

JONGE HELDEN

TRAINING

Wat is de Jonge Helden Training?

Met de Jonge Helden Training ga je aan de slag met speelse oefeningen die kinderen helpen om te gaan met uitdagingen die bij een nierziekte komen kijken. Sommige oefeningen kun je zelfstandig doen, andere doe je juist samen met je familie. Past het onderwerp van deze training niet helemaal bij je? Kijk dan naar de lijst van onderwerpen hieronder of er misschien een andere training voor jou tussen zit:

- Omgaan met zorgen
- Anders eten
- **Vervelende vragen**
- Dingen missen op school
- Omgaan met boosheid
- Uitrusten en herstellen

Voor wie zijn de trainingen?

De trainingen zijn gemaakt voor kinderen die naar de basisschool gaan. Ieder onderwerp bevat twee trainingen: één voor de jongere kinderen (training A) en één voor de oudere kinderen (training B). Op nieren.nl kun je alle trainingen downloaden en zelf printen. Ook lees je hier hoe je als ouder je kind kunt coachen.

Vervelende vragen - Training A

In deze training laten de vervelende vragenvreters je zien dat je op verschillende manieren kunt reageren op vervelende vragen. Met je ouders bespreek je welke vervelende vragenvreter jou het best kan helpen bij vragen die jou vaak worden gesteld.

Scan de QR code hieronder of ga naar www.nieren.nl/jonge-helden-training voor de andere trainingen en meer informatie.



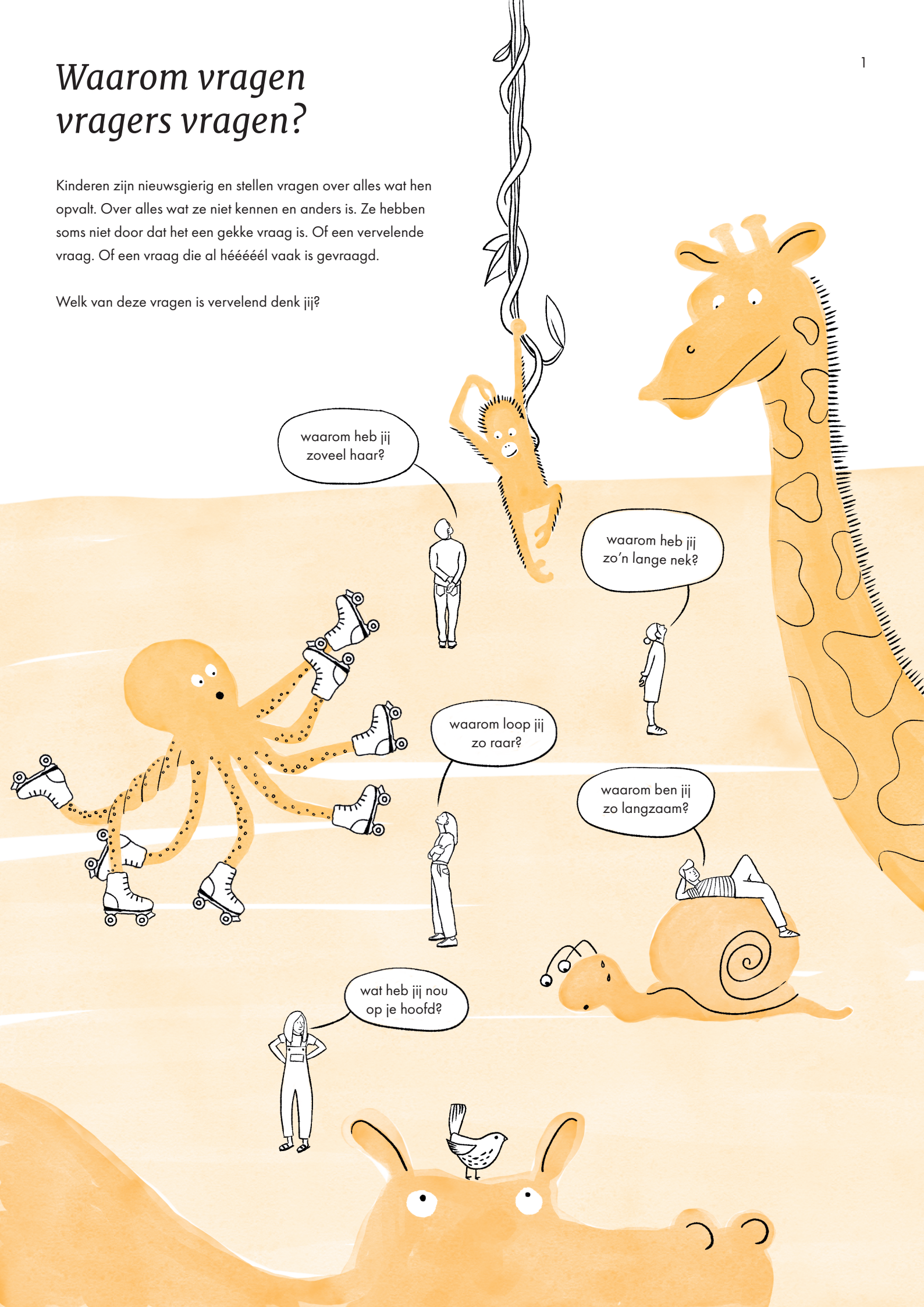
Tekst & ontwerp:
Reframing Studio, Amsterdam
Emotion Studio, Rotterdam

Waarom vragen vragers vragen?

1

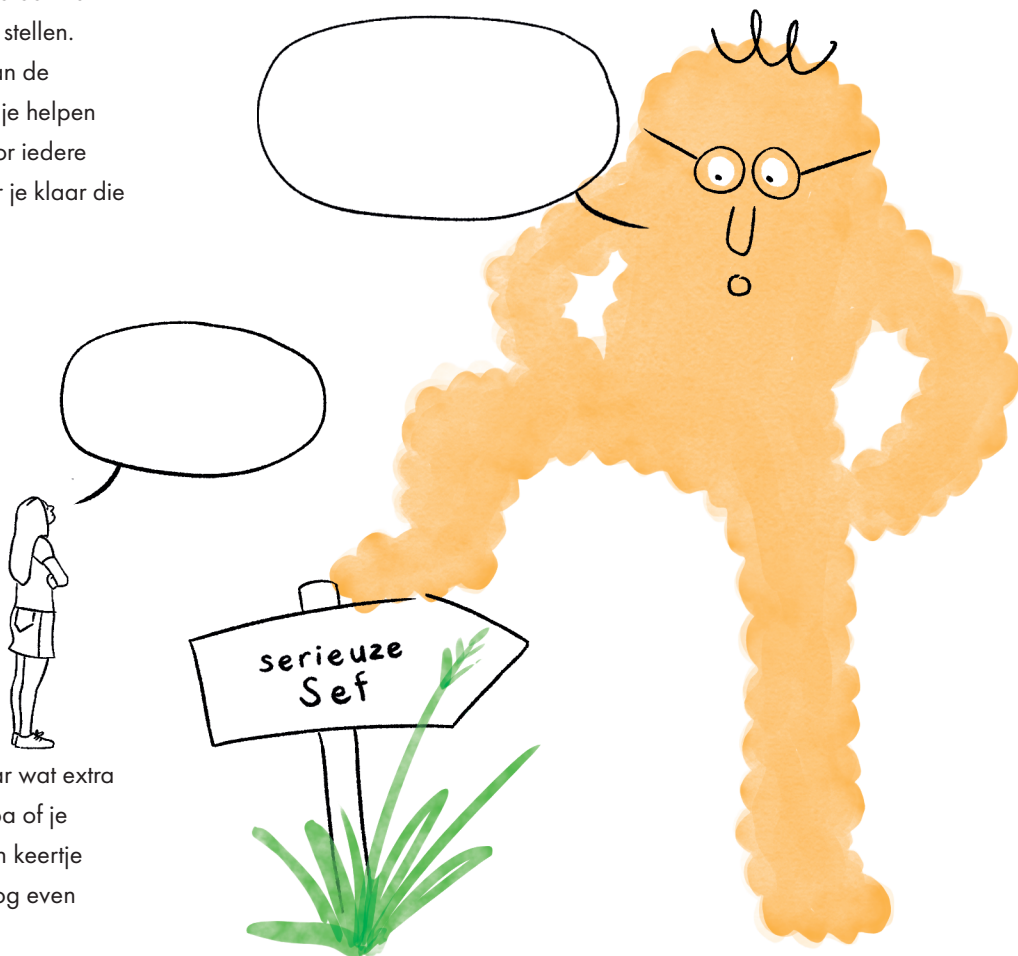
Kinderen zijn nieuwsgierig en stellen vragen over alles wat hen opvalt. Over alles wat ze niet kennen en anders is. Ze hebben soms niet door dat het een gekke vraag is. Of een vervelende vraag. Of een vraag die al hééééél vaak is gevraagd.

Welk van deze vragen is vervelend denk jij?

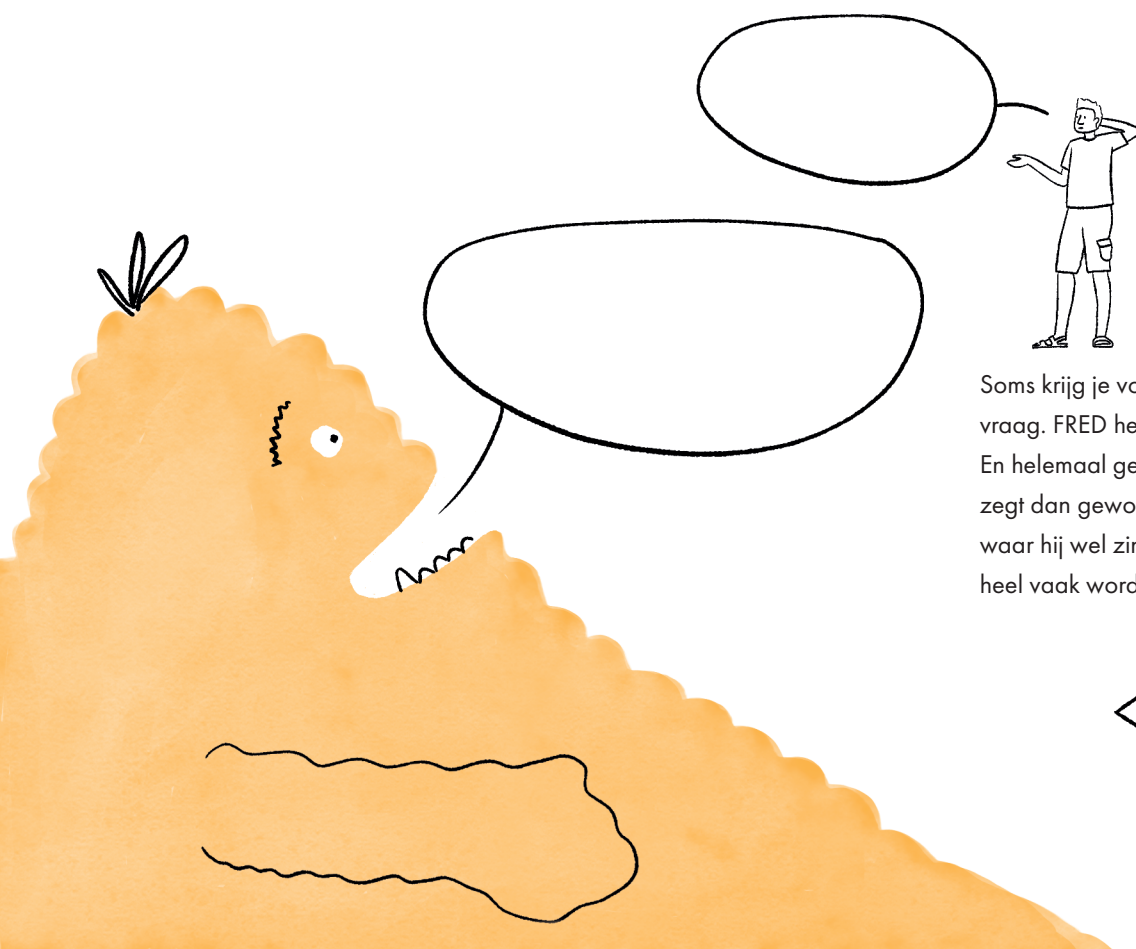


De vervelende vragenvreter

Helaas is er geen toverspreuk die iedereen kan laten stoppen met vervelende vragen stellen. Maar je kunt wel de hulp invoeren van de vervelende vragenvreter! Zij kunnen je helpen een goed antwoord te verzinnen. Voor iedere situatie staat er een vragenvreter voor je klaar die je te hulp kan schieten.



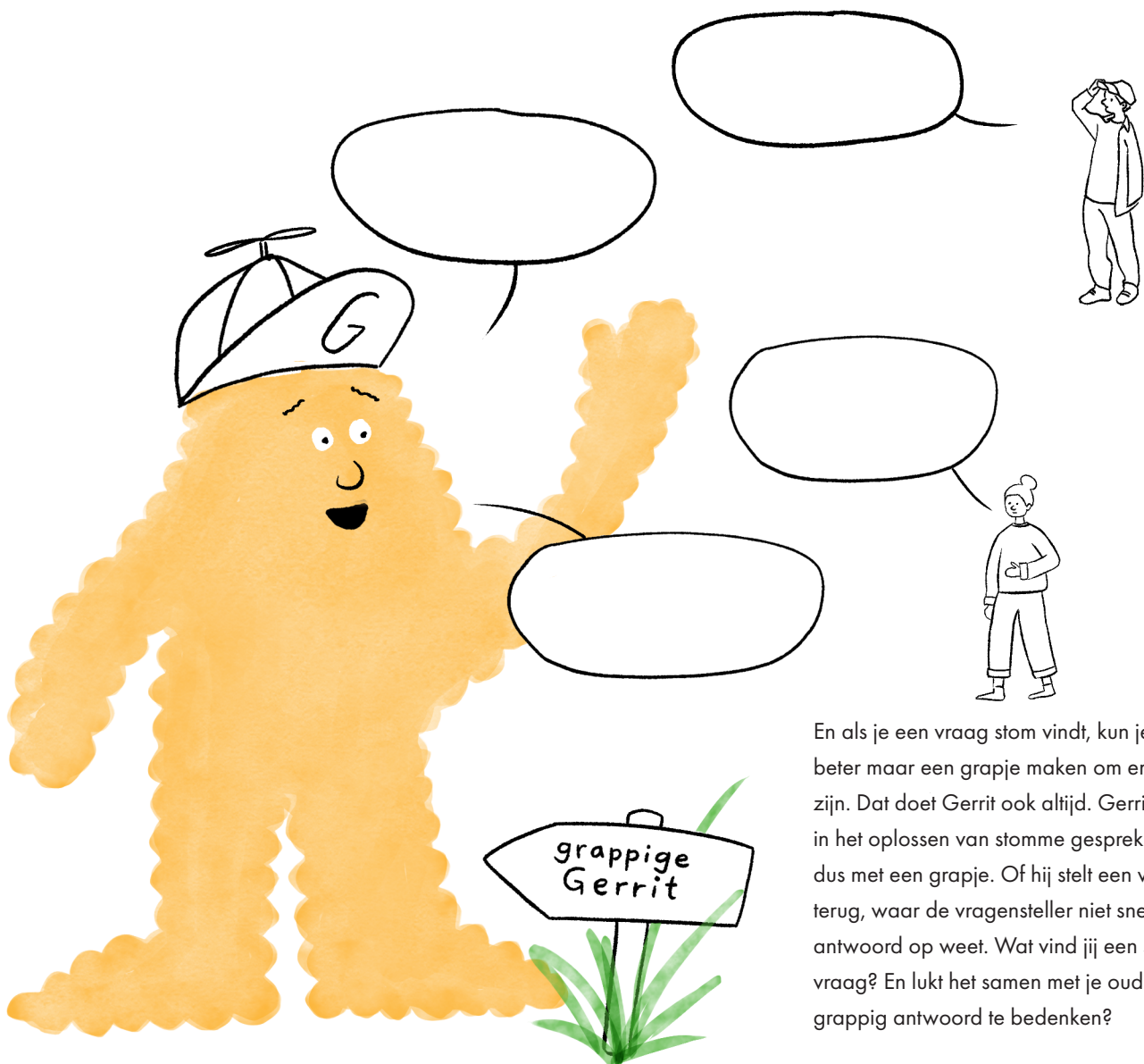
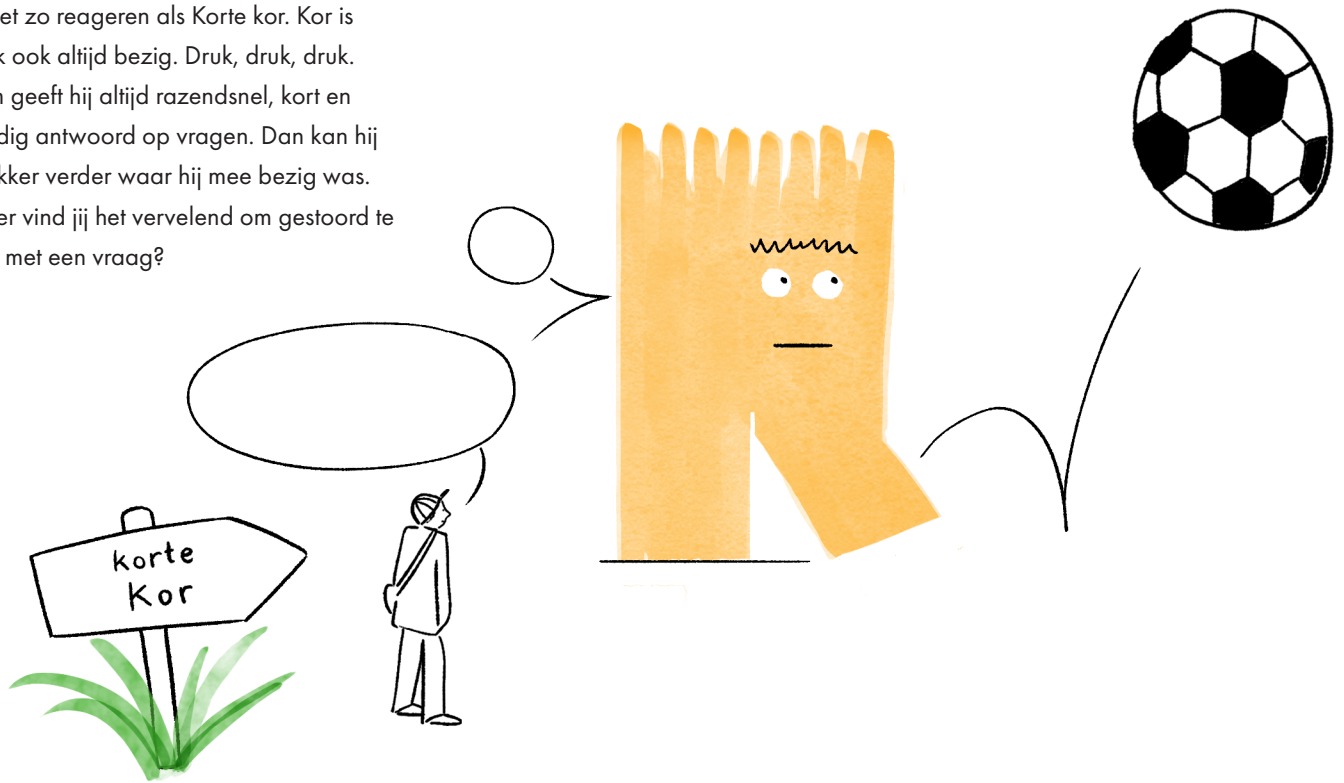
Sommige mensen hebben alleen maar wat extra uitleg nodig. Bijvoorbeeld je juf, je opa of je trainer. SEF legt het dan altijd nog een keertje uit. Aan wie moet jij ook altijd alles nog even uitleggen net als SEF?



Soms krijg je voor de honderdste keer dezelfde vraag. FRED heeft er wel eens even genoeg van. En helemaal geen zin om er over te praten. Hij zegt dan gewoon eerlijk hoe zij zich voelt en waar hij wel zin in heeft. Heb jij een vraag die je heel vaak wordt gesteld?



Soms ben je gewoon even te druk. Je bent aan het spelen of lekker aan het werk. Dan kun je net zo reageren als Korte kor. Kor is namelijk ook altijd bezig. Druk, druk, druk. Daarom geeft hij altijd razendsnel, kort en eenvoudig antwoord op vragen. Dan kan hij weer lekker verder waar hij mee bezig was. Wanneer vind jij het vervelend om gestoord te worden met een vraag?



En als je een vraag stom vindt, kun je soms beter maar een grapje maken om er vanaf te zijn. Dat doet Gerrit ook altijd. Gerrit is goed in het oplossen van stomme gesprekken. Soms dus met een grapje. Of hij stelt een vraag terug, waar de vragensteller niet snel een antwoord op weet. Wat vind jij een stomme vraag? En lukt het samen met je ouders een grappig antwoord te bedenken?

Welke vragenvreter kan jou het beste helpen?

Schrijf of teken hieronder een vraag op die jij vaak krijgt. Trek daarna een lijn naar welke vragenvreter jou het best kan helpen.

Wat zou de vragenvreter antwoorden?

