



IN EEN ANDER VERPLAATSEN

A Wat is er aan de hand?

Nida is boos. Heel erg boos. Ze stampvoet en gooit de deur hard achter zich dicht. Ze heeft ruzie met mama. Mama heeft haar knuffel in de wasmachine gedaan. Haar knuffel is nu kletsnat en ruikt niet meer zo lekker vies. Hij ruikt naar waspoeder. Bah!

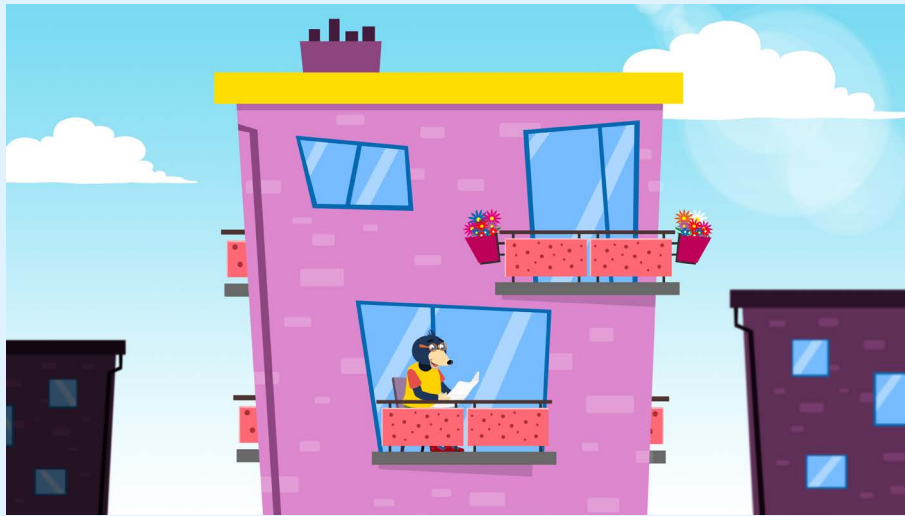
Mama vindt de ruzie niet leuk. Ze gaat naar Nida toe. Ze zegt: 'Nida, stop even. Probeer rustig te worden en goed naar mij te luisteren. Weet je waarom ik jouw knuffel in de wasmachine heb gedaan?' Nida weet het niet. Mama legt uit dat er vlekken in haar knuffel zaten. 'O, daarom deed je het!' zegt Nida. Ze lacht weer. Ze geeft mama een kus.

1 Starter

Bedenk een toneelstukje met je knuffel. Je knuffel is heel boos op jou. Hij zegt dat jij expres een koekje van hem hebt opgegeten. Jij zegt dat dat per ongeluk was. Je wist niet dat het zijn koekje was. Nu hebben jullie samen ruzie. Hoe loopt dit af? Laat je toneelstukje zien aan jouw huisgenoten. Wat vinden zij ervan?

2 Filmpje: Zwaan en Mol

Het filmpje gaat over de dieren Mol en Zwaan. Mol leest een krant op zijn balkon. Zwaan woont boven Mol. Ze geeft haar planten water. De krant van Mol wordt nat. 'Stop!' roept Mol. Mol en Zwaan worden boos op elkaar. Ze begrijpen elkaar niet. Het wordt tijd om over te steken! Mol gaat naar boven, naar het balkon van Zwaan. En Zwaan gaat naar beneden, naar het balkon van Mol. Zwaan ziet de natte krant en de natte stoel. Nu snapt ze waarom Mol boos werd op haar. Het helpt dus om je in een ander de verplaatsen (even over te steken).



Kijken

Bekijk het filmpje. Beantwoord deze vragen:

- Wat doet Mol op zijn balkon?
- Wat doet Zwaan op haar balkon?
- Wat gebeurt er met de krant van Mol? Hoe komt dat?
- Hoe voelt Mol zich?
- Wat roept Mol dan?
- Het wordt tijd om over te steken. Wat doen Zwaan en Mol dan?
- Hoe maken ze na het oversteken de ruzie weer goed?

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



Doen (1)

Nu speel je het toneelstukje met je knuffel (zie Starter) nog een keer. Maar... daarin laat je de stappen van de oversteektechniek zien. Die zijn:

- Stap 1: Stop
- Stap 2: Word rustig en luister goed
- Stap 3: Steek over
- Stap 4: Maak het samen goed





- Je knuffel is boos op jou. Jij wordt ook boos. Dan zeg je STOP (stap 1). Bedenk goed hoe je 'stop' laat zien (je steekt bijvoorbeeld je hand omhoog).
- Daarna laat je zien hoe je RUSTIG wordt en dat je goed naar je knuffel luistert. Wat vertelt hij over de ruzie? (stap 2)
- Dan steek je over (stap 3). Je ruilt van plek met je knuffel. Nu doe je net alsof jij je knuffel bent. Begrijp je waarom hij het niet leuk vindt dat zijn koekje opgegeten is? En begrijpt je knuffel dat jij het niet expres gedaan hebt?
- Tot slot laat je zien hoe jullie de ruzie weer goed maken (stap 4). Geef elkaar aan het eind een hand of een boks.



Doen (2)

Ruzies kun je gelukkig oplossen. Bijvoorbeeld met de Oversteektechniek. Die zag je al in het filmpje en heb je ook geoefend met het toneelstukje met je knuffel. Er is ook een poster over de Oversteektechniek.

Op de poster staan de vier belangrijke dingen die je kunt doen als je ruzie hebt:

- 1 **Stop:** je stopt met ruzie maken
- 2 **Word rustig en luister:** kom tot rust en luister naar de ander
- 3 **Steek over:** je doet even alsof jij de ander bent en probeert te bedenken wat hij voelt
- 4 **Verander samen de situatie:** kom samen tot een oplossing of vraag hulp



Opdracht

Leg aan je huisgenoten uit hoe de Oversteektechniek werkt. Leer het gedichtje 'Samen oversteken' uit je hoofd en verzin er zoveel mogelijk gebaren bij. Maak ook een tekening bij het gedichtje. Leer daarna het gedichtje aan je huisgenoten.

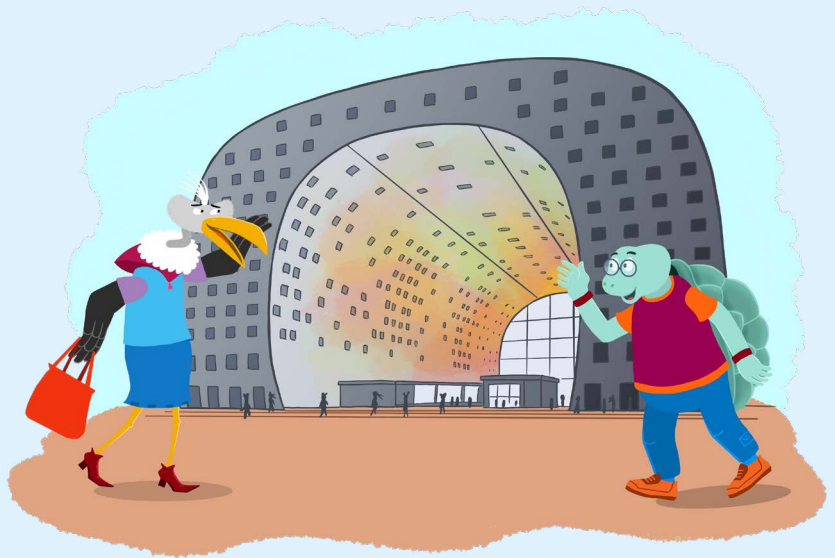
Samen oversteken

We hebben samen ruzie,
die houdt haast niet meer op.
We hebben samen ruzie
dan roep ik heel hard: stop!

Ik maak mezelf eerst rustig.
Ik weet wel hoe dat moet.
Ik maak mezelf eerst rustig.
Nu luister ik pas goed.

Dan steken we snel over
en weet ik wat je voelt.
Dan steken we snel over.
Ik weet wat je bedoelt.

We praten even samen.
De ruzie is voorbij.
We praten even samen.
't Is goed voor jou en mij!



Wat is het resultaat?



Praten

- Waarover krijg je in jullie gezin weleens ruzie?
Vraag of iedereen in jouw huis een voorbeeld wil opnoemen.
- Kennen ze het gedichtje nog dat je ze geleerd hebt?
- Vraag aan je huisgenoten: Hoe kunnen we de Oversteektechniek gebruiken bij de ruzies die wij weleens in huis hebben?