



POSITIEF COMMUNICEREN

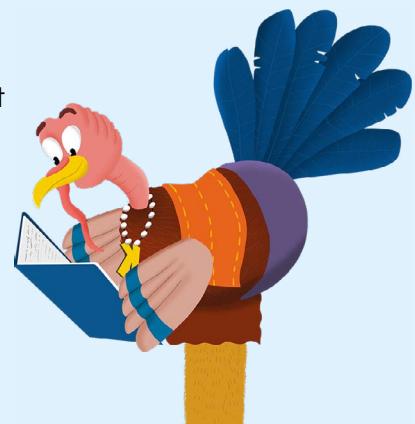
A Wat is er aan de hand?

Max staat samen met Stef en Jack op een pleintje vlakbij zijn huis. Stef en Jack hebben Max geappt of hij ook kwam chillen. Meestal voetballen ze op het veldje, maar nu hebben Stef en Jack daar geen zin in. Max wilde niet alleen maar rondhangen maar is toch maar gegaan.

Jack schopt tegen een steentje en Stef prikt een sleutel in de stam van een boom. Max heeft al drie keer gevraagd om te voetballen, maar dat willen zijn vrienden niet. Max snapt er niets van. 'Waarde-loos dit! Jullie doen niks en staan hier maar een beetje, weet je hoe dom!' zegt Max. Stef en Jack kijken hem boos aan. 'Ga jij dan lekker zelf spelen, kleintje.' Boos stapt Max op zijn fiets en rijdt weg. Hij snapt niks van zijn vrienden vandaag!

1 Starter

Je kent het wel. Soms kom je ergens binnen en dan voel je de spanning in de lucht hangen. Niet gezellig. Gelukkig zijn er ook genoeg prettige momenten op school en ook thuis. De sfeer is vaak afhankelijk van hoe mensen met elkaar praten. Praten is een vorm van communicatie. Communicatie kan positief of negatief zijn. Mensen kunnen handig met elkaar praten of minder handig. Je leert nu hoe jij positief kunt communiceren. Dat helpt jou én de ander!





Doen

Bekijk hieronder de strip van Kalkoen. Beantwoord samen met een huisgenoot de volgende drie vragen:

- Waar gaat dit beeld over?
- Waar herken je dit om je heen?
- Wat bedoelen we met 'roep-toeteren'?
- Hoe reageer jij op iemand die 'roep-toetert'?



2 Filmpje: Doe zelf normaal!



Kijken

Bekijk het filmpje waarin irritatie ontstaat tussen twee leerlingen bij de fietsenrekken. Er komen twee andere leerlingen naar buiten. De eerste probeert het conflict op te lossen, maar dat lukt niet erg. Bij de tweede staat de vraag: Wat zou jij doen?

Vragen

- Wat doet de jongen die het eerst naar buiten komt?
- Lost zijn reactie het conflict op? Hoe komt dat?
- Wat zou jij doen als je naar buiten kwam en je zag dit gebeuren?

B Wat kan ik thuis leren? Wat kan ik eraan doen?



Doen (1)

Condor en Kalkoen helpen je om handig te praten met huisgenoten. Op de poster zie je de tips die ze je geven. Wie van de twee communiceert positief en wie negatief?

Doe je als Condor, dan...

- neem je afstand en denk je na voordat je spreekt
- benoem je wat er gebeurt
- blijf je vriendelijk
- houd je rekening met de gevoelens van een ander

Doe je als Kalkoen, dan...

- begin je te praten voordat je hebt nagedacht
- zeg je wat je vindt
- interesseren de gevoelens van een ander jou niet
- gebruik je woorden als nooit, altijd, telkens en vaak



Hieronder zie je vier situaties. Reageer eerst zoals Kalkoen dat zou doen in deze situatie en daarna zoals Condor dat zou doen.

Jarig

Je bent jarig. Iemand geeft een cadeau dat je niet gevraagd hebt.

Groepsapp

Iemand zegt iets vervelends over je in een groeps-chat.

WC

Je moet naar de wc maar hij is al heel lang bezet.

Kamer opruimen

Iemand vraagt of je je kamer wil opruimen.



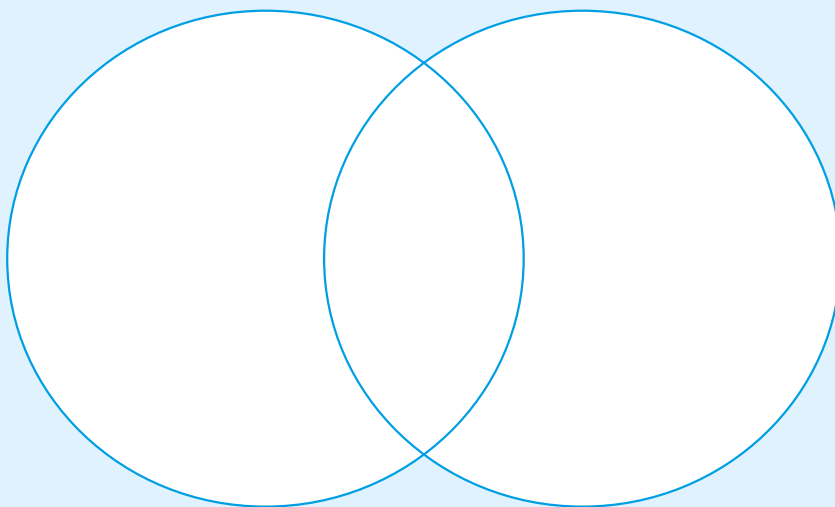
Doen (2)

Op de vorige bladzijde zie je de poster die hoort bij Condor en Kalkoen. De poster maakt duidelijk hoe je positief communiceert. Dat kun jij ook, misschien zelfs nog beter! Maak een flyer of poster waarop jij duidelijk maakt hoe JIJ positief communiceert. Heb je nog meer tips dan de tips van Condor? Welke afbeeldingen gebruik jij om te laten zien hoe je positief communiceert? Knip passende afbeeldingen uit folders of buurtkranten. Laat daarna aan je huisgenoten zien wat je hebt gemaakt. Leg ook uit waarom!



Doen (3)

Je maakt een venndiagram. Wat is een venndiagram? Teken twee cirkels die elkaar raken (zoals in het voorbeeld hieronder). Schrijf zelf of samen met een huisgenoot in de linker cirkel situaties waarin er bij jullie thuis positief gecommuniceerd wordt (als Condor). In de rechter cirkel schrijf je situaties waarin sprake is van negatieve communicatie (als Kalkoen). Zijn er ook situaties waar jullie het niet over eens zijn? Schrijf dat in het middelste deel van het venndiagram. Ga naar een andere huisgenoot en vraag zijn mening over de voorbeelden uit het middelste deel.



Wat is het resultaat?



Praten

Je weet nu precies wat positief communiceren inhoudt. Bekijk de video van de jongeren nu nogmaals. Welke tips zou je nu geven?



Doen

Bekijk het instructieflmpje op deze pagina nog een paar keer. Zo onthoud je alle tips extra goed. Hang je zelfgemaakte poster op een centrale plek in huis. Herinner elkaar aan de poster op het moment dat er positief of negatief gecommuniceerd wordt. Geef elkaar een compliment als dat kan. Veel plezier!

