

LEKKER POSITIEF!

Waarom ontploft het ene kind snel en heeft een ander een veel langer lontje? En hoe komt het dat het ene kind zonder angst nieuwe uitdagingen aangaat terwijl een ander eerst de kat uit de boom kijkt? Psycholoog Jan van der Zwan vertelt ons hoe je het vermogen van een kind tot positief gedrag kunt vergroten.

TEKST WEIJA STEFFENS FOTO'S ADOBESTOCK, ISTOCK



Deze situatie heb je vast wel eens meegemaakt: een kind wil niet meedoen met een activiteit. Het barst in woede uit, begint te schreeuwen en loopt kwaad weg. Of herken je dit voorval misschien: over een paar weken zal een kind naar de basis- of naar de middelbare school gaan. Daags ervoor begint het kind zich terug te trekken en zich af te sluiten van de rest van de groep. Dit soort voorvallen zijn voor jou als pedagogisch medewerker af en toe best lastig, want hoe reageer je op zo'n moment op de juiste manier op een kind? En wat kun je doen om dit soort situaties voor te zijn?

GEDRAG IS EEN SIGNAAL

Om daarop te antwoorden, is het goed om te weten wat er gebeurt in het brein van een kind. De hersenen sturen het kind en dus ook zijn gedrag grotendeels aan. Vaak beoordelen we vooral het gedrag van een kind en realiseren we ons te weinig hoe belangrijk daarbij de rol van het brein is. 'Terwijl het gedrag vooral een signaal is dat een kind geeft. Zeker bij heel jonge kinderen die nog niet kunnen vertellen wat ze voelen, is het belangrijk om die signalen serieus te nemen en te ontdekken waarom een kind doet zoals 'ie doet', reageert psycholoog Jan van der Zwan van Het Breinbureau. 'Soms wordt een kind overspoeld door emoties. Het kan dan niet meer goed bedenken welk gedrag wenselijk is in de betreffende situatie. Dat komt doordat het kind terugvalt op het primaire gedeelte van de hersenen, ook wel het reptielenbrein genoemd. Overkomt dit een kind, dan helpt het weinig op zo'n moment het kind een opdracht te geven ('Ruim het spelletje op'). Ook is het niet zinvol om met het kind het voorval te gaan bespreken, het kind terecht te wijzen, te straffen of te negeren. Zelf heel hard gaan praten of schreeuwen werkt helemaal averechts. Realiseer je in zo'n situatie dat een kind niet expres dit gedrag vertoont, het gaat bij wijze van spreken automatisch. Het laat vooral zien dat een kind bepaalde vaardigheden nog niet onder de knie heeft. Het

kind is nog niet in staat tot zelfregulering, het heeft zijn emoties nog niet onder controle. Is een kind boos, angstig of in de contra-
mine, dan is het aan jou om het kind te helpen uit die emotie te komen. En dat is soms een hele kunst.'

IN VERBINDING

De effectiefste manier is in verbinding blijven met het kind, weet Van der Zwan. Door kalm te blijven, rustig en zacht te praten en actief te luisteren, sus je het kind (en indirect dus ook het reptielenbrein). Je kunt bijvoorbeeld zelf benoemen dat je ziet wat het kind voelt ('Ik zie dat je erg boos bent'), herhalen wat het kind zegt en checken of je het kind goed begrepen hebt. Pas als het kind gekalmeerd en weer rustig is, kun je praten over wat er gebeurd is en bespreken hoe het kind een volgende keer in zo'n situatie kan handelen. Door het aanbieden van een alternatief vergroot je als het ware het handelingsrepertoire van een kind en daarmee zijn of haar rugzak aan ervaringen. Je zult merken dat dit meer oplevert en minder energie kost dan het voorval meteen te willen bespreken. Maar beter nog is proberen te voorkomen dat een kind in zo'n situatie terechtkomt. Helemaal vermijden kun je dat natuurlijk nooit, toch is er een aantal dingen dat je kunt proberen. 'Je kunt kinderen bijvoorbeeld voorbereiden op een situatie. Je kunt dingen van tevoren vertellen of uitleggen, plaatjes of een filmpje laten zien (bijvoorbeeld bij een excursie

DO'S & DONT'S

- Het brein van een kind is nog niet helemaal gevormd. Daardoor kan het zijn emoties en lichaam letterlijk niet altijd onder controle houden. Probeer daaraan te denken als een kind een driftbui heeft of onredelijk is. Goed om te weten: het brein is pas volgroeid als je halverwege de twintig bent.
- Probeer eens anders te kijken naar het gedrag van een kind. Niet veroordelend, maar met een open blik. Wat vertelt het gedrag jou? Welke behoefte heeft een kind? Is een kind onredelijk, wijs het dan nooit af, neem geen afstand (dus niet even laten afkoelen in de hoek), bagatelliseer zijn gevoelens niet (zeg nooit dat het niet zo erg is of dat iets wel meevalt) en houd een kind niet tegen als het weg wil / even alleen wil zijn.
- Een overvol programma of een zeer lawaaiige omgeving dragen eraan bij dat kinderen sneller moe zijn of overprikkeld raken. De kans dat ze dwars gedrag gaan vertonen, neemt dan toe. Jouw lontje is vast ook korter na een lange werkdag. Zorg daarom voor een goede balans tussen (verplichte) activiteiten, bewegen en spelen en slapen en ontspanning.
- Durft een kind iets echt niet, respecteer dat dan. Het kan zijn dat een kind er nog niet aan toe is.



of activiteit). Ook kan het werken als je een extra optie of keuze aanbiedt. Als een kind bijvoorbeeld heel uitgelaten op de bso komt, kun je het eerst lekker – buiten – laten uitrazen. Dat werkt beter dan het te verplichten aan tafel iets te eten en te drinken. Probeer altijd aan te sluiten bij de behoeftes van een kind. Of stel, je gaat met peuters vingerverven en een kind wil niet meedoen omdat hij verf vies en koud vindt aanvoelen, zoek dan een alternatief binnen hetzelfde ontwikkelingsgebied. Geef het kind bijvoorbeeld waterverf of een kwast. Niet alleen kom je zo tegemoet aan de behoefte van het kind, ook geef een kind het gevoel dat hij door jou gehoord en gezien wordt. Je creëert een veilige omgeving voor het kind, waardoor de kans aanzienlijk kleiner wordt dat het gaat dwarsliggen. Bovendien betrek je het kind op die manier alsnog bij de groep en de activiteit.'

DUWTJE IN DE RUG

Wat ook een cruciale rol speelt bij de manier waarop het brein van een kind zich ontwikkelt is het samenspel tussen karakter (genen) en de omgeving waarin een kind opgroeit, geeft Van der Zwan aan. 'Sommige kinderen zijn minder flexibel van aard en zullen zich niet zo snel aanpassen aan veranderingen in de omgeving. Andere kinderen hebben een heel hoog energieniveau en storten zich zonder na te denken in nieuwe avonturen. Soms is het voor jou als pedagogisch medewerker een uitdaging de balans te vinden tussen het kind nieuwe ervaringen te laten

opdoen en tegelijkertijd de autonomie van het kind te respecteren: sommige kinderen geven heel duidelijk aan dat ze bepaalde activiteiten niet willen doen. Toch hebben ze soms een duwtje in de rug nodig om ze zo een stap verder te helpen. Om te ervaren dat iets minder spannend is dan het lijkt. Denk aan spelen met onbekende kinderen, fietsen of eten van bepaald voedsel.'

'Het brein is pas volgroeid als je halverwege de twintig bent'

ZELFVERTROUWEN

Verder is het belangrijk dat kinderen geloven in hun eigen ontwikkelbaarheid. Dan zijn ze eerder bereid om uitdagingen aan te gaan, zegt Van der Zwan. 'Kinderen die al snel van zichzelf denken dat ze iets niet kunnen, zullen nieuwe uitdagingen eerder uit de weg gaan. Het kan dan helpen als je kinderen complimenteert voor hun inzet in plaats van ze aan te spreken op het resultaat of de prestatie. En spreek vertrouwen uit: 'Ik ben benieuwd wanneer jij op de wc gaat plassen'. De kans is groot dat als je overtuigend zegt: "Eens kijken *hoe* jij dit gaat doen", het kind het toch probeert.' <

PUNTJE VAN PONT



Falen = leren

Ontwikkelingspsycholoog Steven Pont geeft elk nummer zijn visie bij een van de pedagogische artikelen in Kinderopvang.

Moeten we in de kinderopvang voorkomen dat kinderen in een vervelende situatie terechtkomen? Het goede antwoord is... ja en nee. Eerst even de ja. We willen natuurlijk niet dat een kind zand eet, de weg over rent of een ander kind slaat. Dus ja, dat moeten we voorkomen. Maar moeten we ook voorkomen dat ze ruzie maken? Dat ze het af en toe even moeilijk hebben? Of dat hun zandkasteel instort? Daar is het goede antwoord: nee. Goede pedagogiek is namelijk niet het voorkomen van nare dingen, maar kinderen leren met nare dingen om

te gaan. Van ruzie leer je namelijk sociale vaardigheid. Als je tenminste een goede pedagogisch medewerker treft, die het niet alleen als haar hoofdtaak ziet ruzie te voorkomen, maar je juist door het leerproces van sociale vaardigheid heen leidt, in dit geval via een conflict met een leeftijdsgenoot. En verder, van tegenslag leer je om door te zetten en door een ingestort zandkasteel ontwikkel je veerkracht. Het moet dus fout gaan, als we willen dat het goed gaat met het kind. Let wel, ik zeg niet dat een pedagogisch medewerker nare dingen moet veróór-

zaken. Dat gaat net wat te ver natuurlijk. Je bent nu eenmaal een hechtingsfiguur rond wie -als het goed is- basisveiligheid heerst. En dat betekent dat je een bijzondere rol hebt in het kweken van vertrouwen in de wereld. Maar waar het wel om gaat is dat we dus niet alle nare dingen moeten voorkómen. Dat we soms moeten leren op onze handen te gaan zitten en zien wat er gebeurt. Natuurlijk leent niet elke situatie zich daarvoor, maar soms moet het wel fout mogen gaan. Want falen is leren en als je niet mag falen, kun je ook niet leren. <