


'Impulsbeheersing'

'Aansluiting zoeken en houden bij een groep'

Inhoudsopgave

Toelichting bij deze handelingssuggestie	2
Aanpak	3
<i>Leerdoelen.....</i>	<i>3</i>
<i>Pedagogische interventies</i>	<i>4</i>
<i>Randvoorwaarden.....</i>	<i>4</i>
<i>Suggesties voor aanpak</i>	<i>5</i>
<i>Verwijzing naar spellen/prentenboeken</i>	<i>6</i>
Achtergrondinformatie.....	6
Bronnen.....	7

Door te klikken op een regel in de inhoudsopgave, ga je direct naar de bijbehorende tekst; Als je in de tekst klikt op een blauw pijltje  ga je terug naar de inhoudsopgave.



Toelichting bij deze handelingsuggestie

Leerkrachtvragenlijst

Impulsbeheersing

1. Praat niet voor zijn beurt.
2. Denkt na voor het iets onderneemt, heeft controle over eigen gedrag.
3. Eist weinig aandacht op.
4. Houdt zich aan de regels.



Leerlingvragenlijst

Jezelf beheersen

1. Ik wacht op mijn beurt.
2. Ik denk na voor ik iets doe.
3. Ik zorg dat ik geen problemen krijg.
4. Ik laat een ander met rust als hij bezig is
5. Ik houd me aan de regels.

Onder **impulsbeheersing** wordt het volgende verstaan: *Impulsbeheersing is de vaardigheid om in sociaal verband het eigen gedrag te reguleren door het onderdrukken van impulsen.*

Onder **aansluiting zoeken en houden bij een groep** wordt het volgende verstaan: *Aansluiting zoeken en houden bij een groep, gaat over invoegen in een groep of groepje. Deel gaan nemen aan de gezamenlijke activiteit(en) van de anderen. Het is zoeken naar ruimte tussen de anderen. Het gaat over het leren kennen van de groepsregels en normen. Het gaat over volwaardig deel gaan nemen door actief deel te nemen aan de groep door (nieuwe) contacten te maken en een bijdrage te leveren aan het groepsbelang.*





Aanpak

Leerdoelen

Bedenk vooraf: *Welk doel/welke doelen wil ik bereiken door te handelen?*

Preventief en curatief

De leerlijn met doelen uit deze handelingssuggestie kun je zowel preventief als curatief gebruiken. Wanneer je er preventief mee aan de slag wilt, kijk je welke doelen passen bij de leeftijd van de leerlingen in je groep. Je werkt gericht aan de doelen met passende activiteiten, net als je bij de cognitieve vakken doet. Daarnaast is het ook goed mogelijk om curatief met de leerlijn aan de slag te gaan wanneer je hebt gemerkt dat (een deel van) je groep uitvalt op het gebied van impulsbeheersing en het aansluiting zoeken en houden bij een groep.

Doel kiezen

Onderstaande leerlijn laat zien welke doelen bij welke ontwikkelingsleeftijd passen. Kies uit deze leerlijn een passend doel waar je met de groep of een individuele leerling aan wilt werken. Kijk daarbij naar wat de groep of leerling al wel beheerst en welk doel dus een passende volgende stap is. Kijk daarnaast ook in het ZIEN! profiel naar waar de leerling/groep al goed in is. Dit kan gebruikt worden als compenserende factor(en): Welke doelen waar je aan zou kunnen werken, doen het meest een beroep op vaardigheden die een groep/leerling al meer laat zien? Daar kun je vaak het beste starten, omdat de kans op succes het grootst is als een leerling al aspecten beheerst. Voor impulsbeheersing kan dit sociaal initiatief zijn (balans egocontrole) en sociale flexibiliteit (ruimtegevende vaardigheden).

<4 jaar	4-6 jaar	6-8 jaar	8-10 jaar	10-12 jaar
		<ul style="list-style-type: none">• Kijkt of iemand beschikbaar is voor hij op iemand afstapt• Wacht op een goed moment om deel te nemen aan een activiteit		

Door te klikken op een doel, ga je direct naar de aanpak die daarbij aansluit.

Aanpak

Denk eerst na over de volgende punten en baseer je aanpak op de antwoorden.

- Wil ik klassikaal of individueel aan deze ontwikkeltaak werken?
- Zie je het gedrag al wel in uitnodigende situaties? Oefen dan in niet-uitnodigende situaties. Zie je het gedrag nog vrijwel niet? Oefen dan in eerste instantie zoveel mogelijk in uitnodigende situaties.
- Denk bij je aanpak ook na over verschillen tussen jongens en meisjes. Jongens zijn meer lichamenlijk ingesteld en meisjes meer verbaal. Jongens uiten hun emoties meer fysiek (duwen, stoeien). Ze hebben letterlijk en figuurlijk behoefte aan ruimte.



Pedagogische interventies

Bedenk bij bovenstaande doelen: *Wat vraagt dit van mij als leerkracht?*



Impulsbeheersing voor deze groep is laag. Vraag je bij jezelf af wat jouw leerkracht gedrag is. Is jouw gedrag heel ruimtegevend: weet je van jezelf dat je het lastig vindt om duidelijk en consequent te zijn? In dat geval kan het zijn dat de leerlingen de ruimte voelen om impulsief te reageren, wat een negatieve invloed kan hebben op het functioneren van de groep.

Er zijn vijf pedagogische vaardigheden die je als leerkracht kunt inzetten om problemen te voorkomen en aan te pakken. Dit zijn:

- **Leiding geven en grenzen stellen**
- Monitoring: balanceren tussen ruimte nemen en ruimte geven
- Positieve betrokkenheid tonen
- **Positieve bekrachtiging geven**
- Leren problemen oplossen

Voor kinderen met een lage impulsbeheersing kun je werken aan de volgende vaardigheden bij aansluiting zoeken en houden bij een groep.

Leiding geven en grenzen stellen: Voor leerlingen met een lage impulsbeheersing is het van belang om duidelijke kaders te bieden. Het ontbreken van een duidelijke structuur maakt leerlingen onzeker. Bespreek met leerlingen hoe je contact kunt maken met een groep: stap niet direct de groep binnen, maar wacht op een goed moment. Vraag of je mee mag doen en wacht het antwoord van de groep af. Zorg voor genoeg oefenmomenten waarbij jij als leerkracht betrokken bent. Denk hierbij aan vrij spel op het plein, zoals in de pauze.

Positieve bekrachtiging: impulsen beheersen kan erg moeilijk zijn voor leerlingen en is een proces dat veel tijd kost om te veranderen. Het vraagt van jou als leerkracht om veel bevestiging te geven over dingen die goed gaan. Reageer meteen en geef directe, specifieke feedback zodat leerlingen weten wat al goed gaat en waar ze nog aan moeten werken. Zorg dat de doelen klein en concreet zijn, zodat jouw feedback ook over kleine veranderingen kan gaan en het voor de leerlingen snel voor succeservaringen kan zorgen.



Randvoorwaarden

Bedenk: *Welke zaken moeten op orde zijn, voordat ik aan een doel kan werken?*

Voordat er een proces plaatst kan vinden, zijn er eisen waaraan voldaan moet worden. Zo zijn welbevinden en betrokkenheid vaak voorwaardelijk voordat aan de ZIEN! dimensies gewerkt kan worden. Hoe staat het hiermee in jouw klas?

Welke zaken moeten bij de leerlingen op orde zijn, waar je niet zonder kunt omdat een nieuwe aanpak anders niet werkt? Denk aan de behoeftenpiramide van Maslow: zijn de lichamelijke



behoefte vervuld, en voelen kinderen zich veilig en zeker in de klas? Pas daarna kan aan de behoefte voor sociaal contact voldaan worden.

Zorg ook dat het klassenmanagement op orde is: kies een klasindeling die past bij de werkvormen die je toepast en die aansluit bij de vaardigheden van de leerlingen. Zorg voor duidelijke regels en hanteer ze consequent. Zorg voor activiteiten die uitdagen/in de zone van naaste ontwikkeling zitten en tegelijk ook haalbaar zijn.



Suggesties voor aanpak

Bedenk bij het kiezen van een suggestie: *Welke aanpak past bij het doel dat ik gekozen heb?*

Bij elke suggestie staat voor welke ontwikkelingsleeftijd de activiteit geschikt is, maar vaak kan het met kleine aanpassingen ook bij oudere/jongere kinderen toegepast worden. De activiteiten zijn vaak klassikaal, maar kunnen individueel gemaakt worden door als leerkracht die ene leerling in de gaten te houden en extra te stimuleren. Denk bij elke activiteit na over wat deze van jou vraagt wat betreft pedagogische interventies.

Kijkt wie beschikbaar is voor hij op iemand afstapt (6-8 jaar) – contact maken

Op een goede manier contact maken met iemand kan lastig zijn. Sommige leerlingen mengen zich ongevraagd in een spel van anderen. Er zijn verschillende suggesties om hieraan te werken.

- Stel meteen aan het begin van het schooljaar duidelijke regels op over hoe je met elkaar omgaat (betrek leerlingen hierbij).
- Doe voor op welke manier je contact kunt maken (modelen).

Dit kan door middel van een rollenspel of met poppetjes.

- Maak een stappenplan voor het maken van contact in verschillende situaties (tijdens de les, op het plein, bij de gymles).
- voorbeeld van een stappenplan bij het meedoen aan een spel op het plein:
 - Kijk eerst even naar het spel van anderen;
 - Introduceer jezelf: zeg hallo en noem eventueel de naam van de persoon waarmee je contact wilt maken;
 - Vraag of je mee mag doen en wat de regels zijn van het spel.

Wacht op een goed moment om deel te nemen aan een activiteit (6-8 jaar) – tijd laten zien

Het kan handig zijn om duidelijke afspraken te maken over wanneer je mag deelnemen aan een andere activiteit.

- Gebruik een timer of klok op het digibord om de tijd visueel te maken.
- Bij de gymles kun je bijvoorbeeld verplicht stellen om eerst 5 minuten bij een onderdeel te blijven, waarna ze kunnen wisselen van activiteit. Dit kun je ook in andere situaties toepassen.
- Je kunt ook een stoplicht gebruiken. Wanneer het stoplicht op rood staat, mogen de kinderen niet wisselen van activiteit. Bij groen mag dit wel.



Leer de kinderen om eerst om zich heen te kijken en na te denken wat ze graag willen doen. Wanneer ze iets gekozen hebben, lopen ze daar naartoe. Vraag niet meteen of je mag meedoen maar wacht even rustig af. Verwacht ook niet dat je meteen mee kunt doen, als kinderen een spel aan het doen zijn, kun je niet altijd meteen invoegen.



Verwijzing naar spellen/prentenboeken

Bedenk: *Hoe kan ik materialen inzetten om te werken aan de leerdoelen?*

Het inzetten van spellen/prentenboeken kan een effectieve bijdrage leveren bij het werken aan impulsbeheersing binnen het aansluiting zoeken en houden bij een groep. Hieronder volgt een suggestie. Gebruik dit ter inspiratie en kijk wat er op jouw school aanwezig is.

Coöperatief spel 'Max de Kat' / uitgeverij: Zonnespel / aantal spelers: 1-8 / geschikt voor: onder- en middenbouw.



Vogel, muis en eekhoorn zijn op weg naar hun holletje in de boom. Max de kat heeft honger en zit achter de kleine diertjes aan! De spelers zorgen samen voor de kleine diertjes. Door goed samen te werken kun je de diertjes nog beter redden.

Coöperatieve spellen zoals deze zijn geschikt om in kleine groepjes aan impulsbeheersing te werken. Wil je iets met de hele klas doen, dan zou je er een spellencircuit van kunnen maken. Laat kinderen nadenken met wie ze willen spelen, voor ze op iemand afstappen. Let op de kinderen die het moeilijk vinden om hun impulsen te beheersen en help hen om een goed moment af te wachten om initiatief te tonen in de groep (denk aan het wachten tot het jouw beurt is voor je actie mag ondernemen).



Er zijn meer spellen en prentenboeken die erg geschikt zijn voor het oefenen van de leerdoelen. Kijk voor een volledig overzicht in ParnasSys onder informatief, onder het kopje 'Sovamethoden/materialen/prentenboeken'. Per spel is aangegeven welke doelgroep het spel voor is bedoeld en aan welke ZIEN! vaardigheden je met het spel kunt werken.



Achtergrondinformatie

Deze handelingsuggestie gaat om impulsbeheersing binnen het aansluiting zoeken en houden bij een groep.

Hierbij gaat het om het controleren en corrigeren van het eigen gedrag in het verkeer: in de omgang met anderen. Het kind denkt eerst voordat het iets doet en stelt daardoor gedragingen uit. Het gedrag wordt dan door gedachten in banen geleid en er is sprake van zelfregulering. Dit vraagt van het kind de vaardigheid om impulsen en gevoelens te onderdrukken.



Als een kind zijn impulsen kan beheersen, geeft dit de mogelijkheid om ruimte te geven aan de ander, aandacht te delen en binnen de kaders van sociale regels te blijven. Hierdoor kunnen kinderen aansluiting zoeken en houden bij een groep.

Bij zwakke impulsbeheersing is er doorgaans sprake van impulsiviteit. Hierbij zijn er drie elementen die een rol spelen:

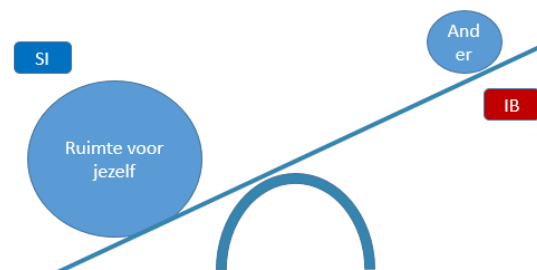
- Het kind doet voordat het nadenkt;
- Het kind vindt het moeilijk om te plannen en te organiseren. Ook het uitstellen van een behoefte, bijvoorbeeld het stellen van een vraag, hoort hierbij;
- Het kind heeft moeite met het zich houden aan de regels van de groep; het stelt zichzelf centraal en heeft daarbij moeite om zich te verplaatsen in de behoefte van de ander.

Het handhaven van een goed evenwicht tussen eigen en andermans belangen verloopt dus niet altijd even vlekkeloos. Soms botsen de doelen en wensen van jezelf met die van de ander. Dat hoeft op zichzelf geen probleem te zijn; het is een onderdeel van de ontwikkelingstaak waar kinderen voor staan: het zoeken en houden van aansluiting bij een groep.

Relatie met andere ZIEN!-dimensies

- Sociaal initiatief

Een kind dat benedengemiddeld tot laag scoort op impulsbeheersing en bovengemiddeld tot hoog scoort op sociaal initiatief, laat veel ruimtenemend gedrag zien. We zien hier in principe een kind dat dominant overkomt en beschikt over een flinke portie energie. Ruimte kunnen nemen (sociaal initiatief tonen) is op zichzelf een prima vaardigheid, maar wanneer dit niet in evenwicht is met impulsbeheersing, is dit hinderlijk, in ieder geval voor anderen. In sociaal-emotionele vorming gaat het erom dat we kinderen leren om zichzelf, de ander en het andere recht te doen.



- Inlevingsvermogen

Als het kind een naast een lage impulsbeheersing een benedengemiddelde, bovengemiddelde of hoge score op inlevingsvermogen heeft, merkt u dat het kind best aanspreekbaar op zijn gedrag, als u een positieve relatie met het kind heeft. Het maakt zijn inlevingsvermogen (sociale antenne) echter vaak ondergeschikt aan zijn behoefte aan aandacht of zijn behoefte om actief te kunnen zijn (lage impulsbeheersing).

Voor een leerkracht is het belangrijk om na te gaan of de behoefte op het gebied van Inlevingsvermogen of de behoefte op het gebied van Impulsbeheersing leidend is voor het kind.



Bronnen

Broer, N.A., Haverhals, B., & Bruin, H.L. de (2012). *Verantwoording pedagogisch expertsysteem ZIEN! Voor het primair onderwijs!* Gouda: Driestar educatief.