

Reflecteren met je kind (deel 1)

Chagrijnig, niet lekker in zijn of haar vel, stiller dan anders of juist heel fel, de kop in het zand of “het zit er wel in, maar komt er niet uit”? Klinkt dit bekend; dan is het tijd voor een goed gesprek met je kind.

Situaties zoals hierboven, herkennen bijna alle ouders wel. Hetzij op sociaal-emotioneel niveau of juist meer op cognitief/kennis niveau. Een goed en activerend gesprek laat jou en je kind tot inzicht en begrip komen, waarbij de volgende stappen jou als gespreksleider ondersteunen.



Enkele reflectie/gesprekskaarten van Het Wijspaleis

Gespreksdoel:

Wat wil je bereiken in het gesprek? Wil je horen wat je kind beweegt? Wil je een afspraak maken of wil je weten wat je kind denkt over school/eigen prestaties?

Vorbereiden:

Voorkom dat je een vraag-antwoord gesprek hebt met je kind of dat je alleen maar sociaal wenselijke antwoorden hoort.

Bezig zijn:

Op de bank een goed gesprek gaat niet werken. Samen fietsen naar de stad, de kamer opruimen of knutselen voor Sint/Kerst, biedt voldoende aanknopingspunten.

Luisteren:

Wat **zegt** je kind of hoor je vooral wat **jij** belangrijk vindt? Hoe beter je luistert, hoe opener je kind spreekt.

Doorvragen:

Je bent **nieuwsgierig** en laat je kind alles vertellen wat het kwijt wil. Dat is meer als je zonder oordeel/tips en meningen luistert.

Samenvatten:

Laat merken wat jij begrijpt. Vraag om voorbeelden of ervaringen om een duidelijk beeld te krijgen.

Complimenteren:

Door je lichaamstaal laat je zien hoe fijn je het vindt om dit gesprek te hebben. Lees de houding van je kind en spiegel je daaraan. Zeg dat je het een goed gesprek vindt en dat hij/zij goede ideeën heeft, de zaken goed doorziet of een ander oprecht compliment, wat hem duidelijk maakt dat je hem/haar als volwaardig gesprekspartner ziet.



Goede boeken om te lezen:

Delfos, M., (2016). *Ik heb ook wat te vertellen*, Duivendrecht, SWP.

Delfos, M., (2014). *Luister je wel naar mij?*, Duivendrecht, SWP.

Furman, B., (2006). *De methode Kids' Skills*, Amsterdam, Uitgeverij Boom/Nelissen.

Wolters, C., (2004). *Oplossingsgericht aan het werk met kinderen en jongeren*, Duiven, Pica.