

GEWELDLOZE COMMUNICATIE

1. Sociale vaardigheden

(bron: ontwikkelingsdoelen en eindtermen voor het gewoon basisonderwijs)



1.1. Wat zijn sociale vaardigheden?

Kinderen gaan op verschillende manieren met elkaar om. Ze spelen, praten en vechten. Ze zoeken contact, ze trekken zich terug en ze werken samen. Ze gaan met elkaar om zonder te weten wat er gebeurt. Ze gebruiken hun manieren van doen als hun eigen moedertaal. Dat doen ze omdat ze onderdeel van de wereld zijn. Ze ontdekken een wereld van tussenmenselijke relaties. Sommigen lukt dat gemakkelijk en anderen lijken uit de boot te vallen. Er zijn angsten, panieken, teleurstellingen en eenzaamheid. Maar er is ook blijdschap, vrolijkheid, vriendschap en spontaniteit.

Een hele gamma van relatiewijzen wordt door hen spelenderwijs ontdekt en ingeoeffend. Als wij in de basisschool met deze kinderen werken, dan ontdekken wij bij hen heel wat sociale vaardigheden. De ontwikkeling van deze sociale vaardigheden vormt een onderdeel van de sociaal emotionele ontwikkeling.

1.2. Opsomming van de basisvaardigheden (vakoverschrijdende eindtermen):

a) Sociale vaardigheden - domein relatiewijzen:

1. De leerlingen kunnen zich op een assertieve wijze voorstellen.
2. De leerlingen kunnen in omgang met anderen respect en waardering opbrengen.
3. De leerlingen kunnen zorg opbrengen voor iets of iemand anders.
4. De leerlingen kunnen hulp vragen en zich laten helpen.
5. De leerlingen kunnen bij groepstaken leiding geven en onder leiding van een medeleerling meewerken.
6. De leerlingen kunnen kritisch zijn en een eigen mening formuleren.
7. De leerlingen kunnen zich weerbaar opstellen naar leeftijdgenoten en volwassenen toe door signalen te geven die voor anderen begrijpelijk en aanvaardbaar zijn.
8. De leerlingen kunnen zich discreet opstellen.
9. De leerlingen kunnen ongelijk of onmacht toegeven, kritiek beluisteren en eruit leren.

b) Sociale vaardigheden - domein gespreksconventies

De leerlingen kunnen in functionele situaties een aantal verbale en niet-verbale gespreksconventies naleven.

1.3. Sociale vaardigheden - domein samenwerking

De leerlingen kunnen samenwerken met anderen, zonder onderscheid van sociale achtergrond, geslacht of etnische origine.

Kennis en beheersing van sociale basisvaardigheden door de leraar zijn noodzakelijke voorwaarden om voor de klas te staan. Voorleefgedrag door de leraar is de eerste aanzet tot verwerving van sociale vaardigheden door de leerlingen.

2. Socio-emotionele ontwikkeling

(Bron: ZILL-leerplan)



De vakoverschrijdende eindtermen (zie 1: Sociale vaardigheden) worden concreet vertaald in het ZILL-leerplan werkt onder o.a. de rubriek socio-emotionele ontwikkeling.

2.1. Wat?



Ik kan op een warme en communicatieve wijze in relatie treden met mezelf en met anderen.

De socio- emotionele ontwikkeling speelt in op de basisbehoefte van mensen tot verbonden leven. Bij de kinderen in de basisschool streven we enerzijds een ontwikkeling (een groei) in de breedte na: van 'ik' naar 'jij', van 'jij' naar 'wij' (en vice versa), anderzijds van een groei in de diepte waarbij kinderen gaandeweg meer en genuanceerder zicht krijgen op zichzelf, de andere en de anderen. De verwachte leeruitkomst van dit ontwikkelveld is dat kinderen met zichzelf, met elkaar en met de hun omringende mensen op een warme en communicatieve wijze in relatie kunnen treden. Misschien klinkt het element 'in relatie treden met zichzelf' wat vreemd. Toch doet het er toe. Door contact te maken met de eigen unieke binnenkant ontdekken kinderen wat in hen zelf leeft. Die bewustwording oriënteert hen in hun relaties met de anderen en de buitenwereld.

Dit vertaalt zich in enkele leeruitkomsten:

Ik kan op een warme en communicatieve wijze in relatie treden met mezelf en met anderen.

o.a.

- Relationele vaardigheden: Ik wil en kan met anderen samenleven, samenwerken en communiceren.
- Omgaan met gevoelens en behoeften: Ik kan omgaan met gevoelens en behoeften van mezelf en anderen.
- Inlevingsvermogen: Ik kan me inleven in anderen, in andere standpunten en situaties.

2.2. Waarom?

In onze samenleving begint men meer en meer beroep te doen op de sociale en tussenmenselijke vaardigheden. Op alle niveaus wordt er vergaderd en overlegd. Wie zich niet uit de slag kan trekken op communicatief gebied of niet kan samenwerken in een team, blijft onverbiddelijk aan de kant staan. Ook het kunnen aanvaarden van het anders denken en doen van anderen ligt niet voor de hand. Er bestaan nog steeds veel hiërarchische relaties waar zonder sociale vaardigheden makkelijk wreve' kan ontstaan.



3. Aanpak: De Geweldloze Communicatie

3.1. Wat?

Via de 'Geweldloze communicatie' worden de sociale vaardigheden/socio-emotionele ontwikkeling in onze school aangebracht.

3.2. Het kleuter:

In de kleuterklas wordt niet gewerkt met de Geweldloze Communicatie, maar in de godsdienstmethode Sterretjes aan de hemel vindt men ook de basisprincipes van de sociale vaardigheden/socio-emotionele ontwikkeling.

De sociale vaardigheden/socio-emotionele ontwikkeling van de kleuters willen we stimuleren. We zorgen ervoor dat ze het fijn vinden om te spelen met, te zorgen voor en te leren met anderen, en dat ze leren rekening houden met de gevoelens, behoeften en wensen van de anderen. Door middel van het gevarieerde aanbod aan werk- en groeperingsvormen en de grote aandacht voor gevoelens geven we hen de kans om hun interpersoonlijke intelligentie verder te ontwikkelen.

Het hart krijgt bijzondere aandacht. We maken de kleuters vertrouwd met de basisgevoelens en leren hen spreken vanuit hun gevoelens. Op die manier keren we de kleuters liefdevol omgaan met elkaar.

Ieder van ons heeft ook een lichaam. We zijn ervan overtuigd dat heel wat ervaringen kunnen opgedaan worden via bewegen, dansen, yoga enz. Er zullen heel regelmatig activiteiten zijn die kleuters de kans geven de aangeboden inhouden in hun eigen lichaam te beleven.

We besteden ook aandacht aan het hoofd. We leren de kinderen al jong kritische vragen stellen, peilen naar het waarom van de dingen. Als didactisch hulpmiddel gebruiken we hier het 'filosoferen met kleuters'. Vragen als 'Wat denk je?' 'Waarom denk je dat?' 'Wie denkt dat ook?' 'Wie heeft een andere mening?' 'Kun je daar een voorbeeld van geven?' komen regelmatig terug.

(bron: Sterretjes aan de hemel)

3.3. Het lager:

De Geweldloze Communicatie is een onderdeel van de godsdienstmethode nl. Sterren aan de hemel.

In het eerste leerjaar maken de kinderen kennis met het principe van Geweldloze Communicatie.

In de volgende leerjaren bouwen we dan verder op de verworven kennis.

Vier stappen:

1. Waarnemen : ik ga objectief waarnemen, zonder te oordelen of te interpreteren. Ik blijf dus bij de feiten en verwoord die zoals een camera dat zou doen.

Als ik (zie, hoor, ruik, proef, voel, tast,..)

2. Gevoelens uiten : vervolgens verwoord ik mijn eigen gevoelens bij deze objectieve waarneming. Dat vraagt voeling met mijn eigen lichaam en lichaamstaal.

...voel ik mij...

3. Behoeften verwoorden : achter deze gevoelens zitten behoeften die ik op de juiste wijze ga uiten. Zo leer ik verantwoordelijkheid opnemen voor mezelf, zonder de andere te beschuldigen.

... omdat ik ... nodig heb

4. Een verzoek formuleren : ik richt op een aangepaste wijze een specifiek verzoek tot de ander waardoor mijn behoeften zouden kunnen vervuld worden.

Ben jij bereid om...?

Bijvoorbeeld :

1. Als ik hoor dat jullie kabbelen
2. Voel ik me geïrriteerd
3. Omdat ik behoefte heb aan rust
4. Mag ik jullie vragen wat verder te gaan spelen?

In een eerste fase zullen we de kinderen leren in de ik-vorm te spreken en eerlijk uit te drukken hoe ze zijn, wat ze voelen en waar ze behoefte aan hebben. (wat ze nodig hebben). Dat doen ze zonder de ander te beschuldigen of kritiek te geven. Zo leren kinderen verantwoordelijkheid opnemen voor zichzelf.

Bijvoorbeeld

Gevoelens : Ik voel me/ ik ben.... (blij, bang, boos, verdrietig, nieuwsgierig, geïrriteerd,...)

Behoefte : Ik heb behoefte aan (dit heb ik nodig) : rust, stilte, respect, bewegen, plezier,...

Verzoek : Ik zou graag hebben dat je mij een knuffel geeft, dat we een bewegingsspelletje doen (een concrete, haalbare actie).

In een later stadium zullen we kinderen ook leren vol mededogen naar de ander te luisteren zonder beschuldiging of kritiek te horen. De vier stappen (waarneming, gevoel, behoefte, verzoek) kunnen ook hier gevolgd worden.

Soms worden de eerste stap en de laatste stap weggelaten. Bijvoorbeeld : voel jij je ... omdat je ... nodig hebt?
Kinderen leren zich afvragen waarom iemand zo reageert zonder zich persoonlijk aangevallen te voelen.

Het Geweldloos Communiceren is een oefenterrein dat in alle onderwerpen van het eerste tot het zesde leerjaar wordt opgenomen.

3.4. Jakhals en Giraf?

De giraf staat symbool voor Geweldloze Communicatie.

De giraf spreekt de taal van het hart, zal heel veel luisteren, zich afvragen waarom iemand iets zegt en nagaan welke behoefte er schuilt achter de woorden van de ander. De giraf zal ook spreken vanuit eigen gevoelens en behoeftes, in de ik-vorm, zonder de ander te beschuldigen of verwijten toe te sturen.

De jakhals staat symbool voor de taal van het geweld. De jakhals zal boos of agressief reageren, neemt dingen heel persoonlijk, voelt zich vlug aangevallen, maakt veel ruzie, legt de schuld bij een ander.

Iedere mens heeft een giraf en een jakhals in zich. We willen graag de ander overtuigen van ons gelijk. Daarom gaan we analyseren, overtuigen, beschuldigen, veroordelen, manipuleren, ...

De jakhals praat meestal in de jij-vorm. (jij hebt dat gedaan, jij bent...)
De giraf zal in de ik-vorm praten. (ik voel mij, ik heb ... nodig, ..)

Het is niet de bedoeling de jakhals in ons te onderdrukken. Door naar de jakhals te luisteren, gaan we beseffen dat er onvervulde behoeftes zijn in ons leven. Onze jakhals schreeuwt om aandacht.

Die aandacht kan de giraf geven. De giraf zal oordelen en verwijten aanhoren en zoeken naar de onderliggende behoeftes, zonder schuld en schaamte.

(bron: Sterren aan de hemel)