

Uittreksel: Sociale vaardigheden

Hoe kunnen we de belangrijkste sociaal-emotionele vaardigheden van kinderen stimuleren?

Steven Pont geeft hiervoor zinvolle en praktische tips in het boek ***Sociaal? Vaardig!***

Sociaal-emotionele vaardigheden

Steven Pont maakt onderscheid tussen acht vaardigheden:

1. Zelfbewustzijn
2. Sociaal bewustzijn
3. Zelfmanagement
4. Doelgericht gedrag
5. Relationale vaardigheden
6. Persoonlijke verantwoordelijkheid
7. Besluitvorming
8. Optimistisch denken

Een kind kan op het ene gebied zwakker zijn dan op een ander gebied. Dat is goed om te weten, want hierdoor kan je een kind gericht helpen. En bovendien laat het zien dat het kind heus niet overal zwak in is. Door het opdelen van de sociaal-emotionele vaardigheden krijg je als opvoeder een genuanceerder beeld en kan de ontwikkelingsbehoefte beter vastgesteld worden.

Na een introductie komt in elk hoofdstuk een van de vaardigheden aan de orde. Elk hoofdstuk behandelt de ontwikkelingspsychologische achtergrond van de betreffende vaardigheid en de gezinssfeer die helpt om de deze vaardigheid te vergroten. Ook benoemt Steven Pont mogelijke interventies en zelfbouwinterventies.

Zelfbouwinterventies

Zelfbouwinterventies zijn richtlijnen voor ingrepen die de opvoeders zelf kunnen bedenken. Enkele voorwaarden bij het uitwerken van een zelfbouwinterventies:

- Zorg dat de interventie aantrekkelijk is, want dan wil het kind eerder meewerken.
- Doe als opvoeder zelf mee.
- Laat de interventie niet te lang duren en zorg voor een duidelijk einde.

Kinderen leren op verschillende manieren. Sommige kinderen leren door ervaring, anderen door instructie. Er zijn vijf voorkeurstijlen waarop kinderen leren:

- Kijken hoe anderen het doen
- Meedoen
- Kennis opnemen
- Oefenen
- Experimenteren

Het is goed om te bedenken hoe een kind leert, zodat je hierop kunt aansluiten.

Hieronder volgen de acht vaardigheden, bij elke vaardigheid staat een tip voor een zelfbouwinterventie.

1. Zelfbewustzijn

Dit is de mate van inzicht in de eigen capaciteiten en beperkingen. Het besef van je eigenheid is een voorwaarde om sociale vaardigheden te leren. De belangrijkste delen van het zelfbewustzijn zijn zelfkennis, zelfevaluatie en zelfregulatie.

Een zelfbouwinterventie om het zelfbewustzijn te vergroten werkt het best als hij over het gedrag gaat, het kind niet direct veroordeelt en iets van jezelf laat zien.

2. Sociaal bewustzijn

Dit is de mate van inzicht in de sociale omgeving. Dit behelst het rekening houden met de ander. Hierbij hoort het inschatten van de positie ten opzichte van anderen. Kernbegrippen zijn respect en tolerantie. Bij het sociaal bewustzijn is het onderhouden van vriendschappen een belangrijk onderdeel. Tijdens de basisschoolleeftijd ontwikkelt dit en veranderen de redenen waarom kinderen vriendschap sluiten. Daarin zijn drie fasen:

- Kinderen tot ongeveer zeven jaar sluiten vriendschap op basis van gedrag.
- Kinderen vanaf ongeveer acht jaar sluiten vriendschap op basis van vertrouwen.
- Kinderen vanaf ongeveer tien jaar sluiten vriendschap op basis van psychologische kenmerken.

Een zelfbouwinterventie om het sociaal bewustzijn te vergroten heeft het meest succes als hij het inlevingsvermogen van het kind aanspreekt en vragen oproept over moraliteit.

3. Zelfmanagement

Dit is de mate van beheersing van emoties en gedrag. Het blijkt duidelijk bij moeilijke taken, nieuwe situaties of veranderingen van de plannen. Kernbegrippen zijn concentratie en aanpassingsvermogen.

Een zelfbouwinterventie om het zelfmanagement te vergroten werkt het best als hij gericht is op het beheersen van impulsen en de flexibiliteit stimuleert.

4. Doelgericht gedrag

Dit is het inzetten voor gestelde doelen. Doorzettingsvermogen is hierbij van belang. Ook het nemen van initiatieven speelt een rol. Een van de belangrijkste dingen die nodig is voor doelgericht gedrag, is aandacht. Er is onderscheid tussen drie aspecten:

- De duur van de aandacht.

Sensikidsopleidingen: aanvullende lesbrief

- De focus van de aandacht.
- De flexibiliteit van de aandacht.

Als de aandacht van kinderen niet is zoals het hoort, is het goed om te kijken: waar ligt het nu precies aan: de duur, de focus of de flexibiliteit? Dan weet je waar je de oplossing moet zoeken.

Een zelfbouwinterventie om doelgericht gedrag te stimuleren werkt het best als hij aansluit bij de belevingswereld en als de kans van slagen groot is.

5. Relationale vaardigheden

Dit zijn de vaardigheden die onmisbaar zijn bij de totstandkoming van positieve contacten met anderen. Bijvoorbeeld aardig, bezorgd en behulpzaam zijn. Als het gaat om relationele vaardigheden, zijn er zes soorten kinderen:

- Het populaire pro-sociale kind. Dit kind legt makkelijk contact, kan dat goed onderhouden en is in staat om conflicten op te lossen.
- Het gemiddelde kind.
- Het afgewezen agressieve kind.
- Het afgewezen teruggetrokken kind.
- Het onopgemerkte kind.
- Het controversiële kind. Dit kind vertoont een mix van sociale vaardigheden.

Een zelfbouwinterventie om relationele vaardigheden te stimuleren heeft het meest kans van slagen als behulpzaamheid, conflicten oplossen en samen delen centraal staan. Het is van belang dat het kind leert dat er ook andere manieren zijn om te reageren.

6. Persoonlijke verantwoordelijkheid

Dit heeft betrekking op de zorgvuldigheid en betrouwbaarheid in het omgaan met spullen, afspraken en relaties.

Een zelfbouwinterventie om persoonlijke verantwoordelijkheid te stimuleren werkt het best als je verantwoordelijkheid koppelt aan vrijheid.

7. Besluitvorming

Dit is de vaardigheid om op een verantwoorde manier besluiten te nemen en problemen op te lossen. Factoren die bij een kind invloed hebben op het nemen van een besluit zijn de onzekerheid, de complexiteit en het risico die de beslissing met zich meebrengt. Als een kind het moeilijk vindt om te beslissen, kan het helpen als je positief reageert op de besluiten die ze wel nemen. Bijvoorbeeld: 'Wat heb jij lekkere koekjes uitgekozen.'

Een zelfbouwinterventie om besluitvorming te bevorderen stimuleert om na te denken over keuzes en maakt inzichtelijk waarom sommige keuzes lastig zijn. Het laat ook zien dat keuzes consequenties hebben.

8. Optimistisch denken

De mate van optimistisch denken hangt af van het zelfvertrouwen, het vertrouwen in anderen en de kijk op het leven.

Een interventie om optimistisch denken te bevorderen heeft meer kans op succes als de negatieve gedachte niet wordt ontkend, maar juist bespreekbaar wordt gemaakt.

Het boek *Sociaal? Vaardig!* leest prettig en geeft helder inzicht in de sociaal-emotionele ontwikkeling. In het boek staan waardevolle tips – het zijn er te veel om op te noemen. Als opvoeder of coach kun je meteen aan de slag.

© Uittreksel: Arja Keppel wij-leren.nl