

Leren omgaan met boosheid

'Kobus, de dwarse krab' is een interactief voorleesboek dat kinderen tips biedt om minder snel boos te worden en boosheid op een handige manier op te lossen. Het verhaal van Kobus is gericht op kinderen van 5 tot 8 jaar. Professionals en ouders kunnen jonge kinderen met behulp van deze hoofdstukken, vragen en activiteiten helpen de emotie 'boosheid' te herkennen en hen leren daarmee om te gaan.

Auteur Juliette Liber is orthopedagoog en promoveerde op onderzoek naar de behandeling van angststoornissen. Naast haar functie als universitair docent bij de Universiteit Utrecht is zij als cognitief gedragstherapeut en orthopedagoog werkzaam in de GGZ. Juliette Liber heeft meerdere boeken gepubliceerd voor professionals om kinderen te ondersteunen bij meer zelfcontrole en minder boosheid. De illustraties zijn van Anne Klusman. Ze versterken het verhaal doordat de tekeningen de emoties van de dieren in menselijke gelaatsuitdrukkingen zichtbaar maken. Een aantal illustraties zijn te downloaden als kleurplaat of plaatjes voor een spel.

Eenvoudig en speels

Kobus, de dwarse krab is een boek met duidelijke, iets vergrote letters, in twee kleuren gedrukt. Hierdoor is direct zichtbaar wat de verhaalttekst is en wat de suggesties zijn voor vragen en activiteiten met behulp waarvan het kind actief betrokken kan worden bij het verhaal.

In de verhalen staan dieren met menselijke karaktertrekken centraal. Sommige dieren, zoals Kobus de Krab, zijn bekend uit het interactieve voorleesboek 'Een verrassende verjaardag'. De gebeurtenissen die de dieren meemaken zijn van alledag, en daarom herkenbaar. De inhoud van de verhalen sluit aan bij de beleving van het jonge kind. Zo wordt een moeilijk onderwerp op een eenvoudige, speelse, en (therapeutisch) verantwoorde wijze bespreekbaar gemaakt. De hoofdstukken volgen elkaar logisch op. Het is een kapstok voor de stappen die kinderen kunnen nemen om anders te leren omgaan met boosheid. De in de hoofdstukken verwerkte strategieën zijn onder andere emotie-educatie, rollenspellen,

ontspanningsoefeningen, en time-out. Er zijn cognitief gedragstherapeutische technieken aan de hoofdstukken te koppelen om de thema's verder uit te werken. Het boek is ook geschikt voor ouders, leerkrachten en hulpverleners om met kinderen in gesprek te gaan over boosheid.

Opbouw

Het boek geeft een duidelijke uitleg over de opbouw, achtergrond en gebruik van het boek. Het verhaal over Kobus, die snel boos wordt, bestaat uit zeven hoofdstukken. Elk hoofdstuk bestaat uit korte alinea's voorleestekst, afgewisseld met voorbeeldvragen die de voorlezer het kind kan stellen. Deze vragen betreffen het kind actief bij het verhaal en zetten het kind aan tot meedenken over de situatie waarin Kobus de dwarse krab verkeert. Elk hoofdstuk bespreekt een stap die de krab neemt om zijn boosheid te reguleren. Dit gebeurt in de vorm van een tip van een goede vriend. Het gaat om praktische tips zoals 'hulp vragen', 'boosheid herkennen', 'eerst afkoelen', 'klopt het wat ik denk?' en 'sorry zeggen'. In het laatste hoofdstuk voert Kobus alle tips uit. Aan het eind van elk hoofdstuk staat een overzicht van de doelen van het hoofdstuk, suggesties voor praatthema's, doe-dingen en technieken voor meer verdieping en interactie. Het boek besluit met aanvullende informatie over cognitieve gedragstherapeutische technieken en drie literatuurtips.

Bruikbaarheid

Het boek is te gebruiken op de bso als interactief voorleesboek om 'boos worden'



bespreekbaar te maken. Het boek kan zowel individueel aan kinderen voorgelezen worden als aan een klein groepje. Het boek biedt de kinderen (en de volwassene die voorleest) handvatten om het gevoel van boosheid tijdig te herkennen. Door samen te bespreken wat Kobus nog moet leren, ondersteunt het verhaal kinderen bij het zich eigen maken van emotiereguleringsstrategieën die passen bij hun belevingswereld. Door de verschillende doe-dingen en praatthema's kunnen de kinderen de stappen voor emotieregulatie op meerdere manieren en op een speelse, emotioneel veilige manier oefenen.

Mijn tips

- Voor de pedagogisch coach: stel dat je dit boek wilt introduceren in de organisatie. Bespreek met je collega's met welk doel en hoe je dit boek gaat inzetten op de groep. Neem de zes stappen voor emotie-regulatie goed met elkaar door. Het effect van het boek staat of valt met een goede inhoudelijke en praktische voorbereiding.
- Aangaande dit onderwerp is het interessant om de resultaten te volgen van lopend onderzoek naar de gevolgen van de coronatijd op kinderen, jongeren en gezinnen. Bezoek de website van het Nederlands Jeugdinstituut: www.nji.nl/coronavirus

Kobus, de dwarse krab | Juliette Liber | 72 pagina's | uitgave SWP | 2020

Deze recensie is gemaakt door: Clarine de Leve. Zij is pedagoog en directeur van E School. www.e-schoolkinderopvang.nl
E: clarine@e-school.nl