


'Impulsbeheersing'

'Samenwerken en samenspelen'

Inhoudsopgave

Toelichting bij deze handelingssuggestie	2
Aanpak	2
<i>Leerdoelen</i>	<i>2</i>
<i>Pedagogische interventies</i>	<i>3</i>
<i>Randvoorwaarden</i>	<i>4</i>
<i>Suggesties voor aanpak</i>	<i>5</i>
<i>Verwijzing naar spellen/prentenboeken</i>	<i>7</i>
Achtergrondinformatie	9
Bronnen	10

*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 **samenwerken en samenspelen** wordt het volgende verstaan: *Je voert samen een opdracht uit, je probeert een doel te bereiken of je speelt samen (een spel). Er zijn (al dan niet uitgesproken) regels en afspraken. Om tot deze regels en afspraken te komen of tussentijds de regels aan te passen is overleg nodig tussen de groepsleden. Soms moeten compromissen worden gesloten. Steeds blijft afstemming nodig: wie doet wat en met welk doel? En hoe vullen we elkaar aan? Wie vervult welke rol? Hoe houden we de werksfeer of spelsfeer goed?*



Aanpak

Leerdoelen

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

Preventief en curatief

De leerlijn met doelen uit deze handelingsuggestie 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 samenwerken en samenspelen.



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">• Onderdrukt eigen impulsen ten gunste van de samenwerking of opdracht	<ul style="list-style-type: none">• Volgt de groepsregels		<ul style="list-style-type: none">• Neemt kritiek in ontvangst zonder boos te worden• Past gedrag aan na terechte kritiek van een medeleerling

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 lichamelijk 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 het samenwerken en samenspelen.

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. Zorg voor duidelijke klassenregels en bespreek met leerlingen hoe je goed samenwerkt of samen speelt. Wees als leerkracht consequent in het toepassen van de regels. Deze voorspelbaarheid kan kinderen helpen om hun impulsen te beheersen, wanneer ze zich aan de groepsregels moeten houden of om moeten gaan met kritiek.

Positieve bekrachtiging geven: impulsen beheersen kan erg moeilijk zijn voor leerlingen en is een proces dat veel tijd kost om te veranderen, denk bijvoorbeeld aan het goed omgaan met kritiek. Als leerling is het fijn dat jij als leerkracht veel bevestiging geeft 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 behoeften 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.

Onderdrukt eigen impulsen ten gunste van de samenwerking of opdracht (4-6 jaar) – kijken is stoppen

De gymles of pauze is een goed moment om aan dit doel te werken. Een leuke werkvorm is 'kijken is stoppen'.

- De leerlingen staan aan de ene kant van de zaal;
- Jij staat aan de andere kant;
- Alle leerlingen moeten proberen om aan de overkant te komen;
- Ze mogen alleen maar lopen als jij niet kijkt;
- Wie loopt als jij kijkt, is af;
- Je kunt deze oefening ook op andere manieren doen bijvoorbeeld met een instrument. Als jij stopt met spelen staat iedereen stil;
- Je kunt de groep ook verdelen en kijken welke groep de opdracht het beste uitvoert.

Een hulpmiddel voor kinderen die het moeilijk vinden om hun impulsen te beheersen is een stappenplan, zoals stop/denk/doe. Op het internet zijn veel leuke pictogrammen hiervan te vinden.

Volgt de groepsregels (6-8 jaar) – groepsverantwoordelijkheid

Het hebben van duidelijke regels en routines biedt houvast aan leerlingen. Betrokkenheid ontstaat als leerlingen zelf meedenken over het opstellen van de regels. Bij het opstellen van de regels is het belangrijk om het onderstaande te bedenken.

N.B. Bij routines gaat het vooral om hoe je invulling geeft aan leswisselingen, vrije situaties enzovoort.

Groepsregels moeten...

- positief opgesteld zijn in de vorm van een gedragsverwachting;



- gaan over verantwoordelijkheid voor elkaar;
- gaan over samenwerken;
- duidelijkheid bieden over de manier waarop je besluiten neemt;
- problemen aanpakken.

Denk samen met de leerlingen ook na over consequenties en houdt hierbij het volgende in je achterhoofd: zonder consequentie geen regel.

Als leerlingen het lastig vinden om zich aan de groepsregels te houden, kun je een gedragscontract opstellen. In dit contract maak je afspraken over:

- Welk gedrag je verwacht;
- Consequenties als de leerling zich niet houdt aan de afspraak;
- Laat het contract door zowel ouders als kinderen ondertekenen.

Als ondersteuning kun je werken met een beloningssysteem. Laat leerlingen zelf nadenken over een passende beloning en probeer dit zoveel mogelijk een groepsbeloning te laten zijn.

Tip: Prijs op afstand en corrigeer dichtbij!

Volgt de groepsregels (6-8 jaar) – regel centraal stellen

Maak afspraken met kinderen over vrije situaties (leswisselingen, pauzes enz.).

Stel elke week een regel centraal. Bij het goed opvolgen van de regel verdient de groep een beloning.

- Het taakspel is een methode die je kunt inzetten om bewust met de klas te werken aan regels. Deel de klas in in groepjes en geef elk groepje een stapel kaarten. Geef aan de kinderen aan wanneer je het taakspel begint. Wanneer iemand uit het groepje de afgesproken regel overtreedt, pak je een kaart af. Wanneer het groepje aan het eind van de tijd nog minimaal één kaart overheeft, krijgen zij een beloning.

Neemt kritiek in ontvangst zonder boos te worden (10-12 jaar) – feedback krijgen

Omgaan met kritiek is vaak heel moeilijk. Veel mensen/kinderen voelen zich persoonlijk aangevallen. Het is daarom belangrijk om leerlingen te leren op een goede manier feedback te geven (zie volgende doel). Kritiek incasseer je op de volgende manier

- Je zegt rustig wat je ervan vindt.
Bijvoorbeeld: "daar ben ik het niet mee eens, omdat..."
- Je haalt je schouders op en loopt weg.

Past gedrag aan naar terechte kritiek van medeleerling (10-12 jaar) – feedback geven



Oefen met leerlingen hoe je op een goede manier feedback kunt geven. Dit kan door het bespreken van groepswork, maar ook bij een spreekbeurt. Belangrijk hierbij is:

- Gebruik de ik-boodschap: ik vind..., ik denk...
- Geef feedback op het proces, de samenwerkopdracht het samenspel enz. Wat ging goed en wat kan beter;
- Feedback gaat over gedrag, wat iemand doet, en niet over de persoon.
- Feedback zorgt ervoor dat je een beter eindproduct kunt neerzetten. Bespreek dit met leerlingen laat eventueel voorbeelden zien;
- Oefen hiermee laat kinderen elkaar tips en tips geven. Tegenover een tip staan twee tips;
- Leer kinderen om concreet feedback te vragen/geven. Dit begint heel klein met bijvoorbeeld het make van een keuze bijvoorbeeld welke kleur verf je gaat gebruiken voor je schilderij.
- Bespreek ook wat de waarde is van deze feedback. Ga je het de volgende keer anders aanpakken? Anderen zien soms meer dan jij zelf, waardoor het waardevol kan zijn om van anderen te horen hoe iets overkomt.

Tip: Leer kinderen bij het feedback geven ook hun feedback te motiveren, bijvoorbeeld: ik vind rood mooier omdat...



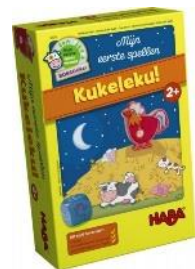
Verwijzing naar spellen/prentenboeken

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 samenwerken en samenspelen. Hieronder volgen een aantal suggesties. Gebruik dit ter inspiratie en kijk wat er op jouw school aanwezig is.

Spel 'Kukeleku' / uitgeverij: HABA / aantal spelers: 1-4 / geschikt voor: onderbouw (2-8 jaar)

De dierenouders van de boerderij houden een groot feest! Daarom moet Hannes Haan vanavond de dierenkinderen naar bed brengen. Maar dat is helemaal niet zo gemakkelijk, want af en toe ontsnapt hem een kukeleku en dan is iedereen weer wakker. Door goed te samenwerken, kun je ervoor zorgen dat alle dierenkinderen in slaap vallen.



De kinderen moeten in zulke coöperatieve spellen zelf bedenken hoe ze het aanpakken, wat betekent dat je goed naar elkaar moet luisteren en je moet houden aan wat je met de groep hebt bedacht voor tactiek. Het samenwerken staat hier centraal, maar ook is het belangrijk om op je beurt te wachten.



Coöperatief spel 'Knikkerbaan XL' / uitgeverij: Earth Games / aantal spelers: 1-4 / geschikt voor: onder-, midden- en bovenbouw.

Het spel bestaat uit 4 losse knikkerbanen van hout en 3 knikkers. Er zijn vele mogelijkheden om met dit spel te spelen. Je kunt de kinderen een opdracht geven, maar ze ook zelf laten ontdekken. Uitbreiding is goed mogelijk door meerdere sets te gebruiken. Zo kun je het met de hele klas spelen.



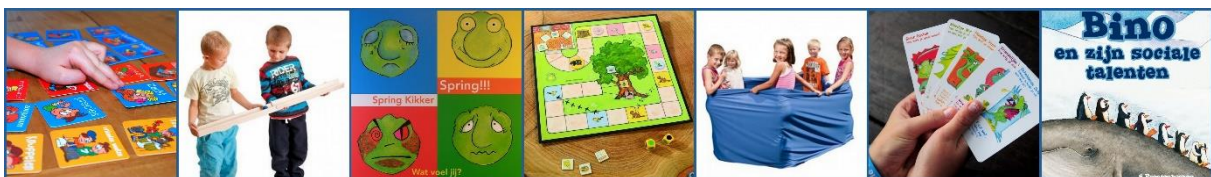
Leerlingen moeten in dit spel met elkaar samenwerken om zo samen tot 'regels' te komen over hoe ze te werk gaan. Hierbij moeten de leerlingen hun impulsen beheersen ten gunste van de samenwerking. Ook is het belangrijk dat leerlingen elkaar aanwijzingen kunnen geven en dit ook in ontvangst nemen zonder boos te worden.


Coöperatief spel 'vertrouwensband' / uitgeverij: Earth Games / aantal spelers: 2-6 / geschikt voor: onder- en middenbouw (4-10 jaar).

Deze Rupsband is een coöperatief bewegingsspel, waarin niet alleen moet worden samengewerkt, maar ook wordt gewerkt aan balans, motoriek en lichaamsbewustzijn. Het samen ontdekken van manieren om te bewegen geeft veel plezier en zorgt voor welbevinden bij de leerlingen.



Ook bij dit spel moeten kinderen hun impulsen beheersen ten gunste van de samenwerking. Ze zullen de groepsregels moeten volgen en met elkaar moeten overleggen hoe ze het effectiefste kunnen bewegen. Ook wanneer dit even niet goed gaat, is het belangrijk om niet meteen boos te reageren, maar met elkaar te zoeken naar oplossingen.



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 'Sova-methoden/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 handelingssuggestie gaat om impulsbeheersing binnen het samenwerken en samenspelen.

Hierbij gaat het om het controleren en corrigeren van het eigen gedrag in het verkeer 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 met anderen samenwerken en samenspelen.

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

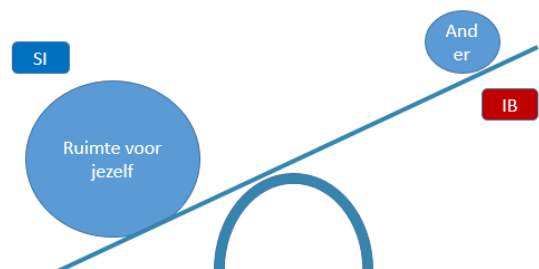
- Het kind doet voordat het nadenkt
- Het kind vindt het moeilijk om te plannen en te organiseren. Ook het uitstellen van een behoefte, bijvoorbeeld het stellen van een vraag, hoort hierbij
- Het kind heeft moeite met het zich houden aan de regels van de groep; het stelt zichzelf centraal en heeft daarbij 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 en het is een onderdeel van de ontwikkelingstaak waar kinderen voor staan: het samenwerken en samenspelen.

Relatie met andere ZIEN!-dimensies

- Sociaal initiatief

Een kind dat beneden gemiddeld 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 beneden gemiddelde, bovengemiddelde of hoge score op inlevingsvermogen heeft, merk je dat het kind best aanspreekbaar op zijn gedrag, als je 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.