

KIND EN GEDRAG



WELKE SIGNALEN LATEN KINDEREN
MET HUN GEDRAG ZIEN?

INHOUD

3: WIE BEN IK?

6: ANDERS KIJKEN NAAR GEDRAG VAN KINDEREN

VEERKRACHT

TALENTEN EN KWALITEITEN

HET BEWUSTZIJN

OMGAAN MET GEBEURTENISSEN

10: JIJ ALS OUDER

11: COACHPRAKTIJK LEEF



WIE BEN IK?



WAT LEUK DAT JE DIT E-BOOK HEBT
GEDOWNLOAD. JIJ WILT ONTDEKKEN HOE JE
ANDERS NAAR HET GEDRAG VAN (JOUW)
KIND(EREN) KUNT KIJKEN.
IK WENS JE VEEL PLEZIER EN MOOIE
INZICHTEN TOE!

HOI, IK BEN JANINE VAN HAL. EIGENAAR VAN COACHPRAKTIJK LEEF EN
WERKZAAM ALS LEERKRACHT IN HET BASISONDERWIJS.

IK COACH KINDEREN DIE, ALS DE SCHOOLWEEK WEER BEGONNEN IS, THUIS ANDER
GEDRAG LATEN ZIEN. VAAK ZIJN DIT KINDEREN DIE ZICH OP SCHOOL IN EEN VOOR
HEN ONVEELIGE SITUATIE BEVINDEN. BIJVOORBEELD OMDAT ZE GEPEST WORDEN
OF ZICH ANDERS VOELEN DAN ANDERE KINDEREN. MAAR OOK KINDEREN MET EEN
VERMINDERD ZELFVERTROUWEN OF EEN MINDERWAARDIG ZELFBEELD. MET HEN GA
IK KIJKEN NAAR HUN TALENTEN EN KWALITEITEN, LEER HEN OMGAAN MET
EMOTIES EN ZET HEN WEER IN HUN EIGEN KRACHT. KINDEREN VOELEN ZICH NA
EEN AANTAL SESSIES ZELFVERZEKERDER, KIJKEN MET EEN REËEL BEELD NAAR
ZICHZELF EN DE WERELD OM ZICH HEEN EN ZE VOELEN ZICH VEELIG OP SCHOOL.

ALS KIND ZIJNDE WAS SCHOOL VOOR MIJ EEN ONVEILIGE PLEK. IK WERD DAGELIJKS GEPEST, OMDAT IK 'ANDERS' WAS DAN DE ANDERE KINDEREN. IK BEN ERG FIJNGEVOELIG DUS JA IK HAD ALS KIND ZIJNDE SNELLER LAST VAN HARDE GELUIDEN IN DE KLAS, VAN DE EMOTIES DIE ER ZICHTBAAR EN NIET ZICHTBAAR SPEELDEN EN DE HOEVEELHEID PRIKKELS. EN JA IK HAD MEER BEHOEFTE AAN RUST DAN EEN ANDER KIND.

HET PESTEN HEB IK LANGE TIJD VERBORGEN KUNNEN HOUDEN MAAR IK WERD ER DIEP ONGELUKKIG VAN. HET ZORGDE ERVOOR DAT IK ONZEKER WERD EN EEN NEGATIEF ZELFBEELD ONTWIKKELDE. IK WIST NIET MEER WAT MIJN TALENTEN EN KWALITEITEN WAREN, DUWDE DIE VER WEG OM MAAR BIJ DE REST 'TE HOREN'. DAARMEE PAST IK ME, TOEN NOG ONBEWUST, AAN EN ZEI STEEDS MEER NEE TEGEN MIJN WARE IK..

HET HEEFT LANG GEDUURD VOOR IK WIST HOE IK DIT ACHTER ME KON LATEN EN VAN MIJN GEVOELIGHEID MIJN KRACHT KON MAKEN.

IK BEN GAAN PRATEN OVER WAT ER GEBEURD IS, HEB MOGEN INZIEEN DAT IK HELEMAAL OKÉ BEN ZOALS IK BEN EN GELEERD WAT MIJN TALENTEN EN KWALITEITEN ZIJN EN HOE IK DIE KAN INZETTEN!

IK HEB LEREN INZIEEN DAT MIJN NEGATIEVE ZELFBEELD GEVORMD IS DOOR WAT DE PESTERS ZEIDEN EN IK DAT BEN GAAN GELOVEN. IK HEB GELEERD OM OP EEN ANDERE MANIER NAAR MEZELF EN DE SITUATIE VAN TOEN TE KIJKEN.

IN DIT EBOOK GAAN WE KIJKEN NAAR:

- WAT KUNNEN SIGNALEN ZIJN DIE KINDEREN LATEN ZIEN?
- WAT ZOU ER ACHTER DEZE SIGNALEN KUNNEN ZITTEN?
- HOE KUN JE OP EEN ANDERE MANIER OP DEZE SIGNALEN REAGEREN, WAARBIJ HET KIND EN ZIJN EIGENHEID CENTRAAL BLIJFT STAAN.

OM EEN KIND ECHT TE KUNNEN ZIEN IS HET BELANGRIJK DAT JE DOOR HET GEDRAG VAN EEN KIND HEEN KUNT KIJKEN. *

KINDEREN VERTONEN SOMS GEDRAG WAT WIJ, ALS VOLWASSENEN, ALS STOREND KUNNEN ERVAREN. MAAR EIGENLIJK WILLEN KINDEREN ONS IETS VERTELLEN. ZIJ GEVEN DOOR HUN GEDRAG SIGNALEN AF!

*HET IS BELANGRIJK TE BESEFFEN DAT HET NIET ALTIJD ZO IS DAT ER ACHTER GEDRAG EEN ZORGELIJKE OORZAAK LIGT, SOMS MOETEN KINDEREN ZICH OOK GEWOON UITEN. EN BIJ ELKE SITUATIE DIE IK SCHETS IS HET EEN 'HET ZOU KUNNEN DAT' SCENARIO.



ANDERS KIJKEN NAAR GEDRAG VAN KINDEREN



ZIE JE DEZE KOETS?

DEZE KOETS HEEFT EEN STERKE VERING ZODAT DE PASSAGIER EEN AANGENAME REIS HEEFT, JOU KIND HEEFT VEERKRACHT (NODIG) IN ZIJN LEVEN.

DE PAARDEN DIE DE KOETS TREKKEN HEBBEN PAARDENKRACHT, JOUW KIND HEEFT TALENTEN EN KWALITEITEN!

DE KOETSIER ZORGT VOOR DE PAARDEN EN GEEFT ER LEIDING AAN, HIJ STUURT ZE. JOUW KIND HEEFT BEWUSTZIJN.

DE KOFFERS DIE BOVENOP LIGGEN STAAN VOOR ALLES WAT JE KIND MEEGEMAAKT HEEFT.

OP DE VOLGENDE PAGINA'S GA IK DIEPER IN OP VEERKRACHT, TALENTEN EN KWALITEITEN, BEWUSTZIJN EN GEBEURTENISSEN EN KRIJG JE PRAKTISCHE TIPS HIERMEE OM TE GAAN.

VEERKRACHT

DE KOETS HEEFT VERING. DIE VERING MAAKT DAT DE PASSAGIER EEN FIJNE EN ONTSPANNEN REIS KAN MAKEN.

ALS EEN KIND GOED IN ZIJN VEL ZIT, DAN HEEFT HET VEERKRACHT. HET KIND IS FLEXIBEL. HET KIND GAAT MET PLEZIER NAAR SCHOOL, SPEELT VRIJ MET VRIENDJES EN VRIENDINNETJES. HET KAN OMGAAN MET / GOED REAGEREN OP VERANDERENDE OMSTANDIGHEDEN.

MAAR EEN KIND KAN UIT BALANS RAKEN DOOR BIJVOORBEELD PESTEN, ZICH ANDERS VOELEN, EEN OVERLIJDEN OF EEN SCHEIDING,

JE ZIET ANDER GEDRAG ZICHTBAAR WORDEN, GEDRAG DAT JE NIET GEWEND BENT EN MISSCHIEN NIET GEWENST IS. WAARSCHIJNLIJK BEN JE GENEIGD, ALS JOUW KIND GEDRAG LAAT ZIEN DAT JE ALS EEN BELEMMERENDE FACTOR ERVAART, IN TE GRIJPEN. JE CORRIGEERT HET GEDRAG, FEITELIJK WIL JE HET GEDRAG KLEINER MAKEN...EIGENLIJK GEEFT JE DAARMEE AAN DAT JE HET KIND NIET GOED GENOEG VINDT, WANT JE BENOEMT EN REAGEERT OP HET NEGATIEVE.

MOET JE DIT GEDRAG DAN GOEDKEUREN? NEE, DAT HOEFT NIET MAAR HET IS RAADZAAM OM ER OP EEN ANDERE MANIER MEE OM TE GAAN:

- GA MET JE KIND IN GESPREK, DOE DAT ALS JE KIND RUSTIG IS.
- SPREEK DAARBIJ VANUIT DE IK-BOODSCHAP.
- ONDERZOEK, SAMEN MET HET KIND, WAT ZIJN MOGELIJKHEDEN ZIJN HOE DIT OP TE LOSSEN.

TALENTEN EN KWALITEITEN

DE PAARDEN HEBBEN HET VERMOGEN OM DE KOETS OM VOORUIT TE DOEN KOMEN. ZIJ HEBBEN ELK HUN EIGEN KWALITEITEN/ TALENTEN/ KRACHT.

HET ENE PAARD IS ENERGIEK, DE 2E HEEL RUSTIG EN HET ANDERE PAARD KAN GERICHT ZIJN OP RELATEREN. ZIJ ZULLEN DUS SAMEN MOETEN WERKEN EN AF MOETEN STEMMEN OM DIE KOETS SAMEN VOORUIT TE KRIJGEN. ALS ZIJ DAT NIET DOEN DAN GAAT IEDER ZIJN EIGEN WEG EN HEB JE AL GAUW CHAOS.

EN ZO IS HET OOK BIJ HET KIND; ALS HET NIET WEET WAT ZIJN KWALITEITEN EN TALENTEN ZIJN, DAN ZAL HET KIND ZICH MOEIZAMER ONTWIKKELLEN. OP SCHOOL HOOR JE MISSCHIEN DAT JE KIND WEINIG ZELFVERTROUWEN HEEFT, JE KIND HEEFT WEINIG VRIENDJES EN VRIENDINNETJES, THUIS VALT HET JE MISSCHIEN OP DAT JE KIND VAAK NEGATIEF OVER ZICHZELF PRAAT.

JE KUNT THUIS OP EEN HELE SIMPELE MANIER AL BEZIG ZIJN MET DE TALENTEN EN KWALITEITEN VAN JE KIND(EREN). HET KOST MAAR EEN PAAR MINUTEN PER DAG MAAR HET IS OH ZO WAARDEVOL, VOOR JOU EN JE KIND(EREN):

- COMPLIMENTEN GEVEN!
- ZIEN WAT EEN KIND GOED DOET EN DAT BENOEMEN (IK ZIE DAT JE JE STOEL AANSCHUIFT ALS JE VAN TAFEL GAAT, FIJN).
- AAN HET EIND VAN DE DAG BENOEMEN WAT ER GOED GEGAAN IS, EN VRAGEN WAT JE KIND DAARVOOR GEDAAN HEEFT.



HET BEWUSTZIJN

DE KOETSIER ZORGT NIET ALLEEN VOOR DE PAARDEN MAAR GEEFT OOK LEIDING HEN. EN ZORGT DAT ZIJ VOORUIT KOMEN DOOR GEBRUIK TE MAKEN VAN HUN TALENTEN EN KWALITEITEN EN POTENTIEEL.

DE KOETSIER STAAT VOOR HET BEWUSTZIJN VAN HET KIND.

HOE BEWUSTER JE BENT VAN JE TALENTEN EN KWALITEITEN TEN OPZICHTE VAN JEZELF, DE ANDER EN DE WERELD HOE BETER JE JE VAN BINNEN UIT AAN KUNT STUREN.

ALS JOUW KIND ZIJN BEWUSTZIJN NOG MINDER ONTWIKKELT HEEFT ZAL JE KIND WEINIG ZELFVERTROUWEN HEBBEN, ZICH NIET MAKKELIJK IN HET HET OPENBAAR UITEN (JE KIND BLIJFT VAAK HALF VERSCHOLEN ACHTER JE STAAN), WELLICHT GEPEST WORDEN, NIET LEKKER IN ZIJN VEL ZITTEN.

DUS... OP HET MOMENT DAT EEN KIND ZICH NIET BEWUST IS VAN ZIJN EIGEN KWALITEITEN IS HET DUS BELANGRIJK DAAR OP IN TE ZETTEN/ AAN TE STUREN.

DIT KUN JE THUIS DOEN (DAT HEB JE IN HET VORIGE BLOK KUNNEN LEZEN), HET GEBEURT OP SCHOOL MAAR JE KUNT HIERVOOR OOK TERECHT BIJ EEN KINDERCOACH OF EEN SPELTERAPEUT.



OMGAAN MET GEBEURTENISSEN

OP DE KOETS LIGGEN DE KOFFERS VAN DE PASSAGIER. DEZE STAAN VOOR DE BAGAGE VAN HET KIND. HIERIN BEVINDEN ZICH ALLERLEI GEBEURTENISSEN VAN ZIJN LEVEN; GROOT, KLEIN, LEUK, PIJNLIJK, VERWERKT EN ONVERWERKT.

JE KIND KAN SOMS MAKKELIJK OVER GEBEURTENISSEN PRATEN, SOMS HEEFT HET EVEN TIJD NODIG OM DINGEN TE LATEN BEZINKEN VOOR HET HIEROVER GAAT PRATEN EN SOMS IS HET TE PIJNLIJK, VERDRIETIG OF IS HET IETS WAAR VEEL SCHAAMTE OP ZIT. DAN KAN HET ZIJN DAT UW KIND HIER NIET OVER PRAAT. PESTEN, JE ANDERS VOELEN, HET GEVOEL HEBBEN ER NIET BIJ TE HOREN, NIET MEE KUNNEN KOMEN MET DE GROEP.....

U BEN WAARSCHIJNLIJK GENEIGD OM UW KIND TOCH AAN HET PRATEN TE KRIJGEN. DIT IS NIET VERSTANDIG, UW KIND ZAL BESCHERMINGSMECHANISME GAAN INZETTEN EN KAN BIJVOORBEELD ERG BOOS WORDEN, PRINSESSENGEDRAG VERTONEN, CLOWNESK GEDRAG LATEN ZIEN.

GEEF HET KIND DE TIJD OM HET JUISTE MOMENT TE VINDEN OM TE PRATEN. GEBEURT DAT NIET EN MAAKT U ZICH ZORGEN OVER WAT UW KIND MEEGEMAAKT HEEFT OF HET GEDRAG WAT HET VERTOONT, ZOEK DAN PASSENDE HULP. DAT KAN BIJ EEN KINDERCOACH OF THERAPEUT.

JIJ ALS OUDER

JIJ ALS OUDER WILT HET BESTE VOOR JE KIND(EREN) EN IK WEET ZEKER DAT JE DAAR JE BEST VOOR DOET. TOCH KAN HET ZO ZIJN DAT JE SOMS EVEN VASTLOOPT, ZIET DAT JE KIND VASTLOOPT EN JULLIE HULP NODIG HEBBEN.

WELLICHT KAN DIT EBOOK JE AL EEN HANDJE HELPEN, VOLSTAAT HET ZOEKEN VAN WAT INFORMATIE OP INTERNET, PRATEN MET JE PARTNER OF MET ANDERE OPVOEDERS EN KUN JE WEER VERDER.

SOMS IS HET ZO DAT JE ER NIET OP DIE MANIER UIT KOMT EN ANDERE HULP MAG VRAGEN. IN MIJN PRAKTIJK IS HET ZO DAT IK KINDEREN COACH, MAAR OOK ALTIJD EEN UITGEBREID GESPREK MET JULLIE ALS OUDERS HEB EN SOMS ADVISEER IK OOK JOU AAN OM HULP TE AANVAARDEN. DAT KAN OOK BIJ MIJ EN SOMS ADVISEER IK OM CONTACT TE ZOEKEN MET EEN COLLEGA VAN ME, JE HUISARTS OF BIJVOORBEELD EEN PSYCHOLOOG.



COACHPRAKTIJK LEEF

HET JIJ EEN KIND DAT JE HERKENT IN HET FEIT DAT HIJ/ZIJ OP DE VRIJE DAGEN TOCH ECHT ANDER GEDRAG LAAT ZIEN DAN OP SCHOOL?

OF HOOR JIJ OP SCHOOL DAT JE KIND ANDER GEDRAG LAAT ZIEN DAN THUIS?

EN WIL JIJ DAT JOUW KIND WEER MET EEN GEVOEL VAN VERTROUWEN EN VIELIGEHEID NAAR SCHOOL GAAT, HET THUIS EN OP SCHOOL HETZELFDE GEDRAG LAAT ZIEN, ZICH BEWUST IS VAN ZIJN TALENTEN EN KWALITEITEN?

AARZEL DAN NIET EN NEEM VRIJBLIJVEND CONTACT MET ME OP, DAN PLANNEN WE EEN ZOGENAAMD MATCHGESPREK EN KIJKEN WE HOE IK JULLIE HELPEN KAN!

IK HELP JE MET LIEFDE OP WEG.

JANINE@COACHPRAKTIJK-LEEF.NU

0657945403

