


'Impulsbeheersing'



'Aansluiting zoeken en houden bij een groep'

INHOUD

Toelichting bij deze handelingssuggestie	1
Aanpak	2
Leerdoelen.....	2
Pedagogische interventies.....	3
Randvoorwaarden.....	3
Suggesties voor aanpak.....	4
Verwijzing naar spellen/prentenboeken	4
Achtergrondinformatie	5
Bronnen	6

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 HANDELINGSSUGGESTIE

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 afstaptWacht 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 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 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 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.

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 (modellen). 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

Het kan handig zijn om duidelijke afspraken te maken over wanneer je mag deelnemen aan een andere activiteit. Bij de gymles bijvoorbeeld na 5 minuten wisselen van activiteit. Dit kun je ook in andere situaties toepassen. Gebruik een timer of klok op het digibord om de tijd visueel te maken.



VERWIJZING NAAR SPELLEN/PRENTENBOEKEN

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

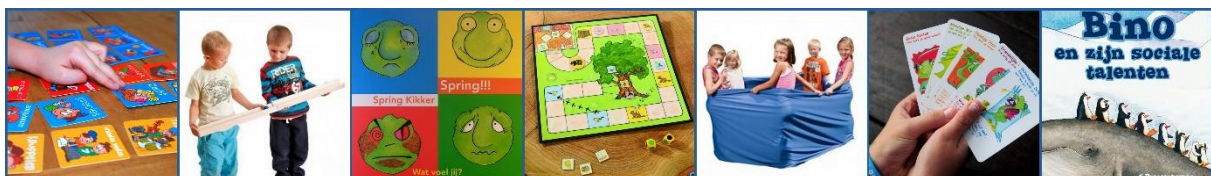
Het inzetten van spellen/prentenboeken kan een effectieve bijdrage leveren bij het werken aan impulsbeheersing binnen het aansluiting zoeken en houden bij een groep. Hieronder volgt een suggestie. Gebruik dit ter inspiratie en kijk wat er op jouw school aanwezig is.


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 '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 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:

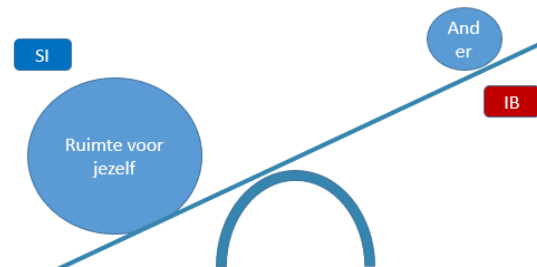
- Het kind doet voordat het nadent;
- Het kind vindt het moeilijk om te plannen en te organiseren. Ook het uitstellen van een behoefte, bijvoorbeeld het stellen van een vraag, hoort hierbij;
- Het kind heeft moeite met het zich houden aan de regels van de groep; het stelt zichzelf centraal en heeft daarbij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

'Impulsbeheersing'



'Een ander helpen'

INHOUD

Toelichting bij deze handelingssuggestie.....	1
Aanpak	2
Leerdoelen.....	2
Pedagogische interventies.....	2
Randvoorwaarden.....	3
Suggesties voor aanpak.....	4
Verwijzing naar spellen/prentenboeken	4
Achtergrondinformatie	5
Bronnen	6

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 HANDELINGSSUGGESTIE

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 **een ander helpen** wordt het volgende verstaan: *Helpen is handelen in het belang van een ander. Iemand helpen kan in verschillende contexten bijvoorbeeld in contact met de leerkracht, een andere volwassene of een medeleerling. Belangrijk is dat je je bewust bent van het belang van jezelf en de ander. Het is nodig dat je je in iedere situatie blijft afvragen of je met helpen echt het belang van de ander en/of jezelf dient.*



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 een ander helpen.

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">Helpt niet als je niet kunt weten dat het gewenst is of niet mag		

Door te klikken op het 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 helpen van een ander.

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. Wees als leerkracht duidelijk over de momenten waarop hulp geboden mag worden en de momenten waarop dit niet mag. Gebruik hierbij een teken, bijvoorbeeld een stoplicht (rood = zelfstandig werken, oranje = elkaar helpen) en/of een vragenblokje (? bij een oranje stoplicht betekent dat je een kind mag helpen). Geef duidelijkheid over de manier waarop je hulp aan andere leerlingen aanbiedt. Je kunt hierbij denken aan het stellen van regels, zoals het niet voorzeggen van antwoorden. Maak ook duidelijke regels over de manier waarop je een ander helpt.

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 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.

Helpt niet als je kunt weten dan het niet gewenst is of niet mag (6-8 jaar) - Stoplicht

Zorg voor duidelijke routines in de klas zodat de leerlingen weten wat je van ze verwacht. Dit geeft rust en veiligheid vooral voor leerlingen die impulsief gedrag laten zien. Een routine kan zijn het werken met het stoplicht. Stoplicht op...

- Rood betekent zelfstandig werken;
- Oranje betekent dat je een ander mag helpen;
- Groen betekent samen werken.

Maak de leerlingen duidelijk dat je elkaar niet mag helpen wanneer het stoplicht op rood staat. Geef duidelijk aan hoe lang het stoplicht op rood staat (bijvoorbeeld 5 of 10 minuten). Het is handig om dan met een timer of klok te werken. Hierdoor maak je de periode van zelfstandig werken visueel. Dit kan klassikaal, maar ook individueel. Start met een korte tijd en breid dit uit wanneer het goed gaat. Hierdoor zorg je ervoor dat leerlingen vanaf het begin af aan de opdracht kunnen volhouden en succeservaringen opdoen. Dit stimuleert hen om het gedrag vaker te laten zien.

Voor sommige leerlingen kan het nodig zijn dat je het afgesproken teken dichterbij brengt, bijvoorbeeld door een gelamineerd rood papier of blokje met rode stip boven op de tafel te zetten als je niet mag helpen. De uitleg kun je ook afdrukken en naast het stoplicht hangen, of een briefje op tafel van individuele leerlingen plakken.



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 helpen van een ander. Hieronder volgt een suggestie. Gebruik dit ter inspiratie en kijk wat er op jouw school aanwezig is.

Kinderkwaliteitenspel / uitgeverij: CPS uitgeverij / aantal spelers: 1-30 (klassikaal) / geschikt voor: midden- en bovenbouw.


Het doel van dit spel is om kinderen bewust(er) te maken van hun eigen kwaliteiten en op die manier bijdragen aan een positief zelfbeeld. Het spel bestaat uit 60 kaartjes met daarop de basiskwaliteiten. De kaartjes kunnen zowel op individueel niveau als in kleine groepjes of klassikaal gebruikt worden. Uitgangspunt is steeds het woord op een kaartje. Hierbij zijn



verschillende werkvormen mogelijk. Let op: jonge kinderen vinden de woorden vaak nog lastig. Zij kijken dan alleen naar het plaatje.

Eén van de werkvormen die je kunt inzetten, is de werkvorm waarbij kinderen een kaartje moeten kiezen voor elkaar en hun keuze toelichten. Dit stimuleert uitwisseling en gesprek over de sterke kanten en talenten van de ander en jezelf. Wanneer een leerling het moeilijk vindt om een kaartje te kiezen, mag hij om hulp vragen. Voor kinderen die moeten leren hun impulsen te beheersen, is het goed om dit duidelijk te bespreken van tevoren, dat ze alleen mogen helpen wanneer dat aangegeven wordt door de andere leerling.



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 een ander helpen.

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 aansluiting zoeken en houden bij een groep.

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

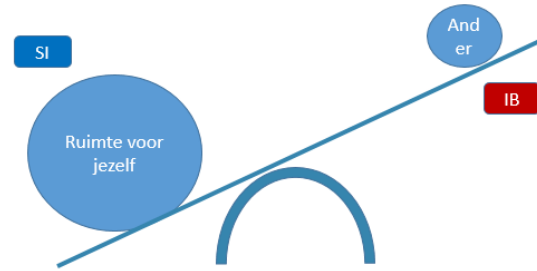
- Het kind doet voordat het nadenkt.
- Het kind vindt het moeilijk om te plannen en te organiseren. Ook het uitstellen van een behoefte, bijvoorbeeld het stellen van een vraag, hoort hierbij.
- Het kind heeft moeite met het zich houden aan de regels van de groep; het stelt zichzelf centraal en heeft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

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. Er is dan geen sprake van onder- of overaanpassing.



- Inlevingsvermogen

Als het kind een naast een lage impulsbeheersing een benedengemiddelde, 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 kind 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.


'Impulsbeheersing'



'Omgaan met ruzies en conflicten'

INHOUD

Toelichting bij deze handelingssuggestie.....	1
Aanpak	2
Leerdoelen.....	2
Pedagogische interventies.....	3
Randvoorwaarden.....	3
Suggesties voor aanpak.....	4
Verwijzing naar spellen/prentenboeken	6
Achtergrondinformatie	6
Bronnen	8

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 HANDELINGSSUGGESTIE

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 **omgaan met ruzies en conflicten** wordt het volgende verstaan: *Omgaan met ruzies en conflicten heeft betrekking op spanning in een relatie of in een groep(je). Als er in een conflict of ruzie antisociaal gedrag wordt getoond, is het belangrijk om dat samen uit te praten, het goed te maken met elkaar en daarna weer op goede voet verder te gaan. Omgaan met competitie is een goede oefening. Omgaan met winnen en verliezen is een onderwerp dat bij ruzies en conflicten hoort.*



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 omgaan met ruzies en conflicten.

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 jr.	4-6 jr.	6-8 jr.	8-10 jr.	10-12jr.
<ul style="list-style-type: none">Is stil bij het uitpraten van een conflict (met steun van de begeleider)	<ul style="list-style-type: none">Luistert naar de ander bij het oplossen van een ruzie	<ul style="list-style-type: none">Past manieren toe om rustig te blijven wanneer hij boos wordt	<ul style="list-style-type: none">Beheerst zich, als dit nodig is, wanneer hij boos is	

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

De doelen uit bovenstaande leerlijn kunnen de leerlingen oefenen bij de dagelijkse lesmomenten waarbij overleg nodig is. Om het gedrag verder aan te leren zijn de meer vrije situaties zoals de gymles en het spelen op het schoolplein heel geschikt. In deze situaties ontstaan over het algemeen sneller ruzies en conflicten.

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 omgaan met ruzies en conflicten.

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. Wees als leerkracht duidelijk over de manier waarop je omgaat met conflicten. Praat ze uit met woorden. Impulsen zijn moeilijk te beheersen wanneer je midden in de situatie zit. Dit vraagt van jou als leerkracht dat je een leerling uit de situatie haalt, door bijvoorbeeld een time-out te geven. Wanneer de leerlingen afgekoeld zijn is het makkelijker om een gesprek aan te gaan en een conflict op te lossen.

Leren problemen oplossen: leerlingen die het moeilijk vinden om hun impulsen te beheersen, hebben soms baat bij stappenplannen of hulpmiddelen om hun impulsen te leren beheersen. Denk hierbij aan het tellen tot tien. Wanneer een leerling het gesprek aangaat met een ander over een conflict is het belangrijk dat je als leerkracht duidelijk bent over de manier waarop je met elkaar communiceert. Bijvoorbeeld dat je stil bent en luistert naar elkaar. Hoe ouder de leerlingen worden, hoe meer zij zelf hiervoor de verantwoordelijkheid kunnen dragen.



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.

Is stil bij het uitpraten van een conflict (met steun van de begeleider) (<4 jaar) – beurtverdeling

Praat samen met de leerlingen een conflict uit. Let daarbij goed op de beurtverdeling.

- Om de beurt vertel je wat er gebeurd is;
- Wanneer de één aan het praten is, luistert de ander;
- Maak de beurt visueel door te werken met bijvoorbeeld een beurtendoosje of een praatbeer.

Luistert naar de ander bij het oplossen van een ruzie (4-6 jaar) – het interview

Naar elkaar luisteren kan erg lastig zijn voor leerlingen. Je moet niet alleen stil zijn, maar ook echt luisteren naar de inhoud van de boodschap. Er zijn verschillende werkvormen waarin je kunt oefenen met luisteren naar elkaar.

Het interview:

Pas deze coöperatieve werkvorm aan, aan de leeftijd van de leerlingen. Laat leerlingen aan elkaar vragen laten stellen over hun werkje, vakantie, familie, het thema waarover je werkt enzovoort. Je kunt deze oefening in de kring doen, maar ook in groepjes van twee of drie.

- Doe eerst zelf voor hoe het werkt!
- Je stelt een vraag;
- De ander beantwoordt de vraag;
- Herhaal in je eigen woorden wat er verteld is.

Ik ga op reis en ik neem mee:

Leuke kringactiviteit om te leren luisteren naar elkaar. Ik ga op reis en ik neem mee... Noem maar op wat de anderen gezegd hebben en vul het zelf met wat nieuws aan.

Een **variant** hiervan is **doorfluisteren**:

- Bedenk een zin en schrijf hem op;
- Fluister de zin bij een leerling zijn oor;
- De leerling fluistert de zin weer in het oor van zijn buurman net zolang tot je de kring bent rond geweest;
- De laatste leerling zegt de zin hardop.

Bij beide oefeningen is iedereen stil behalve de persoon die aan de beurt is.

Bij het uitpraten van een conflict:

Praat een conflict uit zoals bij het voorgaande doel is uitgewerkt. Geef de leerlingen de opdracht om goed naar elkaar te luisteren.

- Leerling 1 begint met vertellen wat er volgens hem gebeurd is.
- Leerling 2 herhaalt (samengevat en in eigen woorden) wat leerling 1 gezegd heeft.
- Controleer bij leerling 1 of de samenvatting klopt of dat er nog iets veranderd/aangevuld moet worden.
- Hierna draai je de taken om en mag leerling 2 vertellen wat er volgens hem gebeurd is.
- Leerling 1 herhaalt (samengevat en in eigen woorden) wat leerling 2 gezegd heeft.
- Controleer bij leerling 2 of de samenvatting klopt of dat er nog iets veranderd/aangevuld moet worden.

Dit kun je ook met meerdere leerlingen doen.

Past manieren toe om rustig te blijven wanneer hij boos wordt (6-8 jaar) – Stop, denk, doe!

Leerlingen die het moeilijk vinden om rustig te blijven als ze boos worden, kunnen steun hebben aan een duidelijke aanpak om rustig te blijven.

- Haal diep adem, denk na of tel eerst tot 10 voordat je reageert.
- Stop, denk, doe kaart.
 - Stop=kijk en luister
 - Denk=maak een plan en denk hierbij eventueel hardop
 - Doe =voer wat je bedacht hebt uit.
- Gebruik de kaart als hulpmiddel om de verschillende stappen visueel te maken.
- Time-out: Je zegt rustig, maar duidelijk 'ik vind dit niet leuk' en loopt weg.

Beheerst zich, als dit nodig is, wanneer hij boos is (8-10 jaar) – 5G model

Om je te kunnen beheersen, moet je inzicht hebben in je eigen gedrag en de gevolgen daarvan. Bij het vorige doel zijn suggesties gegeven om rustig te blijven. Wat is het gevolg daarvan?

Een manier om leerlingen hier inzicht in te geven is het werken met een stappenplan dat gebaseerd is op het 5G model (gebeurtenis-gedachte-gevoel-gedrag-gevolg). Er zijn heel veel uitwerkingen van dit model en soortgelijke modellen te vinden op internet.



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 omgaan met ruzies en conflicten. Hieronder volgen een aantal suggesties. Gebruik dit ter inspiratie en kijk wat er op jouw school aanwezig is.

Prentenboek 'Bino en de walvis' / Marcel van Driel / *geschikt voor: onderbouw.*

Er komt een walvis aanzwemmen naar Bino en zijn vrienden. Dat vinden ze allemaal reuze interessant natuurlijk, zeker als de walvis ook een prima glijbaan blijkt te zijn. Ze willen dan ook allemaal als eerste op de glijbaan. Dat loopt uit op ruzie en een mooie oplossing.



Dit boek gaat over het uitpraten van een conflict en het luisteren naar elkaar, wat heel goed aansluit op de doelen van impulsbeheersing en het omgaan met ruzies en conflicten. Achterin het boek staan verwerkingsopdrachten.


Ski – 2 personen / uitgeverij: Earth Games / *aantal spelers: 2 / geschikt voor: onderbouw.*

Met deze ski's kunnen kinderen samen skiën. Ze moeten tegelijk bewegen om vooruit te komen. Dit traint niet alleen coördinatie en balans, maar het werkt ook aan teamspirit en afstemmingen.



In het begin zal het zoeken zijn naar goede afstemming. Dit zal niet meteen goed gaan. Kinderen moeten dan rustig blijven en naar elkaar luisteren om te zorgen dat het afstemmen soepel verloopt en er geen ruzie ontstaat. Dit zal voor kinderen met lage impulsbeheersing lastig zijn. Bereid het spel met hen voor/na en praat erover wat je kunt doen op de momenten dat het niet gaat zoals je wilt.



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 omgaan met ruzies en conflicten.

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 leren omgaan met ruzies en conflicten.

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

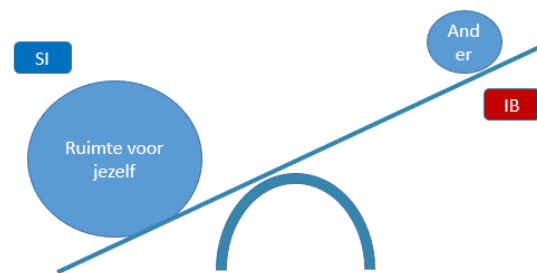
- Het kind doet voordat het nadenkt.
- Het kind vindt het moeilijk om te plannen en te organiseren. Ook het uitstellen van een behoefte, bijvoorbeeld het stellen van een vraag, hoort hierbij.
- Het kind heeft moeite met het zich houden aan de regels van de groep; het stelt zichzelf centraal en heeft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

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. Er is dan geen sprake van onder- of overaanpassing.



- Inlevingsvermogen

Als het kind een naast een lage impulsbeheersing een benedengemiddelde, bovengemiddelde of hoge score op inlevingsvermogen heeft, merk je dat het kind best aanspreekbaar op zijn gedrag is, wanneer je als leerkracht een positieve relatie met het kind hebt. Het kind 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.

'Impulsbeheersing'

'Samenwerken en samenspelen'

INHOUD

Toelichting bij deze handelingssuggestie.....	1
Aanpak	2
Leerdoelen.....	2
Pedagogische interventies.....	3
Randvoorwaarden.....	3
Suggesties voor aanpak.....	4
Verwijzing naar spellen/prentenboeken	5
Achtergrondinformatie	7
Bronnen	8

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 HANDELINGSSUGGESTIE

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?*



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 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 plaats 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 zien dat ze aan de overkant 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!

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

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 groepswerk, 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 tops en tips geven. Tegenover een tip staan twee tops;
- 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.

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

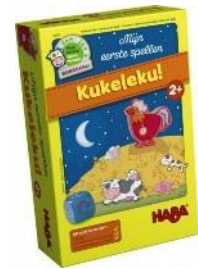


VERWIJZING NAAR SPELLEN/PRENTENBOEKEN

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 om 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 handelingsuggestie 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

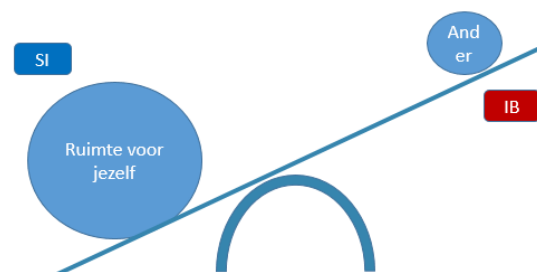
- Het kind doet voordat het nadenkt
- Het kind vindt het moeilijk om te plannen en te organiseren. Ook het uitstellen van een behoefte, bijvoorbeeld het stellen van een vraag, hoort hierbij
- Het kind heeft moeite met het zich houden aan de regels van de groep; het stelt zichzelf centraal en heeft daarbij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

'Impulsbeheersing'



'Sluiten en onderhouden van vriendschappen'

INHOUD

Toelichting bij deze handelingssuggestie.....	1
Aanpak	2
Leerdoelen.....	2
Pedagogische interventies.....	3
Randvoorwaarden.....	4
Suggesties voor aanpak.....	4
Verwijzing naar spellen/prentenboeken	7
Achtergrondinformatie	8
Leestips voor de leerkracht	9
Bronnen	9

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 HANDELINGSSUGGESTIE

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 **sluiten en onderhouden van vriendschappen** wordt het volgende verstaan: *Vriendschap tussen kinderen is een min of meer exclusieve wederkerige relatie tussen meerdere kinderen. Vrienden zijn elkaar trouw, vertrouwen elkaar en houden rekening met elkaar. Je deelt elkaars geheimen niet zonder toestemming. Dit geeft een mate van exclusiviteit. Vriendschappen kunnen opbloeien, verdiepen, maar ook uitdoven. Tot vriendschap kun je iemand niet dwingen, bij afwijzing moet degene die afgewezen wordt dit accepteren en op zoek gaan naar een andere vriend(in).*



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 sluiten en onderhouden van vriendschappen.

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">• Luistert naar de ander• Accepteert het als de ander niet beschikbaar is• Loopt weg als de ander onaardig tegen hem doet	<ul style="list-style-type: none">• Weet wanneer je iets vertelt en wanneer niet• Kan een geheim bewaren• Schat in wie beschikbaar is om contact mee te maken• Wacht op een goed moment om deel te nemen aan een activiteit		<ul style="list-style-type: none">• Geeft de ander de ruimte om zijn eigen mening te vertellen over iets dat ze samen meegemaakt hebben

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?*

Is de impulsbeheersing voor deze leerling/groep laag? Vraag je dan 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 sluiten en onderhouden van vriendschappen.

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. Vooral bij jonge kinderen kun je duidelijke afspraken maken, zoals: loop weg als iemand iets onaardigs tegen je zegt. Wanneer leerlingen ouder zijn, kun je minder strak leiding hierin nemen, maar bespreek alsnog wat er van hen verwacht wordt bijvoorbeeld met het stilhouden van een geheim.

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 dat wat al goed gaat. Reageer snel, nadat een leerling bijvoorbeeld naar een ander luistert of de ander de gelegenheid geeft om iets te vertellen. Geef daarnaast ook duidelijke, specifieke feedback zodat leerlingen weten waar ze in een volgende stap aan kunnen werken. Zorg dat de doelen klein en concreet zijn.



RANDVOORWAARDEN

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

Voordat er een proces plaats 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 een suggestie met kleine aanpassingen ook bij oudere/jongere kinderen toegepast worden. De activiteiten zijn vaak geschreven voor klassikaal gebruik, 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.

Luistert naar de ander (4-6 jaar) - kringgesprek

Het kringgesprek is een mooie mogelijkheid om aan dit doel te werken:

- Laat een leerling zijn idee of verhaal vertellen;
- Geef aan de andere leerlingen de opdracht om goed te luisteren en dat jij straks aan hen gaat vragen wat deze leerling verteld heeft;
- Laat leerlingen terug vertellen wat de leerling gezegd heeft;
- Laat de leerlingen vervolgens reageren op het idee of verhaal door hen de gelegenheid te geven om vragen te stellen (geef zelf het voorbeeld);
- Laat leerlingen hun eigen ervaringen over het gespreksonderwerp vertellen;

Luistert naar de ander (4-6 jaar) – samen een verhaal vertellen

Leerlingen vertellen samen een verhaal:

- Elke leerling is een van tevoren afgesproken tijd (bijvoorbeeld 30 seconden) aan het woord;
- De andere leerlingen luisteren goed;
- Na 30 seconden zeg je "stop" en gaat de volgende leerling vanaf daar verder;
- Ga zo door tot alle kinderen aan de beurt zijn geweest.

Voor jonge kinderen kan het te lang zijn om dit in de kring te doen. Je kunt deze oefening dan in een kleiner groepje doen.

Maak duidelijke afspraken met de leerlingen. Spreek af hoe de leerlingen mogen reageren.
Bijvoorbeeld: vinger opsteken als je een vraag wilt stellen over het verhaal en je vuist naar voren als je zelf wat wilt toevoegen aan het verhaal.

- Reageer consequent op de afspraken.
Bijvoorbeeld: niet je vinger opgestoken, betekent geen vraag stellen.
- Duidelijke regels en deze consequent toepassen, helpt leerlingen die het moeilijk vinden om hun impulsen te beheersen.

Luistert naar de ander (4-6 jaar) – groepsverantwoording

Bij dit doel kun je ook denken aan groepsverantwoording. Bijvoorbeeld: even de klas uitgaan en de groep het vertrouwen geven dat zij samen rustig door kunnen werken.

- Spreek deze verwachting expliciet uit.
Bijvoorbeeld: 'Ik ga even naar het magazijn, ik weet dat ik erop kan vertrouwen dat jullie rustig doorwerken'.
- Evalueer achteraf hoe het gegaan is.

Accepteert het als de ander niet beschikbaar is (4-6 jaar) – rollenspel

Bij het opstellen van groepsregels kun je afspraken maken over hoe je met elkaar omgaat. Een regel kan zijn dat iedereen altijd mag meedoen. Soms kan dat niet omdat er niet genoeg middelen zijn of omdat er aan een spel maar een beperkt aantal leerlingen deel kan nemen. Dit soort situaties doen zich vaak voor bij vrij spel en buitenspelen. Gebruik deze gelegenheden om aan dit doel te werken. Je kunt oefenen in de situatie zelf maar je kunt de situatie ook voor- en/of nabespreken met de groep.

Dit kun je doen in de vorm van rollenspel of met poppetjes (Playmobil of lego). Gebruik de alledaagse situaties als voorbeeld.

- Maak hierbij gebruik van concrete voorbeelden over hoe leerlingen kunnen reageren als ze niet mee mogen doen met een spel: dan zeg je 'jammer dan' en loopt stevig weg;
- Leer leerlingen ook concrete afspraken maken over wanneer ze dan wel samen kunnen spelen bijvoorbeeld in de volgende pauze of vanmiddag;
- Laat zien dat je ook aan een ander kind kunt vragen of je mee mag doen;
- Geef positieve feedback op stappen in dit proces die de leerling zelf laat zien.

Loopt weg als een ander onaardig tegen hem doet (4-6 jaar) – rollenspel

Dit kun je oefenen op dezelfde manier als hierboven is aangegeven. Leer kinderen woorden geven aan hun gevoel bijvoorbeeld 'ik vind het niet leuk wat je tegen mij zegt'.

Weet wanneer je iets vertelt en wanneer niet (6-8 jaar) – complimentensleutel

Je kunt aan dit doel werken door opdrachten te geven waar geheimhouding belangrijk bij is. Een manier waarop je dit kunt doen is de complimentensleutel:

- Een leerling uit de groep krijgt de complimentensleutel (niemand mag weten wie de complimentensleutel heeft);
- De leerling die de complimentensleutel heeft, krijgt de opdracht om de hele dag aan iedereen complimenten te geven zonder dat hij verklapt dat hij de complimentensleutel heeft;

- Aan het einde van de dag mogen de andere leerlingen raden wie de complimentensleutel heeft;
- Geef een compliment als het gelukt is om niks tegen de andere leerlingen te zeggen over de complimentensleutel.

Kan een geheim bewaren (6-8 jaar) – klassenbeloning

Kies een leerling uit die je een geheim vertelt wat hij/zij niet meteen mag delen, bijvoorbeeld dat de klas aan het einde van de dag een beloning krijgt. Spreek hierbij wel een moment af waarop 'het geheim' gedeeld mag worden. Leerlingen leren op deze manier om hun impuls om iets meteen te vertellen, te beheersen. Vertel het de leerling niet te lang van tevoren, wanneer ze moeite hebben met impulsbeheersing (bijvoorbeeld een uur). Dit kun je later altijd uitbreiden.

Tips:

- Over wat je wel en niet kunt delen met anderen kun je met de leerlingen praten in bijvoorbeeld een kringgesprek.
- Als steuntje voor de leerling kun je werken met picto's. Bijvoorbeeld een gezicht met de vinger voor de mond, wat betekent niet doorvertellen.

Schat in wie beschikbaar is om contact mee te gaan maken (6-8 jaar) – gymles

Je kunt aan dit doel werken tijdens bijvoorbeeld de gymles. Verdeel de gymzaal in vakken en laat kinderen zelf groepjes maken. Werk met een vaste structuur, want kinderen die het lastig vinden om hun impulsen te beheersen worden onzeker als ze niet weten wat er van hen wordt verwacht.

Hoe beoordeel je of iemand beschikbaar is? Doe dit aan de hand van de volgende stappen:

- Kijk rustig rond met je armen over elkaar;
- Wie is er alleen?
- Wie geeft signalen dat hij beschikbaar is?
- Maak hierbij als leerkracht duidelijke afspraken over hoe je mag laten zien/merken dat je beschikbaar bent. Dit is namelijk lastig voor kinderen die impulsief reageren;
- Ga naar de leerling toe en maak contact;

Geef als leerkracht complimenten als je ziet dat leerlingen stappen uit het proces zelf laten zien. Herhaling van de verschillende stappen is nodig om het gedrag aan te leren.

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

Werk op dezelfde manier als hierboven:

- Kijk eerst naar de activiteit en ga niet zomaar meedoen;
- Maak contact door bijvoorbeeld hallo te zeggen;
- Vraag of je mee mag doen;
- Is het antwoord ja, vraag dan hoe het spel gaat. Wat zijn de regels van het spel?

Geef als leerkracht complimenten als je een leerling één van bovenstaande stappen ziet doen. Je versterkt hiermee het gedrag en attendeert ook andere leerlingen erop.

Tip: Loop in de pauze op het plein en speel met de leerlingen mee. Laat zelf voorbeeldgedrag zien.

Geeft de ander de ruimte om zijn eigen mening te vertellen over iets dat ze samen meegemaakt hebben (8-12 jaar) – debat

Om te oefenen met het geven van je mening kun je de werkvorm debatteren gebruiken:

- Laat een van de leerlingen (gespreksleider) kort de aanleiding van het debat toelichten. Denk hierbij aan een recente gebeurtenis waarover leerlingen van mening kunnen verschillen, maar je kunt ook over een thema debatteren;
- Je kunt als leerkracht ook zelf het onderwerp toelichten, maar door de regie bij de leerling te laten kun je tegelijkertijd werken aan sociale autonomie (een leidende rol aannemen);
- Doel is dat iedereen zijn mening kan geven;
- Om ervoor te zorgen dat alle leerlingen aan de beurt komen, kun je werken met beurtenstokjes (door op deze manier te werken kun je tegelijkertijd werken aan impulsbeheersing en sociaal initiatief);
- Geef elk kind een aantal beurtenstokjes;
- Zijn je stokjes op dan mag je niet meer reageren;
- Laat een of twee kinderen de meningen opschrijven;
- Werk met categorieën bijvoorbeeld voor en tegen;
- Laat de gespreksleider de verschillende meningen kort samenvatten.

Een andere werkvorm is 'stel een vraag':

De leerkracht stelt een vraag en alle kinderen mogen daar individueel over nadenken. Daarna wisselen ze hun gedachten in groepjes uit. Vraag klassikaal per groepje wat er bedacht is.



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 sluiten en onderhouden van vriendschappen. Hieronder volgen twee suggesties. Gebruik dit ter inspiratie en kijk wat er op jouw school aanwezig is.

Prentenboek 'Bino en de blokjes' / Marcel van Driel / *geschiedenis*
voor: onderbouw

Bino moet de witte blokjes waarmee hij zijn spookkasteel heeft gebouwd opruimen. Dat gaat niet zonder slag of stoot. Daar komt doorzetten bij kijken. Eén voor één komen zijn vriendjes vragen waar Bino toch blijft. Maar steeds antwoordt Bino dat hij nog niet klaar is met opruimen. Eindelijk staat Bino buiten. Waar zijn al zijn vriendjes gebleven? Ze springen tevoorschijn als spoken uit een sneeuw-kasteel.



Dit boek gaat over het uitvoeren van een taak. Dat kan best lastig zijn om vol te houden wanneer anderen je vragen om leukere dingen te doen. Het vraagt niet alleen van Bino om een stukje impulsbeheersing, maar ook van zijn vriendjes omdat ze moeten accepteren dat Bino niet beschikbaar is. Dit komt overeen met de doelen voor het sluiten en onderhouden van vriendschappen.

Coöperatief spel 'Zandkastelen' / uitgeverij: Earth Games /
aantal spelers: 1-8 / geschikt voor: onder- en middenbouw / duur:
15 minuten.

Op het strand bouwen de kinderen mooie zandkastelen, maar het wordt vloed en de golven komen steeds dichterbij. Lukt het om drie kastelen te bouwen voordat de golven ze wegspoelen?

Kinderen moeten in een coöperatief spel zoals deze samenwerken, wat betekent dat ze hun eigen impulsen moeten beheersen. Ze moeten naar elkaar luisteren en wachten op een goed moment voor ze een eigen inbreng geven.



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 sluiten en onderhouden van vriendschappen.

Bij impulsbeheersing gaat het om het controleren en corrigeren van het eigen gedrag in het verkeer met anderen. Het kind denkt eerst na 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 vriendschappen sluiten en onderhouden.

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 te zijn, maar is een onderdeel van de

ontwikkelingstaak waar kinderen voor staan: het sluiten en onderhouden van vriendschappen.

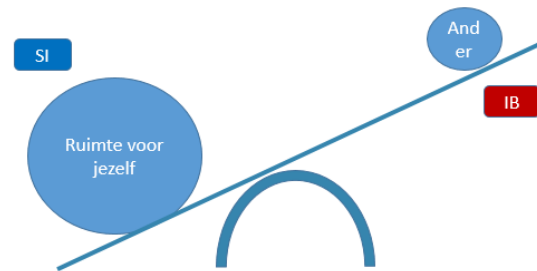
Relatie met andere ZIEN!-dimensies

- 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 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. Er is dan geen sprake van onder- of overaanpassing.



- Inlevingsvermogen

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

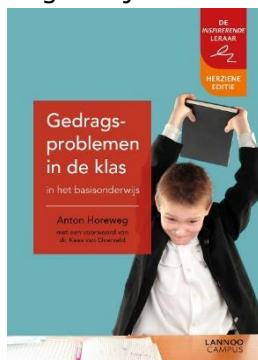
Voor een leerkracht is het belangrijk om na te gaan of de behoefte op het gebied van inlevingsvermogen of de behoefte op het gebied van impulsbeheersing leidend is voor het kind.



LEESTIPS VOOR DE LEERKRACHT

Vraag jezelf af: *Welke bronnen kan ik raadplegen voor meer informatie?*

Horeweg, A. (2015). *Gedragsproblemen in de klas in het basisonderwijs*. Houten: Uitgeverij LannooCampus.



Dit boek is theoretisch goed wetenschappelijk onderbouwd, maar is zo geschreven dat je meteen met de praktische tips aan de slag kunt in de klas. De schrijver van het boek gaat er vanuit dat kinderen met 'probleem'gedrag het graag goed willen doen, maar dat ze gehinderd wordt door hun beperkte vaardigheden. Delen uit het hoofdstuk over ADHD (hoofdstuk 2) kunnen goed gebruikt worden bij kinderen met een lage impulsbeheersing. Ook op de bijbehorende website www.gedragsproblemenindeklas.nl staan erg handige tips voor in de klas.



BRONNEN

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