



## Inleiding

In dit pakket trof u naast dit informatiepakket ook een informatiebrief over de Kanjertraining in het algemeen. Hier werd uitgegaan van de regels:

- We vertrouwen elkaar
- We helpen elkaar
- Niemand speelt de baas
- Je bent niet zielig
- We lachen elkaar niet uit

In deze folder willen wij u als ouder iets in handen geven, zodat u thuis ook in kan spelen op de Kanjertraining.

Bij ons op school krijgen alle kinderen Kanjertraining. Het belangrijkste doel van de Kanjertraining is dat een kind positief over zichzelf en de ander leert denken.

## De vier gedragstypen in de Kanjertraining

In de Kanjertraining wordt gebruik gemaakt van vier gedragstypen. De Kanjer (witte pet), de Pestvogel (zwarte pet), de Aap (rode pet) en het Konijn (gele pet). Je bent dus geen Konijn, Aap of Pestvogel, maar je gedraagt je als de Kanjer, Konijn, Aap of Pestvogel.

Iedere situatie kan ander gedrag oproepen bij iemand. Het kan dus zijn dat uw kind thuis veel voor het gedrag kiest dat bij de zwarte pet hoort, terwijl uw kind op school veel voor het gedrag kiest dat bij de gele pet hoort. Bij de Kanjertraining proberen wij het gedrag dat bij de Kanjer hoort (witte pet) centraal te stellen door deze veelvuldig positief te belonen. Hieronder worden de vier gedragstypen beschreven.

## **Gedragstype Kanjer, de witte pet**

*Rustig, zelfverzekerd, in balans*

De witte pet, dat ben je als je doet wat werkelijk bij je past. Op die manier ben je het leukst. De Kanjer denkt goed over anderen en zichzelf en durft zijn mening te geven (op een respectvolle manier).

Met de Kanjer is te praten. Hij/zij probeert zich beschaafd te gedragen. Wil daarom niet pesten, schreeuwen, roddelen, schelden enz. Wil behulpzaam zijn en te vertrouwen. Het is feitelijk een stoer kind, dat met beide benen op de grond staat. Groepsgenoten voelen zich veilig bij het gedrag van de Kanjer. Een Kanjer is overigens geen heilige, het gaat ook bij de Kanjer behoorlijk vaak mis.

We vertrouwen elkaar



We helpen elkaar

## **Gedragstype Pestvogel, de zwarte pet**

*Te krachtig en daardoor grensoverschrijdend en brutaal*

De pestvogel laat zich leiden door opvattingen als: het is winnen of verliezen, het is de baas zijn of het knechtje, het is bepalen of worden bepaald. De Pestvogel vult deze opvattingen in op een negatieve manier. Dit uit zich in een brutale mond, de baas willen spelen in samenspel met andere kinderen, schelden, liegen, het opzoeken van conflicten etc.

Een echte zwarte pet ziet zichzelf ook vaak als slachtoffer: 'Je moet altijd mij hebben!' en 'Ja hoor, ik heb het weer gedaan!' Kinderen die vaak voor een zwarte pet kiezen op school zijn vaak krachtige en temperamentvolle kinderen. Als met deze kinderen in gesprek wordt gegaan en jullie als ouders worden erbij betrokken, dan blijkt het gedrag goed bij te sturen en kunnen de kinderen zich in positieve zin ontwikkelen tot krachtige en positieve leiders in een groep.

Niemand speelt de baas



## **Gedragstype Aap, de rode pet**

*Clownesk en onverschillig gedrag*

De Aap gedraagt zich onverantwoordelijk en clownesk. De Aap heeft als opvatting: het moet leuk zijn en je hoort er pas bij als je leuk gevonden wordt. Het grappen en grollen komt vaak uit gevoelens van onzekerheid, verdriet of ongelukkig zijn. De Aap denkt vaak negatief over zichzelf en over andere kinderen, 'Ik kan het toch niet!', 'Ze doen dit extra om mij te pesten!' en verbloemt dit door grappig te doen. Ook zware onderwerpen worden vaak afgedaan met een grapje. De rode pet is de meeloper en aanmoediger van de zwarte pet binnen groepen.

Niemand lacht uit



## **Gedragstype Konijn, de gele pet**

*Te voorzichtig en bang*

Het Konijn staat symbool voor het onzekere, verlegen kind dat te lief wil zijn en geen weerwoord heeft op grensoverschrijdende gedragingen van de rode en zwarte petten. Het Konijn heeft opvattingen als: we moeten allemaal lief doen en vredig met elkaar omgaan. Om die reden stelt het zich in stressvolle situaties als 'geel petje' op. Het is steeds op zoek naar harmonie. Het Konijn kan, wil of durft geen boosheid te voelen en te uiten in een bepaalde situatie. Het Konijn weet niet adequaat te reageren op vervelende sociale situaties. Het moet immers altijd lief zijn. De kans is groot dat kinderen die dit gedrag vertonen denken: ik ben niet zo leuk, als die andere kinderen. Vervolgens kijkt hij/zij weg of loopt weg met zijn/haar hoofd naar beneden, pruilt, huilt of zegt niets.

Je bent niet-zielig



## Hoe reageer je op ongewenst gedrag?

Wanneer uw kind niet het 'witte-pettengedrag' laat zien, kun je reageren met het stellen van de volgende vragen:

- Benoem wat je ziet: **Klopt het dat....**
  - je hem/haar pijn hebt gedaan?
  - je hem/haar hebt uit gelachen?
- Welke pet heb je eigenlijk op?
- **Was het je bedoeling om.....**
  - die ander te pesten/pijn te doen
  - die ander uit te lachen? Enz.
- Hoe had je, je gedragen als je wel de witte pet op had gehad?

Door deze vragen te stellen, kun je het kind zelf laten inzien of eventueel uitleggen, hoe het zich anders had kunnen gedragen.

