

Communiceren is lang niet altijd makkelijk, terwijl we het, in ons dagelijks leven, de hele dag door doen en het van wezenlijk belang is in de interactie met mensen om ons heen.

Een kind dat moeite heeft met vertellen wat hij voelt of wil, kan enorm gefrustreerd raken. Dat is niet alleen voor hemzelf vervelend, maar ook voor zijn omgeving. Het kind zit als het ware gevangen in zijn eigen emotie en kan zijn gevoel niet op de gewenste manier uiten, met negatief gedrag en een onprettige sfeer tot gevolg.

Kinderen met een stoornis in het autistisch spectrum hebben extra moeite om hun emoties onder woorden te brengen.

De Communicatiewaaier helpt u en uw kind om:

- inzicht te krijgen in gevoelens, gedachten, behoeften en gedrag van uw kind;
- regie te houden bij de communicatiemomenten: op welke acties zet ik welke reacties in?;
- eigen emoties, gedachten en behoeften te benoemen;
- elkaars gedrag en emotie te herkennen;
- positief contact te hebben met elkaar;
- dezelfde 'taal' te spreken en onderlinge communicatie te verbeteren;
- om te gaan met moeilijke situaties.

A

B

## Voor wie is de Communicatiewaaier?

De Communicatiewaaier is ontwikkeld voor kinderen in de basisschoolleeftijd. Afhankelijk van de ontwikkeling en de behoefte van uw kind kunt u de waaier al eerder inzetten. Ook voor kinderen in de eerste jaren van het voortgezet onderwijs kan de waaier een praktisch hulpmiddel zijn.

Deze handleiding is geschreven voor begeleiders (ouders, opvoeders, oppas, leerkrachten, grootouders, noem maar op). Lees hem eerst zelf volledig door. Betrek vervolgens uw kind erbij, want kinderen weten zelf vaak heel goed wat ze nodig hebben. Neem samen de Communicatiewaaier in gebruik, met behulp van de zes stappen op de binnenkant van deze handleiding.

tip

**Betrek ook de school, kinderopvang, naaste familie enzovoort bij het werken met de Communicatiewaaier. Wanneer alle mensen die dicht bij uw kind staan dezelfde taal spreken, vergroot dit het succes van de inzet!**

C

## De voorbereiding



Bekijk het voorblad van de waaier samen met uw kind. Het voorblad van de Communicatiewaaier toont een thermometer met de kleuren

van een verkeerslicht. Die kleuren staan voor drie fases van gedrag dat een kind laat zien. In de groene fase voelt het kind zich rustig, wat zich uit in gewenst/prettig gedrag. In de oranje fase vertoont het kind minder prettig gedrag en in de rode fase laat het kind ongewenst gedrag zien.

De hoofdjes bij de thermometer laten dit ook zien. Zo is het rondje in het hoofd van het poppetje leeg in het groene gedeelte. Dit symboliseert een 'leeg hoofd'; het kind voelt zich rustig en op zijn gemak. In het rode gedeelte is het rondje vol, wat staat voor een 'vol hoofd' en daarmee voor onrust.

Leg dit aan uw kind uit, terwijl u samen de thermometer bekijkt.



Laat uw kind bij elke kleur één of meerdere gedragingen benoemen. U kunt deze stap als volgt bij uw kind inleiden: "We gaan eens met

elkaar kijken hoe het eruit ziet wanneer jij je fijn voelt, minder fijn voelt of wanneer je je echt niet fijn voelt. Kun je je voorstellen dat deze gevoelens verdeeld zijn over drie kleuren: groen, oranje en rood? Kun je een voorbeeld noemen wanneer je in groen gedrag zit? Kun je me vertellen hoe ik dat dan aan jou kan zien?"

**Voorbeeld bij groen gedrag:** "Als ik blij ben, dan laat ik dit zien door ... (ik kijk blij, ik zit stil, ik luister goed)."

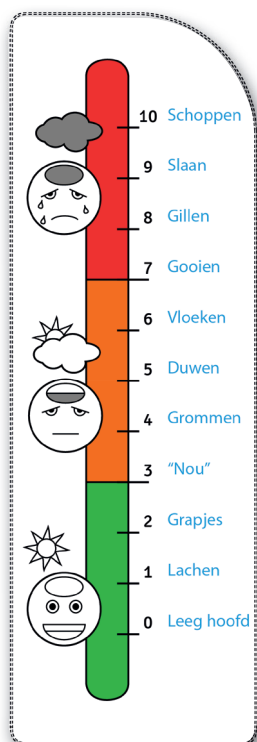
**Voorbeeld bij oranje gedrag:** "Als ik me niet zo fijn voel, dan laat ik dit zien door ... (op mijn nagels bijten, wiebelen op mijn stoel, grommen/geluidjes maken)."

**Voorbeeld bij rood gedrag:** "Als ik me helemaal niet fijn voel, dan laat ik dit zien door ... (schoppen, schelden, schreeuwen, wegkruipen)."

Het is belangrijk dat uw kind zelf deze gedragingen probeert te benoemen. Vindt hij het lastig om dit onder woorden te

brenge? Vraag dan of uw kind het kan tekenen of uitbeelden. Zeker bij jongere kinderen werkt dit goed. (Op de website kan men werkbladen downloaden.) Schrijf bij elk cijfer op de thermometer de gedragingen die uw kind in de betreffende fase laat zien. Hiernaast ziet u een voorbeeld.

Op de website kunt u een poster van de thermometer downloaden, [www.Communicatiewaaier.nl](http://www.Communicatiewaaier.nl)



## Dagelijks gebruik



Observeer uw kind en benoem de gedragingen die u ziet.

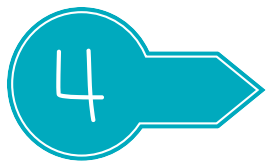
Het is van groot belang dat u, zeker in het begin, regelmatig positieve

gedragingen benoemt: "Ik zie dat je lekker rustig op de bank een boekje leest, volgens mij zit je in groen, klopt dat?", of: "Ik zie dat je zelf je brood hebt gesmeerd, heel rustig, volgens mij zit je in groen, klopt dat?"

Wellicht voelt dit in het begin wat geforceerd, maar het is belangrijk, omdat het een positieve basis legt. Hierdoor ervaart uw kind het benoemen van oranje en rood gedrag niet als negatief. Uiteraard benoemt u in het begin ook oranje en rood gedrag, maar daag uzelf uit om de eerste twee weken elke dag minstens één keer groen gedrag te benoemen.

tip

Ter evaluatie kunt u stap 1 en 2 na enige tijd opnieuw doorlopen. Zijn er dingen veranderd?



Laat uw kind, nadat het bepaald gedrag vertoond heeft, het opzoeken in de Communicatiewaaier.

De kaartjes van de waaier hebben dezelfde kleuren als de thermometer. Zo vindt uw kind gemakkelijk het gevoel dat bij dat moment past.

#### Een voorbeeld uit de praktijk:

*Luka tikt tijdens het eten drie minuten lang met zijn mes op zijn bord. Zijn moeder benoemt: "Ik zie dat je met je mes op je bord tikt, volgens mij zit je in oranje, zie ik dat goed?" Luka knikt instemmend. Moeder zegt: "Pak je waaier er maar bij en kijk eens welk plaatje/welke zin past bij wat je voelt. Wil je mij die zo laten zien?" Ze geeft haar kind hiervoor rustig de tijd! Luka pakt bijvoorbeeld het kaartje met "Ik ruik iets vies."*

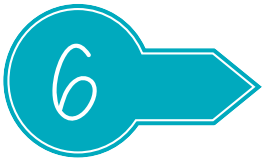


Check of uw kind eraan toe is om het gesprek aan te gaan. Als het kind rustig genoeg is om te praten, kunt u direct door naar stap 6.

Vooraf bij rood gedrag kan het zijn dat uw kind even een time-out nodig heeft om tot zichzelf te komen. Hierover maakt u met uw kind vooraf afspraken. "Als je in rood zit, en je bent te boos/onrustig om te praten, dan kun je even naar ..." Thuis kan dit bijvoorbeeld de slaapkamer zijn, op school een ruimte zoals de RT-ruimte, mits deze vrij is uiteraard. Maak met het kind ook de afspraak wie de time-out opheft; komt u het kind halen na een bepaalde tijd, of komt hij zelf terug naar u? Beide opties zijn mogelijk, afhankelijk van wat uw kind aankan. Dit kunt u het best zelf inschatten. Belangrijk is dat u het van tevoren afspreekt en niet in het 'rode moment'.

Geef aan dat een time-out niet als straf is bedoeld, maar om uw kind te helpen. Hierdoor kan uw kind eerst rustig(er) worden (meer richting groen gedrag gaan) en vervolgens beter communiceren. Benoem dat ook: "Je was net rood, je bent nu weer groen, dus we kunnen nu weer praten."

Communicatiewaaier isbn: 9789082397505



Bevestig dit gedrag door dit te benoemen. Met behulp van de communicatiewaaier kunt u samen het gedrag bespreken.

Soms is enkel benoemen welk gevoel erachter zit al voldoende om weer richting groen gedrag te gaan. Indien nodig, kunt u er acties aan koppelen. Bij het voorbeeld van Luka kunt u dat wat niet lekker ruikt op een andere plek in de ruimte zetten. Ook kunt u afspraken hierover maken: "De volgende keer dat je iets ruikt wat jij niet lekker vindt, dan ..."

Het benoemen, de acties en/of de afspraken stellen uw kind in staat weer rustig te worden en in groen gedrag te komen.

NB: het rode of oranje gevoel hoeft daarmee niet weg te zijn. Uw kind mag/kan zich bijvoorbeeld nog steeds boos voelen. Maar u verwacht wel dat hij op een groene manier communiceert; hij kan rustig vertellen wat maakt dat hij boos is.

Hoe intensief u de Communicatiewaaier gaat gebruiken, is afhankelijk van u en de behoefte die uw kind eraan heeft. De waaier consequent inzetten, zal het beste resultaat geven. Ieder kind, iedere situatie en iedere omstandigheid is weer anders. Daarom zijn blanco kaarten aan de wijzer toegevoegd. U kunt deze, samen met uw kind, naar eigen inzicht invullen. Zo maakt u een waaier die aansluit bij jullie specifieke situatie. Zoek samen met uw kind naar een manier die werkt.

### De ideale situatie

Als u de zes stappen heeft doorlopen met uw kind, dan is de basis voor het gebruik van de communicatiewaaier gelegd. Perfecte communicatie bestaat echter niet. Er zullen altijd dingen zijn die niet ideaal zijn. En als u of uw kind zijn dag niet heeft, lijkt u soms terug bij af te zijn. Voor sommige kinderen met autisme is goed communiceren een vaardigheid die ze zich nooit helemaal eigen zullen maken. De communicatiewaaier kan wel helpen om de communicatie soepeler te laten verlopen.

## ...een aantal tips...

Wees positief! Alleen zo zal uw kind de waaier met plezier gebruiken en ervaren als hulpmiddel.

Benoem gedrag dat u bij uw kind ziet feitelijk en neutraal, zowel inhoudelijk als qua intonatie en zonder interpretaties. "Ik zie dat je met je vingers op de tafel trommelt", in plaats van "Ik zie dat je zenuwachtig bent". Gebruik hierbij in uw bewoordingen de ik-vorm.

Check bij het kind of uw waarneming juist is, door te vragen: "Klopt dit?"

Geef uw kind de tijd om uw vragen te verwerken. Stel één vraag tegelijk en wacht geduldig op het antwoord (bijvoorbeeld bij stap 4). Zo voorkomt u dat de stress bij uw kind toeneemt.

Benoem gedrag dat u wilt zien en niet wat uw kind verkeerd doet. "Ik wil graag dat je mij rustig laat zien waarover je boos bent", in plaats van "Hou toch eens op met dat gemopper".

Gebruik de Communicatiewaaier niet alleen wanneer uw kind boos, gefrustreerd of verdrietig is, maar juist ook in positieve situaties.

Complimenteer uw kind wanneer het de Communicatiewaaier gebruikt.

Geef uw kind de tijd en (soms letterlijk) ruimte om af te koelen en na te denken over de emotie die hij voelt.

Neem de vrijheid om de waaier zo aan te passen dat hij past bij uw kind.