrete, leuke vragen, zoals:

- Wat is het leukste dat je vandaag gedaan hebt op school?
- Met wie heb je in de pauze gespeeld en wat hebben jullie gedaan?
- Heb je vandaag nog iemand geholpen?
- Waar moest je vandaag om lachen op school?

Talent

Als het gaat over talent denken kinderen en ouders vaak dat het gaat over waar je heel goed in bent. Maar talent gaat niet over het uitblinken in een bepaalde activiteit maar over elke activiteit die vanzelf gaat en die voldoening oplevert. Die maakt dat de tijd vliegt, en dat je je batterijen oplaadt. Van je talenten krijg je energie.

Wil je op een leuke manier kennismaken met talent? Dan is het leuk om prentenboeken over talent te bekijken en samen te lezen: De volgende titels zijn daarvoor heel geschikt:

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| • Pinguïns verborgen talent | • Als de geit leert zwemmen |
| • Gewoon zoals je bent | • Een ober van niks |
| • Ik ben ik en jij bent jij | • Pauwtje Pio |
| • Anna anders | |

Talent gaat over genieten, over uniek zijn, over dat het zo leuk is dat we allemaal verschillend zijn.

Voor kinderen vanaf ongeveer 8 jaar is het stripboek 'Iedereen talent' van Luk Dewulf leuk en verhelderend.



Positieve Mindset en Proeftuintjes

Een positieve mindset

Je kunt een positieve mindset bij kinderen stimuleren door deze vóór te doen en kinderen bewust maken van hun mindset.

Zeg regelmatig dingen als:

- Jij vindt het leuk om nieuwe dingen uit te proberen
- Jij oefent heel veel, dan gaat het vast een keertje lukken
- Je weet niet of je het kunt, maar je kunt het vast leren
- Door fouten te maken kun je jezelf verbeteren
- Als het niet lukt, zet jij door

Proeftuintjes

Zeker ook positief is de website proeftuintjes.nl van het SWV Passend Onderwijs Apeldoorn PO. Je vindt hier onder andere theorie, ervaringen en werkvormen als het gaat om positief passend onderwijs. Natuurlijk wordt er ook aandacht besteed aan de positieve mindset. Hierbij de link::

<https://lnkd.in/ecz7hurh>

Het SWV Passend Onderwijs Apeldoorn PO heeft samen met leerkrachten een ontwikkeltraject van 3 jaar ingezet, onder leiding van Annemieke Mol Lous, lector Passend Onderwijs en Hansje Planjer manager van de IJsselgroep. Anja Baars (directeur/bestuurder) van het samenwerkingsverband deelt de kennis en ervaring van de proeftuintjes graag via deproeftuintjes.nl



Positieve driehoek en boekentip

Positieve driehoek

Onze afsluitende werkvorm is de positieve driehoek. Dit kun je met kinderen zowel thuis als in een les doen. Het werkt als volgt: Laat je leerlingen/kind op een vel papier een driehoek tekenen. Geef daarna de volgende opdrachten:

- Denk aan iets wat je pas geleden gedaan hebt en waar je vrolijk van werd
- Schrijf of teken bij de bovenste punt van de driehoek wat je doet
- Schrijf of teken in de hoek rechtsonder wat je denkt
- Schrijf of teken in de hoek linksonder hoe je je voelt.

Laat aan het kind over of er getekend of geschreven wordt (misschien wel allebei).
Neem de tijd om erover te praten.

Idee: maak er een mooie poster van en hang deze thuis op de koelkastdeur.

Boekentip

Nog een aanrader: 'Blij met mij!' van Elke Busschots en Els Pronk. Dit is een praktisch boek voor ouders. Het gaat over het helpen van kinderen bij het opgroeien tot veerkrachtige kinderen.

Je vindt 'm hier::

<https://lnkd.in/eZW6-BBX>



Jeugdpraktijk IJsselgroep 4 - 18 jaar

Als de ontwikkeling op sociaal emotioneel terrein even stagneert, geven wij graag weer het nodige zetje. IJsselgroep onderzoekt, behandelt en begeleidt kinderen op het gebied van gedrag en leren. En dit heeft het meeste effect als kinderen geraakt worden, want dan komen ze in beweging.

Onze behandelaren en gedragswetenschappers werken aan de motivatie, het zelfvertrouwen en de houding van kinderen. Vanuit het positieve zoeken wij naar mogelijkheden en talenten. Om samen met de school, de ouders en het kind de volgende stap te zetten.

Meer informatie

Wil je meer weten over IJsselgroep, de jeugdpraktijk of de inhoud van dit E-book? Neem dan contact met ons op.



Anette Reessink

06 57 56 75 08

anette.reessink@ijsselgroep.nl



Wies Nijhof

06 23 06 62 55

wies.nijhof@ijsselgroep.nl



Ijsselgroep

Onderwijs en Zorg | Jeugdpraktijk

www.ijsselgroep-ed.nl
www.ijsselgroep-pdij.nl