

Welbevinden, transcript kennisclip

Wat is welbevinden?

Die vraag staat centraal in dimensie 1 van het zelfevaluatie-instrument

Welbevinden gaat over hoe kinderen zich voelen in de opvang. Kinderen die zich echt goed voelen, gedragen zich als een vis in het water. En dat zie je! Ze tonen op vele manieren dat ze zich goed voelen.

Wat het eerst opvalt bij hoog welbevinden is het genieten, plezier hebben, deugd hebben aan elkaar en de dingen. Die kinderen glunderen, brabbelen, zingen, lachen. Kinderen die zich goed voelen, zijn ontspannen en innerlijk rustig. Ze genieten van gezellig samen zitten, zijn levendig en expressief. Ze staan open voor nieuwe ervaringen en de contacten met anderen verlopen vlot. Welbevinden kan er maar zijn als je goed in vel zit en er voldoende zelfvertrouwen is: kijk is wat ik durf en kan!

Waar is welbevinden goed voor?

Hoog welbevinden betekent dat het goed met je gaat. Dit is niet hetzelfde als kinderen verwennen. Frustraties en onbehagen horen onvermijdelijk bij het leven in de opvang. Afscheid nemen, moe zijn, een speeltje dat afgenomen wordt, honger, dorst, ruzie,... Kinderen met een hoog welbevinden komen die moeilijke momenten snel te boven. Goed in je vel zitten betekent immers ook opkomen voor jezelf

Welbevinden is geen eigenschap van het kind, maar een toestand of moment. Vele momenten van hoog welbevinden wijzen erop dat er een goede wisselwerking is tussen het kind en zijn omgeving. Het wijst erop dat aan de basisbehoeften voldaan is. Het gaat om lichamelijke behoeften (zoals eten, drinken, slaap,...), de behoefte aan liefde en affectie, de behoefte aan veiligheid, duidelijkheid en zekerheid, de behoefte aan waardering en respect, de behoefte om jezelf als kundig te ervaren en de behoefte om iets te betekenen.

Wat als welbevinden laag is?

Je kan niet genoeg aandacht schenken aan signalen van laag welbevinden. Een voortdurend laag welbevinden veroorzaakt vaak psychische problemen. Een kind wordt overdreven hangerig, angstig, agressief of net teruggetrokken. Het verliest het contact met zichzelf en zijn gevoelens. Hier gepast op reageren is belangrijk. Immers, in de eerste levensfase van een kind wordt de basis van de persoonlijkheid gelegd.

Iets doen aan laag welbevinden staat niet gelijk aan kinderen zomaar alles geven wat ze willen. Kinderen hebben zelf een actieve rol. Volwassenen kunnen hen wel ondersteunen. Een voorbeeld: In deze opvang krijgt een jongen met een motorische beperking voor het eerst een loophulp aan. Met wat steun van de kinesist slaagt hij erin om enkele stappen te zetten. En de aanmoediging van de begeleiders zorgt dat hij volhoudt. We zien hem genieten en glunderen. Een mooi moment van hoog welbevinden.

Welbevinden geeft energie en zorgt dat het kind innerlijk sterker wordt. Zelfvertrouwen neemt toe. Daarom is het noodzakelijk om in welbevinden te investeren. Voor het kind nu en de volwassene die het later zal zijn.

Hoe kan je welbevinden systematisch observeren?

Met het zelfevaluatie-instrument, observeer je telkens 1 kind gedurende minstens 2 minuten tijdens zijn of haar activiteiten. Na die observatie stel je jezelf de vraag; waren er signalen van onbehagen of voldoening?

Vervolgens ga je na hoe uitgesproken dit was en bekijk je de signalen

Op basis daarvan geef je een score voor welbevinden.

In het zelfevaluatie-instrument gebruik je hiervoor een vijfpuntenschaal. Daar staan de signalen opgelijst. Je vindt er ook een observatieformulier om welbevinden systematisch te observeren

Tijd om aan de slag te gaan.

Neem de vijfpuntenschaal uit het zelfevaluatie-instrument bij de hand.

Je krijgt een videoclip te zien. In de clip observeren we dit kind.

- Bekijk de clip
- Noteer wat je ziet
- Geef een voorlopige score
- Bespreek je score
- Geef een definitieve score

Met het zelfevaluatie-instrument kan je deze dimensie verder systematisch bekijken. In een eerste stap doe je dit via observatie. In een tweede stap noteer je vaststellingen en in een derde stap ga je over tot acties. Veel succes!