

Nieuwsbrief 4 De Vreedzame School

Blok 4: We hebben hart voor elkaar



Algemeen

Dit blok gaat over gevoelens.

Om kunnen gaan met gevoelens is van groot belang voor een positief klimaat in de klas en in de school.

De Vreedzame School streeft naar een klimaat waarin iedereen zich prettig voelt en waarin kinderen "hart voor elkaar hebben", d.w.z. dat ze met respect omgaan met elkaar. Dat gaat gemakkelijker als kinderen in staat zijn hun gevoelens te benoemen en zich in de gevoelens van anderen te verplaatsen.

Kinderen zijn dan beter in staat om conflicten positief op te lossen.

Om met elkaar over gevoelens te praten, is het van belang dat de kinderen zich veilig voelen in de groep; tegelijkertijd bevorderen deze gesprekken de veiligheid in de groep. Er ontstaat een vertrouwde sfeer.

We hebben het over gevoelens als boos en verdriet. We bespreken wat het betekent als iemand wordt buitengesloten. De kinderen leren herkennen wat hen boos maakt en hoe ze hun boosheid uiten. Ze leren dat "afkoelen" belangrijk is om een conflict te kunnen oplossen.

Verder gaat het in blok 4 over blij zijn, tevreden zijn, over opkomen voor elkaar.

De lessen gaan over dingen die je leuk vindt en waar je blij van wordt.

Aan het eind van blok 4 bedenken de kinderen een les, die voor iedereen leuk is. Ze bereiden de les zo veel mogelijk zelf voor en verzorgen de les. Na afloop staan de kinderen stil bij de vraag of iedereen een leuke les heeft gehad en worden zo mogelijk afspraken voor een volgende keer gemaakt.

We leren de kinderen dat ze mogen "passen". Op school wordt het steeds "gewoner" om over gevoelens te praten; in het begin is het vaak nog onwennig. Uiteraard houden we er rekening mee dat niet elk kind even gemakkelijk over zijn of haar gevoelens praat. We willen kinderen de ruimte geven om zelf te kiezen wat ze over hun gevoelens kwijt willen.

Wilt u meer weten over De Vreedzame School dan kunt u kijken op
De site van de school

Wij starten met de lessen uit:

Blok 4: We hebben hart voor elkaar:

Doel: de kinderen leren gevoelens herkennen en ermee om te gaan.

De lessen zijn gericht op:

- Het besef dat iedereen gevoelens heeft.
- Het herkennen en benoemen van gevoelens
- Dat eenzelfde gebeurtenis bij mensen verschillende gevoelens kunnen oproepen
- Elkaar vertellen over hoe je je voelt en kunnen zien hoe anderen zich voelen.
- Het mogen hebben van gevoelens als boosheid of angst; het gaat erom hoe je ermee omgaat.
- Het nadenken waar je boos van wordt en welk gedrag je dan vertoont.
- Eerst afkoelen als je boos bent, anders kan je niet nadenken over een oplossing.
- Het nadenken over buitensluiten als vorm van pesten en wat dat met je doet
- Het nadenken wat je kan doen als iemand zich in de groep niet prettig voelt
- Hoe je het voor elkaar kunt opnemen
- Hoe je het met elkaar leuk kan hebben
- Het samen bedenken en verzorgen van een les die iedereen leuk vindt

In blok 3 – "We hebben oor voor elkaar" hebben de kinderen geleerd:

- Dat het belangrijk is om duidelijk te zeggen wat je bedoelt; dat voorkomt onnodige conflicten
- Goed naar elkaar te luisteren en samen te vatten. Je laat dan zien of je de ander goed begrepen hebt.
- Dat mensen op verschillende manieren naar dingen kijken. We noemen dit het hebben van verschillende gezichtspunten. Dat komt omdat we verschillende ervaringen, verschillende gevoelens hebben en uit verschillende gezinnen komen. Verschillende gezichtspunten kunnen soms conflicten veroorzaken.

Verslag van een leerling uit groep 5

De les ging over 'gezichtspunten'. We moesten een moeder en een kind spelen. Ik was het kind en ik heette Carlos. De woonkamer ligt vol met mijn spullen, spelletjes en stripboeken. De moeder van Carlos wil dat ik de kamer opruim, want straks komt er visite. Ik wil dat niet. Het ging over het gezichtspunt van de moeder en het gezichtspunt van Carlos. We moesten een oplossing bedenken, een win-win oplossing. De oplossing was dat ik de spullen in een hoek van de kamer mocht bewaren. De visite had er dan geen last van.

Win-Win oplossingen zoeken is een doorgaande lijn in de werkwijze van De Vreedzame School. Ook kijken naar verschillende gezichtspunten leren kinderen vanaf groep 3.

Een vraag aan een leerling uit groep 6:

Wat wordt bedoeld met een ik-boodschap?

Je zegt wat je vervelend vindt aan wat iemand anders doet. Je zegt ook hoe je je daarbij voelt.

Je gaat dus niet meteen de ander de schuld geven.

Is dat niet moeilijk?

Ja, dat vind ik wel. Als je boos bent is het nog moeilijker. Ik denk er dan niet aan.

Verslag vanuit de school

Een van de lessen ging over het stappenplan.

In deze les heb ik geleerd over het stappenplan. Als je een conflict hebt, ben je vaak boos. Je moet dan eerst afkoelen. Bij de klas is er een afkoelplek. Daar kan je dan gaan zitten.

Je moet 'de gele pet' opzetten. Dan kan je beter naar het verhaal van de ander luisteren. Je moet ook duidelijk jouw verhaal kunnen vertellen, zodat de ander het begrijpt.

Het is belangrijk dat we een win-win oplossing bedenken. We moeten er allebei tevreden over zijn. Ook buiten leren we kinderen om het stappenplan als werkwijze ook toe te passen.

Het stappenplan van De Vreedzame School:



Praat het uit

1. **STOP!** Ben je rustig? Nog niet? Eerst afkoelen. Tel tot tien.



2. Zet je gele pet op. Zeg wat je wilt. Luister naar wat de ander wil.



3. Probeer een win-win oplossing te vinden.



4. Geef elkaar een hand en voer de oplossing uit.



We hebben hart voor elkaar

Tip voor thuis

Geef uw kind eerst de gelegenheid om af te koelen voordat u een conflict gaat uitpraten.

Bespreek wat je kan doen als je boos bent:

- gemeen terugdoen
- de ander z'n zin geven, je terugtrekken,
- weten wat je wilt, rekening houden met wat jezelf wilt en wat de ander wilt.

Wij stimuleren op school de laatste manier; dat heeft de grootste kans op een positieve oplossing