

Het nieuwe leefboek voor kinderen

AUTEUR: THEO LEGTERS
UITGEVER: PANTA RHEI, KATWIJK
ISBN: 9789088400469, 94 PAGINA'S
PRIJS: € 14,50

RECENSENT: ADRI VAN DEN BRAND
 O.A. PABO-DOCENT EN NLP-TRAINER

"Die meneer Theo snapt hoe kinderen in elkaar zitten." Aan het woord is onze oudste zoon Taurín (13) nadat ik een aantal stukjes heb voorgelezen uit *Het nieuwe leefboek voor kinderen*. Met zijn intonatie en oogopslag lijkt zijn statement vooral een compliment voor Theo Legters en feedback voor ons, zijn NLP-ouders, hoewel een geprojecteerde mindread hier op de loer ligt. Pablo, onze jongste van 7, heeft van een afstandje schijnbaar onopvallend meegeluisterd en merkt met een brede glimlach op: "Jij gebruikt toch ook wel eens rode woordjes?" Onze dochter Seina (9) zegt niets. Zij had al snel ontdekt dat er nog een eerste deeltje moest zijn, want de ondertitel van het boek van Legters luidt: 'Meer tips voor iedereen om het leven nóg leuker te maken.' Ik heb het meteen besteld. 'Dit boekje is toch ook wel heel erg goed,' is haar conclusie over deel 1 dat Legters in 2007 geschreven heeft en dat nu zijn tweede druk beleeft. In deze boekbespreking ga ik op beide boeken in.

Het Leefboek voor kinderen

Legters is werkzaam als kindercoach, NLP master practitioner, EFT-therapeut en af en toe nog als schoolmeester. Aldus de achterflap van het boek. Door zijn 30 jarenlange ervaring als leerkracht spreekt hij de taal van kinderen als geen ander. In ieder geval volgens mijn kinderen en zeker ook volgens mijn vakoog: als pabodocent, nascholer en methodemaker ben ik immers veel met taal voor kinderen bezig. Legters heeft een directe aanspreekstijl die prettig, warm en respectvol overkomt, hij legt helder en begrijpelijk uit (meestal volgens een trechteraanpak) en hij heeft een groot arsenaal aan middelen om kinderen een nieuw hoofdstuk binnen te trekken: de eigen ik van de lezer aanspreken, een kijkvraag bij een illustratie, een voorbeeld, een 'as if', een metafoor, een herkenbaar probleem, een oefening, een vraag. Kortom, hier is een vakman aan het werk!

Het eerste deel Leefboek voor kinderen heeft als ondertitel 'tips voor kinderen van 8-12 jaar om hun zelfvertrouwen te vergroten'. Kenmerkende NLP-thema's die Legters in het eerste Leefboek behandelt, zijn bijvoorbeeld 'who's driving your bus?' ('ben je de regisseur van je eigen leven of een acteur?'), ieder heeft zijn eigen model van de wereld ('ik zie ik zie wat jij anders ziet'), wie flexibel is beheerst het systeem ('anders in plaats van hetzelfde'), het as-if frame ('ik doe net alsof'), van huidige naar gewenste situatie ('ik begin met het eindpunt'), de kracht van modelleren ('wat een ander kan, kan ik leren'), VK-dissociatie met een aangepaste fast fobia voor kinderen ('als een probleem te groot wordt') en scheidt gedrag van identiteit ('wat ik ben is iets anders dan wat ik doe').



Bijzonder interessant is zijn vertaling van matches en mismatches in rode en groene energie en de daarbij horende taalpatronen. Voorbeelden van rode woorden zijn: niet, slecht, fout, verkeerd, geen, moeten, iedereen, altijd, nooit. Deze woorden roepen een onprettige, vervelende, negatieve energie op. Voorbeelden van groene woorden zijn: wel, ooit, sommige, willen, goed, geweldig, doel, ik vind, vertrouwen, graag. Legters concludeert terecht 'hoe groener mijn woorden, zinnen en verhalen zijn, hoe vrolijker en gelukkiger ik word' en geeft kinderen zo een praktisch hulpmiddel mee, voor thuis en op school. Hoe praktisch dat kan zijn, weet ik sinds ik beide boeken van Legters in huis heb



Theo Legters

gehaald en onze kinderen er een sport van maken om rode woorden te ontdekken in ons taalgebruik. Prima input voor gezinsdiscussies!

Naast deze bekende NLP-gereedschappen gebruikt Legters het beroemde Johari-venster voor feedback ('wie kent mij') en besteedt hij aandacht aan kinderen met gescheiden ouders, pesters en gepest worden, en hoe je met ruzies kunt omgaan. Hij eindigt zijn eerste boek met de 'groene' affirmatie 'Leve het leven' en dat is toch een levensinstelling die ouders hun kinderen toewensen.

Deel 1 is samenhangend geschreven en leest vlot door. Het maakt mij nieuwsgierig naar het tweede deel: wat kan dit deel nog meer te bieden hebben, zonder in herhaling te vallen? De afbeeldingen vind ik niet altijd functioneel gekozen en ook de illustratiestijlen botsen soms. Maar mijn kinderen hebben daar geen last van: plaatjes zijn ALTIJD leuk, aldus Pablo (die daarna in de lach schoot omdat hij zelf een rood woord gebruikt had).

Het Nieuwe Leefboek voor kinderen

Zoals ik al schreef, luidt de ondertitel van het tweede deel 'Meer tips voor iedereen om het leven nóg leuker te maken.' De doelgroep van 8-12 jaar uit deel 1 is uitgebreid tot 'iedereen'. Ik vind dat een goede keuze, omdat een te scherpe afbakening enerzijds een potentiële doelgroep afschrikt (mijn oudste is 13 en die vindt deel 1 en 2 prima boeken), anderzijds verkeerde verwachtingen kan scheppen: niet elke 8-jarige heeft het technisch leesniveau dat vereist is om werkelijk te kunnen genieten van beide boeken.

Legters schreef het tweede deel naar aanleiding van talrijke vragen van kinderen die zijn eerste Leefboek hadden gelezen. Wederom bevat het boek een behoorlijke dosis NLP-materiaal. Het eerste hoofdstuk begint

meteen met 'wat ik van mezelf vind' en hier raakt Legters de essentie van het Satir-model dat erop gericht is om het 'self-esteem' (zelfwaardering) te verhogen. Andere NLP-onderwerpen zijn bijvoorbeeld het leren van modellen en experts ('het is maar hoe ik kijk'), lichaam en geest zijn een cybernetische eenheid ('ik werk samen met mezelf'), basaal strategiewerk, index computations ('de magische cirkel: wat je denkt, wat je voelt, wat je doet), bereiken en vermijden ('voor elkaar krijgen wat ik graag wil'). Naast deze bekende NLP-thema's gaat hij in op de dood ('het eindpunt van de rivier'), biedt hij herkadringen aan ('een probleem hebben betekent dat je een vaardigheid mist') en meditatieoefeningen, en heeft hij een mooie variant gevonden op de vier vragen die je leven veranderen van Byron Katie ('vier vragen om rustiger te worden').

Mooi vind ik hoe Legters andere modellen integreert in zijn Leefaanpak, zoals het enneagram ('de cirkel van belangrijkheid'). Zonder dit woord te gebruiken laat hij kinderen nadenken over de rangorde van negen kernzinnen die samen het Zelfbeeld begrenzen. Deze zinnen horen bij de negen typen die hij later uitwerkt in negen beschrijvingen van het Zelfbeeld. Ook is er in deel 2 opnieuw ruim aandacht voor rode en groene woorden. Er is een hoofdstuk over 'van rood denken naar groen denken' en over het rode woord 'waarom' dat zeker in de oorzaak- en schuldzoekende betekenis erg rood is: waarom gaat het nu regenen, waarom gaat oma dood, waarom word ik ziek? Natuurlijk is er ook het groene 'waarom' in de toelichtende betekenis, maar misschien is dat iets voor het derde boek. Legters valt niet in herhaling: hij verdiept en verbreedt. Heb je deel 1 gelezen, dan vind je in deel 2 nieuwe invalshoeken en heb je deel 1 niet gelezen, dan is dat geen onoverkomelijk probleem voor het begrijpen van deel 2.

Het vakmanschap van Legters blijkt ook uit de manier waarop hij de onderwerpen beschrijft in het 4MAT-systeem van Bernice McCarthy: een prikkelende WHY, daarna een WHAT waarin de essentie van het onderwerp in enkele zinnen genoemd wordt, vervolgens de HOW waarin hij kinderen strategieën aanreikt en ten slotte de As If, veelal verwoord in handige tips. Het Nieuwe Leefboek voor kinderen bevat veel onderwerpen die kinderen aanspreken. In deel 1 hangen deze onderwerpen goed met elkaar samen, al kan ik me voorstellen dat niet alle kinderen de samenhang tussen de verschillende onderwerpen zien. Al verwijst Legters regelmatig naar vorige hoofdstukken, soms is

de rode draad niet expliciet. Mijn dochter verwoordde dat mooi in een vraag aan Theo Legters: zou u misschien voor deel 3 een verhaal willen schrijven? Ze dacht aan een soort Mathilda (Roald Dahl), een boek waarin een kind zich ontwikkelt met behulp van het gereedschap dat Legters aanbiedt. Ik dacht zelf aan een routekaart voor- of achter in het boek zodat kinderen de weg kunnen overzien en volgen die ze afleggen om het leven nóg leuker te maken.

Aanrader!

Vind ik de boeken een aanrader? Zeker! In de opleiding tot NLP-practitioner die ik nu verzorg, heb ik de cursisten –allemaal werkzaam in het onderwijs als leerkracht, IB'er of directeur– warm gemaakt om één of beide boeken aan te schaffen. Wat ik er vooral zo sterk aan vind, is dat Legters kinderen rechtstreeks aanspreekt: de kinderen zijn de doelgroep en niet ouders of leerkrachten. Binnenkort verschijnt de Nederlandse vertaling van NLP for teachers van Richard Churches en Roger Terry. Een interessant boek, maar weer een boek voor volwassenen. Legters maakt NLP toegankelijk voor kinderen en geeft daar een eigen draai aan. En van een man met zoveel onderwijs- en coachervaring is het een genot iets van deze 'draai' mee te krijgen. Wat mij betreft ligt dit boekje op de werktafel van elke leerkracht, IB'er, RT'er, kindercoach, ambulant begeleider en ga zo maar door. Het wachten is nu nog op een methodeversie van Het (nieuwe) Leefboek voor kinderen dat zich al snel zal ontpoppen als een ware concurrent van Leefstijl, Goed gedaan! en soortgelijke methodes voor de stimulering van de sociaal-emotionele ontwikkeling. Leve het leven!

Contact auteur:
a3.vandenbrand@planet.nl

Het nieuwe leefboek voor kinderen

RECENSENT: **DORIEN GROOT,
BESTUURSVOORZITTER BASISCHOOL
HET KLEURENORKEST, NLP TRAINSTER**

Nadat zij op een zaterdagmiddag tussen de bedrijven door het boek uit de verpakking had gehaald, eigenlijk om het op tafel te leggen en er de volgende ochtend in te gaan beginnen, gebeurde er toch iets anders. Gebiologeerd bestudeert ze de dansende letters, de vrolijke kleuren en vooral ook de ondertitel spreekt haar bijzonder aan: 'Meer tips voor IEDEREEN om het leven nóg leuker te maken!'. Ze bladert – nog steeds staande op dezelfde plek – door het boek, van achter naar voor, dan weer stopt ze ergens in het midden, en steeds zie je haar gelaatsuitdrukking veranderen.

Regelmatig verschijnt er een glimlach op haar gezicht, zo nu en dan slaakt ze wat aanstekelijke kreetjes, haar hoofd knikt soms bevestigend vergezeld van een diepe in- en uitademing. Opeens kijkt ze op en ziet op de klok dat er toch al heel wat minuten zijn verstreken sinds ze het boek uit de verpakking haalde...

Zondagmorgen, zo rond de klok van negen uur. Op de bank, in haar warme felgekleurde badstoffen ochtendjas, gaat ze echt aan de slag met 'het Nieuwe Leefboek voor kinderen'. Het is dat de telefoon haar een keer verstoort, want zo beleefde ze dat, anders was ze in een ruk doorgedaan. 'Lezen' kon ze het niet echt noemen, hoewel het natuurlijk een boek is. Maar ja, het boek nodigde zo uit om meteen al van alles te doen, dus het woord lezen zou tekort doen.

Uh, het was toch een boek voor kinderen? Jawel... maar de subtitel gaf toch echt aan dat er tips in stonden om voor IEDEREEN het leven nóg leuker te maken! Nou, dat liet ze zich geen twee keer zeggen, en trouwens, haar onbewuste was er ook niet tegen bestand om dit niet op te pakken. Uh? al die 'nietjes', hoe zat dat ook alweer precies? Grappig was dat de vragen die bij haar tijdens het doornemen van het boek omhoog kwamen bijna direct in een volgende alinea behandeld werden. Ook de soms wat verontrustende gedachten werden vrijwel meteen op een grappige, verrassende en liefdevolle wijze door de schrijver getackeld. Om kwart over elf sloot ze met een zeer vervuld gevoel – en met een onbewuste dat echt alles persoonlijk had

opgenomen, simpelweg omdat die niet anders kon dan dat – het boek en kon het zondagochtend koffiebezoek aan oma afgelegd worden. Zo geschiedde. Tja, een aanrader, maar dat was uit bovenstaande wel duidelijk. En niet alleen voor kinderen! Het lijkt een soort Jeugdjournaal, waarvan bekend is dat er ook heel veel volwassenen naar kijken. Simpelweg omdat het zo toegankelijk en aantrekkelijk is; je wordt er in meegenomen, of je nu wilt of niet. En dat is knap als een schrijver dat voor elkaar krijgt. Blijkbaar hanteert Theo hier de juiste strategieën voor. Ik vind hem vooral een meester in het afstemmen op de doelgroep; zijn taalgebruik (de titels op de inhoudspagina zijn al veelbelovend. Bijvoorbeeld: 'Problemen? Pizza nemen!'), de voorbeelden, de plaatjes, de creatieve en heldere metaforen om iets duidelijk te maken. En ik kan nog wel even doorgaan.

Ik gun elk kind een 'Meester Theo'!

Theo Legters komt op mij over als heel congruent met de methodiek NLP. Er wordt zelden een ingewikkelde term gebruikt en ik laat me steeds verleiden in de inhoud mee te gaan. Terwijl de structuren die hij toepast zo interessant zijn om te benoemen, en daarvoor moest ik af en toe even uit mijn tranceachtige toestand ontwaken, wat ik overigens met alle genoegen deed. Hij maakte me nieuwsgierig en ik bleef van het begin tot het eind geboeid. Eigenlijk wens ik de komende lezers van dit boek toe dat ze het helemaal zelf mogen ervaren. En toch vind ik het ook leuk een paar stukjes uit het boek hier naar voren te halen.

'Er bestaat nergens een wet waarin staat dat jij beter zou horen te zijn dan jij bent. Jij bent goed, zoals je bent!'

Een prachtig staaltje van lateraal chunken:

'En dan dreigt er paniek; je wilt het liefst vluchten of onder je bed gaan liggen of je in een kast gaan verstoppen; je wilt misschien wel met een tijdmachine een paar minuten terug in de tijd om het weer goed te maken; je zou willen dat het al morgen was of dat het een vervelende droom was...'

Zijn definitie (complexe equivalentie) van 'een probleem hebben' luidt:

'een probleem hebben is een vaardigheid leren.

Immers, blijkbaar mis je een vaardigheid om het op te lossen of aan te pakken!'

Theo slingert zo tussen de regels door regelmatig educatieve opmerkingen, bijvoorbeeld:

'Voor je naar school gaat (na je ontbijt)...'

Erg gecharmeerd ben ik ook van de wijze hoe Theo hypnotische taalpatronen gebruikt. Een treffend stukje: 'Op deze manier kun je je twijfel wegnemen, omdat je inderdaad bezig bent met veranderen. En een ander woord voor 'bezig zijn met veranderen' is... leren. En omdat je van leren altijd beter, slimmer en groter wordt, is dat iets fantastisch om te doen! En iets dat fantastisch is om te doen geeft je vanzelf een geweldig gevoel en zal ervoor zorgen dat de dingen die jij graag wilt ook daadwerkelijk zullen gebeuren! Doe het maar en je zult het zelf meemaken.' Grote thema's worden net zo gemakkelijk behandeld als kleine thema's. En je kunt je natuurlijk afvragen of er wel kleine thema's bestaan in een kinderleven...

Een paar kleine tips ter aanvulling en verbetering: eventueel leeftijdsvermelding, een geruststellende opmerking aan het begin dat je dit boek ook kunt lezen ook al heb je het eerste 'Leefboek voor kinderen' niet gelezen en hier en daar wat grammaticale foutjes waar mijn kritisch oog blijkbaar steeds weer op lijkt te vallen.

Ik wil graag eindigen met te zeggen dat het een groot genoegen voor me was dat ik dit boekje heb mogen 'doen'. Al mijn zintuigen zijn gevuld en vervuld. Dank je wel, Theo, voor dit mooie werk. En mijn wens zou zijn: dat elk kind (ook als die al in een volwassen lichaam zit) een leraar zou mogen hebben als 'Meester Theo Legters'!

Contact auteur:
dorien@ntnlp.nl



Dorien Groot