

## 'Mmm', 'ging wel', 'leuk hoor'. Dat antwoord krijgt redacteur Catelijne als ze haar zoons (8 en 10 jaar) vraagt hoe het op school was. Praten met kinderen is soms best moeilijk. Maar dan krijgt ze hulp uit onverwachte hoek: de speelgoed kast. Tekst: Catelijne Elzes

Hoe vaak hoor ik niet om me heen de volgende klacht: "Als ik 's avonds tijdens het eten aan mijn kinderen vraag hoe de dag was, zeggen ze alleen maar: 'leuk'." Ook ik sta vaak voor de uitdaging om mijn jongens een antwoord te ontfutselen dat langer is dan twee woorden. Natuurlijk ken ik wat trucjes zoals 'wat was het leukste en wat het stomste?' of 'top en flop van de dag'. Maar soms heb ik het gevoel dat ik beduidend minder hoor dan andere ouders. Zo moest ik laatst via een moeder op het schoolplein horen dat mijn oudste weleens wordt gepest. Ook bij mijn jongste mis ik af en toe belangrijke informatie. Ik wist bijvoorbeeld pas na een paar weken dat de juf de hele klas laat nablijven als een paar kinderen vervelend zijn geweest. Waarom hoorde ik dat niet eerder?!

Dan komt het persbericht van kindercoach Trudy Borst binnen op de redactie: 'Communiceren via poppetjes? Dat praat makkelijk!'. Ik word meteen gepakt door de zin: 'Je wilt graag naar je kind luisteren, maar het gesprek komt niet op gang.' Daarna legt Trudy uit dat ze een methode heeft ontwikkeld - POPtalk - waarbij je kind met behulp van Playmobil of Lego vertelt wat hij heeft beleefd. Dat wil ik wel eens proberen.

### DAT POPPETJE MET HET LEUKE PAK

Een week later zit ik bij Trudy in Best aan de limonade, met mijn zoons Daaf (8) en Ebel (10). In de trein hebben we besproken wat de jongens moeilijke onderwerpen vinden om over te praten. Voor Daaf is dat 'vakantie', omdat hij dan heimwee krijgt en moet huilen. Ebel noemt na een beetje aandringen van mijn kant 'de dood'. Maar Trudy pakt het heel anders aan. Ze neemt beide jongens mee naar haar vrolijk ingerichte praktijkruimte en loopt naar een ladenblok. Op de bovenste la staat 'poppen allerlei', op die daaronder 'Playmobil-rollen' en daaronder 'dieren'. Ze pakt een flinke bak met gewoon Playmobil en zegt: "Eerst ga ik wat vertellen over mezelf. Kijk, dit is Trudy." Ze zet een vrouwtje met 'Fit' op haar T-shirt voor mijn jongens op tafel neer. "Trudy is sportief." Daarna zet ze een echtgenoot op slippers neer, drie kinderen, een kat en een tas, want: "Trudy houdt enorm van winkelen." Het valt meteen op dat ze in de derde persoon enkelvoud praat over het poppetje Trudy.

# Ik wist niet dat een handvol speelgoed me zo snel meer kon vertellen over het leven van mijn kinderen

## Zelf spelen?

### Do's

- » Genoeg verschillende poppetjes in een bak doen om uit te kiezen (begin met een stuk of tien).
- » Je kind een poppetje laten uitkiezen dat hemzelf voorstelt.
- » In de hij-vorm of zij-vorm praten.
- » Open vragen stellen (dus vragen waarop hij niet met alleen 'ja' of 'nee' kan antwoorden).
- » Beginnen met koetjes en kalfjes, zoals 'wat vindt hij lekker om te eten'. Dus niet meteen 'hoe voelde hij zich toen'.
- » Nog een keer op eventuele pijnpunten terugkomen in een volgend gesprek met poppetjes.
- » Wat steekwoorden opschrijven om te onthouden.

### Don'ts

- » Ongeduldig worden en zelf de poppetjes gaan (neerzetten).
- » Je kind in de rede vallen.
- » In de jij-vorm vervallen.
- » Conclusies trekken zoals 'dus de juf is niet aardig'.
- » Je eigen emoties erin gooien.

### Filmpje

Zien hoe POPtalk er inde praktijk uitziet? Op YouTube staat een mooi en duidelijk filmpje. Je vindt 'm door te zoeken op 'POPtalk' en dan iets naar beneden te scrollen

Nooit gebruikt ze het woord 'ik'. Dat doet ze heel bewust, want ze wil dat de kinderen dat straks ook doen. "Op die manier gaan ze met een zekere afstand naar zichzelf en naar situaties kijken. Dat haalt de emoties eraf en zo wordt het makkelijker om over dingen te praten. Kinderen die gepest worden, praten daar bijvoorbeeld niet graag over. Met de poppetjes komen ze los." Dat laatste klopt. Ook mijn jongens doen meteen enthousiast mee met Trudy. "Ik zou wel dat poppetje willen zijn," wijst Daaf. "Die heeft een leuk pak!" roept Ebel. Daaf wil wel even weten of de vrouw die tegenover hem aan tafel zit ook nog steeds Trudy is. Ja, die mevrouw is Trudy en het poppetje is ook Trudy. Daar moet hij nog even aan wennen.

### EERST DE LUCHTIGE KOST

Even later mogen de jongens zelf aan de bak. Graaiend in de Playmobil zoeken ze zichzelf en de rest van het gezin. "Mama, wil jij dit zijn?", "Mama, jij bent deze in bikini, jij houdt toch van het strand?" - "Mag hier het haar af, papa is kaal." Al snel zitten er twee gezinnen van vier personen aan tafel met twee poezen op schoot. Trudy wijst op Ebels poppetje en vraagt hem wat zijn figuurtje graag op tafel wil zien. "Lasagne!" antwoordt Ebel. Daarna laat Trudy hem twee poppetjes tegenover elkaar opstellen: zichzelf en zijn vader. Wat vinden zij leuk om samen te doen? Ebel legt de poppetjes in zwem houding neer. Grappig hoe deze manier van spelend praten aansluit bij de belevingswereld van kinderen. Ze pakken het meteen op. Trudy laat ze via de poppetjes nog een moment schetsen dat ze het niet leuk hadden samen.

Een broederruzie op de verjaardag van Daaf wordt in beeld gebracht. Verhelderend. Trudy haalt er een andere pop bij, zo'n anatomische die je bij de tekenles gebruikt. Ze vraagt door naar gevoelens en kleuren die bij zo'n ruzie horen, allemaal met behulp van objecten. Gezichtjes die je met klittenband op een pop kunt plakken, plastic cirkels in verschillende kleuren, kaartjes met afbeeldingen van interacties tussen twee figuren erop ...

Als de jongens even weg zijn voor een plaspauze, vraag ik Trudy of het niet een beetje vrijblijvend is. De kinderen vertellen wel dingen, maar we hebben toch nog helemaal niet besproken hoe je zo'n ruzie bijvoorbeeld kunt oplossen? En moeten we het niet over de echt moeilijke onderwerpen hebben? Voor Daaf de vakantieheimwee en voor Ebel de dood? Trudy: "Ik probeer eerst contact te leggen met kinderen die hier zitten. Als ik ze vaker spreek, kom ik terug op dingen die me zijn opgevallen. Maar ik begin niet meteen met de moeilijke onderwerpen. Eerst met een uitstapje of een logeerpartijtje. Anders heeft een kind meteen het idee dat hij over zijn pijnpunten moet praten en dan voelt hij zich niet op zijn gemak. Ouders die met deze methode beginnen, raad ik aan dat ook niet meteen te doen. Denk niet: mijn kind gaat alleen over zijn gevoelens praten als ik het probleem noem. Geef eerst de volle honderd procent aandacht aan wat hij beleeft, aan zijn leefwereld. Dan komen de moeilijke kwesties meestal vanzelf naar boven."

## VRAAG JE NU NIET DOOR?

Dat is inderdaad wat er gebeurt zodra ze Daaf een opstelling laat maken van zijn klas. Trudy stelt open vragen, kijkt naar hoe hij zijn klasgenoten neerzet en laat hem vooral praten. Op deze manier komt ze erachter dat Daaf zijn plek in de klas niet fijn vindt en liever wat meer vooraan zou willen zitten. Ook vertelt hij hoe zijn spreekbeurt ging, op wie de juf vaak boos wordt en dat de juf sowieso vaak boos is. Als moeder heb ik nu meteen de neiging om door te vragen over die juf, of ze wel of niet goed is. Maar Trudy laat het er even bij: "Dit is wel iets waar ik later op terug zou komen. Uiteindelijk wil ik kinderen naar een oplossing toe coachen; een manier om met vervelende situaties om te gaan. Maar ik wil wel graag dat ze die zelf verzinnen, daar hebben ze uiteindelijk veel meer aan." Als ook Ebel zijn klas heeft verbeeld en ik weer behoorlijk wat nieuwe dingen te weten ben gekomen, ben ik er wel van overtuigd dat deze methode kan werken. We nemen afscheid en ik beloof Trudy dat ik het thuis ook ga proberen. Helaas heb ik geen dertig Playmobil-kinderen paraat, maar volgens mijn jongens kan het ook makkelijk met de Lego die we hebben. En daar zitten we dan op een zaterdagochtend, aan de keukentafel met een stuk of vijftien figuurtjes. Daaf beeldt voor mij een moment uit van de naschoolse opvang, waarbij hij gepest werd. Daaf heeft het Mees-poppetje in zijn hand: "Deze riep steeds: 'slagand, slagand', omdat mijn tand loszat. En toen moest Mees van de leider naar de gang." Ik - heel diplomatiek - vraag, wijzend op het poppetje dat Daaf moet voorstellen: "En wat voelde hij toen?" Daaf vond het niet leuk, maar wel grappig dat Mees op de gang gekke bekken ging trekken. Ik vraag waar Ebel op dat moment was. Daaf pakt een figuurtje en doet voor hoe Ebel hem kwam verdedigen tegen de slagandroeper. Kijk, dat is nog eens leuk nieuws. Ook het gesprek met Ebel verrast me. Hij vertelt dat hij laatst op de BSO bij de pingongtafel werd uitgelachen door Sam. Dat was toen hij een beetje moest huilen, omdat hij ons miste. Ebel zegt dat het Ebel-poppetje Sam eerst wilde doodmaken. Hij pakt een skelet van Lego. "Maar toch maar niet." Hij grijpt nu naar een poppetje met een nors hoofd. Daarna gaat hij met twee poppetjes spelen: "En toen vroeg Koen of Ebel kwam pingongen en was Ebel weer vrolijk."

Wauw. Ik wist niet dat een handvol speelgoed me zo snel meer kon vertellen over het leven van mijn kinderen. Het enige nadeel: je moet er wel echt voor gaan zitten. Terug op de fiets van school even POPtalken lukt niet. Maar ik neem me heilig voor de Lego-vrienden er minimaal eens per week bij te halen. En misschien ga ik op Marktplaats wel een megagrote zak Playmobil kopen. Kan ik met mijn man ook eens 's avonds ons werk doornemen .

## Workshop volgen?

Trudy Borst geeft geregeld workshops POPtalk. Voor 'gewone' ouders, maar ook voor mensen die in de zorg werken met verstandelijk gehandicapten.

Bijvoorbeeld op 25 januari, 1 februari en 24 mei 2013 in Best en Loenen aan de Vecht. Kijk voor meer mogelijkheden op: [www.poptalk.nl](http://www.poptalk.nl)