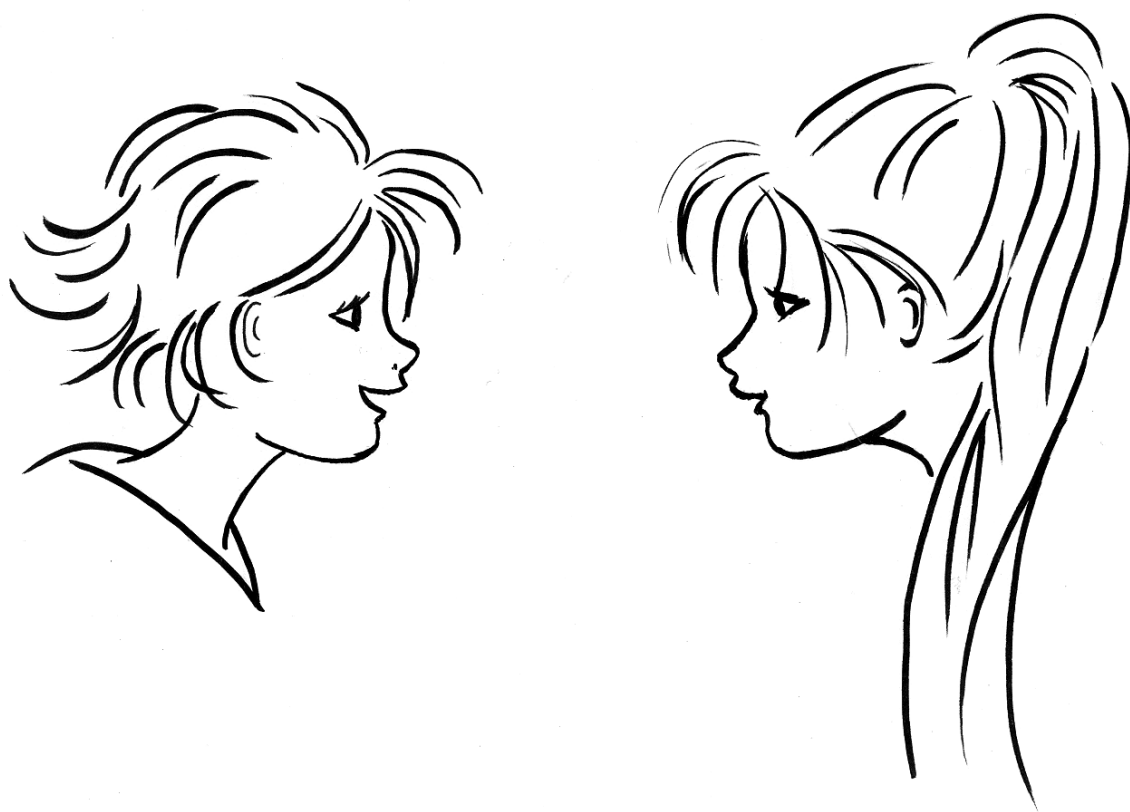


IK & JIJ

Sociale competentietraining voor
blinde en slechtziende kinderen



Floor Jurriëns

Marie-Louise Straus

Inhoudsopgave

Voorwoord	4
Inleiding	5
Doelgroep	5
Doelstelling	5
Samenstelling van de groep	6
Theoretische uitgangspunten	6
Werkwijze	7
Opbouw en aandachtspunten	7
Werkvormen	7
Frequentie en duur	7
Locatie	7
Vorbereiding	7
Ondersteuning van het leerproces	7
Afstemming op de visuele en verstandelijke beperking	8
Begeleiding	8
De bijeenkomsten	9
1. Kennismaken	10
2. Vragen stellen	12
3. Bang, boos, blij en verdrietig	14
4. Bang, boos, blij en verdrietig bij de ander	16
5. De pauze, de leeuw en de schildpad	18
6. Praten met elkaar	23
7. Complimenten geven en complimenten krijgen	27
8. Vriendelijk blijven	30
9. Hulp vragen en hulp geven	32
10. Je mening geven	35
11. Pesten	38
12. Afscheid nemen	40
13. Afsluiting	42
Bijlagen	45
- Flyer	45
- Voorbeeld brief	46
- Voorbeeld mail	47
- Voorbeeld diploma	48
- Voorbeeld aanwezigheidslijst	49
- Voorbeeld eindverslag	50
- Literatuurlijst	52

Voorwoord

De ervaring leert dat niet alle kinderen met een visuele beperking zo maar opgroeien tot competente en weerbare volwassenen. De visuele beperking is een risicofactor voor de sociale en emotionele ontwikkeling.

Voor de groep slechtziende en blinde kinderen tussen de 10 en ongeveer 15 jaar, functionerend op moeilijk lerend of op zeer moeilijk lerend niveau is de afgelopen jaren een competentietraining ontwikkeld waarbij werkvormen en materialen zijn afgestemd op de visuele en verstandelijke beperking.

Deze training beoogt het vergroten van de emotionele veerkracht, sociale competentie-beleving, probleemoplossend vermogen en weerbaarheid.

De kinderen leren hun emoties beter te uiten en ontwikkelen een meer zelfbewuste manier van reageren in sociale situaties.

Ruim 5 jaar geleden is bij Bartiméus een weerbaarheidstraining ontwikkeld voor slechtziende en blinde adolescenten. Deze “Nee = Nee” training is te beschouwen als een vervolg op de nieuwe “Ik-Jij” sociale competentietraining voor slechtziende en blinde kinderen tussen de 10 en ± 15 jaar.

Marie-Louise Straus, gz-psycholoog
Floor Jurriëns, psychomotorisch therapeut

Inleiding

Niet alle kinderen met een visuele beperking groeien zo maar op tot competente en weerbare volwassenen. De visuele beperking is een risicofactor voor de sociale en emotionele ontwikkeling. De visuele en verstandelijke beperkingen en de ontwikkelingstaken waarvoor de kinderen staan, zorgen vaak voor veel onzekerheden en een tekort aan zelfvertrouwen. Omgang met en afstemming op andere kinderen lukt veelal onvoldoende als gevolg van het moeilijk overzien van sociale situaties.

Een competentietraining voor kinderen tussen de 10 en ± 15 jaar is een goede ondersteuning van de sociaal-emotionele ontwikkeling, om de uitdagingen van de basisschoolperiode en de puberteit aan te kunnen.

Doelgroep

Deze training is ontwikkeld voor slechtziende en blinde kinderen tussen de 10 en ± 15 jaar functionerend op moeilijk lerend (ml) of zeer moeilijk lerend (zml) niveau. Voorwaarde tot deelname is dat zij in staat zijn met ondersteuning in enige mate te reflecteren over sociale situaties (ik in relatie tot de ander).

Blinde of slechtziende kinderen tussen de ongeveer 8 en 10 jaar functionerend op normaal lerend niveau kunnen eveneens profiteren van deze training.

Wanneer blinde kinderen aan deze training deel nemen vraagt dat enige aanpassing en creativiteit bij het hanteren van de werkvormen en het gebruik van materialen.

Kinderen die in het sociale verkeer moeite hebben met adequaat reageren komen in aanmerking voor deze training. Het gaat om kinderen die:

- impulsief reageren (schreeuwen/ruzie maken) wanneer iets niet bevalt
- niet/nauwelijks reageren wanneer iets niet bevalt
- moeilijk vriendjes kunnen maken of houden.

Contra-indicaties voor deelname zijn:

- Variatie in niveau en beperking(en) is alleen dan een contra-indicatie wanneer de gevraagde benadering te veel afwijkt van de rest van de groep en het leerproces daardoor in gevaar komt.
- Grote impulsiviteit en/of onvermogen om te kunnen luisteren naar de begeleiders of andere kinderen
- Onvermogen om (met ondersteuning) in enige mate te reflecteren over sociale situaties.

Doelstelling

Het vergroten van de emotionele veerkracht, sociale competentiebeleving, probleemoplossend vermogen en weerbaarheid. Hierdoor zijn kinderen met een visuele beperking beter in staat de ontwikkelingstaken passend bij hun leeftijd aan te kunnen.

Kinderen hebben aan het eind van de training geleerd dat ze zich mogen uiten wanneer ze boos, bang, blij of verdrietig zijn en hoe ze dat het beste kunnen doen.

Tevens hebben ze dan in de omgang met de andere kinderen een meer zelfbewuste manier van reageren geleerd:

Stevig staan, de ander aankijken, rustig en duidelijk zeggen wat je niet leuk vindt, waarom je dat niet leuk vindt en aangeven wat je wel wilt.

Samenstelling van de groep

Er kunnen aan deze training maximaal 6 en minimaal 4 kinderen deelnemen, bij voorkeur altijd meerdere kinderen van hetzelfde geslacht (liefst een even aantal omdat er ook in tweetallen wordt gewerkt).

Theoretische uitgangspunten

De kwetsbaarheid van de doelgroep maakt dat kinderen pas zullen leren, wanneer ze zich veilig en geaccepteerd voelen. Identificeren en socialiseren (overnemen van waarden en normen) kan volgens psychodynamische theorieën pas dan plaats vinden wanneer het kind zich veilig voelt en het contact goed is. Deze methode besteedt veel aandacht aan het welbevinden van de kinderen. Er is aandacht voor de opbouw van de werkrelatie. De kinderen moeten zich op hun gemak voelen om actief mee te kunnen doen en te leren.

De methode is gebaseerd op cognitieve leertheoretische principes. Accent ligt als eerste op bewustwording van sociale cognities en vervolgens het aanleren van sociale vaardigheden. Het groepsdynamische proces wordt gebruikt om van elkaar te leren onder andere middels modeling, cognitieve herstructurering en positieve feedback.

Er kan eventueel gekozen worden voor een beloningsstelsel om kinderen te stimuleren. Elke oefening waaraan actief wordt deel genomen levert het kind een punt op. De kinderen weten vooraf wanneer zij een beloning kunnen verwachten. Gebruik wordt gemaakt van sociale en materiële beloningen zoals een activiteit, een spelletje, een feestje, iets lekkers of een klein cadeautje.

Werkwijze

Opbouw en inhoud van de training

Elk kind leert eerst zicht te krijgen op zijn gevoelens. Er wordt aandacht besteed aan de gevoelens blij, boos, bang en verdrietig.

Vervolgens wordt er uitleg gegeven op welke manieren je kunt reageren als een leeuw, schildpad of een pauw. Deze voorbeeld-dieren zijn overgenomen uit de methode “spelend leren, leren spelen” van Reender & Spijker.

De pauw wordt als voorbeeld gesteld: ga rechtop staan, kijk de ander aan, praat rustig en duidelijk, zeg: “Ik vind dat niet fijn”, leg uit waarom je dat niet fijn vindt en zeg wat je wilt.

De reacties van de pauw worden expliciet gemaakt met behulp van platen. In de diverse werkvormen wordt geoefend met reageren als een pauw.

Werkvormen

Visueel beperkte kinderen, die (zeer) moeilijk lerend zijn, leren veelal door voordoen, samendoen en veel herhaling. Werkvormen die worden gebruikt zijn; rollenspelen, lichaamsgerichte en bewegingsgerichte oefeningen en huiswerkopdrachten. De oefeningen en opdrachten zijn praktisch en eenvoudig met de bedoeling het leren leuk en zinvol te maken. De diverse werkvormen zijn uitgewerkt in de beschrijving van de bijeenkomsten. De tekst in het blok geeft letterlijke weer weer wat de begeleiders aan de kinderen kunnen vertellen en uitleggen.

Frequentie en duur van de training

De training bestaat uit 13 bijeenkomsten. Iedere bijeenkomst duurt 1 uur inclusief een korte pauze.

Locatie

De training vindt wekelijks plaats op eenzelfde locatie. De kamer of het lokaal dient ruim te zijn met een tafel met stoelen, en een flap-over. Er is ook een plek waar actief oefeningen kunnen worden gedaan. De begeleiders bepalen indien nodig wie waar zit. In de ruimte staan een aantal stoelen die gebruikt kunnen worden door de deelnemers om even tot rust te komen.

Vorbereiding

Ouders, leerkrachten en groepsbegeleiders worden vooraf ingelicht over de inhoud van de training middels een flyer.

Per kind wordt voorafgaand aan de training geïnventariseerd: wat kan het leren en wat wil het leren? Deze doelen worden aan het einde van de training geëvalueerd.

Ondersteuning van het leerproces

Oefeningen en opdrachten zorgen dat het geleerde beklift en gegeneraliseerd wordt naar de dagelijkse situatie. Ondersteuning van het leerproces van de kinderen door de opvoeders is noodzakelijk.

In het werkboek is per bijeenkomst de inhoud en de opdracht voor thuis uitgewerkt. Een ouder of groepsbegeleider zal worden gevraagd wekelijks de opdracht met het kind door te nemen. De opdracht wordt tijdens de training besproken of voorgedaan. De begeleider of ouder wordt verzocht in het werkboek te rapporteren over hoe de opdracht is verlopen. Bij deze handleiding horen zes werkboeken. Nieuwe werkboeken kunnen worden besteld.

In de wekelijkse mail van de begeleiders aan betrokken opvoeders worden de inhoud en het verloop van de bijeenkomst beschreven.

Afstemming op de visuele en verstandelijke beperking

De kinderen hoeven niet (te kunnen) lezen of schrijven. De informatie wordt in concrete bewoordingen door de begeleiders gegeven. Er wordt veel herhaald, voorgedaan en samen gedaan. Lijfelijk contact wordt gebruikt bij de werkvormen en maakt het voordoen en samen doen ook voor de blinde kinderen makkelijker toegankelijk.

Voor de slechtziende kinderen wordt gebruik gemaakt van plaatmateriaal. Het gaat om grote duidelijke zwart/wit tekeningen.

Het lokaal waar de training wordt gegeven is ruim en logisch ingedeeld en geordend.

Er is alleen het noodzakelijke meubilair aanwezig zodat de kinderen in staat worden gesteld om vrij snel een concept van de ruimte op te bouwen.

Begeleiding

De training kan het beste gegeven worden door deskundigen die niet dagelijks te maken hebben met de kinderen. De begeleiders dienen therapeutische ervaring te hebben.

Een gedragsdeskundige en een psychomotorisch therapeut hebben de voorkeur.

Eén begeleider heeft de leiding en een co-begeleider observeert, ondersteunt en grijpt zonodig in.

Gedurende de training kan alleen gebruik worden gemaakt van een inval-begeleider bij langdurige ziekte/calamiteiten. De invaller is co-begeleider.

De begeleiding is in staat:

- positieve bekrachtiging te geven
- feedback te geven op wat nog anders kan
- zelfonthulling te gebruiken (je eigen belevingen en ervaringen vertellen)
- empathie te tonen (inleven en meeleven)
- de essentie van wat gezien en geleerd is, samen te vatten
- te reflecteren (terugkijken en verwoorden van gevoelens)
- structuur te bieden (tijd, organisatie en afspraken)
- escalaties van conflicten te voorkomen door: tijdig stellen van grenzen, te herinneren aan afspraken en rustmomenten aan te bieden

IK & JIJ

Sociale competentietraining voor
blinde en slechtziende kinderen

De bijeenkomsten

1. Kennismaken

Doelen: Kennismaken met elkaar en met het programma

Uitleg

Doel: Inzicht krijgen in de werkwijze en de doelen van de training.

We gaan jullie eerst vertellen waarom we hier bij elkaar zijn.

Als je groter wordt, is het belangrijk dat je goed naar elkaar leert luisteren, elkaar helpt en met elkaar praat zodat je ook problemen op kunt lossen, zonder ruzie te krijgen.

We praten met elkaar over boos, verdrietig, bang en blij zijn:

Als je zegt dat je boos of verdrietig bent, wordt je boosheid en verdriet minder.

Als je kan zeggen hoe je je voelt, dan begrijpen anderen je beter.

Je leert in deze training rustig te zeggen als je iets niet leuk vindt of niet wil en ook waarom je het niet leuk vindt of niet wil.

We praten, doen spelletjes en oefeningen en tussendoor gaan we even wat drinken.

De oefeningen en spelletjes worden telkens wat moeilijker.

Als je iets niet leuk vindt of niet wilt, mag je een moment rust nemen. Iedereen kan voor deze rustmomenten een stoel buiten de kring gebruiken. Als het dan weer gaat kom je weer terug in de kring en doe je mee.

Je krijgt allemaal een werkboek. In dat werkboek staat wat we gedaan hebben en ook een opdracht die je thuis met je ouders of op de groep met een groepsbegeleider gaat uitvoeren.

Opdracht

Doel: ontspanning en het creëren van een groepsgevoel.

Jullie krijgen allemaal een werkboek waarin de opdrachten staan. Elke week maak je een opdracht met je begeleider of een van je ouders/verzorgers.

Het werkboek heeft nog ruimte voor jouw naam of tekening dus die gaan we versieren.

Je mag je naam erop schrijven of er gewoon een leuke tekening op maken zodat we weten welk werkboek van jou is.

Hier zijn de stiften. Ga je gang.

Verhaal

Doel: op een speelse wijze kennismaken met enkele houdingsprincipes van de training (pauw).

We hebben al iets verteld over de training.

Als jullie klaar zijn met deze training kunnen jullie je gedragen als een vriendelijk en verstandig dier. Dat verstandige en vriendelijke dier is een pauw.

Luister maar eens naar het volgende verhaal.

Er was eens een hele mooie pauw. Hij had grote veren met heel veel mooie kleuren. Altijd als de kippen voorbij kwamen, ging de pauw rechtop staan en liet hij al zijn veren zien. Hij was erg trots op zijn veren. Alle dieren vonden hem bijzonder omdat hij altijd heel rustig was, heel goed naar anderen kon luisteren en duidelijk kon zeggen wat hij leuk vond of niet leuk vond.

Op een dag kwam er een eekhoorn langs. De eekhoorn voelde zich onzeker want hij

had geen mooie veren zoals de pauw. De eekhoorn kon wel heel snel in de bomen klimmen maar dat vond hij heel gewoon.

De eekhoorn wilde graag met de pauw spelen en zei; “Hé pauw, heb je zin om samen te spelen in de wei?” De pauw keek de eekhoorn aan. Hij dacht even na of hij wel zin had. Hij vroeg aan de eekhoorn; “wat zullen we daar gaan doen? Jij wilt zeker op dat hekje klimmen want dat kan jij heel goed! Maar ik kan dat niet”. De eekhoorn zei: “Ja, dat is zo, ik kan dat heel goed”. Nu voelde de eekhoorn zich heel bijzonder. “Ik heb een idee”, zei de eekhoorn, “als ik nou op het hek klim, mag jij zeggen welke kunstjes ik allemaal moet doen”. De pauw werd blij want zo konden ze leuk samen spelen en deden ze allebei waar ze goed in waren. “Ja, dat lijkt me heel leuk. Zullen we gaan?”

Waar was de pauw trots op?

Waar was de eekhoorn trots op?

Hebben ze leuk gespeeld en waarom?

Pauze (drinken)

Oefening

Doel: houdingsaspecten van de pauw oefenen: stevig staan en anderen aankijken.

Als je vriendelijk en sterk wil zijn als een pauw, is het goed om stevig te gaan staan. Dat gaan we nu oefenen.

Zoek een plek, ga stevig staan en zet je voeten iets uit elkaar. Zak een heel klein beetje door je knieën. Doe je schouders naar achteren en je borst vooruit. Kijk naar de begeleiders. Het is voor andere mensen fijn als je hen aankijkt of je gezicht naar hen toe wendt. Als je zo staat, ben je heel trots en voel je je zeker. Denk maar eens aan een boom, een hele grote, dikke boom. De boom is zo groot dat die nooit omwaait al waait het nog zo hard, want die boom heeft hele dikke wortels. Die wortels zitten heel diep in de grond vast. Nu doe jij net alsof jij ook wortels hebt. Je benen en je voeten zijn wortels die vast zitten in de grond. Je bent net zo stevig als een boom. Als we je nu een heel klein duwtje geven tegen je schouder val je niet om, voel je? Dat voelt goed hè?

Invullen van de aanwezigheidslijst

Doel: overzicht krijgen in het aantal bijeenkomsten van de training

We zien elkaar elke _____ dag behalve in de vakanties.

We zien elkaar dertien keer. Elke week doen we spelletjes en oefeningen maar steeds weer een beetje anders.

We hebben een lijst waarop je mag aankruisen dat je er bent. Aan het einde van de training mogen jullie om de beurt tellen hoe vaak we nog bij elkaar komen.

De training wordt altijd gegeven door _____ en _____. Als één van ons ziek is, gaat de training niet door.

Opdracht: voor thuis of op de groep

lees met je begeleider/ouder het verhaal van de pauw.

