Soepel leren & leven

Achtergronduitleg

Doe ik het goed? Een basisbehoefte

In de praktijk komen allerlei soorten mensen over de vloer, met verschillende vragen. Waar gaat het nou heel vaak over? Zo vaak, dat we het gemakkelijk over het hoofd zien.
Heel vaak gaat het over de vragen:

Doe ik het goed?
Ben ik goed?

Dit leeft bij kinderen, maar onder de oppervlakte ook vaak bij volwassenen. Het is echt een basis-ding.



Ontdekken wie je bent en hoe je bent, doe je in samenwerking met je omgeving.

Een kind kan niet anders leren hoe hij in de wereld kan staan, dan van de mensen om zich heen. Geaccepteerd worden, gewaardeerd worden en verbinding maken, zijn basisbehoeften waar veel onderzoek naar gedaan is. Daar zijn de geleerden het ook wel over eens, dat is ontzettend belangrijk.
De meeste ouders en opvoeders weten dat ook wel, maar soms vergeten we hoe het werkt.
We gaan er stilzwijgend vanuit dat we wel weten dat we elkaar waarderen en sturen bij als het niet soepel gaat. Maar zeker als er veel zorgen zijn, is het belangrijk om dat wat impliciet is, expliciet te maken.

Om de liefde, de waardering en het respect voor het kind, dat er altijd onzichtbaar is, zichtbaar, hoorbaar en voelbaar te maken.



Tijdens een gewone dag, horen we regelmatig wat er anders, beter of sneller moet. Dat geldt voor kinderen maar ook voor volwassenen.
Dat geldt voor kinderen die ongeveer met de middenmoot meedraaien op school, maar helemaal voor kinderen die niet in de middenmoot zitten.
Het geldt voor volwassenen, maar het geldt helemaal voor ouders en opvoeders van kinderen en nog specifieker voor ouders van kinderen die niet in de middenmoot zitten. "Dat moet je niet zo doen hoor!" of "Nou, die van jou hoor je overal bovenuit!" "Hij moet wel nog leren om.... "

Dat kan beter....

Met onze taal kunnen we heel veel doen.
** Benoemen wat goed gaat bijvoorbeeld.
"Wow, ik zie dat je heel goed probeert om op tijd klaar te zijn, het laatste stukje doen we even samen".
** Benoemen wat je wil zien.
"Fijn als je je gymshirt meteen even in de wasmand stopt"
**Elkaar bemoedigen, ook als je ziet dat het lastig is voor een ander:
"Joh, wat reageer je goed op zijn emoties" of gewoon: "Wat een schat van een kind heb je"
** "Positiviteit om niet" uitdelen, dat wil zeggen, een positieve opmerking maken, zonder dat iemand er iets voor hoeft te doen.
"Goedemorgen schat, fijn om je te zien".
** De self-fulfilling-prophecy op de goede manier inzetten:
"Yes, we gaan nu opruimen, dan zitten we allemaal op tijd op de fiets"
(in plaats van: door al dat getreuzel komen we weer te laat op school!)



Benoem positief gedrag minstens even vaak als negatief gedrag.
Dus tegenover elke opmerking waarin je zegt dat het anders moet, benoem je iets waar je blij mee bent. Of je benoemt vaker de positieve dingen, dat mag ook. De boeken van How2talk2kids gaan hier ook over. Een heet “effectief communiceren met kinderen", de ander “broers en zussen zonder rivaliteit. Ik heb ze staan in de minibieb en leen ze graag uit.

Mieke Lansbergen, Soepel Leren