

Een goed gesprek met *juf*

Bij Zippy's vrienden leren kinderen om te gaan met problemen en tegenslagen. Tekst: Anouk Horsthuis - Fotografie: Benno de Wilde

Wat doe je als je beste vriendje in de klas ineens naast iemand anders wil zitten? Als je ouders voortdurend ruziemaken? Of als je goudvis doodgaat? Ga je dan slaan, schoppen of schreeuwen? Kruip je weg in een stil hoekje? Of praat je er met iemand over?

Niet alleen volwassenen, maar ook kinderen worden dagelijks geconfronteerd met tegenslagen en problemen. En net als voor volwassenen geldt voor kinderen dat ze zich beter voelen als ze daarvoor goede oplossingen kunnen bedenken. Wat dat voor oplossingen kunnen zijn, leren sinds begin dit jaar een paar honderd vijf- tot zevenjarigen op basisscholen in Rotterdam en Den Haag tijdens de zogenaamde Zippy-lessen.

Gemiste kans

Psychologe Marion Panis haalde het door de Wereld Gezondheidsorganisatie (WHO) aanbevolen internationale trainingsprogramma *Zippy's vrienden* naar Nederland. In januari van dit jaar leidde zij samen met psychologen van GGD Rotterdam-Rijnmond de eerste dertig leerkrachten op. Marion: "De meeste leerkrachten vinden het moeilijk om te praten over onderwerpen als verdriet, teleurstelling, ziekte en dood. Dat is zó'n gemiste kans. Wat meer aandacht voor het gevoelsleven van kinderen kan hun psychische gezondheid enorm bevorderen."

Typisch Zippy-tafereel

Op een zonovergoten ochtend neemt Marion ons mee naar Openbare Basisschool Prinses Catharina Amalia in Den Haag waar juf Anja Rijns uit drie gecombineerde kleuterklassen de vijfjarigen heeft verzameld voor een van de laatste Zippy-lessen van het jaar. Aan het begin van de les vallen we direct in een typisch Zippy-tafereel. Vierentwintig kleuters zitten in een kring, maar één meisje staat nog en kijkt vertwijfeld naar juf. "Bedenk zelf eens hoe je dit zou kunnen oplossen," zegt deze.

Het meisje wil naast haar vriendinnetje zitten, maar daar zit al een ander meisje. Wat te doen? Er wordt wat heen en weer gepraat en gewezen, er wordt een plaatsje opgeschoven en de kou is uit de lucht.

En alsof ze het erom doen: direct volgt een tweede Zippy-moment. Als de journaliste twee jongetjes vraagt of ze tussen hen in mag komen zitten, zeggen ze brutaalweg nee. Waarop juf Anja wederom een knoeperd van een ingang ziet voor een 'goed gesprek'. "Weet je nog hoe jij je laatst voelde toen jij geen plekje kreeg in de kring?" vraagt ze het jongetje met de grootste mond. "Niet fijn," antwoordt deze. Hij maakt het goed door de fotograaf die even later de klas binnenkomt toe te roepen: "Komt u maar hier zitten, meneer!" De Zippy-les kan beginnen.

Enorme troost

Later, als de les is afgelopen, vertelt Marion over de opvallende resultaten die op de scholen zijn geboekt. Zoals de kleuters in Rotterdam-Zuid die de ruzies in hun buurt probeerden te slechten door erover te praten. Marion: "Geweldig toch? Die kinderen namen wat ze hadden geleerd mee naar huis. Jammer alleen dat de kinderen in hun buurt nog niet van Zippy hadden gehoord en dus geen boodschap hadden aan hun oplossing. Zielig? "Nee hoor," lacht ze. "In de Zippy-lessen leren ze ook hoe ze met teleurstelling kunnen omgaan!"

Juf Anja is minstens zo enthousiast. In de lerarenkamer vertelt ze waarom. "Ik roep al jaren dat we meer aandacht moeten besteden aan de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen. Als kinderen zich goed en gelukkig voelen, kunnen ze alles!" Dat Zippy daarbij kan helpen, daarvan is Anja overtuigd. "Alle kinderen pikken er wat van mee. Ook de kinderen die zelf niets inbrengen. Er gaat een enorme troost uit van alleen al te horen dat iedereen zich weleens boos of verdrietig voelt."



Juf Anja geeft Zippy-les aan kleuters.



Wat is Zippy's?

Op veertien scholen in de regio Rotterdam en Den Haag leren kinderen tussen vijf en zeven jaar hoe ze met problemen en tegenslagen kunnen omgaan. Onder andere Zilveren Kruis Achmea en de Stichting Kinderpostzegels Nederland sponsoren het programma.



Een Zippy-regel

Bedenk leuke dingen om tegen elkaar te zeggen



Een Zippy-regel

Luister naar elkaar, laat de ander uitpraten



Psychologe Marion Panis haalde Zippy's naar Nederland.

Een Zippy-regel

Als je niets wilt zeggen, is dat ook goed

