

# Nieuwsbrief 4 De Vreedzame School

## Blok 4: We hebben hart voor elkaar



Wij starten met de lessen uit:

### **Blok 4: We hebben hart voor elkaar:**

Doel: de kinderen leren gevoelens herkennen en ermee om te gaan.

De lessen zijn gericht op:

- Het besef dat iedereen gevoelens heeft.
- Het herkennen en benoemen van gevoelens
- Dat eenzelfde gebeurtenis bij mensen verschillende gevoelens kunnen oproepen
- Elkaar vertellen over hoe je je voelt en kunnen zien hoe anderen zich voelen.
- Het mogen hebben van gevoelens als boosheid of angst; het gaat erom hoe je ermee omgaat.
- Het nadenken waar je boos van wordt en welk gedrag je dan vertoont.
- Eerst afkoelen als je boos bent, anders kan je niet nadenken over een oplossing.
- Het nadenken over buitensluiten als vorm van pesten en wat dat met je doet
- Het nadenken wat je kan doen als iemand zich in de groep niet prettig voelt
- Hoe je het voor elkaar kunt opnemen
- Hoe je het met elkaar leuk kan hebben
- Het samen bedenken en verzorgen van een les die iedereen leuk vindt

### **Algemeen**

Dit blok gaat over gevoelens.

Om kunnen gaan met gevoelens is van groot belang voor een positief klimaat in de klas en in de school.

De Vreedzame School streeft naar een klimaat waarin iedereen zich prettig voelt en waarin kinderen "hart voor elkaar" hebben, d.w.z. dat ze met respect omgaan met elkaar. Dat gaat gemakkelijker als kinderen in staat zijn hun gevoelens te benoemen en zich in de gevoelens van anderen te verplaatsen.

Kinderen zijn dan beter in staat om conflicten positief op te lossen.

Om met elkaar over gevoelens te praten, is het van belang dat de kinderen zich veilig voelen in de groep; tegelijkertijd bevorderen deze gesprekken de veiligheid in de groep. Er ontstaat een vertrouwde sfeer.

We hebben het over gevoelens als boos en verdriet. We bespreken wat het betekent als iemand wordt buitengesloten. De kinderen leren herkennen wat hen boos maakt en hoe ze hun boosheid uiten. Ze leren dat "afkoelen" belangrijk is om een conflict te kunnen oplossen.

Verder gaat het in blok 4 over blij zijn, tevreden zijn, over opkomen voor elkaar.

De lessen gaan over dingen die je leuk vindt en waar je blij van wordt.

Aan het eind van blok 4 bedenken de kinderen een les, die voor iedereen leuk is. Ze bereiden de les zo veel mogelijk zelf voor en verzorgen de les. Na afloop staan de kinderen stil bij de vraag of iedereen een leuke les heeft gehad en worden zo mogelijk afspraken voor een volgende keer gemaakt.

We leren de kinderen dat ze mogen "passen". Op school wordt het steeds "gewoner" om over gevoelens te praten; in het begin is het vaak nog onwennig. Uiteraard houden we er rekening mee dat niet elk kind even gemakkelijk over zijn of haar gevoelens praat. We willen kinderen de ruimte geven om zelf te kiezen wat ze over hun gevoelens kwijt willen.

Wilt u meer weten over De Vreedzame School dan kunt u kijken op

[www.devreedzameschool.nl](http://www.devreedzameschool.nl)

of langskomen op school.

### **In blok 3 - "We hebben oor voor elkaar" hebben de kinderen geleerd:**

- Dat het belangrijk is om duidelijk te zeggen wat je bedoelt; dat voorkomt onnodige conflicten
- Goed naar elkaar te luisteren en samen te vatten. Je laat dan zien of je de ander goed begrepen hebt.
- Dat mensen op verschillende manieren naar dingen kijken. We noemen dit het hebben van verschillende gezichtspunten. Dat komt omdat we verschillende ervaringen, verschillende gevoelens hebben en uit verschillende gezinnen komen. Verschillende gezichtspunten kunnen soms conflicten veroorzaken.



### **Tip voor thuis**

Geef uw kind eerst de gelegenheid om af te koelen voordat u een conflict gaat uitpraten. Bespreek wat je kan doen als je boos bent:

- gemeen terugdoen
  - de ander z'n zin geven, je terugtrekken,
  - weten wat je wilt, rekening houden met wat jezelf wilt en wat de ander wilt.
- Stimuleer de laatste manier; dat heeft de grootste kans op een positieve oplossing

### Terugblik blok 3 'We hebben oor voor elkaar' door de leerlingen

In de afgelopen weken stond een deel van de Vreedzame School-lessen in groep 2B in het teken van: OOR VOOR ELKAAR!

Dagelijks kreeg een leerling een tas mee en mocht thuis vier voorwerpen uitzoeken om mee naar school te nemen.

Op school vertelde de kleuter dan wat hij / zij meegenomen had, liet het zien aan de klasgenootjes en vertelde vaak over de herkomst van het voorwerp of waarom dit zo belangrijk voor hem / haar was, wanneer men het gekregen had etc.

Dit verhaaltje van de leerlingen noemen we onze SPREEKBEURT.

Sommigen vonden het wel een beetje spannend, anderen konden niet wachten tot zij aan de beurt waren en sommigen vonden het ook moeilijk om keuzes te maken tussen alle leuke spulletjes die men heeft.

Er waren kinderen die deze opdracht helemaal zelfstandig uitvoerden, ze kozen welbewust vier voorwerpen en vertelden aan hun ouders dat ze prima wisten wat ze erover zouden vertellen.

Weer anderen deden dit samen met een ouder, we hebben gehoord dat er dan op thuis geoefend werd.

We zagen dat er veel knuffels meegebracht werden, autootjes, familiefoto's, soms al voorleesboekjes zodat de betreffende leerling liet HOREN dat hij / zij al een beetje kan lezen.

Prachtig was het serieuze verhaal van een jongen die een speelgoed-sneeuwbully meebracht en over Oostenrijk vertelde. Daar had hij niet alleen gezien hoe de pistes netjes geschoven werden, maar zo vertelde hij: 'Ik zag ook het kruis van Jezus met bloemen erbij'. Een gedenkplek in Oostenrijk waar hij erg van onder de indruk was geraakt. Dit verhaal maakt ook diepe indruk op de kinderen die LUISTERDEN.

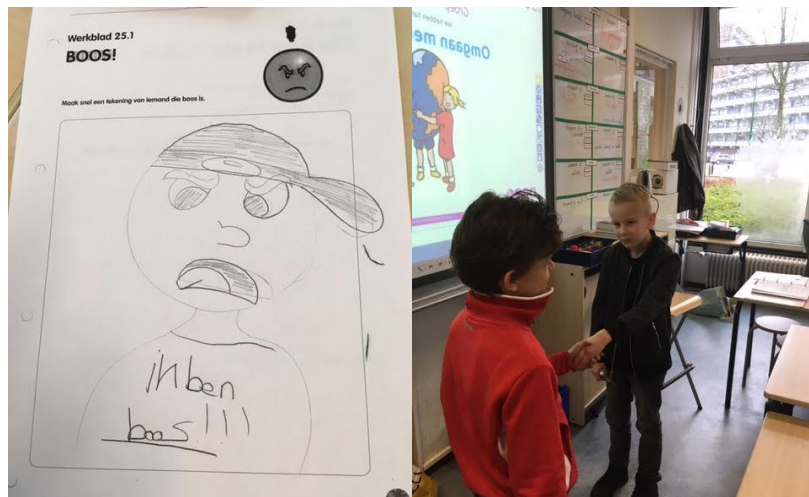
Op deze manier, leren de kinderen naar elkaar luisteren, ze stelden vragen over hetgeen er verteld werd en je leert elkaar ook steeds beter kennen, want je weet nu waarom een klasgenootje een bepaald voorwerp meenam.

Samen hebben we genoten van deze 'eerste' spreekbeurten.

### Blok 4:

In groep 6a zijn we dit blok bezig met het herkennen van emoties van anderen en bij onszelf. We starten de les met een binnenkomer waarbij we emoties laten zien aan anderen en we benoemen emoties die we zien. Op de foto's stellen we onszelf voor en daarbij laten we een emotie zien. De ander mag de emotie benoemen.

Op de tekening hebben we een gezicht getekend wat boos is. Zo hebben we geoefend met het herkennen van boosheid bij de ander. We hebben ook besproken hoe we kunnen reageren als we boos zijn. Welke pet zet je op? We kunnen kiezen voor gedrag wat het conflict groter maakt, maar ook voor gedrag wat het conflict helpt oplossen. Samen hebben we de oplossingen bedacht.



**Blok 5 'We dragen allemaal een steentje bij' is van start gegaan!**



"Met het thema 'we hebben hart voor elkaar' leren we o.a. hoe we om moeten gaan met gevoelens van onszelf en we leren om ons in te leven in de gevoelens van andere kinderen. Om onze gevoelens over te brengen maken we in groep 5b gebruik van een Gevoelsthermometer. De kinderen hebben hun eigen naamkaartje gemaakt en hangen deze bij het gevoel welke ze op dat moment hebben. Met elkaar hebben we het er regelmatig over; waar hangen de meeste kaartjes? Zijn er veel blije of boze leerlingen vandaag? Hoe voelen we ons als groep? Wie voelt zich niet zo goed? Hoe komt dat? Kunnen we misschien helpen? We leren met elkaar dan we onze gevoelens mogen delen in de groep en hoe we hier mee om kunnen gaan."



#### **Blok 4, we hebben hart voor elkaar**

Zo ziet elke les eruit

- Binnenkomer (klein spelletje aan het begin)
- Wat gaan we leren?
- Leren
- Leren
- Wat hebben we geleerd?
- Afsluiter (klein spelletje aan het eind)

##### *Les 1 Herkennen en benoemen van gevoelens*

Met les 1 hebben we het gehad over gevoelens. Wat voor gevoelens er allemaal zijn zoals: blij, bang, boos, verdrietig. We hebben ook geleerd hoe je om moet gaan met verschillende gevoelens.

##### *Les 2 gevoelens overbrengen.*

We hebben geleerd onze gevoelens te bespreken met andere mensen. Door sommige reacties ontstaat een conflict, daarom hebben we geleerd stevig en goed te reageren. Ook hebben we posters over gevoelens gemaakt

##### *Les 3 omgaan met boosheid*

We hebben nagedacht over wat onze boosheid 'triggert'. we hebben ook geleerd dat we uit de ik boodschap kunnen praten als we boos zijn. En dat hebben we geoefend in een rollenspel.

##### *Les 4 het A-team*

Deze les hebben we het A-team opgesteld, Isabella, Rayan, Esma, Tes. Bij dat team kunnen we onze gevoelens uitten als ons iets dwars zit.

Geschreven door: Phebe en Miloe groep 7a



Het thema van dit blok was 'we hebben hart voor elkaar', en we hebben gesproken over onze gevoelens.  
In groep 3a hebben de kinderen gevoelsstokjes gemaakt.  
Als de kinderen een blij, verdrietig, bang, gewoon, anders of boos gevoel hebben mogen ze hun eigen gevoelsstokje in het betreffende blikje doen en erover vertellen als ze dat willen.