

Persoonlijkleren: ik-kaartjes

Persoonlijkleren begint bij een hulpvraag. Deze hulpvraag kan betrekking hebben op leren-leren of sociaal leren. Als de nood het hoogst is, is de hulpvraag het krachtigst. Dan wordt er een sterk beroep gedaan op de innerlijke wijsheid en compassie van een kind of leerkracht. De hulpvraag is een open vraag en begint met "Welk kaartje (hartkwaliteit of vaardig middel) kan mij helpen bij..... of wat heb ik nodig voor.....? Welk kaartje of 'wat' roept innerlijke wijsheid op. Helpen en nodig hebben roept compassie op.


Een voorbeeld van een ik-kaartje.

Thema:
"Samenwerken, spelen en delen"

Ik: JAN B

oefen geduld door:

als iemand mij plaagt
of uitdaagt, kan ik rustig
van binnen blijven

Plaatje 

Cijfer 1: 6
datum 1: 26-11

Cijfer 2: 8
datum 2: 19-12

Jan is 9 jaar. Hij is een leuke en enthousiaste jongen die best wel snel boos kan worden als hij uitgedaagd of gesard wordt. Als hij boos wordt, kan hij dit moeilijk loslaten. Jan moest nog een kaartje voor het thema "Samenwerken, delen en spelen" maken. Voordat hij een kaartje ging kiezen, deden we eerst een aandachtsoefening om rustig van binnen te worden. Jan kon zich daardoor beter concentreren op de vraag: "Welk kaartje helpt mij om beter samen te werken, te delen en te spelen?" Hij koos 'blind', waarbij de kaartjes omgedraaid waren met de dieren aan de onderkant. Jan koos Geduldige Gertrude. Hij pakte zijn HvO mapje en zocht zinnestjes van Geduldige Gertrude op. Hij las alle zinnestjes door en vertelde mij dat het zinnestje "Als ik uitgedaagd en geplaagd wordt, kan ik rustig van binnen blijven" een hele goede zin voor hem was. Hij maakte een tekeningetje van Geduldige

Gertrude en beoordeelde zichzelf met een '6' op zijn zinnestje. Hij was zo enthousiast over zijn zinnestje dat hij aan verschillende meesters en juffen vroeg of die hem konden uitdagen. Dan zou hij rustig van binnen blijven. Dit wekte veel hilariteit op, maar Jan kon hierdoor wel goed oefenen. Hij vroeg ook aan kinderen of ze hem konden uitdagen en oefende het zinnestje. Als meester in de klas merkte dat hij boos dreigde te worden, omdat hij uitgedaagd werd, dan hoefde meester alleen maar naar zijn kaartje te wijzen. Hij hoefde geen discussies aan te gaan; het was meteen duidelijk. Zijn moeder vertelde dat Jan ook thuis met zijn zinnestje oefende, vooral bij spelletjes als hij verloor of als hem iets niet direct lukte. Jan bleef zijn zinnestje in zichzelf herhalen en toepassen. Op deze manier beklifde zijn zinnestje en werd hij minder snel boos als hij uitgedaagd werd. Jan had over geduld geleerd dat het hem kon helpen omgaan met moeilijke omstandigheden en dat geduld een sterk medicijn tegen zijn boosheid is. Hij gaf zichzelf een 8 op datum 2.

Wat is een ik-kaartje (zie kaartje Jan)?

Een ik-kaartje bevat een persoonlijk leerpunt in de vorm van een ik-zinnestje, een tekeningetje van een gekozen dier. De kaartjes worden vanaf groep 4 gemaakt. Kinderen in de groepen 5 t/m 8 geven twee beoordelingen, waarmee ze aangeven in hoeverre hun zinnestje werkzaam is geweest.

De kaartjes kunnen een **tweeledige werking** hebben. Ze kunnen kinderen in hun kracht zetten, doordat ze een HvO kaartje gekozen wordt, met een vaardigheid die de leerlingen al goed kunnen.

Voorbeeld: Op de vraag “Welk kaartje helpt mij om beter te werken?” koos Peter blind het kaartje ‘Inzet’. Peter had al een goede inzet en werd door het kaartje hierin bekrachtigd.

De kaartjes kunnen een kind ook van ongewenste, negatieve en beperkende gedragingen, emoties en houdingen brengen naar gewenste, positieve en verruimende gedragingen, emoties en houdingen. Bovenstaande voorbeeld van Jan laat zien dat hij geleerd heeft om van boosheid en frustratie naar geduld te veranderen.

Procedure voor het maken van ik-kaartjes.

Hieronder volgen de stappen die de leerkracht, coach of ouder kunnen volgen bij het maken van de kaartjes.

1. Ga eerst rustig zitten met het kind, zodat het tot rust komt en zich goed kan concentreren
2. Stel een hulpvraag, bijvoorbeeld: Welk kaartje/dier helpt mij om beter te werken?
3. Laat het kind(eren) zich op de vraag concentreren
4. Kind(eren) kunnen nu op drie manieren een kaartje kiezen:
 - **Bewust**, waarbij de kaartjes open liggen en het kind kan zien welk element van HvO, welk dier, waar ligt. Het kind kan dan een bewuste keuze maken. Dit kan het goede kaartje zijn, maar er schuilt ook een gevaar bij het kiezen van een bewust gekozen kaartjes. Het kind kan namelijk een kaartje kiezen dat het al jarenlang hoort (bv. ik kan me niet concentreren en kiest vervolgens het kaartje “Concentratie”) of het kan sociaal-wenselijk antwoorden geven, omdat het kind de juf of meester of ouder wil plezieren.
 - **Blind** kiezen. De kaartjes liggen nu omgekeerd, waarbij de dieren niet zichtbaar zijn. Het kind concentreert zich op de vraag en op de kaartjes en kiest meer intuïtief, op gevoel; ofwel onbewust. Bij deze keuze komt de kennis niet vanuit het bewuste gedeelte van ons bewustzijn, maar meer vanuit andere delen van het bewustzijn die niet direct verbonden zijn met woorden, concepten en allerlei patronen. Dit kan een frisse blik geven op wat een kind nodig heeft.
 - Kinderen kunnen kiezen of ze het bewust gekozen kaartje of het blind gekozen kaartje als ik-kaartje nemen
5. Kinderen bedenken nu, al dan niet met de leerkracht of ouder samen, een zinnetje waarvan ze denken dat het hen helpt bij de vraag. Op de Jozefscholen zoeken kinderen het gekozen dier met bijbehorende zinnetjes in hun HvO portfolio op.
6. Laat kind(eren) zoveel mogelijk momenten bij hun kaartje stilstaan en geef complimentjes als ze goed met hun kaartje werken of hebben gewerkt. In kindgesprekjes kan wat dieper op de invloed van het kaartje op hun welbevinden, op

anderen en hun werk worden ingegaan. Dit stimuleert het systeemleren, omdat kinderen oorzaak en gevolg relaties kunnen ontdekken.