

Ieder kind verdient een gelukkige groep

Praktische voorbeelden en tips die de verbondenheid in je groep laten groeien

Een groep met een goede sfeer, waarin kinderen aardig zijn, elkaar steunen, elkaar niet pesten of uitlachen – zo'n groep gun je iedereen. Omdat kinderen die zich fijn en ontspannen voelen op school meer leren en meer kunnen verdragen, ook als ze later groot zijn. Een fijne groep draagt bij aan de ontwikkeling van evenwichtige mensen die zich vol zelfvertrouwen optimaal ontwikkelen. Een fijne groep is dus van levensbelang. In dit artikel bespreken we enkele voorbeelden en praktische tips die je kunnen helpen om samen met de kinderen aan een fijne sfeer in jouw groep te werken.



Ik loop het plein op en een groepje vrolijke meisjes uit groep 7 komt naar me toe. 'Weten jullie nog wie ik ben?' vraag ik. 'Natuurlijk!' roepen ze. 'Jij bent een Vrije Vogel... of zoiets. Het gaat heel erg goed met ons! We hebben minder ruzie en we spelen veel meer met elkaar.' De blijdschap spat er vanaf, ook bij Hannah, het meisje dat vorig jaar bijna van school moest omdat ze zich zo agressief gedroeg. Als Geluksvogels hebben we een half jaar geleden met deze groep gewerkt. Drie keer zijn we in deze

groep geweest. Na ons eerste bezoek besloten we samen met de leerkracht dat deze groep elkaar beter moest leren kennen om alle (voor)oordelen weg te nemen. Een ochtend lang sloten we ons op in het speellokaal om samen te spelen, te dansen, te lachen en te praten. Aan het einde van de ochtend kwam Hannah bij me. Ze vertelde me dat ze uit de oorlog kwam. En dat er, sinds zij in deze groep zat, altijd ruzie was. Dat ze niet wist hoe het anders moest. Samen vertelden we haar verhaal aan de

rest van de groep. En met het begrip kwam de acceptatie. Twee weken later leek het een andere groep: vrolijk, op elkaar betrokken, verbonden. Tijdens onze derde ochtend samen werden de laatste oude koeien uitgesproken en vergeven. Nu, een half jaar later, zien en horen we dat het nog steeds goed met ze gaat.

Verbondenheid is van levensbelang

Sinds 2014 zijn de Geluksvogels actief in het onderwijs en de kinderopvang. Onze missie is: een gelukkige (school)tijd voor ieder kind. Daarom worden we heel blij van ontmoetingen zoals met deze groep 6/7. Wij gaan er in ons werk van uit dat ieder kind, ieder mens, de behoefte heeft om verbonden te zijn. Om te overleven hechten baby's zich direct aan hun moeder of een andere nabije volwassene. Dat is voor hen van levensbelang. Maar ook als we ouder worden hebben we het nodig om het gevoel te hebben dat we erbij horen, dat we er mogen zijn, dat we gezien worden. We zijn ervan overtuigd dat kinderen die zich onveilig, afgewezen of bedreigd voelen, veel minder ruimte hebben om zich te ontwikkelen. Om optimaal te kunnen functioneren en alle potentieel te benutten is het dus noodzakelijk dat kinderen zich goed voelen op school. Voor ons staat het hebben van een gelukkige groep dus altijd voorop!

In ons werk valt ons op dat veel scholen en leerkrachten dit met ons eens zijn, maar zich in de dagelijkse praktijk toch laten leiden door een heleboel andere zaken die om aandacht vragen: de planning die af moet, de opbrengsten die omhoog moeten, het paasfeest dat gevierd moet worden...

Als je het belangrijk vindt dat kinderen gelukkig zijn op school, maak het dan ook belangrijk in je onderwijs. Net zo belangrijk als rekenen en taal!

Elkaar leren kennen als medicijn

In de groep van Hannah werd gepest. De leerkracht had al veel bereikt met de groep, maar met name buiten haar zicht, op het plein of na school, stak het steeds weer de kop op. De kinderen hadden geleerd om zich op school te 'gedragen', maar ze wisten nog niet hoe ze hun (menings)verschillen op een goede manier met elkaar konden bespreken. De boosheid die in de klas werd weggestopt kwam er vaak na schooltijd uit. Sommige kinderen hadden buikpijn of wilden niet meer naar school. Er was veel 'oud zeer'.

Veel pestgedrag wordt veroorzaakt doordat kinderen elkaar niet echt kennen of denken dat ze alleen staan terwijl ze erbij willen horen. Daarom hebben we met deze groep al onze werkvormen ingezet waarbij de kinderen elkaar beter leren kennen en zichzelf echt durven laten zien. Deze soms kwetsbare vormen, waarin kinderen aan elkaar laten zien wat ze hebben meegeemaakt en wat ze voelen, creëerden de openheid voor



Van links naar rechts: Ingrid Nagtzaam, Merlijn Wentzel, Marc Lammers en Natasja de Kroon.

Ingrid, Merlijn en Natasja zijn de auteurs van *Het Inspiratieboek voor een gelukkige klas* waarvan inmiddels de derde druk is verschenen. Op de foto overhandigen zij het eerste exemplaar aan Marc Lammers (Nederlands hockeycoach en voormalig hockey-speler).

De auteurs vormen samen geluksvogels.org.

Geluksvogels zetten zich in voor een gelukkige tijd voor ieder kind. Thuis, op school en in de opvang. Ze zijn inzetbaar voor professionalisering in onderwijs en kinderopvang. Door middel van coaching, (team)trajecten, workshops, lezingen en studiedagen ondersteunen zij leerkrachten en scholen op weg naar een gelukkige groep.

Hannah nodig was om haar verhaal te vertellen.

In de groep zijn er talloze mogelijkheden om kinderen de gelegenheid te geven elkaar diepgaand te leren kennen met allerlei spelletjes die over jezelf gaan. Bijvoorbeeld: 'wat is waar?' Er staan drie beweringen op een kaartje; welke van deze beweringen is waar voor jou? Of de 'ik-tafel': elk kind richt een keer de ik-tafel in met spullen, foto's, verhalen over zichzelf. De leerkracht begint! Of je vraagt de ouders, opa/oma, de voetbaltrainer om een brief te schrijven over het kind: hoe zien zij het kind, van welke mooie eigenschappen mag de groep een jaar lang genieten?

Ook is het belangrijk om vaste patronen te doorbreken. Kinderen leren elkaar nog beter kennen als ze onverwachts moeten samenwerken met iemand die ze nog niet kennen. Vaak maken wij koppels door kinderen een lootje te geven, een puzzelstuk of een liedtekst waarbij ze op zoek moeten naar hun nieuwe partner(s).

Leid kinderen op tot experts

Als je wilt dat kinderen een (nog) sterkere band met elkaar krijgen en steeds meer verantwoordelijkheid nemen voor de sfeer in de groep, leid ze dan op tot experts in verbondenheid. Net zoals we ze kennis en vaardigheden bijbrengen op het gebied van rekenen, taal en wereldoriëntatie, kunnen we kinderen 'wijzer' maken t.a.v. de processen die bijdragen aan een gelukkige groep. Dat noemen we psycho-educatie.

In de groepen waar wij werken valt het ons bijvoorbeeld op dat veel kinderen het verschil tussen pesten en plagen niet precies kennen. Dan zeggen ze: 'Het was maar een grapje' terwijl het het andere kind echt pijn deed. Of er worden veel bijnamen gebruikt en de kinderen weten niet of ze dat nou leuk moeten vinden of niet. Ze lachen erom, maar diep vanbinnen voelt het niet fijn. In dit soort groepen is het goed om een heldere definitie van pesten te introduceren: 'Pesten is als de één het leuk vindt en de ander niet, plagen is als je het allebei leuk vindt.' (deze definitie komt van Charlotte Visch)

We hangen de definitie op in de groep en komen er elke keer op terug als er iets gebeurt. Telkens opent de leerkracht het gesprek: was dit pesten of plagen? En

dan kan het gebeuren dat een kind gepest heeft zonder dat hij dat zo had bedoeld. Dat kan gebeuren, dat geeft niet, maar je moet het wel goedmaken. Hierbij benoemen we dat het niet om schuld gaat, maar wel om verantwoordelijkheid.

En zo zijn er allerlei vaardigheden en woorden die kinderen moeten leren kennen. Gooi het maar eens in de groep tijdens een kringgesprek: wat betekent dat, 'geborgenheid' of 'je serieus genomen voelen'? Laat ze erover praten in tweetallen en laat ze onderzoeken hoe dat bij hen zelf zit, en bij de ander.

Troosten moet je leren

Fietsen, schaatsen, met mes en vork eten, dat zijn vaardigheden die we kinderen leren. Van een heleboel

10 wenken voor de gelukkige groep

1. Franken

De gelukkige leraar...

- laat zichzelf zien aan de kinderen.
- laat zien dat ze plezier heeft in het werken met de kinderen.
- doet dingen waardoor kinderen bewondering voor haar krijgen.
- laat zien dat ze goed is in haar vak.
- laat zien dat ze weet wat (deze) kinderen beweegt en wat ze nodig hebben.

2. Erkennen, troosten, realiteit

De gelukkige leraar...

- laat zich niet persoonlijk raken door emotionele reacties van kinderen.
- reageert niet meteen op heftig, emotioneel gedrag van kinderen, maar kijkt eerst wat de achterliggende bedoeling zou kunnen zijn (d.m.v. observeren, inleven, vragen).
- biedt eerst erkenning en troost voor de gevoelens van het kind.
- gaat pas als het kind weer rustig is in gesprek om te komen tot inzicht, alternatieve reacties, leermomenten etc.

3. In de schoenen van

De gelukkige leraar...

- investeert in het inleven in kinderen (daadwerkelijk doorvoelen hoe het is om dit kind te zijn) om kinderen beter te begrijpen en meer contact te krijgen.

- gebruikt inleven als hulpmiddel/instrument (naast observeren, gesprekken etc.) om het inzicht in het kind te vergroten en daardoor het handelen beter af te kunnen stemmen.
- Gebruikt inleven om oordelen makkelijker los te kunnen laten.

4. Alledaagse problemen serieus nemen

De gelukkige leraar...

- inventariseert regelmatig (d.m.v. observatie, inleving, gesprekken) waar kinderen tegenaan lopen.
- heeft zelf geen oordeel over het belang of de legitimiteit van deze alledaagse problemen (het een is niet belangrijker dan het ander, niet bagatelliseren).
- maakt er een gewoonte van om samen met de kinderen oplossingen te zoeken voor deze alledaagse problemen.

5. Vraag het de kinderen

De gelukkige leraar...

- bedenkt geen oplossingen zonder de kinderen daarbij te betrekken.
- specialiseert zich in het begeleiden van het proces (onderzoekende vragen stellen, veiligheid garanderen, kinderen elkaars perspectief laten zien, aansturen op samenwerking en meedenken).

andere belangrijke vaardigheden, zoals delen, voor elkaar opkomen, doorzetten, rekening houden met elkaar, hopen we vooral heel erg dat kinderen erover beschikken. Maar vergeten we soms niet om ze hierin ook wegwijs te maken? Troosten is ook zo'n belangrijke vaardigheid. Essentieel om te oefenen ook, want wie een ander kan troosten, kan ook zichzelf troosten.

Een onderbouwleerkracht in een van onze trajecten vertelt hoe ze het schooljaar startte met drie knuffels. Veel kinderen moesten erg wennen en hadden haar (troost) nog vaak nodig. Dus besloot ze dat de knuffels dienst konden doen als troostknuffel. Inmiddels geven kinderen elkaar een knuffel als ze zien dat de ander dat nodig heeft. En wat blijkt? Juist de kinderen die het lastig vin-

den om zich in te leven in een ander zijn heel alert op het aanreiken van de troostknuffel. En om te vragen of het weer zonder knuffel gaat.

Op een school zagen we de 'buddy-bank'. Een bank op het schoolplein waarop je kunt gaan zitten als je je alleen voelt of hulp nodig hebt. Een handig hulpmiddel om duidelijk te maken dat je iemands steun kunt gebruiken!

Met een activiteit of les kun je bepaalde vaardigheden aanleren of oefenen, maar pas als deze ook worden toegepast in 'het echte leven' vindt een interne verandering plaats. Tijdens een fikse ruzie op het schoolplein zitten de kinderen in de emotie die hen soms verwij-

6. Ja zeggen

De gelukkige leraar...

- vindt eigen initiatief, autonomie, zelfredzaamheid, oplossingsgerichtheid van kinderen belangrijk en heeft daardoor de neiging om eerst ja te zeggen als kinderen met een idee komen. Pas daarna gaat ze vragen stellen om kinderen te helpen hun plannen te toetsen aan de realiteit.
- gebruikt 'Tijd-Ruimte-Criteria' om met kinderen het speelveld te bepalen.

7. Psycho-educatie

De gelukkige leraar...

- geeft kinderen taal om over gevoelens te praten.
- geeft kinderen informatie over belangrijke psychologische processen en laat ze er, in een veilige setting, ervaring mee opdoen (bijvoorbeeld concentreren, doorzetten, omgaan met frustratie, goedmaken).
- leert kinderen het verschil tussen pesten, plagen en ruzie maken en leert ze hiervoor verantwoordelijkheid te nemen.
- leidt kinderen op in weerbaarheid, leert ze hoe ze op een goede manier weerbaar kunnen zijn.

8. Taal als tool

De gelukkige leraar...

- realiseert zich dat taal (en de toon/uitstraling waarmee iets gezegd wordt) grote impact kan hebben en let daarom op haar woorden.
- gebruikt de taal van de gelukkige groep om op elk moment (ook als het moeilijk is) de boodschap over te brengen zonder het kind af te keuren.

- stapt af van overtuigen, preken, straffen, (cynische) grapjes en het inzetten van macht.
- richt zich met haar taal op het bieden van uitzicht en een uitweg.

9. Jezelf terugfluiten

De gelukkige leraar...

- weet wanneer zij zelf geraakt wordt (en dus niet meer beschikbaar is als pedagoog) en weet wat ze dan moet doen.
- is zich bewust van haar eigen oordelen en triggers en durft deze onder ogen te zien.
- gebruikt zo nodig collega's om weer in balans te komen.
- is in staat om daarna het contact met het kind weer op te pakken.

10. Vrolijk volhouden

De gelukkige leraar...

- realiseert zich ten diepste dat elk kind het zo goed mogelijk doet en dat elk kind recht heeft op een volwassene die volhoudt om contact te maken.
- weet ook dat zij die volwassene niet kan zijn als ze niet eerst voor zichzelf zorgt. Ze weet wat ze nodig heeft (van collega's, van de schoolleider, van thuis...) om het met het kind vol te kunnen houden.
- heeft de moed om het (op tijd) toe te geven als ze het niet meer vol kan houden en realiseert zich dat ze dan op zoek moet naar een andere volwassene voor dit kind.

dert van de gewenste reactie die ze eigenlijk wel kennen. En juist dan hebben ze ons nodig. Een volwassene die juist dan liefdevol begrenst, erbij is, helpt, vragen stelt en informatie geeft. Daarom is werken aan verbondenheid geen methode, maar draait het vooral om de pedagogische basishouding van de leerkracht, de hele dag door.

Bijna niets werkt goed van bovenaf, behalve het goede voorbeeld!

Ken je dat? Van die dagen dat je zo druk bent met instructie geven, je programma afkrijgen, naar de bieb, naar gym... dat je geen tijd hebt voor de steeds terugkerende conflictjes tussen kinderen. Geen tijd om een kind te troosten dat teleurgesteld is in zijn vriend... Het kan dan lijken alsof al deze dingen je afleiden van je eigenlijke taak. Maar zijn niet juist onze interventies op deze momenten het belangrijkste onderdeel van ons werk als pedagoog? Zijn dit niet de momenten waarop wij het verschil kunnen maken? Omdat juist op die momenten kinderen iets heel belangrijks kunnen leren en jij hen daarbij kunt helpen. Soms kan je het gevoel bekruipen dat je hierdoor de hele dag bezig bent met deze 'conflicten'. Dat is in het begin ook even zo. Het is een investering voor de lange termijn. Wie volhoudt zal merken dat er steeds minder vaak problemen zijn en dat ook het gevoel 'politieagent' te zijn langzaam verdwijnt.

Taal als tool

Taal is een belangrijk hulpmiddel voor een leerkracht om het goede voorbeeld te geven. Met je taalgebruik kun je bijvoorbeeld laten zien dat je niet oordeelt over kinderen – ook niet over kinderen die moeilijk of storend gedrag vertonen. Waardoor de kinderen ook minder de neiging zullen hebben om over elkaar te oordelen en elkaar dus uit te lachen, competitief te zijn, alles 'eerlijk' te willen hebben, te klagen over elkaar. We geven een paar voorbeelden.

Je hebt waarschijnlijk wel eens een kind in de groep waarmee je goed in gesprek bent over zijn gedrag. Hij werkt er ook aan, doet zijn best en gaat ook vooruit... en toch overkomt het hem nog regelmatig. Je kunt het niet laten gaan, maar je weet dat het voor dit kind niet helpt om er nu weer een heel punt van te maken. Op zo'n moment is 'vergissing' een heel handig woord. Je zegt bijvoorbeeld: 'Nu zag ik jou slaan, dat kan natuurlijk niet... of was het een vergissing?' Je zult merken dat kinderen vaak dankbaar zijn voor deze uitweg en opgelucht beamen: 'Ja, het was een vergissing, juf.' Ze kunnen toegeven wat ze gedaan hebben zonder gezichtsverlies te lijden. Ben je bang dat kinderen misbruik zullen maken van deze ruimtegevende oplossing?

Als je een goede band hebt met het kind, is die kans niet zo groot. Want hij wil net zo goed als jij dat het beter met hem gaat. Deze reactie geeft hem de kans om opnieuw te proberen het goede te doen, wetende dat zijn leerkracht hem steunt.

Met ons taalgebruik kunnen we het zware licht maken: 'Natuurlijk vind je dat nog lastig, maar gelukkig ben je op de goede weg...' Taal helpt ons ook om kinderen het gevoel te geven dat we ze gezien hebben en dat we hun gedachten en gevoelens erkennen: 'Je moet je wel heel erg rot voelen dat je...' Onze taal is een prachtig instrument om kinderen te verbinden en op elkaar te betrekken. En om het gedrag van kinderen positief te duiden in plaats van het te veroordelen.

Tien wenken voor de gelukkige groep

Samen met de kinderen bouwen aan een gelukkige groep is niet samen te vatten in enkele oefeningen of een methode. Het is een werkwijze, een uitgangspunt. Als we werken met scholen maken we gebruik van de '10 wenken voor de gelukkige groep'; tien handreikingen die een leerkracht kunnen ondersteunen op weg naar een gelukkige groep. Aan de hand van de tien wenken gaan we met leerkrachten en schoolleiders om. Wat betekent het nu echt om kinderen de ruimte te geven zelfstandig te zijn, hun zelfrespect te stimuleren en vol zelfvertrouwen met elkaar samen te werken aan een gelukkige groep? Wat betekent dat voor jouw rol in de groep? Daar waar jij dacht alles zelf te moeten regelen ervaar je de verademing van het samen met de kinderen werken aan het groepsklimaat. Daar waar je vroeger 'een uurtje aan sociaal-emotionele vorming' werkte, leer je om sociale vaardigheden en het stimuleren van de emotionele ontwikkeling te integreren in je dag. Is dat een makkelijke weg? Dat niet. Maar gelukkig hoeft je het niet alleen te doen. De kinderen staan klaar om samen op pad te gaan. Vanaf nu: samen met de kinderen in een gelijkwaardige relatie aan de slag. *Be the change you want to see in the world!* <

Geluksvogels zetten zich in voor een gelukkige tijd voor ieder kind. Thuis, op school en in de opvang. Ze zijn inzetbaar voor professionalisering in onderwijs en kinderopvang. Door middel van coaching, (team)trajecten, workshops, lezingen en studiedagen ondersteunen zij leerkrachten en scholen op weg naar een gelukkige groep.