

HELP... RUZIE!

Boos worden is niet erg, boos blijven wel!

Een woordje van Beer Juf

Beste leerkracht,

Soms begint een ruzie om iets kleins. Een bal bijvoorbeeld. Maar voor een kind voelt het helemaal niet klein. Boosheid mag er zijn. Wat we kinderen willen leren, is wat ze met die boosheid kunnen doen. Daarom zeg ik graag: "Boos worden is niet erg, boos blijven wel!" Daarmee bedoel ik niet dat boosheid meteen weg moet. Een kind mag tijd nodig hebben om rustig te worden. We helpen het om niet in de ruzie vast te blijven zitten.

Met deze drie posters kun je een ruzie rustig begeleiden, zonder meteen een schuldige aan te wijzen of een verplichte verzoening te vragen.

Eerst het verhaal: Ruzie

In het Beertje Anders-verhaal Ruzie willen Beertje Anders en Beertje Bruin allebei met een blauwe bal spelen. Beertje Anders geeft de bal niet terug en het loopt uit op duwen en trekken. Vader Beer grijpt in. Hij laat de beertjes stoppen, rustig ademen en zo nodig tot tien tellen. Als ze nog te boos zijn, krijgen ze meer tijd om af te koelen. Pas daarna kunnen ze nadenken over wat er gebeurde, luisteren naar elkaar en ontdekken hoe de ander zich voelde. Uiteindelijk kunnen ze het goedmaken en weer verder.

Gebruik als introductie het filmpje Ruzie of lees het verhaal voor met de Kamishibai-vertelplaten. Laat de kinderen vertellen wat zij zien. Vraag niet meteen wie er gelijk had.

De drie posters: van boos naar begrip

1. BOOS? EVEN RUST!

"Boos zijn mag. Elkaar pijn doen niet."

Stop het duwen, trekken of schelden. Zorg dat iedereen veilig is. Spreek rustig en kort: "Ik zie dat jullie boos zijn. We stoppen nu even." Laat kinderen ademhalen, tot tien tellen of op een rustige plek bijkomen. Niet ieder kind wordt in hetzelfde tempo rustig.

2. RUSTIG? VERTEL MAAR!

"Om de beurt praten. Naar elkaar luisteren."

Als beide kinderen eraan toe zijn, mogen ze om de beurt vertellen. Het rode praathartje helpt: wie het hartje vasthoudt, mag praten; de ander luistert zonder te onderbreken. Daarna wisselt het hartje van hand. Het is geen prijs of beloning, maar een eenvoudig hulpmiddel om iedereen aan het woord te laten.

3. WEER GOED? SAMEN VERDER!

"Elkaar begrijpen. Samen verder!"

Vraag wat de ander misschien voelde, dacht of graag wilde. Laat kinderen zelf een volgende stap bedenken. Samen spelen kan, om de beurt spelen ook. Soms is eerst even apart verdergaan een betere oplossing. Een handdruk, knuffel of "sorry" is niet verplicht. Oprecht herstel is belangrijker dan een voorgeschreven gebaar.

Bij een echte ruzie: een kort stappenplan

Stap 1 – Stop en bescherm. Ga rustig tussen de kinderen staan als dat nodig is. Benoem de grens: “We doen elkaar geen pijn.”

Stap 2 – Eerst rust. Ga bij poster 1 staan. Help de kinderen kalmeren. Stel het gesprek uit zolang een kind nog overstuurt is.

Stap 3 – Ieder een stem. Ga bij poster 2 staan. Geef één kind het praathartje en laat het vertellen: “Wat gebeurde er volgens jou? Wat voelde je?” Geef daarna het andere kind de beurt. Vat kort en zonder oordeel samen.

Stap 4 – Kijk door de ogen van de ander. Ga bij poster 3 staan. Vraag: “Wat wilde de ander? Hoe denk je dat die zich voelde? Wat begrijp je nu beter?” Help met woorden, maar vul het antwoord niet meteen in.

Stap 5 – Kies een oplossing. Vraag: “Wat kunnen jullie nu doen zodat het voor jullie allebei goed genoeg is?” Spreek zo nodig af dat je later nog eens terugkomt op de situatie.

Voorbeeld: ruzie om een bal

Beer Juf: “Stop. Ik zie twee boze beertjes. De bal blijft nu even liggen.”

Na het kalmeren: “Wie wil beginnen? Pak het praathartje maar. Vertel wat jij wilde.”

Tegen het luisterende kind: “Wat heb je gehoord?”

Bij poster 3: “Jullie wilden allebei graag spelen. Hoe kunnen jullie daar rekening mee houden?”

Laat het kind dat luistert in eigen woorden navertellen. Het hoeft het niet met alles eens te zijn om te begrijpen hoe de ander het heeft beleefd.

Het praathartje: zo gebruik je het

Gebruik een klein, zacht rood hartje dat kinderen gemakkelijk kunnen vasthouden. Leg vooraf de regel uit: het hartje geeft spreekruimte, geen gelijk. Eén kind vertelt, de ander luistert. Daarna wisselen ze. De leerkracht mag helpen met korte vragen, maar onderbreekt niet onnodig. Als een kind nog niet wil praten, mag het wachten of op een andere manier aangeven wat het voelt.

Oefenen als er géén ruzie is

Bekijk samen het filmpje of vertel het verhaal met de Kamishibai. Zet de drie posters naast elkaar en bespreek de volgorde. Laat twee kinderen een klein, verzonnen meningsverschil naspelen, bijvoorbeeld over wie eerst met een bal mag spelen. Oefen met het praathartje. Vraag de groep: “Wat zou jij voelen? Wat zou de ander willen? Welke oplossingen kunnen jullie bedenken?”

Je kunt ook terugkomen op een verhaalfiguur: “Wat had Beertje Anders eerder kunnen doen? Wat zou Beertje Bruin geholpen hebben?” Zo oefenen kinderen perspectief nemen zonder dat een leerling in de klas zich aangewezen hoeft te voelen.

Waar ik als Beer Juf op let

Ik dwing kinderen niet om meteen rustig, blij of vergevingsgezind te zijn. Ik maak verschil tussen een gevoel en gedrag: boosheid is toegestaan, pijn doen niet. Ik luister naar beide verhalen, zonder te doen alsof elk gedrag even acceptabel is. Bij herhaald pesten, machtsverschil of onveiligheid is een gesprek bij de posters alléén niet voldoende: dan volg ik de afspraken van de school en zorg ik voor passende bescherming en opvolging.

Een minuut bij de posters

STOP - “We doen elkaar geen pijn.”

VERTEL - “Om de beurt. Wat voelde jij?”

BEGRIJP - “Wat voelde de ander? Wat helpt jullie verder?”

Dit is een geheugensteuntje, geen tijdslimiet. Sommige kinderen hebben langer nodig.

Tot slot, van Beer Juf

Een ruzie hoeft niet het einde van samen spelen te zijn. Soms begint begrip met één rustige ademhaling, één kind dat mag vertellen en één ander kind dat echt luistert. Als kinderen leren dat hun eigen gevoel telt én dat van de ander, hebben ze iets geleerd waar ze hun hele leven iets aan hebben.

Boos worden is niet erg, boos blijven wel!

Lieve groet,

Beer Juf

Beertje Anders - DMS Educatief | Docentenhandleiding bij het drieluik “Help... ruzie!”