



STEVEN PONT

Sociaal? Vaardig!

Hoe stimuleer je de acht belangrijkste sociaal-
emotionele vaardigheden van je kind?



HOGREFE



Sociaal? Vaardig!

Hoe stimuleer je de acht belangrijkste
sociaal-emotionele vaardigheden van je kind?

Steven Pont

HOGREFE



Inhoud

Voorwoord	7
Inleiding	9
1 Sociaal-emotionele ontwikkeling: een dubbele verbinding	19
2 Zelfbewustzijn	35
3 Sociaal bewustzijn	47
4 Zelfmanagement	61
5 Doelgericht gedrag	73
6 Relatieve vaardigheden	85
7 Persoonlijke verantwoordelijkheid	99
8 Besluitvorming	113
9 Optimistisch denken	125
Nawoord	137
Dankwoord	139
Literatuur	141

Voorwoord

Tijdens mijn opleiding kwam er op een dag ineens een zinnetje langs dat daarna voor altijd in mijn hersenen is blijven steken. Dat is frappant, want van de honderdduizenden zinnen die ik ooit heb gelezen, heeft juist dit zinnetje zich in mijn brein genesteld. Er is geen tweede van, voor de rest kan ik me geen enkele zin uit welk boek dan ook letterlijk herinneren. Het zinnetje bestaat overigens maar uit vier woorden, maar is essentieel voor iedereen die met mensen – en dus ook met kinderen – werkt. Ik weet eerlijk gezegd niet eens meer in welk boek het stond of waar ik het terug zou kunnen vinden, maar het heeft mijn kijk op hoe kinderen zich ontwikkelen vanaf dat moment een bepaalde kant op geduwd. Het zinnetje luidde: *The mind is social*.

Nu denkt u wellicht dat dit een eenvoudig zinnetje is. U bent misschien zelfs een beetje teleurgesteld dat na al dat tromgeroffel dit schijnbaar armetierige boodschapje eruit komt. Ik beken, het is geen *To be or not to be*. Maar ik verzeker u, verkijk u er niet op, want het komt er wel akelig dichtbij. Sterker nog, misschien staat er eigenlijk wel hetzelfde.

Alleen door ons sociale brein bestaan we namelijk echt. En wel op twee manieren. De eerste is dat wat er in ons brein zit, daar voor het grootste deel via

onze sociale contacten in terecht is gekomen. Als het brein niet sociaal was, hadden we het voornamelijk moeten hebben van voorgeprogrammeerd gedrag, oftewel instinct. Maar er is nu juist geen enkel wezen op aarde met zo weinig instinct. Bijna alles wat ons tot mens maakt, moeten we in onze jeugd van andere mensen leren. Een kikkervisje wordt zonder verdere bemoeienis van zijn ouders een kikker, maar een mensenkind wordt niet vanzelf een mens. Daarvoor heeft hij een langdurige en goede relatie met de ouders en andere volwassenen nodig. Of het nu om leren praten, fietsen of rekenen gaat, je hebt er altijd een ander voor nodig.

Maar er is nog een reden waarom het brein sociaal is. Niet alleen leren kinderen bijna alles wat ze weten via andere mensen, maar een groot deel van wát ze leren is ook nog eens sociaal: hoe los je bijvoorbeeld een ruzie op, of hoe hou je rekening met andere mensen? Wat betekent het als je met iemand vriendschap sluit? Met andere woorden, wat betekent het voor een kind eigenlijk om bij de mensensoort te horen?

De sociaal-emotionele ontwikkeling van een kind is daarmee de grootste uitdaging die het in het begin van het leven aan moet gaan. Niet de lichamelijke, niet de cognitieve, maar de sociaal-emotionele ontwikkeling die het kind doormaakt. Want dat is de basis van alles.

Het aanleren van allerlei sociaal-emotionele vaardigheden gaat meestal (letterlijk) spelenderwijs. Maar soms willen ouders wat meer weten over deze belangrijke ontwikkeling en daar wat bewuster mee omgaan. Ook kan het gebeuren dat kinderen op dit gebied wat extra aandacht verdienen en vragen ouders zich af hoe ze hun kind kunnen helpen. Voor deze ouders heb ik dit boek geschreven.

Steven Pont

www.stevenpont.nl

Inleiding

Als we als volwassenen iets voor de toekomst van onze kinderen willen, dan is het natuurlijk wel dat ze gelukkig worden. Of kinderen gelukkig zijn of niet, hangt van een aantal zaken af. Het belangrijkste is of ze het gevoel hebben dat er van ze gehouden wordt. Maar dat is niet het enige. Het is ook van belang dat ze het gevoel hebben een eigen leven op te mogen bouwen, dat ze initiatief mogen nemen en dat ze belangrijk zijn in het leven van anderen. De doorslaggevende factor in het geluk van een kind is daarmee zijn sociaal-emotionele ontwikkeling. Dat geldt niet alleen voor kinderen, maar ook voor volwassenen. Het zijn namelijk niet de rijke, de knappe of de slimme mensen die de grootste kans hebben op geluk. Het zijn de sociaal vaardigen. En dus ligt daar een belangrijke taak voor ouders: zorg ervoor dat je kind sociaal vaardig wordt. Als je lekker in je (emotionele en sociale) vel zit, presteer je op vele gebieden van het leven nu eenmaal beter.

Hoe pakken we die stimulatie van sociaal-emotionele vaardigheden aan? Stel je eens een jongetje voor dat niet zo goed is in voetballen. Die constatering roept meteen een aantal vragen op. Is hij tactisch niet zo goed of is het meer een technische achterstand? Met andere woorden, staat hij steeds op de verkeerde plek of ligt het aan zijn balbehandeling? En als het aan zijn balbehandeling ligt,



Niet alleen op de wereld ...

kan hij dan niet zo goed passen, koppen, draaien en schieten, of kan hij de bal niet aannemen? Dat scheelt allemaal nogal. Die analyse zullen we eerst moeten maken, als we hem willen helpen een betere voetballer te worden. Hoewel alles natuurlijk met alles te maken heeft, kan het toch helpen om te kijken uit welke verschillende onderdelen het voetbalspel is opgebouwd, zodat we hem *gericht* kunnen helpen. Immers, wanneer we alleen maar vaststellen dat hij niet zo'n goede voetballer is, scheren we al die deelgebieden over een kam en kunnen we niet gericht trainen.

Hetzelfde geldt voor sociaal-emotionele vaardigheden. Een kind kan ook op dat gebied een beetje in de knoop zitten. Maar is het daarmee meteen over de hele linie niet vaardig? Sociaal-emotionele ontwikkeling gaat er niet alleen over of je jezelf een beetje kent en of je vriendjes kunt maken. Natuurlijk zijn dat

belangrijke sociaal-emotionele vaardigheden, maar zeker niet de enige. Want als je wat nauwkeuriger gaat kijken waar sociaal-emotionele ontwikkeling uit bestaat, dan gaat het veel verder dan dat. De sociaal-emotionele ontwikkeling bij kinderen in de basisschoolleeftijd kan namelijk in acht gebieden worden onderverdeeld, die onderling weer met elkaar samenhangen:

- zelfbewustzijn
- sociaal bewustzijn
- zelfmanagement
- doelgericht gedrag
- relationele vaardigheden
- persoonlijke verantwoordelijkheid
- besluitvorming
- optimistisch denken

Wanneer je naar de afzonderlijke onderdelen gaat kijken, zal een kind op het ene gebied wat sterker zijn en op een ander gebied wat minder sterk. Dat is goed om te weten, niet alleen voor de verdere aanpak, maar ook omdat het prettig is om te zien dat het kind heus niet in alles slecht is. Er zullen altijd gebieden zijn waarin het kind beter is. Door het opknippen van de sociaal-emotionele vaardigheden in acht gebieden krijgen we een genuanceerder beeld en kunnen we preciezer op de ontwikkelingsbehoefte van elk specifiek kind inspelen.

Belemmering, probleem of stoornis?

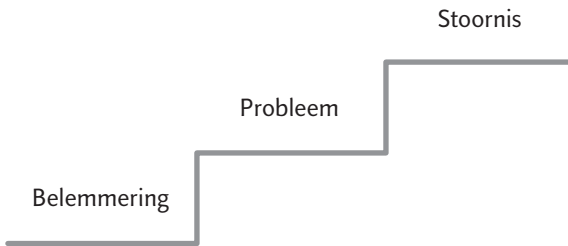
Stel dat je merkt dat je kind op school niet echt aansluiting vindt. Je maakt je zorgen en je wilt er wat aan doen. Voordat je in actie komt, maak dan eerst nog even een pas op de plaats en probeer vast te stellen of het hier om een belemmering, een probleem of een stoornis gaat.

Belemmering

In het leven van alle kinderen zijn er obstakels, maar er is daarin een verschil tussen een belemmering, een probleem en een stoornis. Alle kinderen leven met belemmeringen. Ze komen in hun leven onverwachte zaken tegen en ze zullen die vaak ter plekke op moeten lossen of ermee leren leven. Deze belemmeringen zitten in ieders leven ingebakken. Met voldoende vaardigheden (en

een beetje hulp van de ouders) lukt het de meeste kinderen om die belemmeringen geen grote obstakels te laten worden.

Een voorbeeld dat het verschil laat zien tussen een belemmering, een probleem en een stoornis is leren lezen. Als een kind begint met leren lezen, komt het allerlei belemmeringen tegen. Zo kent het kind de letters nog niet. Met aandacht en training zullen de meeste kinderen deze belemmeringen uiteindelijk overwinnen en leren lezen.



Niet elk obstakel is hetzelfde

Probleem

Soms is een obstakel een probleem of wordt een belemmering uiteindelijk een probleem. Deze obstakels groeien kinderen boven het hoofd en beïnvloeden vaak ook andere levensgebieden. Een beetje hulp van de ouders is niet meer voldoende: de (ondersteunende) ouderlijke rol moet centraler worden om het kind te helpen bij het overwinnen van het obstakel.

Terug naar ons leesvoorbeeld. Voor sommige kinderen is leren lezen een probleem. Deze kinderen doen er wat langer over om het te leren. Dat is helemaal niet erg; een leesmoeder bijvoorbeeld kan het kind met wat extra aandacht de kunst van het lezen bijbrengen. Het zit 'm vooral in extra concentratie en wat handige tips. De aanpak is eigenlijk gewoon meer van hetzelfde, met hier en daar een extra trucje.

Stoornis

Het zwaarste type obstakel dat een kind kan tegenkomen is een stoornis. Die kan aangeboren zijn (bijvoorbeeld autisme) of gedurende het leven zijn opgelopen (bijvoorbeeld een posttraumatische stressstoornis). Bij dit type obstakels is vaak therapie nodig om met de stoornis om te gaan.

In ons leesvoorbeeld betekent dit dat we een kind met dyslexie niet zozeer *meer* moeten laten lezen, maar op een *andere* manier moeten leren lezen. Alleen maar meer van hetzelfde en het aanleren van een paar trucjes werkt bij het behandelen van een stoornis niet. De hulp van een leesmoeder is bij dyslexie echt niet voldoende; er moeten professionals aan te pas komen.

In ons voorbeeld, waarin je je zorgen maakte over je kind dat weinig aansluiting vindt, zul je dus eerst dit onderscheid moeten maken: is het een belemmering, een probleem of een stoornis? Als je kind bijvoorbeeld net is verhuisd, in een nieuwe klas komt, een tijdje ziek is geweest of weinig seksegenoten in de klas heeft, dan zijn dat wel belemmeringen, maar ze horen bij het leven. Ook kan het zijn dat een kind de aansluiting in de klas wel een beetje mist, maar op het voetbalveld niet. Ook dan is er sprake van een belemmering, namelijk dat er in zijn klas nu net geen kinderen zitten met wie hij een klik heeft. Maar het is niet direct een probleem, gezien vanuit de ontwikkeling van het kind.

Stel dat je kind geen aansluiting vindt omdat het zijn emoties niet kan beheersen, snel boos wordt en daarvan steeds andere kinderen de schuld geeft. Leeftijdsgenoten kunnen hem om die reden links laten liggen. Dan kun je natuurlijk wel van een probleem spreken. De ontwikkeling van zijn zelfbewustzijn kan bijvoorbeeld wat achterlopen en daardoor kan het kind ook niet leren zijn woede te beheersen. Daar kun je dan gerichte aandacht aan geven.

Wat als je het idee hebt dat je kind misschien wat autistische trekjes heeft? Dan is er waarschijnlijk iets in de hersenen niet helemaal goed en kunnen we eigenlijk beter van een stoornis spreken. Bij een stoornis hoort een veel specifiekere en professionele aanpak.

Wat is normaal?

Ik ben de laatste die normaal gedrag wil problematiseren en wil dat met dit boek dus ook zeker niet doen. Want wat normaal is, staat de laatste tijd nogal eens ter discussie. We moeten oppassen dat we de ruimte van wat we 'normaal' noemen niet te nauw nemen. Normaal gedrag is namelijk niet één bepaald soort gedrag, want zo zit de mens nu eenmaal niet in elkaar. We zijn geen gnoes, waarbij alle soortgenoten ongeveer hetzelfde gnoegedrag verto-

nen. Kinderen (en volwassenen) zijn veel complexere wezens. De variatie van wat we bij mensen 'normaal' kunnen noemen, is daardoor veel groter. Sommige kinderen zijn wat meer verlegen dan andere, maar hun (verlegen) gedrag is toch 'normaal'. Verlegenheid is geen ziekte en verlegen kinderen zijn daarmee ook niet meteen faalangstig. Eigenaardig gedrag is heel vaak uiteindelijk toch gewoon 'normaal' gedrag.

De opbouw van dit boek

Na een hoofdstuk over wat we onder de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen verstaan, volgen acht hoofdstukken over de acht belangrijkste sociaal-emotionele vaardigheden. Deze vaardigheden zijn afgeleid van de DESSA, een test die de sociaal-emotionele vaardigheden van kinderen meet. Elk hoofdstuk over een sociaal-emotionele vaardigheid begint met een korte casus. De kinderen uit deze casussen ben ik zelf in mijn werk tegengekomen of collega's hebben mij erover verteld. De casussen zijn korte beschrijvingen, maar hopelijk laten ze zien hoe een niet helemaal ontwikkelde sociaal-emotionele vaardigheid het leven van een kind kan beïnvloeden. Aan het eind van elk hoofdstuk wordt beschreven hoe het kind uiteindelijk is vergaan.



Thuis; de basis van de sociaal-emotionele ontwikkeling

Daarnaast bevatten de hoofdstukken ontwikkelingspsychologische achtergrondinformatie over een bepaalde sociaal-emotionele vaardigheid. Die informatie is natuurlijk niet compleet. Eigenlijk is over elk hoofdstuk wel weer een heel boek te schrijven. Ik heb dus steeds uit alle literatuur en onderzoek vier of vijf dingen gekozen die ik interessant genoeg vond om te vertellen en die ons helpen het gedrag van kinderen wat beter te begrijpen.

Omdat het kind toch vooral thuis de sociaal-emotionele normen en waarden meekrijgt, staat er in elk hoofdstuk een paragraaf over de 'gezinssfeer'. Daarin wordt beschreven hoe ook het dagelijks leven bij kan dragen aan de ontwikkeling van bepaalde sociaal-emotionele vaardigheden.

Aan het eind van elk hoofdstuk staan 'interventies' waarmee je als ouder de sociaal-emotionele vaardigheid van je kind kunt stimuleren.

Interventies

Ik spreek in dit boek steeds over 'interventies'. Een interventie is een bewuste ingreep om tot een bepaald resultaat te komen. Daarmee wil ik vanzelfsprekend niet dat een gezin (of een klas) een soort therapeutische leefgemeenschap wordt. Het woord 'interventie' heb ik gekozen omdat ik wilde benadrukken dat sommige van de tientallen ingrepen die volwassenen op een dag in het leven van kinderen doen, heel bewust voor dat specifieke kind gekozen kunnen worden.

Ingrepen in het leven van kinderen hebben twee doelen. De eerste groep ingrepen is bedoeld om het leven rond het kind vooral beheersbaar te maken. Daarom sturen we kinderen op tijd naar bed, laten we ze hun tanden poetsen, moeten ze in bad, willen we dat ze tijdens het eten aan tafel blijven zitten en moeten ze de wc doortrekken. Ik zou dit soort ingrepen dan ook niet zo snel interventies willen noemen. Ze zijn nodig om het leven overzichtelijk te houden en zijn voor ongeveer alle kinderen wel zo'n beetje hetzelfde.

Met de tweede groep van onze dagelijkse ingrepen stimuleren we de ontwikkeling van kinderen. Daarbij moeten we wat nauwkeuriger naar elk kind kijken, want wat bij het ene kind een probleem is, is dat bij het andere kind niet. En

Als ouder wil je natuurlijk dat je kind gelukkig wordt. Daar doe je alles aan. De vraag is echter waar kinderen het meest gelukkig van worden. Het antwoord is even simpel als uitdagend: van hun sociaal-emotionele vaardigheden. Sociaal vaardige kinderen zitten beter in hun vel en presteren op veel gebieden in het leven beter.

Een van de belangrijkste taken van ouders is dan ook het begeleiden van kinderen bij het ontwikkelen van sociale vaardigheden. In *Sociaal? Vaardig!* laat Steven Pont zien hoe ouders de sociaal-emotionele ontwikkeling van hun kind kunnen stimuleren. Hij onderscheidt daarbij de volgende acht vaardigheden:

- Zelfbewustzijn
- Sociaal bewustzijn
- Zelfmanagement
- Doelgericht gedrag
- Relationale vaardigheden
- Persoonlijke verantwoordelijkheid
- Besluitvorming
- Optimistisch denken

Na een heldere en toegankelijke introductie op de sociaal-emotionele ontwikkeling gaat Pont in acht hoofdstukken in op elke vaardigheid. Elk hoofdstuk bevat een concrete casus, ontwikkelingspsychologische achtergronden en praktische interventies die ouders en leerkrachten in het dagelijkse gezinsleven of in schoolsituaties kunnen integreren. De interventies en casussen zijn afgestemd op kinderen van vier tot twaalf jaar oud.

Een boeiend boek voor iedereen die zich met kinderen bezighoudt!



Steven Pont is ontwikkelingspsycholoog en systeemtherapeut, maar zijn carrière startte hij ooit als leerkracht in het basisonderwijs. Hij is auteur van verschillende opvoedboeken, columnist bij *J/M voor Ouders* en is geregeld te gast in radio- en tv-programma's.

In samenwerking met



HOGREFE

