

Ouderbijeenkomst 2: Wat kunt ú met faalangst? Opdrachtblad 2

Gespreksvragen

Onderstaande gespreksvragen hoeven niet allemaal besproken te worden. De trainer/gespreksleider zal aangeven welke vragen aan de orde komen. U hoeft geen antwoorden te noteren. Het gaat erom dat u met elkaar van gedachten wisselt over de betreffende vraag.

Gespreksvraag 1

Uw kind zegt dat hij écht geen spreekbeurt kan houden. Hoe kunt u reageren zodat uw kind zich erkend voelt in zijn angst?

Gespreksvraag 2

Noem een voorbeeld van uzelf waaruit uw kind kan zien dat fouten maken ook voor u heel normaal is.

Gespreksvraag 3

Hoe reageert u als uw kind zegt dat het iets zelf wel kan, terwijl u echt bang bent dat het fout zal gaan? Zou u ook op een andere manier kunnen/willen reageren?

Gespreksvraag 4

Uw kind moet een spreekbeurt houden maar vindt dat vreselijk. U wilt samen met uw kind naar oplossingen zoeken. Wat kunt u doen?

Gespreksvraag 5

Uw kind is heel gespannen omdat hij een middag op het voortgezet onderwijs gaat kijken. Hij vuurt voortdurend allerlei vragen op u af om z'n spanning en onzekerheid in te dammen. Welk antwoord u ook geeft, het lijkt hem niet gerust te stellen. Wat kunt u doen om hem te helpen?

Gespreksvraag 6

Uw kind durft geen boodschappen te doen. Welke tussenstappen kunt u bedenken zodat ze het toch stapsgewijs leert?

Gespreksvraag 7

U gaat als gezin naar de verjaardag van opa of oma. Uw kind vind het eng om iedereen een hand te geven. U wilt toch dat het dat leert. Hoe kunt u duidelijk maken wat u wilt, en hoe u hem daarin zult helpen, zonder dat u uw kind overvraagt? (Denk aan de tussenstappen.)

Gespreksvraag 8

Hoe beloont u uw kind om het te stimuleren in dingen die hij/zij moeilijk vindt?

Gespreksvraag 9

Uw kind komt thuis met een zes voor een repetitie. Hij zegt: 'Het waren makkelijke vragen. Anders had ik nooit een voldoende gehad!' Wat kunt u tegen uw kind zeggen om hem te leren dat hij zelf ook invloed heeft gehad op het resultaat?

Gespreksvraag 10

Wat kunt u doen om uw kind te helpen ontspannen?

Gespreksvraag 11

Wat doet u om uw kind te helpen met huiswerk?

Gespreksvraag 12

Iedere ouder heeft verwachtingen van zijn kind. Hoe gaat u om met uw eigen gedachten, verwachtingen en wensen die u hebt over uw kind?

© Marianne van der Zalm – Grisnich. *Je bibbers de baas. Faalangstraining voor kinderen* (2009). Houten: Bohn Stafleu van Loghum.