
Over het werkboek Ik doe het anders.

Het werkboek Ik doe het anders is bedoeld voor kinderen vanaf negen jaar. De eerste drie hoofdstukken zijn vrijwel hetzelfde als in het Ik ben Oké! werkboek. Er zijn echter wel extra werkvormen toegevoegd.

Een belangrijke reden om dit werkboek vorm te geven was om hoogsensitieve kinderen vanaf negen tegemoet te komen: de tekeningen in het boek zijn minder 'kinderachtig' en er wordt ook aandacht besteed aan sociale vaardigheden. Als kinderen anderen en zichzelf beter kunnen 'lezen' wordt het innemen van hun plek in de groep eenvoudiger voor ze. De verhalen kunnen daar erg bij helpen.

Autistisch Spectrum en ADD/ADHD

Tot voor kort werd wel gesproken over het syndroom van Asperger en PDD-NOS. Deze termen zijn uit de DSM V verwijderd en alle kinderen met deze diagnose krijgen nu de diagnose ASS mee, stoornis uit het autistisch spectrum. Het is mogelijk dat kinderen die in feite hoogsensitief zijn deze diagnose meekrijgen, of onder de diagnose ADD/ADHD vallen. Dit kan te maken hebben met de (on)mogelijkheid zich goed te concentreren en te kunnen focussen op een onderwerp (denk aan prikkelmijdende en prikkelzoekende kinderen) omdat ze erg beweeglijk zijn of juist erg dromerig.

Om ook deze groep kinderen een steuntje in de rug te geven kun je met dit werkboek werken en onze Sensikids protocollen inzetten.

De werkwijze

Deze kan dezelfde zijn als in de Sensikids cursus Ik ben Oké!

Je kunt zeven bijeenkomsten aanbieden in een leuke cursus. Je gaat dan alle hoofdstukken door met de kinderen.

Indien je in een groep werkt is het mogelijk om met rollenspellen te werken, of aanvullend naar filmpjes te kijken van bijvoorbeeld ReChill (zie de ReChill video in de lesbrief).

Hooggevoelige kinderen werken echter het liefst in individuele setting, zodat ze niet worden afgeleid door de groep. Hun aandacht ligt daar immers veel en door hun intense betrokkenheid en verwerking van informatie uit de groep kunnen ze terecht worden afgeleid van hun eigen ontwikkeling.

Met dit werkboek zul je zelf een verbinding moeten krijgen.

Als je er flexibel mee om gaat heb je veel aanvullende werkvormen tot je beschikking in de praktijk. In tegenstelling tot de Sensikids cursus Ik ben Oké! waarbij wij de aanbeveling geven alle hoofdstukken door te nemen omdat het kind tijdens een langere periode iets in zichzelf opbouwt, kun je met dit werkboek –net als met het Power Puber werkboek) namelijk ook wat flexibeler omgaan.

Een voorbeeld:

Een jongen van negen kwam wegens zijn grote gevoeligheid naar een opvoedcoach. Zij koos er voor hem wel dit werkboek te geven en de eerste hoofdstukken door te nemen (waar hij al veel aanhad, want hij had vaak te kampen met woede aanvallen)

en hem daarnaast ook de hoofdstukken over het auratuintje en de Zintuigenboom aan te bieden vanwege zijn gevoeligheid en grote betrokkenheid bij zijn omgeving.

Een ander voorbeeld: een jongen van acht volgde de Sensikids cursus Ik ben Oké! en omdat hij zo vaak boos werd pakte zijn opvoedcoach er de extra oefeningen bij uit het werkboek Ik doe het anders (over jezelf beheersen of jezelf laten gaan). Thuis kreeg het gezin er daardoor een paar handige begrippen bij om positief met elkaar te kunnen communiceren.

Sociale verhalen

Bij elk hoofdstuk vind je een kort sociaal verhaal. Dit is een verhaal zonder veel 'opsmuk' en beeldtaal wordt zoveel mogelijk vermeden. Zo kunnen ook de kinderen met een lichte vorm van autisme en echte beelddenkers een idee krijgen van wat we bedoelen. Voor deze groep kinderen is het werkboek namelijk ook een leuke ondersteuning.

Lees ook de lesbrieven over sociale verhalen op deze lesbrievenpagina.

Specifiek maken van wat is geleerd

Wat erg belangrijk is bij deze groep kinderen is dat je heel helder maakt wat er is geleerd en wanneer, met wie, waar en hoe er geoefend gaat worden.

Het is goed om heel specifiek te zijn. Kinderen die bij jou in de praktijk iets leren zullen dat koppelen aan jouw ruimte en aan jou zelf. De kans dat ze het geleerde ook in een andere setting gaan oefenen wordt groter als ze daar vriendelijk op worden gewezen.

Tijdens de trainingdagen is hier aandacht voor.

Zie ook de pdf van het evaluatie formulier.

Visuele ondersteuning

Het is goed om samen met het kind te tekenen.

Visuele kinderen onthouden beelden beter dan begrippen en woorden.

Zeker als ze beelddenker zijn. Hun eigen beeld/tekening helpt nog beter om iets te onthouden en er mee te willen oefenen. Laat ze dus zelf tekenen, of daag ze daar toe uit!

Om deze reden maken we een sociaal stripverhaal waar mogelijk in onze ondersteuning.

Kijk naar de video hierover om een goed idee hiervan te krijgen.

Kijk vooral naar de TED talk van Graham Shaw.

Ted laat zien hoe het maken van zeer eenvoudige tekeningetjes, waarbij hij vooral cirkels, halve cirkels, driehoeken en vierkanten gebruikt als basis, helpt bij een tekst waar je naar luistert.

Je hoeft zelf dus geen zorgen te hebben over je tekentalent. Sterker nog: als jij perfecte tekeningen maakt, zullen de kinderen dat ook willen. Of ze denken dat ze het ook zo goed moeten kunnen! Stuntelen is dus toegestaan. 😊

Tijdens de training probeer je zoveel mogelijke visuele ondersteuning toe te passen, en dus ook om deelnemers het idee te geven dat een tekening niet perfect hoeft te zijn!

Beelddenkers hebben vaak een perfect beeld in hun hoofd (bijna fotografisch of filmisch), of juist niet omdat wat ze horen een nieuw begrip bevat. In het eerste geval lukt het niet om precies zo'n tekening te maken. In het tweede geval is er gewoonweg geen beeld dat kan worden gereproduceerd. Wat daarnaast natuurlijk ook mogelijk is dat jouw beeld er heel anders uit ziet, dan het beeld dat het kind tegenover je heeft. Dat levert miscommunicatie op!

Beelddenken

Lees de aparte lesbrief over beelddenken die je ook op deze pagina vindt. De lesbrief is het hoofdstuk van het werkboek Hooggevoelige kinderen opvoeden.

Hoogsensatieve kinderen zijn vaak visueel ingesteld. Ze hebben een voorkeur voor kijken en zien alles. In hun hoofd knopen ze alles aan elkaar, hun denkwijze is zeer associatief. De herinnering speelt een grote rol in hun denken.

Het denken gaat via beelden, geluiden, geuren, kleuren, gevoelens, situaties, gebeurtenissen en herinneringen. Er is altijd de onbewuste vraag: heb ik dit eerder gehoord, gevoeld, geproefd, gezien en geroken? Wij noemen het om deze reden liever sensitief denken.

Deze wijze van denken gaat razendsnel, zo snel dat je het niet in de gaten hebt. Het is een heel intuïtieve wijze van denken.

Beelddenkers hebben het vaak moeilijk op school, ze moeten meer energie inzetten om het schoolwerk te verzetten.

Vanaf negen jaar kun je met de kinderen praten over dit fenomeen. Als ze weten dat ze zo snel denken, en hoe ze dat doen, kunnen ze zichzelf met enige hulp ook leren anders te denken en te switchen tussen beelddenken en taal/logisch-volgordelijk denken. Daar hebben ze wel meer steun bij nodig en het herkennen van de beelddenker thuis of in de groep is hierbij de eerste stap.

In het werkboek is een hoofdstuk bestemd om te kunnen spreken over beelddenken. Gebruik het vooral als je vermoed dat je een beelddenker tegenover je hebt. Ook met pubers is dit hoofdstuk heel leuk om door te nemen.

Sommige beelddenkers denken al volgordelijk en hebben niet veel moeite met taal, lezen en rekenen. Er is echter ook een grote groep kinderen die nog moeite heeft met volgordelijk denken en redeneren. Het lezen en schrijven geeft dan meer problemen. Een hoogsensatief kind wil het altijd goed doen, dus je kunt begrijpen dat deze kinderen extra energie gaan inzetten om het goed te doen. Ze kunnen vermoeid worden hierdoor en besteden sowieso veel meer tijd aan hun werk of aan het huiswerk. Het kan zinvol zijn om een kind dat hier mee te maken heeft naar een Beelddenkspecialist of een leraar Bewegend leren door te verwijzen.

Terugspiegelen aan het eind van een les of aan het eind van de cursus.

Aan het eind van de sessies kun je samen alle kaartjes die je hebt geknipt op tafel leggen en om de beurt een kaart trekken. Dan kun je nog eens oefenen wat is geleerd. Vergeet niet de kaarten die passend zijn en op de skills poster staan er bij te leggen, zo kunnen jullie ook de Vuist/vlinder oefening, de adem oefening en de Braingym oefening In de knoop/uit de knoop nog eens doen.

En natuurlijk gebruik je het evaluatie formulier dat je met het kind bespreekt met de ouders aan het eind van een les.

In de training doe je in tweetallen oefensessies.
We hopen dat je daardoor een goede indruk krijgt van dit werkboek.

Voor vragen kun je mailen: wijzeouders@hotmail.com¹

¹ © Sensikidsopleidingen.