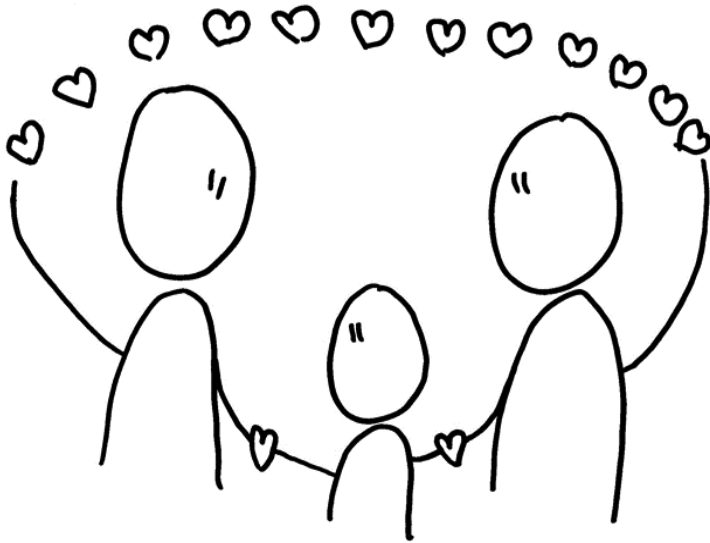


# **Je kind in z'n kracht**

Spelenderwijs de identiteit van je kind versterken



Schrijver: Antonella Dalmeijer  
Coverontwerp: Antonella Dalmeijer  
ISBN: 9789402181128  
© Antonella Dalmeijer

## **Inhoud**

1. Voorwoord	3
2. Waarom dit boek?	4
3. Hoe werkt het?	5
4. Het vragenstellen kan beginnen	6-61
5. Ruimte voor notities (leuk voor later)	62-73
6. Creatief met complimenten	74
7. Delen van je ervaring?	75

## 1. Voorwoord

Hoi, wat leuk dat je mijn boek voor je hebt en dit gaat doen met je kind(eren)! Mijn naam is Antonella Dalmeijer. Ik ben 33 jaar oud en ik ben moeder van een zoontje, Giovanni, die mij elke dag opnieuw uitdaagt om te leren. Ik ben ambulante hulpverlener van beroep en ik werk momenteel met jongeren die (tijdelijk) niet thuis kunnen wonen.

Het idee voor dit interactieve boek is jaren geleden ontstaan. Ik werkte toen al in de jeugdhulpverlening. Daar is mijn besef van de kracht én het belang van complimenten geven en een positieve benadering hanteren ontstaan. Ik werkte destijds veelal met gezinnen met kinderen tussen de 0 en 18 jaar en waar het vaak aan ontbrak in deze gezinnen was het kunnen zien van positieve punten en het geven van complimenten. Dit was niet altijd zonder reden maar dat maakt complimenteren niet minder noodzakelijk. Ik wilde dus iets ontwikkelen wat het geven van complimenten zou kunnen stimuleren. Voor kinderen is het krijgen van complimenten essentieel. Hier groeien ze van. Ze voelen zich gewaardeerd en geliefd. De ontwikkeling van hun zelfbeeld kan daardoor positief beïnvloed worden. Een compliment krijgen geeft een goed gevoel en dit gevoel zou je vaker willen hebben. Complimenten kunnen dan ook positief gedrag ontlokken. Een win-win situatie.

In de loop der jaren is mijn idee, om iets te creëren wat het complimenteren zou stimuleren, groter geworden dan alleen dat. Dit boek 'Je kind in z'n kracht' is een middel om positief in gesprek te gaan met je kind en geeft daarnaast erg vaak gelegenheid tot complimenteren. Een ongedwongen moment en volledige aandacht maakt dat dit een leuke manier om je kind beter te leren kennen.

Mijn vriendin Anna Christova heeft mij geïnspireerd mijn ideeën uit te werken. Bedankt lieve Anna!

Lieve lezer, ik wens jou en je kind(eren) heel veel plezier én prachtige gesprekken toe.

## 2. Waarom dit boek?

- ❖ Een positief momentje samen met je kind hebben en ervaren.
- ❖ Je leert je kind beter kennen door deze vragen te stellen.
- ❖ Je leert over de gedachtes en gevoelens van je kind.
- ❖ Het zelfvertrouwen van je kind wordt vergroot.
- ❖ Het zelfbeeld van je kind wordt positief versterkt. Kleine kinderen zijn zich mentaal en fysiek volop aan het ontwikkelen en als ouder kun je een positieve bijdrage leveren aan het zelfbeeld van je kind.
- ❖ Je kind leert trots te zijn op zichzelf.
- ❖ Je kind voelt zich gewaardeerd en geliefd door de persoonlijke aandacht en de complimenten.
- ❖ Je kind sluit de dag positief af en jij als ouder ook.
- ❖ Je kind leert nadenken over de belangrijke en waardevolle dingen in het leven.
- ❖ Je kind leert meningen te vormen en deze te uiten. Een waardevolle vaardigheid voor later.
- ❖ Je leert, als ouder, vragen stellen die je misschien normaliter niet stelt.
- ❖ Je wordt, als ouder, creatiever met complimenten.
- ❖ Dit boek kan bijdragen aan een positief verlopend bed ritueel.
- ❖ Het is leuk omdat kinderen soms zulke grappige uitspraken hebben.
- ❖ Als ouder leer je jezelf in te leven in de wereld van je kind.
- ❖ Omdat wij ouders ons kind soms wel eventjes achter het behang zouden willen plakken (laten we eerlijk blijven :P ) helpt dit boek je weer de grote-kleine dingen van je kind te zien.

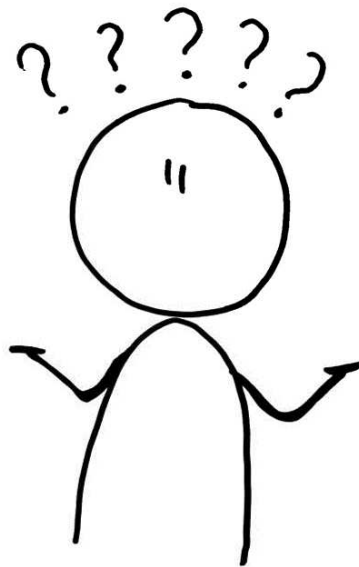
*Geschikt om te doen met kinderen, vanaf het moment dat ze kunnen praten en antwoorden.*

*Let op: sommige vragen zijn nog wat moeilijk voor heel jonge kinderen. Die kun je bewaren voor als je kind wat ouder is.*

### 3. Hoe werkt het?

- ❖ Gebruik dit boek bij voorkeur dagelijks én op een vast moment. Mijn advies is dit in te zetten voor het slapen gaan. Zo gaat je kind met een positief gevoel over zichzelf naar bed.
- ❖ Je kunt zelf beslissen of je één vraag of meerdere vragen wilt stellen. Let hierbij op de concentratie van je kind en vooral op zijn of haar interesse. Maak tijd en ruimte voor de verhalen die kind te vertellen heeft i.p.v. te snel door te gaan naar de volgende vraag.
- ❖ In het boek staan open en gesloten vragen. Wanneer je kind bij een gesloten vraag (vraag die alleen met ja/nee te beantwoorden is) met 'ja' antwoordt wil ik je graag adviseren om door te vragen. Hier kunnen de leukste antwoorden uit komen en je zult versteld staan wat je kind erover te zeggen heeft. Wanneer je kind antwoordt met 'nee' dan stop je of ga je door naar de volgende vraag. Probeer de vraag wel op een positieve manier te beëindigen. Bij de open vragen staan voorbeelden onder de vraag maar je kunt hier natuurlijk geheel je eigen draai aan geven.
  - Voorbeeld:*
    - Je stelt de vraag 'heb je vandaag gelachen?'. Je kind antwoordt met 'ja' vraag dan bijvoorbeeld 'waar moest je dan om lachen?' en 'wat voor gevoel gaf het je?'.
    - Antwoordt je kind met 'nee', zeg dan bijvoorbeeld 'jammer lieverd, hopelijk kun je morgen weer ergens hard om lachen'.
- ❖ Het is leuk om de vragen eens in de zoveel tijd te herhalen. Zo zie je of bepaalde antwoorden veranderen of hetzelfde blijven.
- ❖ Wanneer jullie stoppen met jullie kletsmoment kun je je kind bedanken voor het delen én daarnaast kun je je kind gericht complimenteren voor hetgeen hij of zij vertelde. Ook kun je herhalen of opsommen wat je kind heeft verteld waardoor je kind zich gehoord en belangrijk zal voelen. Deze herhaling en extra complimenten maakt de impact groter en hiermee zal het positieve gevoel wat je kind krijgt beter blijven hangen.

# 4. Het vragenstellen kan beginnen..



Heb je een leuke dag  
gehad?

(Zo ja, vertel eens wat er zo leuk was)