

CASESTUDIE UIT DE PRAKTIJK

Van grote onrust naar *diepe rust* in twee sessies

Hoe we de 7-jarige Milan hielpen met *een verhaal*. Zonder eindeloze praat sessies.

2

sessies

3 wkn

tot rust

10 min

in slaap

Bickers Academie

STIL® methodiek

1 De situatie: een druk kind en *vermoeide ouders*

Toen de 7-jarige Milan met zijn moeder bij mij binnenkwam, was de spanning goed te voelen. Milan is een slimme en gevoelige jongen. Maar thuis en op school liep het helemaal vast.

Dit waren de problemen waar het gezin elke dag mee te maken had:



Boze buien

Op school raakte Milan heel snel gefrustreerd. Dat zorgde voor heftige woedebuien.



Slecht slapen

Naar bed gaan was elke avond een drama. Milan lag urenlang te draaien en te piekeren in bed.



Machteloosheid

Zijn ouders waren doodmoe. Ze hadden alles al geprobeerd: rustruimtes, beloningssystemen en een opvoeddeskundige erbij gehaald. Niets hielp.

2 Anders kijken: *de ijsberg*

Vaak proberen we alleen het gedrag van een kind te veranderen. We willen de boosheid stoppen of het slapen oplossen. Maar je kunt het gedrag van een kind vergelijken met een ijsberg.



Het gedrag is alleen het topje dat boven het water uitsteekt. De echte oorzaak ligt onder water. Daar ligt het gevoel en de energie van het kind. En daar ligt ook de sfeer van het hele gezin.

Praten met Milan over waarom hij zo druk was, werkte niet. Een kind van 7 snapt dat zelf vaak ook niet. We moesten dus onder water kijken.

Kinderen voelen spanningen in huis heel goed aan. Ook als volwassenen er niet over praten. Milan voelde de onrust van zijn ouders en nam die onbewust over. Dat kon met gewone opvoedtips niet opgelost worden.

De sessie: een kijkje *in de praktijk*

In plaats van een zwaar gesprek, stelde ik gewone vragen. Ik stuurde Milan niet en ik bedacht geen antwoorden voor hem. Ik luisterde puur naar zijn eigen woorden. Dit is letterlijk wat er in de praktijkruimte werd gezegd, tijdens de tweede sessie.

De namen en situatie zijn gewijzigd wegens privacyredenen.

- IK** "Milan, je mama vertelde dat je 's avonds in bed soms een heel druk gevoel in je buik hebt. Klopt dat?"
-
- MILAN** *(knikt zachtjes en kijkt naar de grond)* "Ja. Mijn benen willen dan ook niet stilliggen."
-
- IK** "Als dat drukke gevoel in je buik een poppetje of een diertje zou zijn... hoe ziet dat er dan uit?"
-
- MILAN** *(pakt een rood krijtje en tekent een stekelig balletje)* "Een rode bal met scherpe stekels. En hij rent de hele tijd supersnel rondjes. Hij stopt nooit."
-
- IK** "Oké, dus die rode stekelbal rent rondjes in jouw buik. Zullen we hem een naam geven?"
-
- MILAN** "Spike."
-
- IK** "Nou Spike, ik zie je. Wat een drukte. Wat is Spike aan het doen als hij die rondjes rent?"
-
- MILAN** "Hij moet rennen van mij. Omdat mama moet huilen."

Moeder krijgt direct tranen in haar ogen. Ze doet thuis erg haar best om haar stress te verbergen voor Milan. Maar Milan voelt die spanning allang.

- IK** "Spike rent omdat mama moet huilen. En wat wil Spike met dat rennen laten zien?"
-
- MILAN** "Dat mama weer blij wordt."
-
- IK** "Ah, dus Spike rent om mama weer blij te maken. Kijk eens naar mama, Milan. Wat wil jij tegen Spike zeggen, mama?"
-
- MOEDER** *(buigt zich naar Milan toe)* "Lieve Milan... Mama is soms inderdaad verdrietig of moe. Maar dat is grote-mensen-verdriet. Dat hoeft jij en dat hoeft Spike niet op te lossen. Papa en mama zorgen voor elkaar. Jij bent het kind. Jij hoeft alleen maar lekker te spelen en te slapen."
-
- IK** "Milan, je hoort wat mama zegt. Spike hoeft mama niet blij te maken. Dat doet mama zelf. Wat doet Spike nu in je buik, nu mama dit heeft gezegd?"
-
- MILAN** *(haalt diep adem en zijn schouders zakken naar beneden)* "Hij stopt met rennen. Hij gaat liggen."
-
- IK** "En wat heeft Spike nu nodig?"
-
- MILAN** "Een kussen. Om op te slapen."
-
- IK** "Geef hem maar een lekker zacht kussen in je buik. Hij hoeft niet meer te werken."

4

Het resultaat: *rust binnen 2 sessies*

Na deze korte sessie veranderde er snel heel veel. Binnen drie weken was de situatie compleet anders.



Slapen binnen 10 minuten

De strijd in de avond was voorbij. Omdat de rode bal mocht slapen, werd Milan rustig.



Weer vrolijk op school

De boze buien stopten. Milan zat weer lekker in zijn vel.



Gezelligheid thuis

De spanning was weg. De emoties lagen op de juiste plek: bij de ouders, niet bij het kind.

5

Wat jij *hieruit kunt leren*

Het corrigeren van gedrag is niet genoeg.

Echte verandering ontstaat als je leert kijken naar wat er onder het wateroppervlak leeft. Zonder het kind te sturen, maar door echt te luisteren naar zijn eigen unieke verhaal.

Wil jij dit *ook leren?*

Wil jij kinderen en gezinnen helpen op dit diepe niveau? Stoppen met pleisters plakken en echt de kern van het probleem oplossen? In de Cursus Holistisch Kindercoach leer ik je stap voor stap hoe je de taal van het kind leest en deze methode succesvol inzet in jouw werk of praktijk.

✓ Praktisch & simpel

✓ Direct te gebruiken

✓ Stap voor stap

JOUW INVESTERING

€ 297,-

Bekijk alle info & start direct →