

FONTYS MASTER SEN

MEI 2011

Communicatie rondom een training Beter Omgaan met Faalangst



Studiecoach: C. van Ommeren

Student: Gerda de Bree, Nistelrode

Studentnummer 1359066

Samenvatting

Naar aanleiding van hetgeen ik ervaren heb bij leerlingen van wie ik weet dat zij faalangst hebben, ben ik in de veronderstelling dat de communicatie¹ over begeleiding van faalangstige leerlingen binnen Den Bongerd niet optimaal verloopt. Ik wil vanuit dit standpunt onderzoeken wat er binnen Den Bongerd kan verbeteren op communicatief gebied m.b.t. de faalangsttraining.

Ik heb het verloop van de selectie van faalangstige leerlingen gevolgd en ben ga kijken hoe de informatiestroom verliep. De betrokken partijen daarbij zijn ouders, leerlingen en docenten. Het groepje leerlingen dat de training volgt, bestaat uit 6 leerlingen. Vandaar dat zes ouders bij het onderzoek betrokken zijn. Er zijn vragenlijsten aan alle docenten uitgedeeld. Daarvan zijn er 24 stuks geretourneerd. De manier van selecteren verloopt goed: mentoren zijn erbij betrokken en ouders worden op tijd geïnformeerd. Informatie over wat er bij de training gebeurt ontbreekt, zowel bij ouders als bij docenten. De faalangst van de zes leerlingen is na de training verminderd. Echter om dit effect te behouden, zal nodig zijn dat docenten weten wat zij praktisch in lessituaties kunnen doen voor betrokken leerlingen. Daaraan blijkt onder docenten behoefte te zijn. Mijn aanname dat de communicatie niet optimaal verloopt wordt door het onderzoek voor een gedeelte bevestigd.

De vraag is of de leerlingen dat wat zij nu geleerd hebben, zullen toepassen in het verdere verloop van hun schoolloopbaan. Om dat te kunnen vaststellen zal een vervolgonderzoek moeten plaatsvinden wat herhaald zal moeten worden in het derde en vierde leerjaar. Ik doe daar voorstellen voor aan mijn leidinggevende, evenals een aantal aanbevelingen voor de huidige situatie.

De resultaten van het onderzoek zijn gebaseerd op de groep leerlingen die aan de faalangsttraining aan Den Bongerd hebben deelgenomen en de docenten werkzaam aan Den Bongerd. Willen de resultaten op breder vlak gelden zal vervolgonderzoek nodig zijn.

¹Binnen het begrip communicatie wordt onderzocht wat men binnen Den Bongerd verstaat onder faalangst, hoe de uitwisseling van informatie m.b.t. de BOF-training plaatsvindt en wat de handelingen van docenten zijn n.a.v. de BOF-training.

Inhoud:

Samenvatting	2
Inhoudsopgave	3
Hoofdstuk 1 Aanleiding en Probleemstelling	6
1.1 Aanleiding van het onderzoek	6
1.2 Verkenning	6
1.3 Doelstelling van het onderzoek	8
Hoofdstuk 2 Theoretische onderbouwing	10
2.1 Inleiding	10
2.2 Faalangst	10
2.3 Faalangsttheorieën	11
2.4 Type mens	12
2.5 Gevolgde theorieën in onderzoek	15
2.6 Inclusie en passend onderwijs	16
2.7 Passend onderwijs en Den Bonger	17
2.8 Internationalisering	18
Hoofdstuk 3 Onderzoeksmethodologie	21
3.1 Context	21
3.2 Doelgroep en respondenten	21
3.3 De onderzoeksstrategie en –methode	22
3.4 De opzet van het onderzoek	23
3.5 Dataverzameling	24
3.6 Triangulatie	25
3.7 Onderzoekperiode	25
3.8 Betrouwbaarheid en validiteit	26
3.9 Ethiek	27
Hoofdstuk 4 Data analyse en resultaten	28
Deelvragen	
4.1 Op welke wijze verloopt de selectie van leerlingen voor de faalangsttraining?	28
4.2 Op welke wijze worden ouders betrokken bij de selectie?	28
4.3 Zijn docenten op de hoogte van de faalangst en de training?	29

4.4a	Welke rol spelen trainers in het verhaal van het doorspelen van informatie?	31
4.4b	Hoe ervaren de leerlingen het gedrag van docenten op basis van het feit dat die wel of geen informatie hebben gekregen?	32
4.5	Hadden de geselecteerde leerlingen faalangst vooraf aan de training?	32
4.6	In hoeverre hadden de leerlingen na de training nog faalangst?	35
Hoofdstuk 5 Conclusies		37
5.1	Op welke wijze verloopt de selectie van leerlingen voor de faalangsttraining?	37
5.2	Op welke wijze worden ouders betrokken bij de selectie?	37
5.3	Zijn docenten op de hoogte van de faalangst en de training?	37
5.4a	Welke rol spelen trainers in het verhaal van het doorspelen van informatie?	38
5.4b	Hoe ervaren de leerlingen het gedrag van docenten op basis van het feit dat die wel of geen informatie hebben gekregen?	39
5.5	Hadden de geselecteerde leerlingen faalangst vooraf aan de training?	40
5.6	In hoeverre hadden de leerlingen na de training nog faalangst?	41
5.7	Hoe kan ik het effect van de training optimaliseren binnen onze school?	42
Hoofdstuk 6 Evaluatie		44
Literatuurlijst		48
Bijlagen		
bijlage 1	Uitnodiging ouders algemene ouderavond sociaal-emotionele trainingen	49
bijlage 2	Verslag algemene ouderavond sociaal-emotionele trainingen	51
bijlagen 3 t/m 8	Verslagen intakegesprekken en handelingsplannen van leerlingen die BOF-training volgen	53
bijlage 9	Vragenlijst leerlingen voor aanvang BOF-training	71
bijlage 10	Vragenlijst leerlingen na BOF-training	75
bijlage 11	Vragenlijst docenten	79

bijlage 12	Vragenlijst ouders	82
bijlage 13	Antwoorden item “anders” van leerlingen, docenten en ouders	86
bijlage 14	Lichamelijke kenmerken faalangst , genoemd door leerlingen, ouders en docenten	88
bijlage 15	Gedragmatige kenmerken faalangst genoemd door leerlingen, docenten en ouders	90
bijlage 16	Brief België	92
bijlage 17	Lichaamstaal bij leerlingen die deelnemen aan BOF-training	95

Hoofdstuk 1

Aanleiding en probleemstelling

1.1 Aanleiding van het onderzoek

Vijf jaar geleden ben ik op Den Bongerd (zorglocatie VMBO te Oss met LWOO²) gestart na al ongeveer twintig jaar in het voortgezet onderwijs werkzaam te zijn geweest. Ik had een vaste benoeming opgezegd. Na een aantal weken sloeg de angst bij mij toe: een aantal klassen kon ik maar moeilijk “handelen”, ik kreeg met situaties te maken die ik nooit verwacht had en me erg aangrepen, het lesgeven en begeleiden ontglipte me terwijl ik juist daarom op Den Bongerd was gestart. Kortom: ik stond op met buikpijn, kwam doodvermoeid thuis en vroeg me af waar ik aan was begonnen.

Door veel met collegae te praten, goed te luisteren, dingen uit te proberen en eerlijk tegenover mezelf te zijn overwon ik de angst en ging alles geleidelijk aan beter.

Misschien dat deze situatie voor mij aanleiding is geweest om “faalangst” als onderwerp van mijn eindopdracht te nemen. Ook nu herken ik die zeker mate van faalangst in mijzelf: “Hoe moet ik starten, kan ik het wel, waar moet ik het allemaal vandaan halen?” Ik vertoon ook een zekere mate van vluchtgedrag door regelmatig over te gaan op andere zaken en bang te zijn om iets op “papier” te zetten. Een en ander zie ik terug in het gedrag van veel leerlingen binnen Den Bongerd. Binnen de school worden stappen ondernomen om dit gedrag op een positieve manier bij te sturen. Wat ik te weten wil komen vanuit het onderzoek is hoe de communicatie plaatsvindt tussen faalangsttrainer, docenten, leerlingen en in beperkte mate ouders. Daarbij wil ik proberen een antwoord te geven op de vraag: “Hoe kan ik het effect van de training optimaliseren binnen onze school?”

1.2 Verkenning

Heel veel leerlingen komen op Den Bongerd met het etiketje “faalangstig”. Alle eerstejaars volgen de cursus “Rots en Water”.³

² Leerweg ondersteunend onderwijs (voortaan LWOO genoemd) betekent dat een school voor een leerling extra financiering ontvangt om de leerling beter te kunnen begeleiden.

³ Rots en Water is een sociale competentietraining die jonge mensen leert samenwerken, samen spelen, samen leven. Ze leren zich onafhankelijk op te stellen (Rots) en eigenkeuzes te maken, maar ook hoe ze met anderen kunnen werken, spelen en leven (Water).

Vanuit deze cursus, maar ook vanuit hetgeen de mentor hoort van collegae, zelf ervaart en wat de leerling aangeeft, wordt iemand doorverwezen naar een vervolgcursus. Dat is o.a. een training “Beter omgaan met faalangst”⁴.

Bij de intake (bijlagen 3 t/m 8) voor deze cursus wordt kort ingegaan wat faalangst voor betreffende leerling betekent (A. van Hinthum, persoonlijke mededeling, april 2010). Hieruit komen opmerkingen naar voren als: gespannen gevoel, niets op papier krijgen, moeilijk slapen. Verder wordt bij de intake ingegaan op de kenmerken van faalangst door te vragen wat een leerling voelt in zijn lijf op de momenten van faalangst. Bij de intake komt als één van de belangrijkste items naar voren wat de motivatie is van een leerling om een faalangsttraining te volgen. De trainers geven aan dat motivatie zeer belangrijk is. Ze beloven de leerlingen niet de faalangst weg te nemen, maar wel tips te geven hoe men beter met faalangst om kan gaan.

Na twee à drie bijeenkomsten is men van plan een ouderavond te organiseren. Op die avond wordt uitgelegd wat op de training met de kinderen wordt gedaan en welke opdrachten de kinderen mee naar huis krijgen. Daarbij wordt vermeld dat wat het kind ermee doet aan het kind zelf is. Ook aan de ouders wordt niet beloofd de faalangst weg te nemen, maar tips te geven hoe de kinderen beter met faalangst om kunnen gaan.

Drie items vinden de trainers heel belangrijk bij de training:

1. bewustwording (wat gebeurt er), waarbij veiligheid belangrijk is
2. ontspanningsoefeningen: wat kun je doen als je voor iets spannends staat.
3. planning m.n. voor proefwerken, schriftelijke overhoringen.

Tijdens de training wordt veel met elkaar gesproken. Er worden situaties besproken die de leerlingen zelf hebben aangedragen. Na die besprekingen worden oefeningen gedaan die betrekking hebben op de situaties. Alles wordt in principe altijd met de hele groep gedaan.

⁴ Beter Omgaan met Faalangst-training, vanaf nu BOF-training genoemd. Bij deze wordt leerlingen geleerd hoe hun faalangst beter te reguleren, via ontspanningsoefeningen en bespreken van helpende- en niet helpende gedachten

Aan het einde van de training wordt er met de leerlingen geëvalueerd, de ene keer mondeling de andere keer schriftelijk. Daarbij worden o.a. de volgende vragen gesteld: 1. Hoe heb je de training ervaren?

2. Waar heb je het meeste van geleerd?
3. Wat vond je niet leuk om te doen?
4. Wat is je mening over de training?

Het kan voorkomen dat de training is afgesloten, maar dat de trainers van mening zijn dat een leerling nog te weinig oefening heeft gehad. Het advies wordt dan gegeven om een vervolgtraining eraan vast te knopen. Dat kan inhouden dat de betreffende leerling nogmaals op school de training volgt, extern een training gaat volgen of een examenvreestraining gaat volgen op school of extern. De leerlingen wordt altijd verteld dat ze op korte termijn niet zo veel van het effect van de training zullen merken.

1.3 Doelstelling van het onderzoek

Ik wil in kaart brengen hoe op Den Bongerd de selectie plaatsvindt om faalangstige leerlingen een training te laten volgen, wat er bij zo'n training gebeurt en wat de vervolgstappen zijn na de training. Daarbij wil ik met name in beeld brengen hoe de communicatie tussen de betreffende leerlingen, trainers en overige docenten verloopt.

De hoofdvraag die ik me daarbij stel is: ” **Hoe kan ik het effect van de training optimaliseren binnen Den Bongerd?**” , waarbij als doelgroep ouders, docenten en leerlingen uit de onderbouw wordt genomen.

Via onderstaande deelvragen hoop ik deze hoofdvraag te kunnen beantwoorden.

Betrokkenheid bij de training:

1. Op welke wijze zijn docenten en mentoren betrokken bij de selectie van kinderen voor faalangsttraining?
2. Op welke wijze worden ouders betrokken bij de selectie?

Bekendheid met de training:

3. Zijn docenten op de hoogte van de faalangst en de training?
- 4a. Welke rol spelen trainers in het verhaal van het doorspelen van informatie aan ouders en docenten, gericht op het omgaan met de faalangst van de leerlingen?
- 4b. Hoe ervaren de leerlingen het gedrag van docenten op basis van het feit dat die wel of geen informatie hebben gekregen?

Effect van de training:

4. Hadden de geselecteerde leerlingen faalangst vooraf aan de training?
5. In hoeverre hadden de leerlingen na de training nog faalangst?

Hoofdstuk 2 : Theoretische onderbouwing

2.1 Inleiding

In onze Westerse maatschappij hangt onze waarde af van wat we presteren. De onzekerheid over de afloop van die prestatie kan als ondraaglijk worden ervaren. Een mogelijke reactie daarop:

1. Men gaat tegen het bedreigende gevoel vechten (gevoel van woede).
2. Men vlucht voor het bedreigende gevoel weg (verlamningsgevoel).

Op een gegeven moment komt men in een vicieuze cirkel terecht: door te denken dat men iets niet kan, wordt de kans op een goede afloop kleiner. Faalangst is dan vooral de angst dat er zal gebeuren wat men al verwachtte dat er zou gebeuren. Bij mislukken heeft men een extra reden om de volgende keer te twijfelen aan zijn capaciteiten (van Essen en Schouwenburg, 2008)

2.2 Faalangst

Het kernbegrip in de inleiding is faalangst. Nieuwenbroek, Ruigrok en de Vries, (1996, p. 11;12) geven de volgende kenmerken van faalangst:

1. Het is een vorm van angst die ons helpt om de situatie juist in te schatten.
2. Faalangst heeft een negatieve invloed op het leveren van prestaties.
3. Faalangst komt voor in drie vormen die elkaar kunnen overlappen.
 - Faalangst voor cognitieve taken: de leerling is bang ergens aan te beginnen uit angst voor een negatieve beoordeling van deze prestaties.
 - Sociale faalangst: deze komt voort uit de angst afgewezen of negatief beoordeeld te worden door groepen die belangrijk voor je zijn.
 - Motorische faalangst: angst bij het uitvoeren van fysieke handelingen
 - Mengvormen van bovenstaande items.

In Nederland heeft 12 procent van de kinderen last van faalangst (van Essen en Schouwenberg, 2008)

Na onderzoek blijkt faalangst 2 maal vaker voor te komen bij meisjes dan bij jongens.

Voor iedereen, dus ook voor niet-faalangstigen, kan het voorkomen dat men in een situatie waarin men beoordeeld wordt plotseling heel angstig wordt. Onderzoek op dit gebied heeft geleid tot diverse theorieën.

2.3 Faalangsttheorieën

Faalangst(van Essen en Schouwenburg, 2008) kan voortkomen uit een proces dat men doorstaan heeft met veelvuldige negatieve ervaringen. Interessant is dan de vraag wat het meest in de weg zit op die faalangstige momenten. Er zijn meerdere theorieën ontwikkeld die op die vraag een antwoord proberen te geven.

A. Prestatiemotivatietheorie (Atkinson, 1957, 1983; Raynor & Entin, 1982)

Deze theorie gaat ervan uit dat faalangstigen de neiging hebben om succes toe te schrijven aan iets buiten henzelf en mislukking aan iets binnen zichzelf, aan hun eigen onkunde.

B. Theorie van het spanningsmodel (Levantahl, 1965)

Deze theorie gaat uit van een aangeboren emotionele gevoeligheid. Om de angst te overwinnen, moet men leren ontspannen.

C. Theorie van het interferentiemodel (Wine, 1971)

Hierbij gaat men uit van faalangst als een aangeleerde denkgewoonte, ontstaan door eerdere negatieve beoordelingssituaties.

D. Theorie van het stressmodel (Lazarus, 1966; van der Ploeg, 1990)

Men ziet hier faalangst als persoonlijkheidstrek, een voorbijgaande toestand. Een goede voorbereiding op een beoordelingssituatie en piekeren ombuigen tot aandacht voor de taak, zijn hierbij van groot belang.

E. Theorie van het vaardigheidsmodel (Redmond & Bunyi, 1992)

Faalangst is bij deze theorie een logisch gevolg van het niet goed voorbereid zijn voor een taak

F. Theorie van het zelfregulatiemodel (Spielberger,1985)

Bij deze theorie wordt uitgegaan van faalangst als State (aangeleerd) en faalangst als Trait (aangeboren). Men bedoelt daarmee dat hetgeen is aangeleerd kan worden afgeleerd, maar dat wat is aangeboren moeilijk valt te veranderen.

De mens heeft de behoefte om succes na te streven minus de behoefte om mislukken te vermijden.

In het onderzoek worden aspecten betrokken van het zelfregulatiemodel (achterhalen hetgeen is aangeleerd), het stressmodel (bekijken welke hulp geboden wordt door docenten), de interferentietheorie (nagaan wat leerlingen onder faalangst verstaan). Hoe die aspecten worden opgepakt bij de training, is sterk afhankelijk van het type persoon (mens) wat een leerling is. De eigenschappen van een persoon, het type dat iemand is, bewerkstelligt hoe iemand opgaat in een taak. De keuze tot het gebruik van bovengenoemde modellen in het onderzoek komt voort uit eigen ervaringen: wat is aangeleerd kan worden afgeleerd, hulp kan leiden tot gedragsverandering, zelf de vorm van faalangst herkennen kan leiden tot acceptatie waardoor verandering in gedrag kan optreden.

2.4 Type mens

De onderwijspsychologen Covington en Omelich (1991) en de faalangstdeskundige Depreeuw (1998) onderscheiden 4 typen mensen:

1. De op succes gericht. Men vindt succes nastreven belangrijker dan het vermijden van mislukkingen. Deze mensen zien mislukking als een tijdelijke hindernis. Zij zijn gefocust op het vergroten van hun eigen deskundigheid en zien prestatietaken als een uitdaging.
2. De actief-faalangstigen. Deze mensen hebben de neiging om succes na te streven én om mislukkingen te voorkomen. Zij zien een mislukking als een ramp en hebben twijfels over hun eigen deskundigheid.
3. De passief faalangstigen. Deze mensen willen eerder mislukkingen vermijden dan succes behalen. Men werkt bewust minder hard en schrijft falen dan toe aan onvoldoende inzet. Prestatietaken zijn onaantrekkelijk en bedreigend.

4. De mislukking aanvaarders. Deze mensen staan onverschillig t.o.v. prestatie, waardoor slechte resultaten behaald worden.

Hoe komt het nu dat slagen en mislukken zo belangrijk zijn? Volgens Covington en Omelich (1991) ligt daar de gedachte onder dat men alleen meetelt als men iets presteert. Faalangst is dan de angst om sociaal niet geaccepteerd te worden.

Bij de ontwikkeling tot een bepaald type mens, is de invloed van ouders groot. Drs. Mirjam Westerman (Ortho-consult, 2010) zegt hierover: “ *Kinderen zijn vanaf hun geboorte loyaal naar hun ouders toe. Dat betekent dat kinderen hun best zullen doen om hun ouders niet af te vallen. Deze loyaliteit zit soms diepgeworteld. Vaak zal deze loyaliteit een positieve uitwerking hebben. In sommige gevallen kan deze loyaliteit negatief uitwerken. Wanneer één of beide ouders last heeft van faalangst, dan merkt een kind dat.*

Kinderen maken hun ouders in situaties mee waarin de ouders faalangstig gedrag vertonen. Wanneer een kind vervolgens in een vergelijkbare situatie komt, zal het moeilijk zijn om zelfverzekerd op te treden. Onbewust kan het kind het gevoel krijgen dat het zijn ouders afvalt als hij de faalangst niet overneemt”.

Gezinsinvloeden

In een gezinsklimaat waarin negatieve kritiek overheerst (omgevingsfactoren), zal een kind met aanleg voor faalangst nog onzekerder worden (Nieuwenbroek, 1996).

Het gezinsklimaat in combinatie met de aanleg maken de persoonlijkheid van iemand. Ook aangeleerde hulpeloosheid, die optreedt als ouders steeds de problemen van hun kind willen oplossen, leidt vaak tot faalangst.

Dat betekent dat er angst kan ontstaan als “State” (wat is aangeleerd, kan worden afgeleerd) of angst als “Trait” (wat is aangeboren, is moeilijk te veranderen). Is angst vastgesteld dan moet men kijken via systematische observaties en via gesprekken waarin de leerling zijn denk- en leefwereld verheldert, welke van die twee vormen van toepassing is. Daarbij moet in acht worden genomen dat de leerling en de leerkracht al ervaringen en ideeën hebben opgedaan voordat ze elkaar ontmoetten. Deze ervaringen en ideeën bepalen in eerste instantie hoe de interactie tussen beiden gaat verlopen. Zodra men gedrag van een leerling gaat interpreteren moet men zich afvragen:- wat draag ik bij aan het gedrag ?

- wat draagt de omgeving bij aan het gedrag?

Cultuurinvloeden

Zoals hierboven vermeld, bouwt het kind vanuit een gezinssituatie waarden en normen op. Ook de cultuur waarvan iemand deel uitmaakt leert een kind bepaalde waarden en normen (Nieuwenbroek, 1996,). Het idee niet aan de waarden en normen van de overheersende cultuur te kunnen voldoen, kan faalangst oproepen bij kinderen die niet in hun moederland wonen, maar ook bij kinderen die binnen hun land naar een totaal andere streek zijn verhuisd. Deze verschillen kunnen zich voordoen in vijf verschillende dimensies (Hofstede, 1995) :

- masculiniteit tegenover feminiteit. Een faalangstige leerling is slechts te begeleiden als we aansluiten bij de masculiene cultuureigenschappen van snel en duidelijk ingrijpen en het geven van adviezen en richtlijnen.
- machtsafstand. Hiërarchische verschillen binnen de omgangsnormen zijn in het Nederlands onderwijs vaak niet te onderscheiden (bijvoorbeeld weinig of geen verschil in kleding van de conciërge en de directeur). Dit kan iemand uit een cultuur met een grote machtsafstand onzeker maken, maar ook andersom.
- individualiteit tegenover collectiviteit. Afhankelijk van uit wat voor soort groep men afkomstig is, zal iemand pas een eigen mening geven wanneer dat uit naam van die groep gevraagd wordt. De vraag of wel / geen eigen mening verwacht wordt, kan een faalangstig gevoel veroorzaken.
- onzekerheidsvermijding. Te veel structuur wordt als knellend ervaren en onzekerheden juist als uitdagend en inspirerend. Dit kan bij leerlingen met een hoge onzekerheidsvermijding faalangst veroorzaken, omdat juist zij duidelijkheid en eenduidigheid nodig hebben.
- korte termijngerichtheid tegenover lange termijngerichtheid. Voor mensen met een lange termijngerichtheid is doorzettingsvermogen op lange termijn belangrijker dan resultaat op korte termijn. Dit kan faalangstige gevoelens veroorzaken in lessen bij leerkrachten voor wie resultaat op korte termijn belangrijk is.

Zelf probeer ik als leerkracht in te spelen op lange termijngerichtheid, door bij mondelinge beurten te onderstrepen wat een leerling weet, door aan te geven dat het belangrijk is stof bij te houden, door behandelde dingen te herhalen. Ik hoop op die manier te bereiken dat een leerling niet bij de pakken neer gaat zitten als een schriftelijke overhoring een keer wat slechter is gemaakt, maar juist doorzet en merkt dat een keer een slechter cijfer halen niet erg is.

Voor mij persoonlijk geldt dat wanneer op korte termijn resultaat te zien moet zijn, ik faalangstig wordt. Ik moet gelegenheid hebben langzaam aan duidelijk te krijgen hoe ik iets kan aanpakken. Als ik iets even kan laten rusten, krijg ik juist meer moed de keer erna er volop mee aan de slag te gaan.

2.5 Gevolgde theorieën in onderzoek

Den Bongerd is een VMBO-school met leerwegondersteuning. De kinderen die aangemeld worden hebben naast leerproblemen ook sociaal-emotionele problemen, waaronder faalangst. Degenen die als zodanig Den Bongerd binnenstromen, hebben cognitieve of sociale faalangst en sommigen motorische faalangst. Zij zijn onder te verdelen in actief-faalangstigen, passief-faalangstigen en mislukking aanvaarders. Uit de training “Rots en Water” worden leerlingen geselecteerd voor een intakegesprek i.v.m. BOF-training. Bij deze training wordt uitgegaan van taal, lichaam en geest. Deze drie aspecten zijn terug te vinden in de faalangsttheorieën van § 2.1. Tijdens de training wordt gesproken naar helpende en niet-helpende gedachten (prestatie-motivatietheorie) en wordt geprobeerd het negatieve denken om te buigen (interferentiemodel). Er worden ontspanningsoefeningen aangeleerd (spanningsmodel). De trainer focust op taken en op de geest (vaardigheidsmodel en stressmodel). Dit door het piekeren over een taak proberen om te buigen tot aandacht voor een taak. Verder worden leerlingen van wie bij intake blijkt dat het gaat om faalangst als “Trait” niet toegelaten tot de training. Deze leerlingen worden doorverwezen naar een externe instantie.

Aangezien betrokken personen in het onderzoek hun eigen wereld construeren op basis van gebeurtenissen en ervaringen, is er bij het onderzoek sprake van het interpretatieve paradigma. De betrokkenen ontwikkelen zich constant, handelen op basis van interpretaties. De faalangsttheorieën behandeld in paragraaf 2.3 gaan in op ervaringen en gebeurtenissen en sluiten derhalve aan bij het interpretatieve paradigma: het bevragen van verschillende respondenten op basis van stellingen.

2.6 Inclusie en Passend onderwijs

Voorheen (tot de wijziging van de Interimwet op het speciaal onderwijs en het voortgezet speciaal onderwijs, 1985) kwamen kinderen met speciale onderwijsbehoeften al snel in het traject van speciaal onderwijs terecht. De reguliere setting kon niet voldoen aan hun specifieke behoefte. Leerkrachten werden geacht kennis over te dragen en niet meer dan dat. Zij beschikten niet over de kennis van het coachen en begeleiden van leerlingen, hetgeen meer nodig was dan kennisoverdracht.

In 1994 is de verklaring van Salamanca mede door de regering van Nederland ondertekend (Groeneweg 2004). Dit verdrag moet bewerkstelligen dat samen met ouders, volwassenen en leerlingen in hun directe leefomgeving onderwijs wordt aangeboden, wat tegemoet komt aan de diversiteit van behoeften van kinderen, met of zonder beperkingen. Dit betekent dat er een leeromgeving gecreëerd wordt binnen één school, die optimale, excellente leerervaringen aanbiedt, zowel cognitief als sociaal, voor alle leerlingen (inclusief onderwijs)

In de afgelopen jaren zijn hierin ook al vele initiatieven ondernomen. Door het project 'Weer samen naar school' is het initiatief gestart om het speciaal onderwijs terug te dringen en de zorg naar de leerlingen te brengen, in de vorm van de Leerling Gebonden Financiering (LGF), invoering van de Regionale Expertise Centra (REC) met ambulante begeleiding en het Leerwegondersteunend Onderwijs (LWOO).

Invoering van de wet Zorgplicht (augustus 2012) houdt in dat samenwerkingsverbanden de verplichting hebben om zorg op maat aan te bieden voor alle leerlingen. In het nieuwe systeem melden ouders hun kind schriftelijk aan bij de school van hun voorkeur. Daarbij geven zij aan dat hun kind extra ondersteuning nodig heeft. De school moet binnen 8 weken beslissen of een leerling wordt toegelaten. Als een school het kind niet kan toelaten, moet de school (of het schoolbestuur) een passende onderwijsplek op een andere school zoeken. Dat kan een gewone school zijn of een school voor speciaal onderwijs (www.rijksoverheid.nl/passend-onderwijs).

De kern van inclusief onderwijs houdt in dat er een verandering optreedt van denken over het mensbeeld: Hoe bekijken we kinderen met speciale onderwijs behoeften, willen we samen of apart onderwijs verzorgen? We zullen de ontwikkeling van kinderen gaan volgen via ontwikkelingsdoelen die door alle betrokkenen (leerlingen, ouders en school) worden vastgesteld. Veel scholen zullen geen afzonderlijke organisatie meer zijn, maar geïntegreerd in organisaties van zorg en welzijn.

Binnen de scholengemeenschap Het Hooghuis is deze ontwikkeling al gaande : de school Den Bongerd zal als school zijn bestaansrecht verliezen. Directie van Het Hooghuis beoogt nl. dat docenten van Den Bongerd gestationeerd gaan worden binnen reguliere locaties in zogenaamde schakelklassen. Met hun kennis en expertise moeten zij bewerkstelligen dat de voormalige "Bongerd-leerling" zal opgaan in een reguliere locatie.

Naar mijn mening zal het moeilijk zijn passend onderwijs op reguliere scholen te realiseren. Door gespecialiseerde docenten in te zetten op reguliere locaties en door docenten van reguliere locaties trainingen en opleidingen in de richting van speciaal onderwijs te laten volgen, zullen deze docenten weliswaar steeds meer capabel worden een leerling met een specifieke onderwijsbehoefte te begeleiden, maar een bepaalde groep leerlingen zal nog steeds dusdanig begeleid moeten worden dat die begeleiding niet binnen een reguliere locatie mogelijk is. De grootte van de school, de hoeveelheid leerlingen binnen een klas en het niet hebben van de specifieke middelen zal de oorzaak zijn dat niet aan de specifieke behoefte voldaan kan worden. Daarbij komen de steeds heftigere bezuinigingen op onderwijsgebied die het inzetten van specifieke leermiddelen bemoeilijken.

2.7 Passend onderwijs en Den Bongerd

Op dat moment komt de locatie Den Bongerd ter sprake. Den Bongerd past in het onderwijsproces veel structuur toe (zoveel mogelijk eenzelfde klasinrichting in alle lokalen, weinig schreeuwende kleuren, vaste opzet in de lessen). De locatie heeft klassen met maximaal 16 leerlingen en veel leerkrachten met een opleiding speciaal onderwijs. Verder is Den Bongerd de standplaats van het Dienstencentrum. In dit

Dienstencentrum zijn medewerkers vanuit meerdere disciplines werkzaam zoals: psychologen, orthopedagogen, remedial teachers, school-maatschappelijk werkster en gespecialiseerde docenten. Het Dienstencentrum verricht ook werkzaamheden t.b.v. het SVB (het Samenwerkingsverband Voortgezet onderwijs Brabant noordoost). Vanuit de functie van bovenschoolse zorgvoorziening van het SVB is het Dienstencentrum op deze wijze nauw verbonden met het SVB (site Het Hooghuis, locatie Den Bongerd, dienstencentrum).

Mocht de leerling zich niet binnen Den Bongerd kunnen handhaven, alle maatregelen ten spijt, wordt deze doorverwezen naar VSO. In mijn ogen is er op Den Bongerd dus sprake van passend onderwijs.

2.8 Internationalisering

Voor het onderdeel internationalisering heb ik contact gezocht met mevrouw Hoppenbrouwers (januari, 2011), remedial Teacher aan het Provinciaal Instituut Voedingsbedrijven Antwerpen (PIVA). Dit is een opleiding in de richtingen horeca-toerisme slagerij, banketbakkerij, hotel voor leerlingen in de leeftijd van 12 tot 20 jaar. Verder hebben zij een afdeling volwassenonderwijs. Ik heb haar een aantal vragen voorgelegd die betrekking hebben op de begeleiding van leerlingen met faalangst.

Op het moment dat een leerling zich aanmeldt bij PIVA krijgt de school niet automatisch de beschikking over het leerlingdossier van de vorige school. Zij krijgen slechts gegevens op speciale aanvraag via het CLB (Centrale Leerling Begeleiding). De gegevens die opvraagbaar zijn, betreffen het cognitieve gebied. Het gaat daarbij om leesstoornissen, ontwikkelingsstoornissen en leerachterstanden.

Verder wordt aan ouders, de leerlingen zelf en externe instanties om aanvullende informatie gevraagd.

Het is op de school wel bekend als een leerling kampt met faalangst. Die kennis heeft men via gesprekken met de leerling zelf, contact met ouders, observaties in lessituaties en, indien aangevraagd, dossiergegevens. Trainingen gebeuren echter alleen op individuele basis. Verder worden er met betreffende leerling gesprekken gevoerd en wordt er aandacht besteed aan faalangst via een gerichte studiemethode. Dit laatste gebeurt in groepjes van maximaal 5 leerlingen.

Naar mijn mening zal alleen een leerling met cognitieve faalangst hier baat bij hebben. Leerlingen met sociale faalangst, motorische faalangst of een combinatie van de drie vormen zal niet geholpen worden met deze studiemethode.

Een leerling komt in aanmerking voor de extra begeleiding op aanvraag van de leerling zelf, de ouders of een leerkracht. Verder gebruikt men de observaties tijdens de lessen studievvaardigheid.

Bij de gesprekken komen verschillende onderwerpen aanbod, waarvan als meest belangrijk zijn genoemd: - Wat gaat wel goed?

- Hoe kun je tot rust komen?
- Hoe kun je meer zekerheid creëren door via het anders bestuderen?

De communicatie tussen degene die de begeleiding op zich heeft genomen en de docenten verloopt via de mail en in de “wandelingen”. Er wordt slechts eenmaal aan verslaglegging gedaan.

Mevrouw Hoppenbrouwers gaf aan niet tevreden te zijn over de huidige gang van zaken. Zij vond de begeleiding te sporadisch en zag de begeleiding ook niet als echte faalangsttraining. Faalangstbegeleiding binnen school vind je bijna niet in België. Leerlingen die niet kunnen functioneren omdat ze last hebben van faalangst, worden doorgestuurd naar een erkende instantie die gespecialiseerd is in faalangsttraining. Die instantie kan echter ver van de eigen school vandaan zijn.

Als ik de situatie m.b.t. faalangstbegeleiding in België vergelijk met die in Nederland, ben ik van mening dat die in Nederland, hoewel nog niet optimaal, beter opgezet is dan in België. Op elke middelbare school in Nederland is tegenwoordig sprake van een zorgcoördinator, die n.a.v. dossiergegevens, gesprekken met ouders, overleg met mentoren een leerling doorverwijst voor een specifieke training m.b.t. faalangst. Ik ben op een open dag geweest van de PIVA-opleiding. Er was o.a. een rondleiding door de school georganiseerd. Daarbij kregen wij uitleg van leerlingen studierend aan de afdeling “Toerisme”. Bij de vraag hoe bij hen op school de begeleiding was georganiseerd, kwam steeds weer het cognitieve aspect in hun antwoord naar voren. Bij doorvragen bleek dat indien er problemen op ander gebied waren, een leerling

werd doorverwezen naar een externe organisatie. Dit blijkt dus te kloppen met het laatste stukje informatie van mevrouw Hoppenbrouwers. Mijns insziens is het beter die begeleiding binnen een school te geven, aangezien de faalangst vaak optreedt in schoolsituaties. Indien er vanuit school contact is met ouders, zullen zij misschien beter in staat zijn hun kind m.b.t. faalangst te begeleiden: zij zullen dan meer bekend zijn met situaties die zich binnen de schoolmuren afspelen.

Wat betreft de verslaglegging over de begeleiding zit er niet zo veel verschil tussen deze school in België en Den Bonger: de trainer maakt een verslag na de gevolgde training. Wat dan verder met die gegevens gebeurt en of docenten inspelen op de informatie is niet bekend. Dat is ook hetgeen ik persoonlijk nog mis bij Den Bonger: de mentor krijgt een verslag en moet dat doorspelen aan de lesgevende docenten van zijn klas. Of deze laatsten in de les dan iets gebruiken vanuit het verslag is niet bekend.

Hoofdstuk 3: onderzoeksmethodologie

3.1 Context

Het onderzoek vindt plaats op Het Hooghuis, locatie Den Bongerd. Deze school is een VMBO school en is zorglocatie binnen de scholengemeenschap Het Hooghuis. Dat wil zeggen dat zij gericht is op specialistische leerwegondersteuning.

De school heeft drie leerniveaus: basis-, kader- en theoretisch leerniveau. Een klas bestaat uit maximaal 16 leerlingen. In de onderbouw wil de school een aanvulling zijn op de zorg die op de andere Hooghuis locaties geboden wordt. De leerling wordt in principe op één van de andere locaties aangemeld. Indien men vindt dat de leerling meer dan gewone zorg nodig heeft, wordt hij / zij doorverwezen naar Den Bongerd.

3.2 Doelgroep en respondenten

Het onderzoek richt zich op het verloop van de communicatie tussen faalangsttrainer, docenten (mentoren) en ouders. Het doel is zicht te krijgen op hoe die communicatie verloopt en of er nog verbeterpunten zijn vast te stellen. In dit onderzoek worden:

1. lesgevende collega's en een coördinator van de "BOF" training geïnterviewd. leerlingen die deelnemen wordt gevraagd een vragenlijst (zie bijlage 9 en 10) te beantwoorden aan het begin van de training en aan het einde.
2. lesgevende docenten worden gevraagd in het begin van de BOF-training een vragenlijst in te vullen (zie bijlage 11).
3. ouders van leerlingen die de BOF-training volgen worden gevraagd aan het einde van de training een vragenlijst in te vullen (zie bijlage 12)

De leerlingen om wie het gaat zijn door mentoren aangemeld n.a.v. hun gedragingen bij de training "Rots en Water" (zie verkenning 1.2) Daaropvolgend heeft een intake gesprek plaats gevonden. Na de intake zijn uiteindelijk acht leerlingen geschikt bevonden de training te volgen. Twee van hen zijn leerlingen uit het tweede jaar voor wie de training door omstandigheden het voorgaande schooljaar niet door kon gaan.

De zes anderen zijn eerstejaars leerlingen⁵. De groep bestaat uit drie meisjes en drie jongens. De mentoren van de betreffende leerlingen hebben met hen doorgesproken waarom zij de training mogen volgen. Ook hun ouders zijn daarover ingelicht.

3.3 De onderzoeksstrategie en -methode

Tijdens de eerste trainingsbijeenkomst worden de betreffende leerlingen via een gesloten vragenlijst met antwoordcategorieën bevraagd. Dat zal aan het einde van de trainingen nogmaals gebeuren, waardoor vergelijkingsmateriaal wordt verzameld over de beleving van faalangst en de communicatie daarover met de omgeving van de leerling. Een enkele vraag wordt daarbij veranderd van beginsituatie in eindsituatie.

Verder is er voor gekozen de leerlingen de eerste en de laatste training te observeren daarbij met name lettend op hun lichaamstaal (zie bijlage 17). De observatie is ongestructureerd omdat gekozen is om gewoon waar te nemen wat er zoal gebeurt tijdens de observatie. Er is sprake van directe observatie, aangezien de betrokken leerlingen de observator zien. Wel is er ook sprake van verhulde observatie aangezien de geobserveerden niet bekend is gemaakt dat ze geobserveerd worden.

Tenslotte is er sprake van participerende observatie: de onderzoeker doet mee aan de activiteiten van de onderzochte personen, terwijl de leerlingen worden geobserveerd door een tweede trainer. Bij de interviews met lesgevende docenten wordt gebruik gemaakt van het halfgestructureerde interview (N. Verhoeven, 2008, blz. 126): er is een vragenlijst ontwikkeld met daarbij een aantal gegeven antwoorden waaruit gekozen kan worden ("topics"). Er is gekozen voor het afnemen van een interview met antwoord categorieën, waarbij ruimte is gelaten voor de eigen inbreng van de respondent.

.

⁵ Dat vooral eerstejaars leerlingen deelnemen aan de BOF-training komt voort uit de gewoonte binnen Den Bongerd dat als een leerling zo'n training heeft gevolgd, het opnieuw deelnemen aan een training geen nut heeft.

.

3.4 De opzet van het onderzoek

Het gekozen onderzoek is kwalitatief (N. Verhoeven, 2008, blz. 118 e.v.): Het onderzoek is niet gebonden aan het verzamelen van cijfermatige gegevens, de onderzoeker kan zich gedurende het onderzoek aanpassen aan de omstandigheden bijvoorbeeld deelname aan één of meerdere trainingsbijeenkomsten⁶, aanpassen van vragen. Bij de gebruikte dataverzamelmethode (observatie en deels open deels gesloten interviews) staat de beleving door de onderzochte centraal, de subjectieve betekenisverlening door de onderzochte.

1. Vooraf aan de training wordt de coördinator geïnterviewd. Het interview is in open vorm. Op die manier kan tijdens het interview worden ingesprongen op gemaakte opmerkingen. Vooraf heeft de interviewer de te bespreken thema's aan de coördinator doorgegeven. Dit om te voorkomen dat het gesprek alle kanten op kan gaan. Duidelijk wordt hoe de selectie, training en contacten volgens de coördinator van de BOF-training verlopen.

Alle eerstejaars leerlingen volgen de training Rots en Water. Na afloop komen trainers en mentoren samen om te bepalen welke leerlingen eventueel in aanmerking komen voor een training. Tijdens deze bijeenkomst vindt de eerste selectieprocedure plaats.

Ouders van de geselecteerde leerlingen worden uitgenodigd voor een algemene ouderavond waarbij uitleg wordt gegeven over de training "Rots en Water" (bijlage 1). Ouders krijgen van de betreffende trainer uitleg over de verdere voortgang en inhoud van de training.

2. Verder wordt de coördinator van de BOF-training om een verslag gevraagd van de intakegesprekken met de betreffende leerlingen (bijlagen 3 t/m 8)
3. Bij aanvang van de training wordt de deelnemers gevraagd een vragenlijst in te vullen. Daarbij wordt gevraagd naar de fysieke en mentale reacties van de leerlingen op momenten van faalangst en naar de communicatie over hun faalangst.
4. Aan het einde van de training wordt de leerlingen gevraagd diezelfde vragenlijst nogmaals in te vullen. Op die manier kan een vergelijk worden

⁶ meerdere bijeenkomsten bijwonen bleek in een later stadium praktisch gezien niet uitvoerbaar binnen de organisatie van Den Bongerd.

gemaakt. Er is zo sprake van surveyonderzoek met als strategie monitoring: er wordt op verschillende tijdstippen een vragenlijst afgenomen om de ontwikkelingen op het terrein van de BOF-training te volgen

5. Alle docenten wordt gevraagd een lijst in te vullen betreffende de manier waarop zij informatie krijgen over leerlingen met faalangst en wat zij onder faalangst verstaan. Dit is een schriftelijke vragenlijst met gesloten vragen, waarbij één open categorie “anders”. Er is bewust voor alle docenten gekozen, gezien het feit dat docenten die werkzaam zijn in het onderbouwteam handelingsplannen maken gebaseerd op de informatie van de basisscholen.

Mentoren van leerlingen in de bovenbouw baseren hun handelingsplannen op informatie uit voorgaande jaren.

Het is een halfgestructureerd interview. Er is een vragenlijst, maar er is ruimte voor de eigen inbreng van de respondent (Verhoeven 2002).

3.5 Dataverzameling

Het groepje deelnemers is een beperkt groepje leerlingen (aanvang 8 leerlingen, einde 6 leerlingen). Deze leerlingen en hun ouders is gevraagd een vragenlijst in te vullen. Zes leerlingen zitten in de brugklas, twee leerlingen in de tweede klas. Zij zijn geselecteerd n.a.v. het volgen van de training “Rots en Water”, dit na overleg tussen mentoren en trainers. Na de eerste bijeenkomst zijn in overleg met ouders, mentor, trainer en leerlingen zelf, twee leerlingen met de training gestopt: de betreffende leerlingen vonden zelf niet dat er bij hen sprake was van faalangst.

Om aan gegevens te komen voor het beantwoorden van de deelvragen, maak ik gebruik van een schriftelijke vragenlijst met gesloten vragen waarbij telkens één vraag met de categorie anders. Er is dan ruimte voor eigen inbreng van de ondervraagden.

De vragenlijst voor leerlingen bestaat uit 7 vragen. Iedere vraag is opgebouwd uit verschillende items. De eerst drie vragen hebben betrekking op wat de leerlingen onder faalangst verstaan en de lichamelijke- en gedragsmatige kenmerken die zij daaraan verbinden. Vraag 4 en 5 gaan over het feit of docenten wel / niet weten dat

De vragenlijst voor ouders is op eenzelfde manier opgebouwd als die van de leerlingen.

De gegeven antwoorden zullen per item geturfd worden en omgezet worden tot een grafiek. De grafieken van leerlingen en docenten en ouders zullen onderling vergeleken worden om overeenkomsten en opmerkelijke verschillen te constateren.

De onderzoeksgroep ouders bestaat uit 6 personen (N = 6)

De onderzoeksgroep docenten bestaat uit 24 personen (N = 24)

In het onderzoek is sprake van brontriangulatie Ponte (2006) doordat gelijksoortige vragenlijsten worden voorgelegd aan drie verschillende groepen. Verder wordt informatie gebruikt uit de onderzochte literatuur.

April 2010 interview coördinator BOF-training

December 2010 eerste selectie deelnemers BOF-training

Januari 2011	ouderavond verslaglegging intakegesprekken
Februari	afnemen vragenlijst leerlingen start BOF-training
Februari	afnemen vragenlijst collegae
April	afnemen vragenlijst leerlingen

3.8 Betrouwbaarheid en validiteit.

Over het onderzoek valt te zeggen dat de validiteit wordt beïnvloed doordat niet alle van invloed zijnde factoren kunnen worden gecontroleerd. Een leerling kan bij aanvang van de BOF-training net een hele negatieve ervaring gehad hebben, waardoor hij de training met bepaalde negatieve gevoelens binnenkomt. Het beantwoorden van de vragenlijst kan daardoor sterk beïnvloed worden. Ook hetgeen geobserveerd wordt kan positief of negatief beïnvloed zijn door iets wat die dag gebeurd is (N. Verhoeven, 2008).

Het aantal deelnemers aan het onderzoek is tevens te klein om algemene uitspraken te kunnen doen. De resultaten betreffen slechts deze groep en houden een tendens in.

Ook is er sprake van een minder externe validiteit: de deelnemende personen zijn geen getrouwe afspiegeling van de populatie op Den Bonger. De resultaten van het onderzoek zullen iets zeggen over de situatie op Den Bonger m.b.t. deze groep. Herhaling van dit onderzoek over een langere tijd en met meerdere groepen kan dit probleem ondervangen.

3.9 Ethiek

Bij aanvang van de training heeft de coach verteld dat alles wat tijdens de training werd besproken alleen bekend zou zijn binnen de trainingsgroep en de begeleidende docenten. Bij het uitreiken van de vragenlijst is vermeld dat die voor mijn studie gebruikt zou worden, maar zonder naamsvermelding.

Bij het uitreiken van de vragenlijst docenten is vermeld dat het niet verplicht was een naam erboven te zetten.

In de presentatie van de gegevens zullen de scores niet afleidbaar zijn tot individuen. Hiermee meen ik zorgvuldig te hebben gehandeld zodat er geen negatieve gevolgen van deelname aan het onderzoek kunnen ontstaan.

Hoofdstuk 4 Data analyse en resultaten

Alle data zijn verkregen door het laten invullen van vragenlijsten door leerlingen die de BOF-training volgen, docenten en ouders. De leerlingen hebben de vragenlijst tweemaal beantwoord: eenmaal bij de eerste trainingsbijeenkomst, eenmaal bij de laatste bijeenkomst. Het geven van meerdere antwoorden per vraag was mogelijk (zie bijlagen 9 en 10)

Deelvragen

4.1 Op welke wijze verloopt de selectie van leerlingen voor de faalangsttraining?

In de derde week van het schooljaar wordt gestart met de cursus Rots en Water. Bij de training is minstens één van de mentoren aanwezig. Na dertien weken volgt een evaluatievergadering, waarbij alle specifieke trainers, mentoren en een psychologe aanwezig zijn.

Vanuit deze vergadering worden leerlingen ingedeeld in eventueel te volgen trainingen. Daarbij wordt de stoornis van een leerling meegenomen. Alle leerlingen krijgen een intakegesprek met betreffende trainer. Na het intakegesprek wordt besloten of een leerling kan deelnemen aan een bepaalde training.

4.2 Op welke wijze worden ouders betrokken bij de selectie?

Na de kerstvakantie vindt een ouderavond plaats voor alle ouders van leerlingen die uit de evaluatievergadering zijn gekomen (zie bijlage 2). Op die avond wordt door de coördinator verteld hoe tot de indeling van trainingen is besloten. Vermeld wordt dat er wekelijks na de training met de mentor wordt geëvalueerd.

Na het algemene deel gaan ouders de klas in met de betreffende trainer. Daar wordt nader uitgelegd wat de bewuste training inhoudt.

De week na de ouderavond vindt het intakegesprek met de leerling plaats en valt het besluit over wel / geen deelname aan de training. De mentor wordt daarover ingelicht, die contact met ouders opneemt.

4.3. Zijn docenten op de hoogte van de faalangst en de training?

Eén leerling geeft aan de docenten te vertellen over zijn faalangst.

Eén leerling geeft aan het de mentor verteld te hebben die het vervolgens aan de andere docenten doorgaf.

Twee leerlingen geven aan dat ouders het via de mail aan alle docenten hebben laten weten.

Twee zeggen dat docenten het niet weten.

Eén leerling geeft bij het item anders aan dat docenten niet zeggen dat ze weten dat een leerling faalangst heeft.

Negentien docenten geven aan meteen informatie te krijgen via de mentor, 13 docenten krijgen informatie via ouders; 11 docenten krijgen informatie via het kind zelf, 12 docenten in gesprekjes naderhand; 23 docenten krijgen informatie via het dossier; 6 docenten krijgen informatie via de “wandelgangen”.

Vier ouders geven aan de mentor doorgegeven te hebben dat hun kind faalangst heeft en dat de mentoren dat doorgaven aan de andere lesgevende docenten. Twee ouders zeggen dat lesgevende docenten niet weten dat hun kind faalangst heeft.

Bij het item “anders” worden door docenten de volgende antwoorden gegeven:

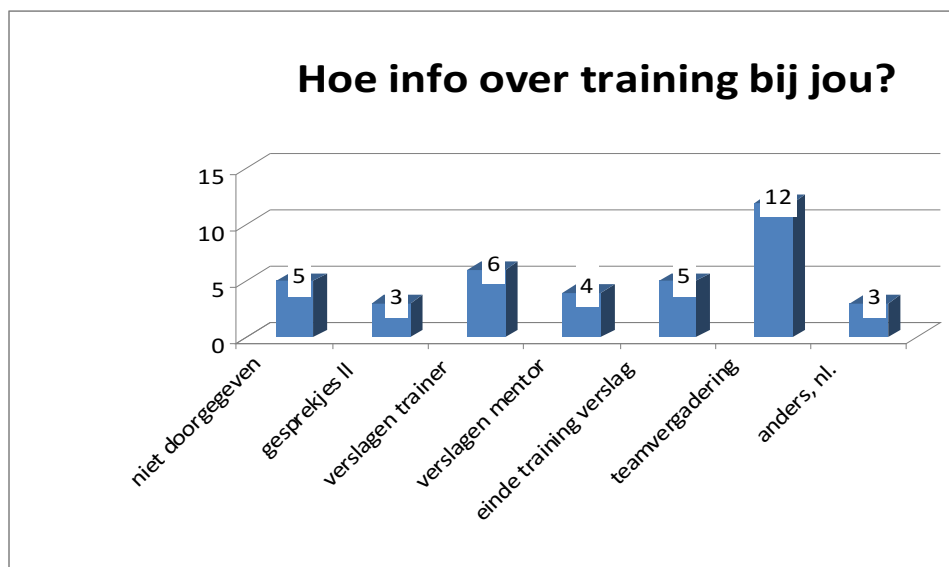
- informatie vanuit de basisschool
- informatie via ambulante begeleiding
- informatie uit de training en samenspraak trainers met mentoren
n.a.v. cursus Rots en Water
- via het observeren van leerlingen
- via groepsplan (3x)
- via trainer
- via overdracht basisschool contactpersoon

Bij item “anders” geeft één ouder aan dat het kind zelf aan de mentor verteld heeft faalangstig te zijn. Eén zegt dat de mentor van de training afweet, maar vermoedt dat

andere docenten niet weten van de faalangst, één geeft aan dat er bij het huisbezoek over de faalangst van betreffende leerling is gesproken en één geeft aan dat er tijdens gesprekken op school over de faalangst van betreffende leerling is gesproken.

Bij de vraag “Wie weet van het volgen van de BOF-training af?” scoort “Ouders” bij de leerlingen maximaal, twee docenten geven aan dat ze via ouders weten dat een leerling de BOF-training volgt; de items “klasgenoten” en “docenten” scoren bij leerlingen niet; 18 docenten geven aan via de mentor te weten van de BOF-training; het item “trainer van de BOF-cursus” scoort bij docenten 8x. In het item “anders” bij docenten valt op dat 2x het groepsplan/handelingsplan, overleg in kernteam en leerlingbespreking genoemd worden.

Hoe wordt over het volgen van de training gecommuniceerd?



Grafiek 1 info bij docenten via.....

Bij docenten scoort het item “Via de teamvergadering” het hoogst (12x). Bij hen is opvallend dat er 5 docenten aangeven geen informatie doorgespeeld te krijgen.

voor BOF na BOF

Ik vertel mijn omgeving zelf over de te bereiken doelen van de BOF-training	4	2
Ik vraag mijn mentor te melden dat ik de training volg	1	1
Ik vraag de trainer verslag te doen aan docenten	2	0
Niet	1	1
Anders, nl.	0	1

Tabel 1: contact vanuit leerling over training

Het item “Ik vertel het mijn omgeving” scoort het hoogst bij leerlingen (4x). Opvallend is dat één leerling aangeeft helemaal niet over de BOF-training te praten. Eén leerling vraagt de mentor verslag te doen aan de docenten en twee leerlingen vragen de trainer verslag te doen aan docenten. Bij item anders wordt gemeld dat met één vriendin over de training gepraat wordt en dat er tussen de deelnemers van de BOF-training over de training gesproken wordt (2x).

Telefonisch contact met mentor	1
Mailcontact met mentor	1
Ik heb de trainer gevraagd verslag te doen aan mij als ouder	0
Ik heb mijn kind gevraagd over de training	3
De trainer heeft informatie uit zich zelf laten weten	0
Niet	1
Anders, nl	1

Tabel 2 contact vanuit ouders over training

Opvallend is dat drie ouders aangeven met hun kind gesproken te hebben over de BOF-training, terwijl één ouder telefonisch contact en één ouder mailcontact heeft gehad met de mentor, één ouder geeft aan niet over de BOF-training gesproken te hebben. Bij het item “anders” wordt door één ouder aangegeven via de ouderavond.

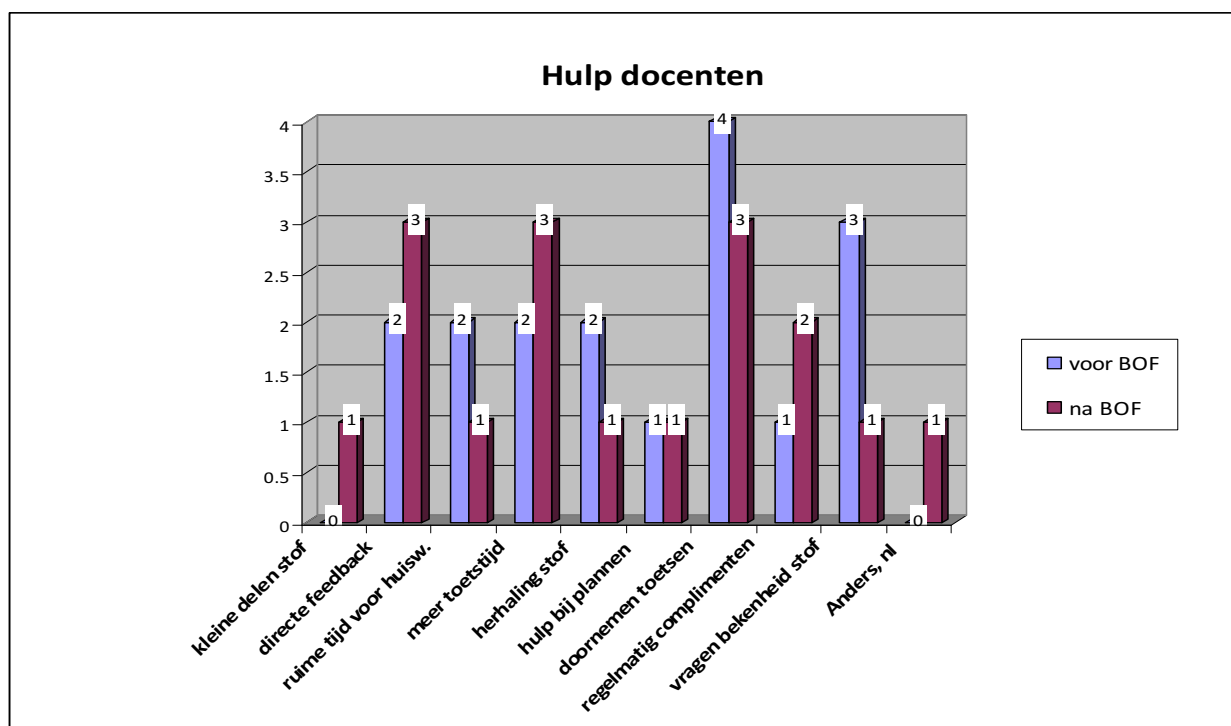
4.4a Welke rol spelen trainers in het verhaal van het doorspelen van informatie?

De BOF-trainer geeft vooraf aan de training informatie aan betrokken ouders. Verder krijgt de betreffende leerling informatie tijdens het intakegesprek. Tijdens dat intakegesprek krijgt de trainer informatie van de leerling zelf over de beginsituatie en het doel wat de leerling wil bereiken via de training. Deze informatie wordt concreet omgezet in een handelingsplan per leerling (zie bijlagen 3 t/m 8).

De trainer maakt een korte tussenevaluatie na 4 à 5 bijeenkomsten en speelt deze door aan de betreffende mentor. Deze laatste spreekt de evaluatie weer door met ouders tijdens het oudergesprek in maart.

Na de bijeenkomsten krijgt de leerling een “diploma” uitgereikt. Daarin staat waaraan de leerling heeft gewerkt en wat hij heeft bereikt. Verder wordt door de trainer een eindverslag gemaakt, waarin vermeld wordt wat de doelen zijn die de leerling heeft bereikt. Dit verslag wordt gemaild naar de mentoren, die de informatie doorgeven aan betrokken ouders.

4.4b Hoe ervaren de leerlingen het gedrag van docenten op basis van het feit dat die wel of geen informatie hebben gekregen?



Grafiek 2

“Kleine hoeveelheden stof”, “directe feedback krijgen”, “meer toetstijd krijgen” en “regelmatig complimenten krijgen” geven één score meer na de training.

“Ruime tijd voor huiswerk krijgen”, “herhaling van de stof”, “doornemen van toetsen”: één score minder na de training.

Opvallend is dat het item “vragen of de leerling de stof heeft begrepen” twee minder scoort na de training t.o.v. voor de training.

Ook valt op dat één leerling aangeeft dat er niet geholpen wordt.

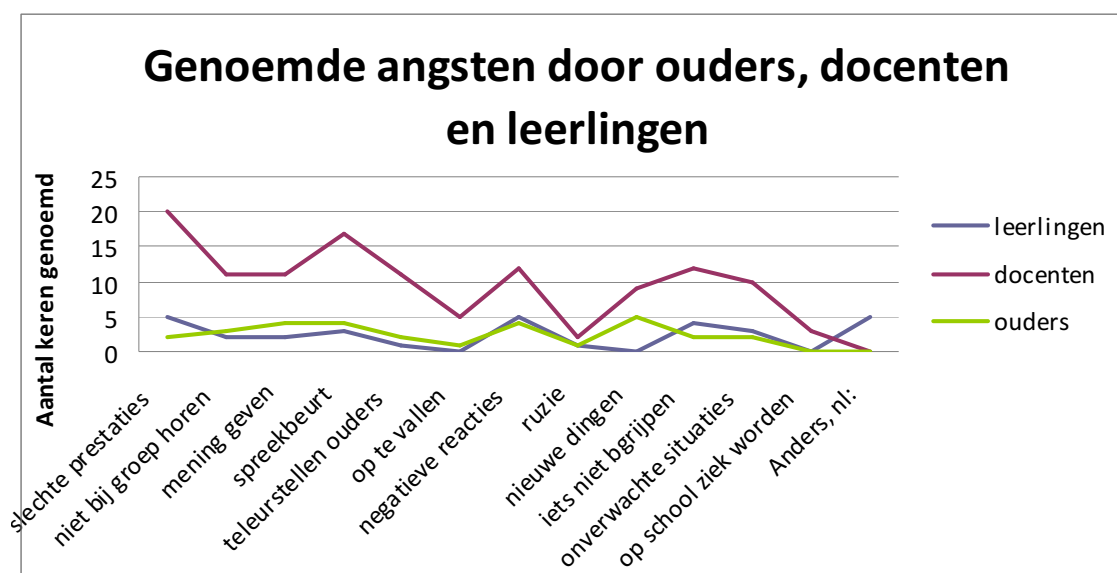
4.5. Hadden de geselecteerde leerlingen faalangst vooraf aan de training?

Om antwoord te kunnen geven op bovenstaande vraag, is van belang dat bij alle drie de groepen duidelijk is wat onder faalangst wordt verstaan.

De uitkomsten van de vragenlijsten (zij bijlagen 9 t/m 12) worden per vraag beschreven.

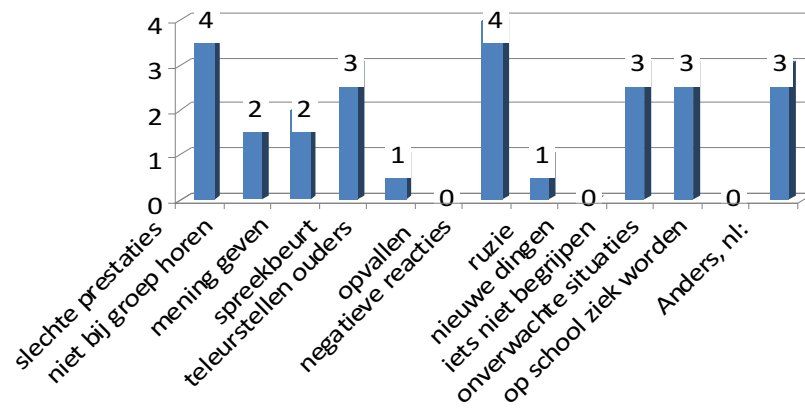
Bij alle grafieken en tabellen geldt: ouders: N=6, leerlingen: N=6, docenten: N=24

Per vraag kunnen meerdere antwoorden gegeven worden.



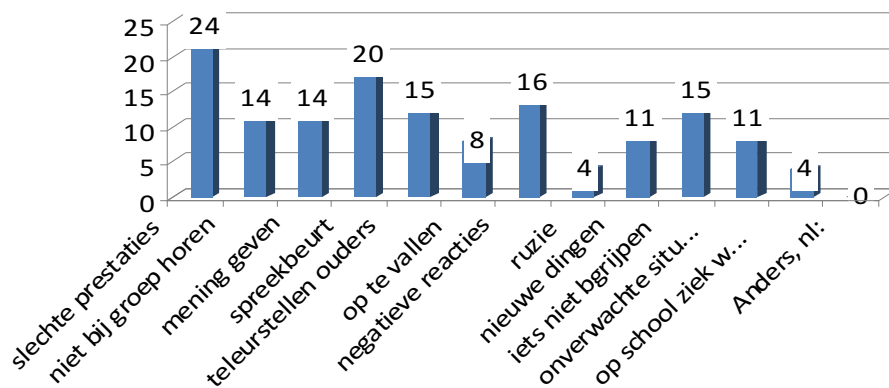
Grafiek 3

Angsten (door leerlingen genoemd)



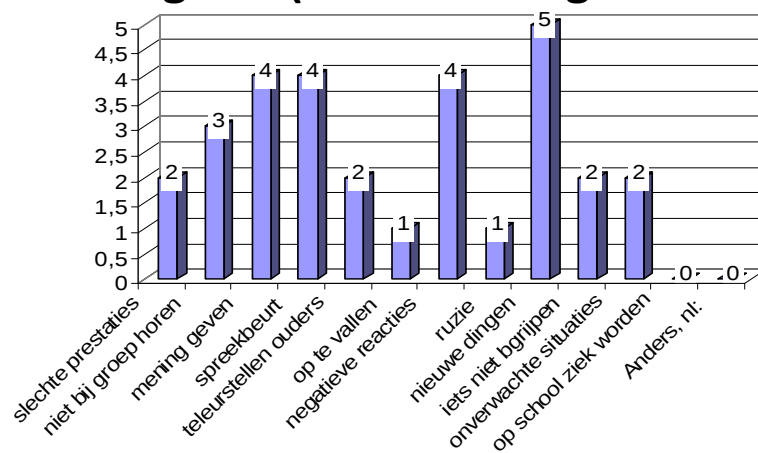
Grafiek 4

Angsten (door docenten genoemd)



Grafiek 5

Angsten (door ouders genoemd)



Grafiek 6

Aan bovenstaande grafieken (2,3,4) zijn de volgende gegevens af te lezen:

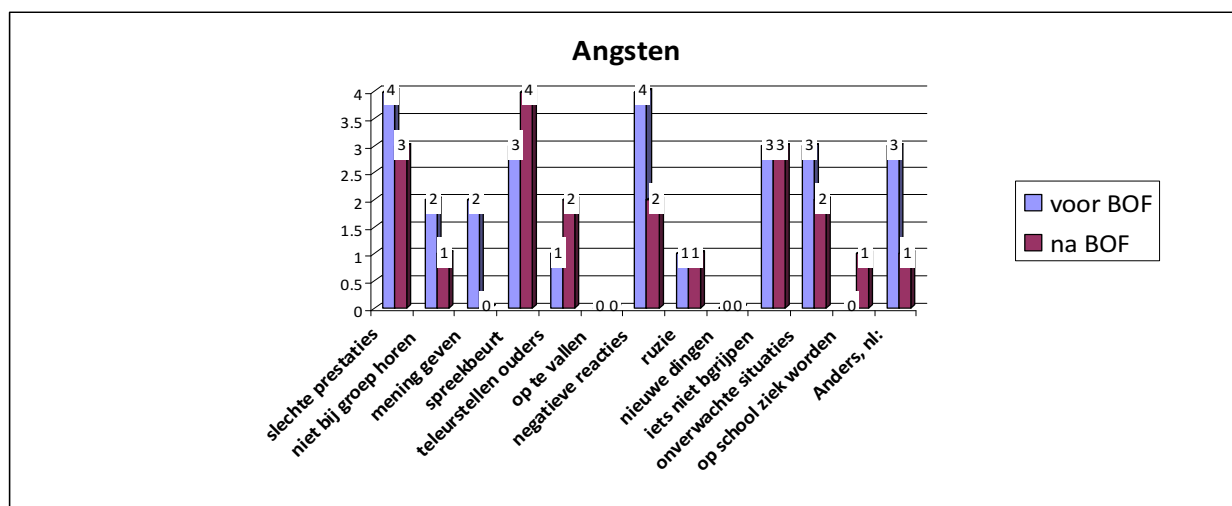
- Zowel bij de leerlingen en docenten vallen de pieken bij de items 1 (angst voor het behalen van slechte resultaten), 7 (angst voor negatieve reacties van anderen) en 10 (angst dat iets van de te leren stof niet wordt begrepen).
- Zowel bij docenten, leerlingen als bij ouders is de angst ruzie te krijgen (item 8) zeer gering (docenten tweemaal, leerlingen en ouders eenmaal).
- De helft van de docenten verstaat onder faalangst o.a. de angst om ouders teleur te stellen, één leerling heeft dit item aangekruist en twee ouders.
- Docenten en ouders hebben het item “Angst voor het houden van een spreekbeurt” 4x aangekruist, leerlingen 3x aangekruist.
- Docenten hebben het item “Angst voor onverwachte situaties” 11x aangekruist, leerlingen 3x en ouders 2x.
- Docenten hebben het item “Angst om ouders teleur te stellen” 15x aangekruist, leerlingen 1x en ouders 2x.

In het item “anders” geven leerlingen aan:

- het thuis kennen van een proefwerk en op school alles zijn vergeten (2x)
- iets voor een groep doen (1x).

Angst voor nieuwe dingen is door docenten 9x aangekruist, door leerlingen niet, door ouders 5 keer.

4.6 In hoeverre hadden de leerlingen na de training nog faalangst?



Grafiek 7

Het item “angst voor het behalen van slechte resultaten” scoort twee minder na de BOF-training. “Angst voor negatieve reacties van anderen” scoort twee minder na de training.

Opvallend is dat het item “angst voor het houden van een spreekbeurt” een hogere score van één leerling heeft na de BOF-training. Hetzelfde geldt ook voor de items “angst ouders teleur te stellen” en “angst op school ziek te worden”.

Hoofdstuk 5 Conclusies

5.1 Op welke wijze verloopt de selectie van leerlingen voor de faalangsttraining?

Tot voor drie jaar terug gebeurde de selectie van leerlingen voor BOF-training n.a.v. wat mentoren in een teamvergadering aangaven. Er waren geen gerichte observaties aan vooraf gegaan, maar men ging af op gevoel van de mentor en gegevens uit het dossier. Wel kreeg de leerling een intakegesprek met de BOF-trainer die een besluit nam over wel/geen deelname aan de training. Deze beslissing werd doorgespeeld aan mentor die ouders op de hoogte bracht.

Uit de gegevens van 4.1 mag geconcludeerd worden dat de selectieprocedure nu verbeterd is: Vanuit meerdere kanalen komen gegevens bij elkaar en er wordt niet meer uitgegaan van het gevoel van de mentor.

5.2 Op welke wijze worden ouders betrokken bij de selectie?

Vier ouders (N= 6) geven aan dat zij de mentor verteld hebben dat hun kind faalangst heeft. Doordat mentoren die informatie hadden, hebben zij extra tijdens de lessen van “Rots en Water” op betreffende leerlingen kunnen letten. Zoals vermeld in 4.1 wordt overleg gepleegd met mentoren en trainers. Er vanuit gaande dat mentoren de informatie van ouders in dit overleg meenemen, mag geconcludeerd worden dat ouders inbreng hebben in de selectieprocedure. Bovendien geeft de ouderavond met de betreffende trainer ouders gelegenheid vragen te stellen en relevante informatie aan te vullen.

5.3 Zijn docenten op de hoogte van de faalangst en de training?

Vier van de zes leerlingen geven aan dat docenten weten dat zij faalangst hebben.. Slechts één leerling geeft aan die informatie zelf doorgespeeld te hebben aan docenten. Uit de vragenlijst docenten (N=24) blijkt iets anders: iets **minder dan de helft** (11x) van de docenten zegt de informatie van de leerling zelf gehoord te hebben. Bijna alle docenten (23x) geven aan de informatie te hebben via het

dossier. De communicatie docent – leerling is blijkbaar niet dusdanig open dat tijdens vaklessen met de betrokken leerling over de faalangst gesproken kan worden.

Op Den Bongerd staat het groepsplan⁷ hoog in het vaandel. Toch geven slechts drie docenten bij het item “anders” aan dat zij de informatie via het groepsplan krijgen. Een eerste mogelijkheid is dat docenten het groepsplan niet hebben aangestreept omdat ze het plan via de mentor krijgen aangereikt. Een tweede mogelijkheid is dat het gebruik van het groepsplan nog niet dusdanig is ingeburgerd dat docenten het plan gebruiken om gericht informatie over een leerling te krijgen. Deze mogelijkheid valt niet te toetsen.

Opvallend is dat slechts één docent aangeeft informatie te verkrijgen vanuit de samenspraak over de training Rots en Water ,terwijl bij dat overleg meerdere docenten aanwezig zijn. Een mogelijke verklaring daarvoor is dat ze op die bijeenkomst de informatie niet gericht opnemen met het idee “We krijgen het nog wel op papier”. Dit kan bij betrokken docenten worden nagevraagd.

Het blijkt dat niet bij iedere docent bekend is wat er bij de BOF-training gebeurt: vijf docenten geven aan dat er helemaal niet over de training gecommuniceerd wordt terwijl twaalf docenten aangeven dat via de teamvergadering informatie doorgespeeld wordt. Het gegeven dat niet één ouder informatie van de trainer heeft ontvangen kan betekenen dat de trainer nog geen verslagen heeft gemaakt of dat de mentor de gekregen informatie niet heeft doorgespeeld naar de ouders.

5.4a Welke rol spelen trainers in het verhaal van het doorspelen van informatie?

Vanuit de vragenlijst leerlingen blijkt dat de deelnemende leerlingen vragen aan de trainer de informatie door te spelen aan de docenten. Na de training blijkt geen enkele leerling dat nog te doen. De oorzaak daarvan kan zijn dat leerlingen weten dat er een verslag gemaakt wordt wat aan ouders en mentoren wordt doorgespeeld.

⁷ Groepsplan: van elke klas worden per leerling de kenmerken geplaatst, met een foto van de leerling erbij. Eén doel wordt uit het handelingsplan genomen en als speerpunt gepakt voor een lesperiode. Elke periode wordt het doel en de daarbij horende handelingen geëvalueerd. Elke lesgevende docent van een klas krijgt zo'n groepsplan uitgereikt, ook de herziene versie na een evaluatie.

Geen enkele leerling geeft vooraf aan de training aan dat de doelen bekend zijn bij de mentor. Na de training wordt aangegeven door vier leerlingen dat de mentor wel van de bereikte doelen afweet. Je zou dan kunnen concluderen dat de trainer de bereikte doelen heeft doorgegeven aan de mentoren. Echter bij navraag op 18 mei bleek de trainer nog geen verslagen gemaakt te hebben en nog niks doorgespeeld te hebben aan de mentoren. Er is nog een tegenstrijdigheid: vooraf geeft één leerling aan met de mentor contact over de training te hebben, die dat aan andere docenten doorgeeft. Naderhand geeft geen enkele leerling aan contact te hebben met de mentor over de training. Toch wordt na de training door vier leerlingen aangegeven dat de mentor afweet van de (bereikte) doelen. Op basis daarvan kun je weer de conclusie trekken dat de trainer de doelen heeft doorgegeven, hetgeen bij navraag niet blijkt te kloppen.

Docenten hebben suggesties kunnen geven over veranderingen m.b.t. de BOF-training (zie bijlage 13). Meerdere malen is naar voren gekomen dat er meer informatie moet komen over waar men in de training mee bezig is en dat niet alleen de mentor daarvan op de hoogte gesteld moet worden. Nieuwenbroek (1996) geeft aan dat het van belang is via gesprekken waarin de leerling zijn denk- en leefwereld verheldert, na te gaan of er sprake is van angst als trek of angst als toestand. De ideeën en ervaringen die docenten en leerlingen al hebben opgedaan, bepalen hoe de interactie tussen beide verloopt. Zich als docent afvragen wat hij bijdraagt aan het gedrag van de leerling in gesprekken over de BOF-training, in praktische toepassingen van dingen uit de BOF-training is dan van groot belang.

Uit gedane suggesties (zie bijlage 13) mag geconcludeerd worden dat de communicatie tussen BOF-trainer, docenten/mentoren en ouders niet optimaal verloopt. Er komt wel wat informatie binnen bij de ene of de andere groep, maar er is behoefte aan meer.

5.4b Hoe ervaren de leerlingen het gedrag van docenten op basis van het feit dat die wel of geen informatie hebben gekregen?

Zowel op cognitief vlak (kleine hoeveelheden stof, meer toetstijd krijgen) als op sociaal-emotioneel vlak (directe feedback krijgen, regelmatig complimenten krijgen)

vinden positieve veranderingen plaats n.a.v. de BOF-training. Daarentegen scoren drie cognitieve items (ruime tijd voor huiswerk, herhaling van de stof, doornemen van de toetsen) één minder na de BOF-training. Mogelijk voelen docenten het einde van het schooljaar naderen en raken meer gehaast de stof af te krijgen. Ze nemen minder tijd om op dingen terug te komen, blijven langer informatie geven tijdens de les en willen geen tijd verliezen met het doornemen van iets wat afgehandeld is. Voor het type mens “mislukking ervaarders” (Covington en Omelich, 1991) wordt het faalangstgevoel op die manier versterkt: zij krijgen niet te horen wat fout gegaan is, krijgen geen tijd voor herhaling of vragen te stellen over huiswerkopdrachten. Hun onverschilligheid zal daardoor toenemen. Belangrijk is dat docenten het belang van terugkoppelen van stof zien.

Bij die ene leerling die aangeeft niet geholpen te worden, moet worden nagegaan of dat het gevoelswerkelijkheid is of echte werkelijkheid.

5.5 Hadden de geselecteerde leerlingen faalangst vooraf aan de training?

Bij de leerlingen en docenten heeft “angst voor het behalen van slechte resultaten” hoog gescoord (blz. 32). Dit item ligt op het gebied van cognitieve faalangst (§ 2.2). Daarvan wordt gezegd dat de leerling bang is ergens aan te beginnen uit angst voor een negatieve beoordeling van deze prestaties. Deze beschrijving komt echter niet overeen met wat de respondentengroep leerlingen verder geantwoord heeft. Zij hebben het item “angst voor nieuwe dingen” niet aangestreept. Docenten en ouders hebben op dit item een hogere score behaald. Je kunt uit die scores concluderen dat volwassenen de “angst voor nieuwe dingen” zwaarder inschatten dan dat die angst door leerlingen beleefd wordt.

De definitie van sociale faalangst (Nieuwenbroek, Ruigrok en de Vries, 1996) komt overeen met wat alle drie de groepen respondenten hebben aangegeven: een hoge score bij “angst voor negatieve reacties van anderen”. Je zou er van uit kunnen gaan dat “de angst om ruzie te krijgen” dan ook vrij hoog zou scoren, terwijl dat item juist heel laag scoort. Het zou kunnen zijn dat de “angst negatief beoordeeld te worden” puur ligt in de cognitieve sfeer en niet in de sociale sfeer. Het item “angst dat iets van

de te leren stof niet wordt begrepen” , wat ook in de cognitieve sfeer ligt bevestigt dat in de respondentengroep docenten en leerlingen.

Twee leerlingen gaven aan bij gedragsmatige kenmerken van faalangst soms of niet echt voor een proefwerk te leren (zie bijlage13). Dat sluit aan bij wat Covington en Omelich de “passief faalangstigen” noemen: men werkt bewust minder hard en schrijft falen dan toe aan onvoldoende inzet.

De groep docenten die de vragenlijst heeft ingevuld onderstreept de theorie van Covington en Omelich (1991) door de hoge scores bij de cognitieve aspecten van faalangst (slechte resultaten, spreekbeurt en iets niet begrijpen). De groep leerlingen en ouders geeft echter een lagere score aan. De hoge scores bij docenten zouden een gevolg kunnen zijn van het feit dat zij zich veel het cognitieve vlak begeven.

Vanuit de resultaten gegeven op de vraag “Wat versta je onder faalangst” mag je concluderen dat de drie groepen met respondenten over het algemeen hetzelfde idee over de invulling van faalangst hebben. Het is echter van belang dat betreffende ouders en leerlingen met docenten samen een en ander nader uitdiepen, zodat voor alle drie de groepen duidelijk is wat onder een bepaald item **precies** wordt verstaan en van waaruit de betreffende angsten voortkomen.

5.6 In hoeverre hadden de leerlingen na de training nog faalangst?

Uit grafiek 7 kun je concluderen dat de cognitieve faalangst niet is verminderd (spreekbeurt 1 score meer na training, slechte prestaties 1 score minder na training). Verder valt uit de grafiek te concluderen dat de sociaal-emotionele faalangst na de training is verminderd (niet bij groep horen, mening geven, negatieve reactie verbeterd).

Puur cijfermatig bekeken blijkt dat er 9x een score minder is aangegeven na de BOF-training t.o.v. voor de training en 3x een score meer. Hieruit mag geconcludeerd worden concluderen dat de leerlingen van mening zijn dat ze na de training minder last hebben van faalangst.

Om te weten hoe de leerlingen tot invulling zijn gekomen , moet je in gesprek gaan met die leerling. Daarbij is van belang uit te vinden hoe groot de gezinsinvloed is (Mirjam Westerman, 2010).

5.7 Hoe kan ik het effect van de training optimaliseren binnen onze school?

Het is van belang dat docenten in gesprek gaan met de leerling die de BOF-training volgt. Dit n.a.v. het feit dat leerlingen menen dat de docent weet wat hun probleem is, terwijl docenten beweren geen of weinig informatie te hebben.

Er is vanuit docenten en ouders meer behoefte naar inhoudelijke informatie over wat er tijdens de training gebeurt en hoe men situaties aanpakt m.b.t. het kind met faalangst. Aangezien het groepsplan behandeld wordt in bijzijn van de vakdocenten is het aan te bevelen dat de mentor tijdens de bespreking ingaat op wat de leerling voor doel heeft en hoe wij als docent daarbij kunnen helpen.

Het is aan te bevelen dat de trainer meteen na de eerste bijeenkomst de doelen doorgeeft aan de mentoren. Belangrijk is dat de mentor dat doel doorspreekt met de ouders om te checken of het kind dat doel thuis vermeld heeft. Daarna moet de informatie doorgespeeld worden aan de vakdocenten. Zo kan vanuit twee kanten met dat doel rekening gehouden worden. Tussentijdse evaluaties (om de twee keer) kunnen daarbij helpen.

De theorie van het spanningsmodel (Levantahl,1965) geeft aan dat men om de angst te kunnen overwinnen, men moet leren ontspannen. Aangezien er tijdens de training aandacht besteed wordt aan ontspanningsoefeningen, moeten docenten op de hoogte zijn van de inhoud van de training: zij kunnen leerlingen helpen zich te ontspannen.

Tijdens de training wordt ook aandacht besteed aan het G-denken⁸ (interferentietheorie, Wine, 1971). Wil een leerling zich die manier van denken eigen maken, moet een docent die methode kennen en weten hoe een leerling daartoe aangezet kan worden.

Sommige leerlingen geven aan niet of maar soms voor een toets te leren. Bekendheid met de theorie van het vaardigheidsmodel (Redmond & Bunyi, 1992) is dan van belang.

Door de teamvergadering te gebruiken als doorgeefluik van informatie, door tussentijds te evalueren, door het gebruiken van het groepsplan te stimuleren, zullen docenten meer bekend worden met de vorm van faalangst die een leerling heeft en zal die leerling beter geholpen kunnen worden. Om dit te bewerkstelligen zal ik de directie op 24 juni 2011 het onderzoek en de resultaten voorleggen en voorstellen de resultaten bij een teamvergadering te bespreken, zodat bekeken kan worden hoe bovenstaande aanbevelingen binnen de school te implementeren.

Op 9 juni 2011 zal ik een POP-gesprek⁹ hebben met mijn onderbouw teamleider. Ik wil daarin aangeven een cursus tot BOF-trainster te willen volgen. Op die manier kan ook ik ingezet worden als trainster en zullen de huidige trainsters ontlast worden in hun taak. Tussenevaluaties en verslagen kunnen over meerdere personen verdeeld worden, waardoor de informatie eerder bij betrokken partijen terecht komt.

⁸ R(ationele) E (motieve) T(herapie) (R.E.T) – ofwel het zogenaamde G- denken- gaat van het volgende uit:

- het is niet de Gebeurtenis (G1),
- maar de Gedachten (G2) over die gebeurtenis (G2)
- die een Gevoel (G3) veroorzaken.

Het is bijvoorbeeld niet de toets zelf, maar het zijn de gedachten over de toets die de leerling zenuwachtig maken

⁹ POP-gesprek wil zeggen een gesprek met de teamleider over het Persoonlijk Ontwikkelings Plan

Hoofdstuk 6 Evaluatie

Het onderwerp faalangst ligt dicht bij mij: Ik weet van mezelf dat ik vroeger cognitieve en sociale faalangst had (altijd veel te veel studeren uit angst slechte resultaten te behalen, angst mijn ouders teleur te stellen, angst niet bij de groep te horen). Ik heb er mee leren omgaan.

Vanwege mijn verleden, herken ik veel aan kinderen die op Den Bongerd het etiket “faalangstig” hebben gekregen. Door wat ik zelf ervaren heb, wilde ik zicht krijgen op de wijze waarop kinderen binnen Den Bongerd geselecteerd werden voor een training, wat er in die training gebeurde, hoe en of docenten afwisten van (de inhoud van) de training. Verder wilde ik meer weten van de invloed van ouders en het contact tussen hen en school m.b.t. de BOF-training. Omdat ik niets hoorde over leerlingen die een training volgden (tenzij ik er zelf naar vroeg), plaatste ik vooraf aan mijn onderzoek vraagtekens bij het effect van de training. Ik wilde nagaan of docenten en leerlingen anders met elkaar omgingen n.a.v. de training, of geleerde dingen werden toegepast.

Doordat verwacht werd dat je onderzoek theoretisch onderbouwd werd, moest ik de boeken induiken. Het lezen van de literatuur vond ik zeer interessant. Het probleem was echter dat ik door de veelheid wat er over faalangst te vinden is, niet meer wist waar te starten. Schooljaar 2009-2010 startte ik met het verzamelen van materiaal, maar ik bleef het verwerken ervan uitstellen. Daarbij kwam dat ik geen co-mentor had en veel schoolse zaken alleen moest afhandelen. Met het verwerken van de literatuur ben ik een jaar later gestart dan gepland. Achteraf gezien goed, doordat ik nu het onderzoek rustiger en beter heb kunnen aanpakken.

Door de theoretische onderbouwing heb ik geleerd wat faalangst kan inhouden, wat voor theorieën er zijn, waardoor faalangst beïnvloed kan worden. Een eyeopener voor mij was de gezinsinvloed: ervaren dat jouw eigen vader/moeder faalangst heeft, kan een oorzaak zijn dat jij zelf faalangst hebt. De theoretische onderbouwing verklaarde een aantal persoonlijke ervaringen.

Intussen ben ik van start gegaan met het opstellen van vragen voor de verschillende groepen respondenten. Ik meende dat zo voor elkaar te hebben, maar het kostte meer tijd dan voorzien: Ik had open vragen gemaakt, maar zag later in dat die moeilijker zijn te verwerken in een onderzoek. Bij de verwerking van de lijsten, bleken er fouten in te zitten. Om de antwoorden van de verschillende groeperingen met elkaar te kunnen vergelijken, moeten dezelfde vragen gesteld zijn. Dat was in mijn vragenlijsten niet altijd het geval. Bij de verwerking van de antwoorden heb ik geprobeerd een oplossing te vinden door soortgelijke vragen bij elkaar te zetten (hoe de informatie bij docenten komt, hoe leerlingen contact hebben over de training, hoe ouders contact hebben over de training). Verder viel mij persoonlijk de respons van docenten wat tegen (24 docenten van ongeveer 45 in totaal). Ik heb geprobeerd wat meer reactie te krijgen door een verzoek in de teamvergadering om de vragenlijsten zo spoedig mogelijk te retourneren.

Door het opstellen van de vragenlijsten, kreeg ik meer inzicht in de gedragingen van faalangstige kinderen. Ik heb geleerd signalen te herkennen. Verder probeer ik tips die ik in boeken en sites heb gelezen toe te passen in mijn lessen. Eén tip die ik sinds het werken aan mijn onderzoek veelvuldig ben gaan toepassen is het bespreken van toetsen en SO's: voorheen gaf ik het cijfer en liet het werk alleen op verzoek inkijken. Nu neem ik tijdens de les de tijd de werkjes met de leerling individueel door te nemen.

Daarnaast geef ik leerlingen nog meer positieve feedback. Ik ben de feedback nu bewuster gaan toepassen. Verder bleek dat herhaling voor faalangstige leerlingen belangrijk was. Ook dat ben ik veelvuldig gaan toepassen. Zo zijn er nog meer dingen waarmee ik nu bewuster omga.

Het bijwonen van de BOF-training heb ik als zeer prettig ervaren. De eerste bijeenkomst waren de leerlingen nog zeer onwennig, bij de laatste bijeenkomst was er duidelijk verschil te zien bij een aantal leerlingen. Vanuit een assessment is gebleken dat het coachen van leerlingen of collegae goed bij mij zou passen. Een onderdeel daarvan kan zijn het begeleiden van faalangstige leerlingen. Ik ga mijn teamleider dan ook in de toekomst om het volgen van een cursus vragen m.b.t. die begeleiding.

Ik merk dat leerlingen die in het begin van het schooljaar hun vinger niet durfden op te steken, nu uit zichzelf met het antwoord komen. Verder merk ik dat leerlingen tips van mij aannemen.

Naar de leerlingen toe ben ik door het onderzoek opener geworden. Ik geef voorbeelden uit mijn eigen ervaringen en thuissituatie. Ik merk aan het feit dat zij doorvragen, dat het gewaardeerd wordt meer van je eigen persoon te laten horen. De sfeer in de klas vind ik zelf verbeterd.

Doordat ik merkte dat in klassenverband een aantal zaken ook bij mij beter gingen lopen en doordat ik vanuit de module communicatie anders naar collegae leerde kijken, werd ik zelfverzekerder. Ook lichamelijk werd ik fitter

Door die andere uitstraling heb ik veel reactie van collegae gekregen: “Wat ben jij zelfverzekerder geworden”, “Je kunt met jou afspraken hebben, want je weet dat jij je daaraan houdt”, “Fijn dat de zaken op jouw vakgebied nu beter worden geregeld”. Collegae zien dat ik rustiger ben geworden en niet snel meer in paniek raak. Zij hebben meerdere keren aangegeven dat ik meer rust uitstraal, zelfverzekerder ben geworden. Daarnaast spreken zij hun waardering uit voor het feit dat ik een opleiding volg, een volle baan heb en een druk gezin. In tijden dat ik het dan even wat zwaarder had m.b.t. de opleiding, motiveerden die opmerkingen me om door te gaan.

Wat ik ontzettend zwaar vond en wat me ook ontzettend veel tijd heeft gekost, was het verwerken van de gegevens in de vorm van grafieken. Uiteindelijk is mij dat toch gelukt en zijn data op een goede wijze gepresenteerd.

Wat ik een eventueel volgend onderzoek anders zal doen is het verwerken van de literatuur. Niet te lang uitstellen om gegevens eruit te halen en op papier te zetten. Ook zal ik proberen vanaf het begin mijn bestanden op een duidelijkere manier te ordenen. Nu wist ik soms niet meer waar ik iets had opgeslagen.

Het gemiddeld één keer in de zes weken bij elkaar komen van de studiegroep, heb ik als zeer prettig ervaren. Je kreeg morele steun en ook praktische tips. Na iedere bijeenkomst zat ik vol moed en energie een aantal zaken weer op te pakken.

Ik ben blij de opleiding niet alleen gestart te zijn. Mijn collega M. Visser en ik heb heel wat uren samen doorgebracht om aan opdrachten te werken. Ook tijdens het onderzoek lieten we geschreven stukken aan elkaar lezen en motiveerden we elkaar om weer verder te gaan.

Tijdens mijn onderzoek gaf de trainster al aan benieuwd te zijn naar het verslag. Anderen gaven aan dat het goed was dat er eens kritisch naar de begeleiding werd gekeken. Verder bleken er al wat veranderingen in de opzet van de begeleiding gaande te zijn gedurende dit schooljaar. Misschien heeft het door mij aanwakkeren van het onderwerp daarop invloed gehad.

Mijn teamleider heeft me gesteund door op een aantal momenten collegiale vervanging toe te staan. Met hem heb ik veel dingen van de opleiding doorgesproken. Bij navraag gaf hij aan dat ik vergeleken met voor de opleiding veel zelfbewuster ben geworden. Hij vindt dat ik me bewust ben van mijn rol en daardoor goed communiceer met anderen. Ook vindt hij dat ik nu rust uitstraal en prioriteiten weet te stellen.

Verder heb ik mijn directeur gevraagd het werkstuk door te nemen en met hem te praten (24 juni) over het vervolg erop. Ik denk daarbij aan het naar voren brengen van mijn bevindingen en aanbevelingen binnen het DPKC (didactisch pedagogisch kennis centrum). Binnen dat DPKC is een voortdurende ontwikkeling gaande in het opzetten en bijstellen van leerlingbegeleiding. Door mijn opgedane kennis binnen dat centrum te bespreken en samen te kijken hoe de aanbevelingen ingepast kunnen worden binnen de organisatie van Den Bongerd, wordt mijn Masterstuk meer dan alleen papieren informatie.

Ik ben de opleiding gestart met de bedoeling praktische informatie te leren toepassen bij leerlingen met leerachterstanden en sociaal-emotionele problemen. Dat doel heb ik bereikt. Verder vind ik het volgen van de hele studie een verrijking geweest voor mijn persoonlijke ontwikkeling. Het afsluiten van het onderzoek heeft mij bevestigd in mijn doorzettingsvermogen, waardoor ik in de toekomst moeilijke opdrachten niet uit de weg zal gaan.

Literatuurlijst

Geraadpleegde literatuur

- Bokhove-van Wensveen, N., 2006, Kinderen en Faalangst, Uitgeverij Kwintessens, Hoevelaken.
- Essen van, T., Schouwenburg, H.C., 2008, Overwin je Faalangst, Uitgeverij Lannoo, Tielt, België.
- Litière, M., 2007, Ik kan dat niet! zegt mijn kind, Uitgeverij Lannoo Tielt, België.
- Nieuwenbroek, A, 2006, Faalangst en ouders, Uitgeverij Ten Have, Kampen.
- Nieuwenbroek, A, Beek ter, A, 1999, Faalangst aan de start, Uitgeverij KPC Groep, 's-Hertogenbosch.
- Nieuwenbroek, A, Mijland, I, 2008, Succes met faalangst, Uitgeverij, Ten Have, Kampen.
- Nieuwenbroek, A, Ruigrok, J., Vries de, J., 1996, Faalangst op school, Uitgeverij EPN, Houten.
- Wiltink, H., 2008, Ik kan het, ik kan het, Uitgeverij CPS, Amersfoort.
- Verhoeven, N., 2007, Wat is onderzoek?, Uitgeverij Boomonderwijs
- Ponte, P., 2006, Onderwijs van eigen Makelij. Procesboek actieonderzoek in scholen en opleiding. Uitgeverij Nelissen, Soest
- Balkom, van, J., Mijland, E., 2006, Inclusief denken en handelen in het onderwijs, Uitgeverij Maklu en Garant, Apeldoorn
- Lange de, R., Schuman R., Montesano Montessori N., 2010, Praktijkgericht onderzoek voor reflectieve professionals. Garant, Antwerpen-Apeldoorn

Geraadpleegde websites

- www.faalangst.nl/artikelen.php (binnen gehaald februari 2010)
- www.orthoconsult.nl/tips-voor-docenten.pdf (binnen gehaald december 2011)
- www.orthoconsult.nl/faalangst-niet-van-een-vreemde.pdf (binnen gehaald december 2011)
- www.opdc-zodrenthe.nl/faalangsthtm (binnen gehaald januari 2011)
- www.rijksoverheid.nl/passend_onderwijs (binnen gehaald april 2011)
- www.hethooghuis.nl/dienstencentrum (binnen behaald april 2011)

Gesproken bronnen

- Lavoir, van de, A, schoolpsychologe aan Den Bongerd, januari 2011
- Hinthum, van, A, docente en trainster BOF aan den Bongerd, april 2010
- Bergen, van, H, docente en trainster BOF aan den Bongerd, december 2010

Geschreven bronnen

- mevrouw Hoppenbrouwers, remedial Teacher aan het Provinciaal Instituut Voedingsbedrijven Antwerpen (PIVA), januari 2011

Bijlage 1

Uitnodiging algemene ouderavond sociaal-emotionele begeleiding

Betreft: **Sociaal-emotionele trainingen**

Oss, 23 december 2010

Geachte ouder(s) / verzorger(s),

Binnen Den Bongerd is er veel aandacht voor begeleiding van leerlingen op sociaal-emotioneel gebied. Dit kent zijn basis in de reguliere klassensituatie. Leerlingen beginnen hun schoolloopbaan aan het begin van leerjaar 1 met de training **Rots & Water**. Dit is een psycho-fysieke training, waarbij aandacht is voor sociale vaardigheden en weerbaarheid. De mentor doet hieraan mee, zodat deze de klas leert kennen en sturing kan geven aan het proces van het stellen van de groepsnormen.

Na afloop van Rots & Water wordt er gekeken welke leerlingen naast deze basis nog extra ondersteuning nodig hebben. Dit gebeurt in een overleg tussen mentoren, Rots & Watertrainers en de sociaal-emotionele trainers. Afhankelijk van de hulpvraag en de behoefte van de leerling kan die deelnemen aan een aantal verschillende vormen van begeleiding:

- **Sociale vaardigheidstraining**
- **Beter Omgaan met Faalangst**
- **Muziektherapie**
- **Dramatraining**
- **Agressieregulatietraining**
- **Individuele leerlingbegeleiding**

Vanuit de bespreking tussen de mentoren en trainers is naar voren gekomen dat Uw kind baat zou kunnen hebben bij:

Training Beter Omgaan met Faalangst
--

Wij vinden het belangrijk dat ouders op de hoogte zijn van de inhoud van de trainingen. Daarnaast denken wij dat U mee zou kunnen denken of de voorgestelde vorm van begeleiding de juiste is voor Uw kind.

Daarom organiseren wij een ouderavond op:

Woensdag 19 januari van 19.30 tot ongeveer 20.30 uur

Programma:

Deel 1: plenaire uitleg

Deel 2: per training met de ouders in groepen uiteen voor uitleg over de training van Uw kind.

LET OP: Voor alle vormen van begeleiding, behalve de Agressieregulatietraining, geldt dat er nog intakegesprekken plaats moeten vinden met de leerling. Alleen als de leerling zelf voldoende gemotiveerd is voor deelname, zal hij/zij in de groep worden geplaatst. De intake-gesprekken vinden plaats in de eerste weken na de kerstvakantie. Mogelijk heeft Uw kind nog geen gesprek gehad op het moment van de ouderavond. De intake is een gesprek tussen de trainer en de leerling (dus zonder ouders).

Graag vernemen wij of U aanwezig zult zijn bij de ouderavond. Daarom vragen wij U om uiterlijk 12 januari te reageren of U aanwezig zult zijn. Aanmelden kan per e-mail (mmoers@hethooghuis.nl) of door onderstaande strookje in te leveren bij de administratie van Den Bongerd.

Wij hopen U te mogen begroeten op 19 januari!

Met vriendelijke groeten,

Sasja van Bortel & Mirjam Derks-van Oers
Pedagogisch Kenniscentrum (PKC)

De ouder(s) / verzorger(s) van

.....
.....

O komen **WEL** naar de ouderavond over trainingen op 19 januari
met personen.

O komen **NIET** naar de ouderavond

Deze strook uiterlijk 12 januari 2011 inleveren bij de administratie.

Bijlage 2

Verslag algemene ouderavond sociaal-emotionele trainingen

De trainster (H. van Bergen) legt uit dat faalangst bij kinderen soms zichtbaar is, soms bijna niet. Het doel van de training is duidelijk te maken aan de leerling wat faalangst is en wat de rol en de betekenis is van het gedrag van de leerling. De ouders krijgen een stukje film te zien, met misschien daarna een reactie die herkenbaar is: er wordt een auto getoond die door een hele vredige omgeving rijdt. Plotseling klinkt een hele harde schreeuw en komt een angstaanwekkend gezicht in beeld.

De trainster vraagt de ouders deze film met hun lichaam deed, wat hun reactie was. Ze wilt daarmee aantonen dat er verschillende reacties zijn, verschillende gevoelens betreffende faalangst. De training start met het praten over wat faalangst is en hoe het komt dat een leerling faalangstig reageert.

Vervolgens legt de trainster uit dat alles in een lichaam weer normaal gaat reageren als de omgeving weer veilig is. Dan pas kan men weer gewoon denken. Ze vergelijkt dit met het na afloop van een proefwerk feilloos alle antwoorden zo kunnen geven, terwijl een leerling tijdens de toets weinig kon opschrijven.

Vermeld wordt dat in de week na de ouderavond intakegesprekken worden gehouden met betrokken leerlingen. Tijdens die intake wordt met de leerling gesproken over op welk moment de faalangst zit, of dat de faalangst te maken heeft met de manier van studeren.

Er wordt ingegaan op niet-gemotiveerd denkend: "Ik kan het toch niet". De trainster gaat daarover in gesprek met de leerlingen en brengt het zogeheten G-denken naar voren: Het proces van denken veranderen, de manier van denken van de leerling veranderen.

Het filmpje wordt bij de training gebruikt om aan te geven dat iedereen wel eens faalangst heeft meegemaakt, dat een vorm van faalangst ook bij ouders terugkomt. Verder legt de trainster de dynamische driehoek uit, waarbij de hulp van ouders gevraagd wordt. Van hen wordt verwacht met hun kind opdrachten te bespreken, thuis te helpen bij een opdracht, want als ouders niet achter de training staan dan voelt een kind dat. Ouders kunnen hun kinderen steunen door te zeggen: "Ik vind het goed dat je meedoet aan de training". Een kind heeft dan het gevoel dat het toestemming heeft van ouders.

Ouders krijgen een formulier mee om aan te geven waarom zij het goed vinden dat het kind met de training meedoet. Gevraagd wordt dat thuis in te vullen en dat formulier aan hun kind mee te geven vóór of tijdens de intake.

De training zal plaatsvinden vanaf 31 januari tot eind maart, gedurende het 3^e en 4^e lesuur op maandagmorgen. De kinderen missen dus wel iets van hun lestijd en worden gevraagd dat wat gemist wordt zelf in te halen. De groep zal bestaan uit

8 à 10 kinderen. Na iedere trainingsbijeenkomst krijgt de leerling een opdracht voor thuis. Graag heeft de trainster het eigen e-mail adres van de leerling, zodat een reminder gestuurd kan worden over wat die dag is behandeld.

Door de trainster wordt duidelijk naar de ouders aangegeven dat zij de faalangst niet kan oplossen. De bedoeling van de training is dat het kind anders naar het probleem faalangst leert kijken. Er zullen ook tweede- en eventueel een derdejaars leerling deelnemen.

De training zal niet alleen door H. van Bergen worden gegeven, maar door nog twee andere docenten die in de training zijn geschoold. Na elke trainingsbijeenkomst overleggen zijn gedrieën wat opviel. Er vindt rapportage plaats aan de mentor die op zijn beurt aan het einde van de training verslag zal doen over wat in de training is gebeurd. De huiswerkopdracht zal steeds iets zijn in de vorm van een doe-opdracht. Aan het einde van de avond worden de thema's genoemd die tijdens de training aan bod komen:

- wat is faalangst
- hoe kan ik ontspannen
- hoe kan ik plannen
- hoe kan ik negatief denken omzetten in positief denken.

Verder krijgen ouders een artikel uit de mee: "Faalangst: praat erover!" (oktober 2009). Dit als geschikte achtergrondinformatie over wat faalangst is. Ouders mogen H. van Bergen altijd bellen als ze achteraf nog met vragen zitten.

Gestelde vragen door ouders:

"Maandag a.s. is de intake. Wanneer horen wij als ouder iets over de beslissing wel / geen deelname aan de training?"

"Bij het intakegesprek wordt veelal gekeken of de faalangst angst is als trek of angst als toestand. Hebben wij de bevinding dat het gaat om angst als trek dan wordt het kind uitgesloten van de training. Het kind loopt dan nl. het risico verder in de put te komen. Gezocht wordt dan naar andere externe hulpverlening. U krijgt bericht via de mentor zodra de gesprekken zijn afgerond."

"Gaan jullie echt in op proefwerken en huiswerk of op faalangst in zijn algemeenheid?"

"We proberen een combi te maken, waarbij meer nadruk ligt op de algemeenheid: Soms wordt een proefwerk slecht gemaakt door een slechte voorbereiding.

Als laatste wordt door de trainster vermeld dat het voorkomt dat leerlingen die in het eerste jaar meegedaan hebben aan de boftraining en nu in het examenjaar zitten, zelf vragen om een soort van opfriscursus. Ouders moeten niet verwachten dat hun kind na de training ineens een heel ander kind is geworden, zonder faalangst. In de training proberen de trainsters mee te geven dat mislukken mag.

Verder zijn er geen vragen meer. Nogmaals wordt aangegeven dat men altijd mag bellen. Er wordt bedankt voor de aanwezigheid.

HANDELINGSPLAN FAALANGSTTRAINING | VOORINFORMATIE

PERSOONSGEGEVENS

Naam	A.
Geslacht	M
Geboortedatum	
Huidige klas	
Mentor	B.
Bijzonderheden (bijv. diagnoses)	Dysfasie

BEGINSITUATIE

A. is geselecteerd voor deelname aan deze training naar aanleiding van de basistraining Rots&Water, die alle eerstejaars hebben doorlopen. A. geeft tijdens de intake aan dat hij bij proefwerken geen faalangst kent. Hij kent ook geen andere angsten bij bijv. sport. A. durft in normaal contact alles te zeggen alleen bij pestgedrag gaat hij weglopen en trillen.

HANDELINGSPLANTRAINING | OPZET VAN DE TRAINING

DOEL

Van iedere twaalf leerlingen heeft er wel één last van faalangst. Vaak komt dit wel duidelijk naar voren, maar soms zorgt een leerling ervoor dat zijn of haar probleem onzichtbaar blijft. Het Hooghuis loc. Den Bongerd biedt deze groep leerlingen een groepstraining 'Beter Omgaan met Faalangst' (BOF) aan. Het doel van deze training is, naast de faalangst, ook de rol en betekenis van hun gedrag te onderzoeken.

Dit doen we door middel van rollenspellen, doe-opdrachten en oefeningen die de leerlingen in hun vrije tijd moeten uitvoeren. Ook besteden we aandacht aan het plannen van huis- en leerwerk. Met de leerlingen wordt ook besproken wat hen faalangstig maakt. We leren een aantal ontspanningsoefeningen aan en laten zien hoe de leerlingen deze ook tijdens bijvoorbeeld toetsen uit kunnen voeren.

Doel van de leerling: Ik wil niet meer bang zijn

INHOUD

Iedere training beginnen we met een 'Eigenwijsje' Dat is een inzichtkaart waarbij ze leren reflecteren. Door de groep te mengen, dus juist door leerlingen met duidelijke faalangst en niet zichtbare faalangst te combineren, zijn er ook veel leermomenten van elkaar te bereiken.

De drie hoofdthema's die in deze training worden behandeld zijn:

- Wat is faalangst bij mij?
- Hoe kan ik me ontspannen?
- Hoe moet ik plannen en welke positieve gedachten helpen mij?

ORGANISATIE

Tijdpad en structuur

De training vindt plaats van 14-02-11 t/m 18-04-11. De bijeenkomsten zijn op maandag, het 3^e en 4e uur. Maximale groepsgrootte is 10 leerlingen.

HANDELINGSPLAN TRAININGEN | *EINDEVALUATIE*

VERLOOP BEGELEIDING

Eerste bijeenkomst:

Tweede bijeenkomst: Het eigenwijsje van deze week is: "Ik ben verantwoordelijk voor wat ik doe". B. kan moeilijk uitleggen wat dit voor hem betekent. M.b.v. de trainer lukt het wel, hij zoekt hierbij contact met C. Bij het wisselspel doet A. actief mee.

Er zijn vorige week een aantal oefeningen gedaan en daarvan moest A. 1 ding noemen dat is bij gebleven, hij benoemt hier 'gezellig'.

Bij de oefening zeggen wat de laatste week belangrijk voor je was, antwoordt A.: "Ze hebben niet op mijn gemopperd". Bij doorvragen blijken dit de ouders van A. te zijn.

Na uitleg over faalangst wordt er een ademhalingsoefening gedaan waarbij de ademhaling een minuut geteld wordt. A. begint lacherig. Na de eerste evaluatie van het tellen, wordt de oefening nogmaals gedaan. A. telt m.b.v. zijn vingers zijn ademhaling. Bij de algehele evaluatie van deze 2^e bijeenkomst geeft A. geleerd te hebben rustig te worden.

EINDSITUATIE

Hoe staat de Iln er nu voor? (evt weglaten; dan dit in conclusie/advies schrijven)

CONCLUSIE & ADVIES

Kort: doel van de leerling & wat heeft de leerling bereikt.

Advies: bijv. vervoltraining

DATUM: / /

Handtekening trainer:

Handtekening ouders:

Handtekening leerling:

HANDELINGSPLAN FAALANGSTTRAINING | VOORINFORMATIE

PERSOONSgegevens

Naam	C
Geslacht	V
Geboortedatum	
Huidige klas	
Mentor	CvD
Bijzonderheden (bijv. diagnoses)	ADHD Dyslexie

BEGINSITUATIE

C. is geselecteerd voor deelname aan deze training naar aanleiding van de basistraining Rots&Water, die alle eerstejaars hebben doorlopen. Hierbij viel het op dat C. tijdens de laatste oefening geen blokje doormidden durfde te slaan.

Tijdens de intake geeft C. aan dat het soms niet lukt bij Engels en biologie, terwijl ze wel geleerd heeft. Ze durft wel iets te vragen. C. heeft geen lichamelijke klachten en voelt geen spanning. Faalangst heeft C. alleen op school, maar als ze gaat nadenken lukt het meestal wel.

HANDELINGSPLANTRAINING | OPZET VAN DE TRAINING

DOEL

Van iedere twaalf leerlingen heeft er wel één last van faalangst. Vaak komt dit wel duidelijk naar voren, maar soms zorgt een leerling ervoor dat zijn of haar probleem onzichtbaar blijft. Het Hooghuis loc. Den Bongerd biedt deze groep leerlingen een groepstraining 'Beter Omgaan met Faalangst' (BOF) aan. Het doel van deze training is, naast de faalangst, ook de rol en betekenis van hun gedrag te onderzoeken.

Dit doen we door middel van rollenspellen, doe-opdrachten en oefeningen die de leerlingen in hun vrije tijd moeten uitvoeren. Ook besteden we aandacht aan het plannen van huis- en leerwerk. Met de leerlingen wordt ook besproken wat hen faalangstig maakt. We leren een aantal ontspanningsoefeningen aan en laten zien hoe de leerlingen deze ook tijdens bijvoorbeeld toetsen uit kunnen voeren.

Doel van de leerling: Ik wil niet meer schoppen en slaan

INHOUD

Iedere training beginnen we met een 'Eigenwijsje' Dat is een inzichtkaart waarbij ze leren reflecteren. Door de groep te mengen, dus juist door leerlingen met duidelijke faalangst en niet zichtbare faalangst te combineren, zijn er ook veel leermomenten van elkaar te bereiken.

De drie hoofdthema's die in deze training worden behandeld zijn:

- Wat is faalangst bij mij?
- Hoe kan ik me ontspannen?
- Hoe moet ik plannen en welke positieve gedachten helpen mij?

ORGANISATIE

Tijdpad en structuur

De training vindt plaats van 14-02-11 t/m 18-04-11. De bijeenkomsten zijn op maandag, het 3^e en 4e uur. Maximale groepsgrootte is 10 leerlingen.

HANDELINGSPLAN TRAININGEN | EINDEVALUATIE

VERLOOP BEGELEIDING

Eerste bijeenkomst:

Tweede bijeenkomst: Het eigenwijsje van deze week is: "Ik mag nee zeggen". C. kan goed uitleggen wat dit voor haar betekent en speelt ook goed in op andere eigenwijsjes van andere kinderen. Bij het wisselspel doet C. actief mee, weet ook iets te verzinnen als ze aan de beurt is.

Er zijn vorige week een aantal oefeningen gedaan en daarvan moest C. 1 ding noemen dat is bij gebleven, zij benoemt hier 'spelletjes'.

Bij de oefening zeggen wat de laatste week belangrijk voor je was, antwoordt C.: "Ik mag eigenlijk niet op de computer, maar heb het toch gedaan". Na uitleg over faalangst wordt er een ademhalingsoefening gedaan waarbij de ademhaling een minuut geteld wordt. Na de eerste evaluatie van het tellen, wordt de oefening nogmaals gedaan. C. doet actief mee tijdens de uitleg van faalangst en ook bij de ademhalingsoefeningen. Bij de algehele evaluatie van deze 2^e bijeenkomst geeft C. aan geleerd te hebben van de ademhalingsoefeningen.

EINDSITUATIE

Hoe staat de lln er nu voor? (evt weglaten; dan dit in conclusie/advies schrijven)

CONCLUSIE & ADVIES

Kort: doel van de leerling & wat heeft de leerling bereikt.

Advies: bijv. vervoltraining

DATUM: / /

Handtekening trainer:

Handtekening ouders:

Handtekening leerling:

HANDELINGSPLAN FAALANGSTTRAINING | VOORINFORMATIE**PERSOONSGEGEVENS**

Naam	D
Geslacht	M
Geboortedatum	
Huidige klas	
Mentor	EF
Bijzonderheden (biiv. diagnoses)	ADHD en PDD-Nos

BEGINSITUATIE

D. is geselecteerd voor deelname aan deze training naar aanleiding van de basistraining Rots&Water, die alle eerstejaars hebben doorlopen. Tijdens de intake geeft D. aan dat hij snel rood wordt en verlegen is wanneer hij opeens de beurt krijgt. Hij slaapt 's nachts met licht aan en kijkt niet naar horrorfilms. Op school kent D. verder geen angsten.

HANDELINGSPLANTRAINING | OPZET VAN DE TRAINING

DOEL

Van iedere twaalf leerlingen heeft er wel één last van faalangst. Vaak komt dit wel duidelijk naar voren, maar soms zorgt een leerling ervoor dat zijn of haar probleem onzichtbaar blijft. Het Hooghuis loc. Den Bongerd biedt deze groep leerlingen een groepstraining 'Beter Omgaan met Faalangst' (BOF) aan. Het doel van deze training is, naast de faalangst, ook de rol en betekenis van hun gedrag te onderzoeken.

Dit doen we door middel van rollenspellen, doe-opdrachten en oefeningen die de leerlingen in hun vrije tijd moeten uitvoeren. Ook besteden we aandacht aan het plannen van huis- en leerwerk. Met de leerlingen wordt ook besproken wat hen faalangstig maakt. We leren een aantal ontspanningsoefeningen aan en laten zien hoe de leerlingen deze ook tijdens bijvoorbeeld toetsen uit kunnen voeren.

Doel van de leerling: Minder snel rood worden

INHOUD

Iedere training beginnen we met een 'Eigenwijsje' Dat is een inzichtkaart waarbij ze leren reflecteren. Door de groep te mengen, dus juist door leerlingen met duidelijke faalangst en niet zichtbare faalangst te combineren, zijn er ook veel leermomenten van elkaar te bereiken.

De drie hoofdthema's die in deze training worden behandeld zijn:

- Wat is faalangst bij mij?
- Hoe kan ik me ontspannen?
- Hoe moet ik plannen en welke positieve gedachten helpen mij?

ORGANISATIE

Tijdpad en structuur

De training vindt plaats van 14-02-11 t/m 18-04-11. De bijeenkomsten zijn op maandag, het 3^e en 4e uur. Maximale groepsgrootte is 10 leerlingen.

HANDELINGSPLAN TRAININGEN | *EINDEVALUATIE*

VERLOOP BEGELEIDING

Eerste bijeenkomst:

Tweede bijeenkomst: Het eigenwijsje van deze week is: "Ik ben vrij". D. kan goed uitleggen wat dit voor hem betekent. Bij het wisselspel doet D. actief mee.

Bij de oefening zeggen wat de laatste week belangrijk voor je was, antwoordt D.: "Mijn ouders hebben al bijna een week niet geruzied tegen elkaar". Na uitleg over faalangst wordt er een ademhalingsoefening gedaan waarbij de ademhaling een minuut geteld wordt. D. zucht een keer hardop. Na de eerste evaluatie van het tellen, wordt de oefening nogmaals gedaan. Bij de algehele evaluatie van deze 2^e bijeenkomst geeft Willem aan geleerd te hebben van de ademhalingsoefeningen.

EINDSITUATIE

Hoe staat de Iln er nu voor? (evt weglaten; dan dit in conclusie/advies schrijven)

CONCLUSIE & ADVIES

Kort: doel van de leerling & wat heeft de leerling bereikt.

Advies: bijv. vervoltraining

DATUM: / /

Handtekening trainer:

Handtekening ouders:

Handtekening leerling:

HANDELINGSPLAN FAALANGSTTRAINING | VOORINFORMATIE

PERSOONSgegevens

Naam	E
Geslacht	M
Geboortedatum	
Huidige klas	
Mentor	EF
Bijzonderheden (bijv. diagnoses)	n.v.t.

BEGINSITUATIE

E. is geselecteerd voor deelname aan deze training naar aanleiding van de basistraining Rots&Water, die alle eerstejaars hebben doorlopen. Tijdens de intake geeft E. aan dat hij bij s.o.'s dingen vergeet, terwijl hij wel heeft geleerd. Hij raakt soms in de war bij toetsen. Meerkeuzevragen gaan beter. M. heeft geen lichamelijke klachten en heeft buiten school geen last van faalangst. Tijdens de training wil E. graag dingen doen.

HANDELINGSPLANTRAINING | OPZET VAN DE TRAINING

DOEL

Van iedere twaalf leerlingen heeft er wel één last van faalangst. Vaak komt dit wel duidelijk naar voren, maar soms zorgt een leerling ervoor dat zijn of haar probleem onzichtbaar blijft. Het Hooghuis loc. Den Bongerd biedt deze groep leerlingen een groepstraining 'Beter Omgaan met Faalangst' (BOF) aan. Het doel van deze training is, naast de faalangst, ook de rol en betekenis van hun gedrag te onderzoeken.

Dit doen we door middel van rollenspellen, doe-opdrachten en oefeningen die de leerlingen in hun vrije tijd moeten uitvoeren. Ook besteden we aandacht aan het plannen van huis- en leerwerk. Met de leerlingen wordt ook besproken wat hen faalangstig maakt. We leren een aantal ontspanningsoefeningen aan en laten zien hoe de leerlingen deze ook tijdens bijvoorbeeld toetsen uit kunnen voeren.

Doel van de leerling: Ik wil leren omgaan met het idee dat ik word uitgelachen, wanneer ik iets zeg of doe. Ik wil leren dingen wel gewoon te doen, ondanks mijn angst om fouten te maken.

INHOUD

Iedere training beginnen we met een 'Eigenwijsje' Dat is een inzichtkaart waarbij ze leren reflecteren. Door de groep te mengen, dus juist door leerlingen met duidelijke faalangst en niet zichtbare faalangst te combineren, zijn er ook veel leermomenten van elkaar te bereiken.

De drie hoofdthema's die in deze training worden behandeld zijn:

- Wat is faalangst bij mij?
- Hoe kan ik me ontspannen?
- Hoe moet ik plannen en welke positieve gedachten helpen mij?

ORGANISATIE

Tijdpad en structuur

De training vindt plaats van 14-02-11 t/m 18-04-11. De bijeenkomsten zijn op maandag, het 3^e en 4e uur. Maximale groepsgrootte is 10 leerlingen.

HANDELINGSPLAN TRAININGEN | *EINDEVALUATIE*

VERLOOP BEGELEIDING

Eerste bijeenkomst:

Tweede bijeenkomst: Het eigenwijsje van deze week is: "Ik zeg wat ik voel". E. kan prima uitleggen wat dit voor hem betekent. Bij het wisselspel doet E. actief mee.

Er zijn vorige week een aantal oefeningen gedaan en daarvan moest E. 1 ding noemen dat is bij gebleven, hij benoemt hier 'de kring'.

Bij de oefening zeggen wat de laatste week belangrijk voor je was, antwoordt E.: "Ik ben de fout ingegaan". Bij doorvragen blijkt dit te maken te hebben met een gekregen i-phone en de kosten die daaruit voortvloeiden. Na uitleg over faalangst wordt er een ademhalingsoefening gedaan waarbij de ademhaling een minuut geteld wordt. Tijdens de uitleg doet E. actief mee. Na de eerste evaluatie van het tellen, wordt de oefening nogmaals gedaan. E. telt m.b.v. zijn vingers zijn ademhaling. Bij de algehele evaluatie van deze 2^e bijeenkomst geeft E. geleerd te hebben van de ademhalingsoefeningen.

EINDSITUATIE

Hoe staat de lln er nu voor? (evt weglaten; dan dit in conclusie/advies schrijven)

CONCLUSIE & ADVIES

Kort: doel van de leerling & wat heeft de leerling bereikt.

Advies: bijv. vervolgtraining

DATUM: / /

Handtekening trainer:

Handtekening ouders:

Handtekening leerling:

HANDELINGSPLAN FAALANGSTTRAINING | VOORINFORMATIE

PERSOONSgegevens

Naam	F
Geslacht	V
Geboortedatum	
Huidige klas	
Mentor	GH
Bijzonderheden (bijv. diagnoses)	n.v.t.

BEGINSITUATIE

F. is aangemeld door haar mentor.
Tijdens het intakegesprek geeft F. aan dat vragen stellen lastig voor haar is. Soms weet ze niets meer voor een toets, terwijl ze wel voldoende heeft geleerd. Dit is meestal bij het vak Engels. De faalangst uit zich dan in een beetje onrust en nagels bijten. Thuis is F. veel drukker en voelt ze zich zelfverzekerder.

HANDELINGSPLANTRAINING | OPZET VAN DE TRAINING

DOEL

Van iedere twaalf leerlingen heeft er wel één last van faalangst. Vaak komt dit wel duidelijk naar voren, maar soms zorgt een leerling ervoor dat zijn of haar probleem onzichtbaar blijft. Het Hooghuis loc. Den Bongerd biedt deze groep leerlingen een groepstraining 'Beter Omgaan met Faalangst' (BOF) aan. Het doel van deze training is, naast de faalangst, ook de rol en betekenis van hun gedrag te onderzoeken.

Dit doen we door middel van rollenspellen, doe-opdrachten en oefeningen die de leerlingen in hun vrije tijd moeten uitvoeren. Ook besteden we aandacht aan het plannen van huis- en leerwerk. Met de leerlingen wordt ook besproken wat hen faalangstig maakt. We leren een aantal ontspanningsoefeningen aan en laten zien hoe de leerlingen deze ook tijdens bijvoorbeeld toetsen uit kunnen voeren.

Doel van de leerling: Ik wil zelfverzekerder worden

INHOUD

Iedere training beginnen we met een 'Eigenwijsje' Dat is een inzichtkaart waarbij ze leren reflecteren. Door de groep te mengen, dus juist door leerlingen met duidelijke faalangst en niet zichtbare faalangst te combineren, zijn er ook veel leermomenten van elkaar te bereiken.

De drie hoofdthema's die in deze training worden behandeld zijn:

- Wat is faalangst bij mij?
- Hoe kan ik me ontspannen?
- Hoe moet ik plannen en welke positieve gedachten helpen mij?

ORGANISATIE

Tijdpad en structuur

De training vindt plaats van 14-02-11 t/m 18-04-11. De bijeenkomsten zijn op maandag, het 3^e en 4e uur. Maximale groepsgrootte is 10 leerlingen.

HANDELINGSPLAN TRAININGEN | *EINDEVALUATIE*

VERLOOP BEGELEIDING

Eerste bijeenkomst:

Tweede bijeenkomst: Het eigenwijsje van deze week is: "Ik mag fouten maken". F. kan hierover vertellen wat dat voor haar betekent. Bij het wisselspel doet F. voldoende mee.

Er zijn vorige week een aantal oefeningen gedaan en daarvan moest F. 1 oefening noemen die is bij gebleven, ze benoemt hier de oefening 'namen onthouden'.

Bij de oefening zeggen wat de laatste week belangrijk voor je was, antwoordt F.:

"Meerijden met de Brabantse kampioenschappen". Bij doorvragen blijkt dit te maken te hebben met het paardrijden. Na uitleg over faalangst wordt er een

ademhalingsoefening gedaan waarbij de ademhaling een minuut geteld wordt. F. begint lacherig. Na de eerste evaluatie van het tellen, wordt de oefening nogmaals gedaan. F. heeft geen ademhaling kunnen tellen, ze heeft zich geconcentreerd op haar ademhaling. Bij de algehele evaluatie van deze 2^e bijeenkomst geeft F. aan de ademhalingsoefening fijn te vinden en het rustig worden.

EINDSITUATIE

Hoe staat de Iln er nu voor? (evt weglaten; dan dit in conclusie/advies schrijven)

CONCLUSIE & ADVIES

Kort: doel van de leerling & wat heeft de leerling bereikt.

Advies: bijv. vervoltraining

DATUM: / /

Handtekening trainer:

Handtekening ouders:

Handtekening leerling:

HANDELINGSPLAN FAALANGSTTRAINING | VOORINFORMATIE

PERSOONSgegevens

Naam	G.
Geslacht	V
Geboortedatum	
Huidige klas	
Mentor	GH
Bijzonderheden (biiv. diagnoses)	OCS en NLD

BEGINSITUATIE

G. is geselecteerd voor deelname aan deze training naar aanleiding van de basistraining Rots&Water, die alle eerstejaars hebben doorlopen. Bij het intakegesprek geeft G.aan dat ze lichamelijke klachten heeft zoals trillen en ademhaling. Buiten school heeft G. alleen klachten wanneer ze iets moet vertellen. Tegen vreemden durft G. niet veel te zeggen. Wanneer ze met vrienden gaat computeren gaat het goed.

HANDELINGSPLANTRAINING | OPZET VAN DE TRAINING

DOEL

Van iedere twaalf leerlingen heeft er wel één last van faalangst. Vaak komt dit wel duidelijk naar voren, maar soms zorgt een leerling ervoor dat zijn of haar probleem onzichtbaar blijft. Het Hooghuis loc. Den Bongerd biedt deze groep leerlingen een groepstraining 'Beter Omgaan met Faalangst' (BOF) aan. Het doel van deze training is, naast de faalangst, ook de rol en betekenis van hun gedrag te onderzoeken.

Dit doen we door middel van rollenspellen, doe-opdrachten en oefeningen die de leerlingen in hun vrije tijd moeten uitvoeren. Ook besteden we aandacht aan het plannen van huis- en leerwerk. Met de leerlingen wordt ook besproken wat hen faalangstig maakt. We leren een aantal ontspanningsoefeningen aan en laten zien hoe de leerlingen deze ook tijdens bijvoorbeeld toetsen uit kunnen voeren.

Doel van de leerling: Ik wil niet meer gespannen zijn wanneer ik voor een groep iets moet vertellen.

INHOUD

Iedere training beginnen we met een 'Eigenwijsje' Dat is een inzichtkaart waarbij ze leren reflecteren. Door de groep te mengen, dus juist door leerlingen met duidelijke faalangst en niet zichtbare faalangst te combineren, zijn er ook veel leermomenten van elkaar te bereiken.

De drie hoofdthema's die in deze training worden behandeld zijn:

- Wat is faalangst bij mij?
- Hoe kan ik me ontspannen?
- Hoe moet ik plannen en welke positieve gedachten helpen mij?

ORGANISATIE

Tijdpad en structuur

De training vindt plaats van 14-02-11 t/m 18-04-11. De bijeenkomsten zijn op maandag, het 3^e en 4e uur. Maximale groepsgrootte is 10 leerlingen.

HANDELINGSPLAN TRAININGEN | *EINDEVALUATIE*

VERLOOP BEGELEIDING

Eerste bijeenkomst:

Tweede bijeenkomst: Het eigenwijsje van deze week is: "Ik kies zelf met wie ik om wil gaan". G. kan moeilijk uitleggen wat dit voor haar betekent. M.b.v. de trainer gaat dit beter. Bij het wisselspel doet G. niet actief mee, het is moeilijk voor haar iets te verzinnen op de vraag "Iedereen die ...". Ze moet hierin gestuurd worden door de trainer.

Er zijn vorige week een aantal oefeningen gedaan en daarvan moest G. 1 ding noemen dat is bij gebleven, zij benoemt hier 'oefening'.

Bij de oefening zeggen wat de laatste week belangrijk voor je was, antwoordt G.: "Ik weet eigenlijk niks". Bij doorvragen komt er toch een antwoord: "Je mag stop zeggen". Na uitleg over faalangst wordt er een ademhalingsoefening gedaan waarbij de ademhaling een minuut geteld wordt. Na de eerste evaluatie van het tellen, wordt de oefening nogmaals gedaan. Bij de algehele evaluatie van deze 2^e bijeenkomst geeft G. geleerd te hebben van de ademhalingsoefeningen.

EINDSITUATIE

Hoe staat de In er nu voor? (evt weglaten; dan dit in conclusie/advies schrijven)

CONCLUSIE & ADVIES

Kort: doel van de leerling & wat heeft de leerling bereikt.

Advies: bijv. vervolgtraining

DATUM: / /

Handtekening trainer:

Handtekening ouders:

Handtekening leerling:

Bijlage 9

Vragenlijst voor deelnemers aan de BOF-training

1. Vind je zelf dat je faalangst hebt?

Zo ja, Wat versta je onder faalangst?

(Kruis het juiste hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

angst voor het behalen van slechte prestaties	
angst om niet bij de groep te horen	
angst om een mening te moeten geven	
angst voor het houden van presentatie / spreekbeurt	
angst om mijn ouders / verzorgers teleur te stellen	
angst om op te vallen	
angst voor negatieve reacties van anderen	
angst om ruzie te krijgen	
angst voor nieuwe dingen	
angst dat ik iets niet begrijp	
angst voor onverwachte situaties	
angst om op school ziek te worden	
anders, nl.	

2. Welke lichamelijke kenmerken herken je bij jezelf op momenten van faalangst?

(Kruis het juiste hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

zweten	
trillen	
hoofdpijn	
buikpijn, maagpijn, misselijkheid	
hyperventilatie, versnelde ademhaling	
oppervlakkige ademhaling, adem inhouden	
rode vlekken, blozen	
overbeweeglijk zijn, friemelen, wiebelen, niet stil kunnen zitten	
stotteren	
gespannen houding (bijvoorbeeld schouders opgetrokken)	
concentratieproblemen	
Anders, nl.	

3. Welke gedragsmatige kenmerken herken je bij jezelf op momenten van faalangst? (Kruis het juiste hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk,)

stil zijn, terug trekken, afzonderen	
agressief, brutaal zijn	
overdreven hulpvaardig zijn (bij iedereen positief over willen komen)	
de clown uithangen	
geen vragen stellen, of juist erg precieze vragen stellen	
veel behoefte aan reactie van docent, maar moeite met accepteren van complimenten en kritiek	
vertonen van vluchtgedrag ("die opdracht doe ik wel een andere keer")	
onzeker zijn	
een te makkelijke of juist te moeilijke opdracht kiezen	
negatieve opmerkingen maken over anderen of jezelf	
niet willen opvallen	
moeite met 'nee' zeggen	
niet aankijken van anderen	
gespannen en nerveus reageren op onverwachte situaties	
succes toeschrijven aan dingen die buiten je om gebeuren (het ging deze keer goed, maar de juf heeft me gematst)	
lang aan het huiswerk zitten, veel uit het hoofd leren	
Anders, nl.	

4. Weten je lesgevende docenten dat je faalangst hebt?
Zo ja, hoe weten ze dat?
(Kruis het goede hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

Ik heb het ze zelf verteld	
Ik heb het mijn mentor verteld die dat aan de andere docenten heeft doorgegeven	
Mijn ouders hebben dat via een mail aan alle docenten laten weten	
Ze weten het niet	
Anders, nl.	

5. Als docenten weten dat je faalangst hebt, op wat voor manier helpen ze je dan?

Stof wordt in kleine delen aangeboden	
Docenten laten meteen horen of ik een opdracht goed heb gedaan	
Huiswerk wordt ruim voor de bel opgegeven	
Ik krijg bij toetsen meer tijd	
Oude stof wordt regelmatig herhaald	
Er wordt met mij een planning gemaakt	
Bij het teruggeven van een so of toets wordt het werk doorgenomen	
Ik krijg regelmatig complimenten	
Docenten vragen regelmatig of ik weet wat ik moet doen	
Anders, nl	

- 6a. Wat zijn de doelen die je met de training wilt bereiken?
(Kruis het goede hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

niet stotteren / rood worden als mij in de klas een vraag gesteld wordt	
in een groepje voor mijn mening durven uitkomen	
aan de docent een vraag durven stellen	
durven zeggen dat ik iets niet begrijp	
geen buikpijn / hoofdpijn meer hebben wanneer er toetsmomenten zijn	
leren accepteren dat je ik ook slechtere cijfers kan / mag halen	
leren nieuwe contacten te maken	
minder zenuwachtig zijn bij presentatie / spreekbeurt in de klas	
door ontspanningsoefeningen leren me beter te concentreren	
aan iets nieuws durven beginnen	
nee durven zeggen	
anders, nl	

- 6b. Wie weten wat jouw doelen zijn die je via de training wilt bereiken?

Mijn ouders	
Mijn mentor	
De trainer van BOF	
Mijn klasgenoten	
De docenten	
Anders, nl	

7. Hoe denk je daarover met hen contact te hebben?
(Kruis het goede hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

Ik vertel het mijn omgeving	
Ik vraag mijn mentor te melden dat ik de training volg	
Ik vraag de trainer verslag te doen aan docenten	
Niet	
Anders, nl	

Bijlage 10

Vragenlijst voor deelnemers na de BOF-training

1. Kun je na de training aangeven wat voor jou met faalangst te maken heeft?
(Kruis het juiste hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

angst voor het behalen van slechte prestaties	
angst om niet bij de groep te horen	
angst om een mening te moeten geven	
angst voor het houden van presentatie / spreekbeurt	
angst om mijn ouders / verzorgers teleur te stellen	
angst om op te vallen	
angst voor negatieve reacties van anderen	
angst om ruzie te krijgen	
angst voor nieuwe dingen	
angst dat ik iets niet begrijp	
angst voor onverwachte situaties	
angst om op school ziek te worden	
anders, nl.	

2. Welke lichamelijke kenmerken herken je bij jezelf op momenten van faalangst?
(Kruis het juiste hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

zweten	
trillen	
hoofdpijn	
buikpijn, maagpijn, misselijkheid	
hyperventilatie, versnelde ademhaling	
oppervlakkige ademhaling, adem inhouden	
rode vlekken, blozen	
overbeweeglijk zijn, friemelen, wiebelen, niet stil kunnen zitten	
stotteren	
gespannen houding (bijvoorbeeld schouders opgetrokken)	
concentratieproblemen	
Anders, nl.	

3. Welke gedragsmatige kenmerken herken je bij jezelf op momenten van faalangst? (Kruis het juiste hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk,)

stil zijn, terug trekken, afzonderen	
agressief, brutaal zijn	
overdreven hulpvaardig zijn (bij iedereen positief over willen komen)	
de clown uithangen	
geen vragen stellen, of juist erg precieze vragen stellen	
veel behoefte aan reactie van docent, maar moeite met accepteren van complimenten en kritiek	
vertonen van vluchtgedrag ("die opdracht doe ik wel een andere keer")	
onzeker zijn	
een te makkelijke of juist te moeilijke opdracht kiezen	
negatieve opmerkingen maken over anderen of jezelf	
niet willen opvallen	
moeite met 'nee' zeggen	
niet aankijken van anderen	
gespannen en nerveus reageren op onverwachte situaties	
succes toeschrijven aan dingen die buiten je om gebeuren (het ging deze keer goed, maar de juf heeft me gematst)	
lang aan het huiswerk zitten, veel uit het hoofd leren	
Anders, nl.	

4. Weten je lesgevende de docenten nu dat je faalangst hebt?
 Zo ja, hoe weten ze dat?
 (Kruis het goede hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

Ik heb het ze zelf verteld	
Ik heb het mijn mentor verteld die dat aan de andere docenten heeft doorgegeven	
Mijn ouders hebben dat via een mail aan alle docenten laten weten	
Ze weten het niet	
Anders, nl.	

5. Als docenten weten dat je faalangst hebt, op wat voor manier helpen ze je dan?

Stof wordt in kleine delen aangeboden	
Docenten laten meteen horen of ik een opdracht goed heb gedaan	
Huiswerk wordt ruim voor de bel opgegeven	
Ik krijg bij toetsen meer tijd	
Oude stof wordt regelmatig herhaald	
Er wordt met mij een planning gemaakt	
Bij het teruggeven van een so of toets wordt het werk doorgenomen	
Ik krijg regelmatig complimenten	
Docenten vragen regelmatig of ik weet wat ik moet doen	
Anders, nl	

- 6a. Wat zijn de doelen die je met de training hebt bereikt?
(Kruis het goede hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

niet stotteren / rood worden als mij in de klas een vraag gesteld wordt	
in een groepje voor mijn mening durven uitkomen	
aan de docent een vraag durven stellen	
durven zeggen dat ik iets niet begrijp	
geen buikpijn / hoofdpijn meer hebben wanneer er toetsmomenten zijn	
leren accepteren dat je ik ook slechtere cijfers kan / mag halen	
leren nieuwe contacten te maken	
minder zenuwachtig zijn bij presentatie / spreekbeurt in de klas	
door ontspanningsoefeningen leren me beter te concentreren	
aan iets nieuws durven beginnen	
nee durven zeggen	
anders, nl	

- 6b. Wie weten wat jouw doelen zijn die je via de training hebt bereiken?

Mijn ouders	
Mijn mentor	
De trainer van BOF	
Mijn klasgenoten	
De docenten	
Anders, nl	

7. Hoe heb je met hen contact daarover gehad?
(Kruis het goede hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

Ik vertel het mijn omgeving	
Ik vraag mijn mentor te melden dat ik de training volg	
Ik vraag de trainer verslag te doen aan docenten	
Niet	
Anders, nl	

8. Zijn er dingen die je graag in de training had behandeld?
Zo ja, welke?
(Kruis het goede hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

Hoe nu verder?	
Hoe vertel ik het in mijn klas?	
Wat kan ik doen als ik terugval in oude gewoontes?	
Anders?:	

Bijlage 11

Interviewvragen lesgevende docenten

1. Wat versta je onder faalangst?

(Kruis het juiste hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

angst voor het behalen van slechte prestaties	
angst om niet bij de groep te horen	
angst om een mening te moeten geven	
angst voor het houden van presentatie / spreekbeurt	
angst om mijn ouders / verzorgers teleur te stellen	
angst om op te vallen	
angst voor negatieve reacties van anderen	
angst om ruzie te krijgen	
angst voor nieuwe dingen	
angst dat ik iets niet begrijp	
angst voor onverwachte situaties	
angst om op school ziek te worden	
anders, nl.	

2. Welke lichamelijke kenmerken herken je bij een kind met faalangst?

(Kruis het juiste hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

zweten	
trillen	
hoofdpijn	
buikpijn, maagpijn, misselijkheid	
hyperventilatie, versnelde ademhaling	
oppervlakkige ademhaling, adem inhouden	
rode vlekken, blozen	
overbeweeglijk zijn, friemelen, wiebelen, niet stil kunnen zitten	
stotteren	
gespannen houding (bijvoorbeeld schouders opgetrokken)	
concentratieproblemen	
Anders, nl.	

3. Welke gedragsmatige kenmerken herken je bij een kind met faalangst?

(Kruis het juiste hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

stil zijn, terug trekken, afzonderen	
agressief, brutaal zijn	
overdreven hulpvaardig zijn (bij iedereen positief over willen komen)	
de clown uithangen	
geen vragen stellen, of juist heel gedetailleerd vragen stellen	
veel behoefte aan feedback, maar moeite met accepteren van complimenten en kritiek	
vertonen van vluchtgedrag	
onzeker zijn	
een te makkelijke of juist te moeilijke opdracht kiezen	
negatieve opmerkingen maken over anderen of zichzelf	
niet willen opvallen	
moeite met 'nee' zeggen	
niet aankijken	
gespannen en nerveus reageren op onverwachte situaties	
succes toeschrijven aan dingen die buiten hen om gebeuren (het ging deze keer goed, maar de juf heeft me gematst)	
lang aan het huiswerk zitten, veel uit het hoofd leren	
Anders, nl.	

4. Krijg je vooraf informatie of een kind faalangstig is?

Zo ja, via welk kanaal ?

(Kruis het juiste hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

mentor	
ouders	
kind zelf	
dossier	
anders, nl.	

Zo nee, hoe kom je aan informatie?

(Kruis het juiste hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

vragen aan mentor	
in gesprek gaan met de leerling	
ouders bellen	
in de "wandelgangen"	
anders, nl.	

5. Weet je als lesgevende docent of een leerling een training volgt om te leren omgaan met faalangst?

Zo ja via welk kanaal?

(Kruis het juiste hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

mentor	
ouders	
kind zelf	
Trainer "Beter omgaan met faalangst"	
anders, nl.	

6. Hoe komt informatie over de training bij jou terecht?

(Kruis het juiste hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

die wordt niet doorgegeven	
via gesprekjes met de leerling	
via verslagen tussendoor van de trainer	
via verslagen tussendoor van de mentor	
aan het einde via een verslag	
via de teamvergadering	
Anders, nl.	

7. Vind je dat er veranderingen plaatsvinden in de begeleiding van faalangstige leerlingen?

Zo ja, welke?

Zo nee, welke veranderingen zou je graag zien?

Bijlage 12

Vragenlijst voor ouders van deelnemers aan de BOF-training

1. Wat verstaat u onder faalangst?
(Kruis het juiste hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

angst voor het behalen van slechte prestaties	
angst om niet bij de groep te horen	
angst om een mening te moeten geven	
angst voor het houden van presentatie / spreekbeurt	
angst om mensen teleur te stellen	
angst om op te vallen	
angst voor negatieve reacties van anderen	
angst om ruzie te krijgen	
angst voor nieuwe dingen	
angst dat iets wat is uitgelegd niet wordt begrepen	
angst voor onverwachte situaties	
angst om op school ziek te worden	
anders, nl.	

2. Welke lichamelijke kenmerken herkent bij uw kind op momenten van faalangst?
(Kruis het juiste hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

zweten	
trillen	
hoofdpijn	
buikpijn, maagpijn, misselijkheid	
hyperventilatie, versnelde ademhaling	
oppervlakkige ademhaling, adem inhouden	
rode vlekken, blozen	
overbeweeglijk zijn, friemelen, wiebelen, niet stil kunnen zitten	
stotteren	
gespannen houding (bijvoorbeeld schouders opgetrokken)	
concentratieproblemen	
Anders, nl.	

3. Welke gedragsmatige kenmerken herkent u bij uw kind op momenten van faalangst? (Kruis het juiste hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk,)

stil zijn, terug trekken, afzonderen	
agressief, brutaal zijn	
overdreven hulpvaardig zijn (bij iedereen positief over willen komen)	
de clown uithangen	
geen vragen stellen aan mensen, of juist erg precieze vragen stellen	
veel behoefte aan reactie, maar moeite met accepteren van complimenten en kritiek	
vertonen van vluchtgedrag ("die opdracht doe ik wel een andere keer")	
onzeker zijn	
een te makkelijke of juist te moeilijke opdracht kiezen indien hij / zij mag kiezen	
negatieve opmerkingen maken over anderen of zichzelf	
niet willen opvallen	
moeite met 'nee' zeggen	
niet aankijken van anderen	
gespannen en nerveus reageren op onverwachte situaties	
succes toeschrijven aan dingen die buiten uw kind om gebeuren (het ging deze keer goed, maar de juf heeft me gematst)	
lang aan het huiswerk zitten, veel uit het hoofd leren	
Anders, nl.	

4. Weten de lesgevende docenten van uw kind dat het faalangst heeft?
Zo ja, hoe weten ze dat?
(Kruis het goede hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

Ik heb het ze als ouder verteld	
Ik heb het de mentor verteld die dat aan de andere docenten heeft doorgegeven	
Ik als ouder heb dat via een mail aan alle docenten laten weten	
Ze weten het niet	
Anders, nl.	

5. Weet u wat uw kind met de training wilde bereiken?
(Kruis het goede hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

niet stotteren / rood worden als in de klas een vraag gesteld wordt	
in een groepje voor mening durven uitkomen	
aan de docent een vraag durven stellen	
durven zeggen dat iets niet wordt begrepen	
geen buikpijn / hoofdpijn meer hebben wanneer er toetsmomenten zijn	
leren accepteren dat je ook slechtere cijfers kan / mag halen	
leren nieuwe contacten te maken	
minder zenuwachtig zijn bij presentatie / spreekbeurt in de klas	
door ontspanningsoefeningen leren zich beter te concentreren	
aan iets nieuws durven beginnen	
nee durven zeggen	
anders, nl	

6. Hoe heeft u daarover contact gehad?
(Kruis het goede hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

telefonisch contact gehad met mentor	
mailcontact gehad met mentor	
Ik heb de trainer gevraagd verslag te doen aan mij als ouder	
Ik heb het mijn kind gevraagd	
De trainer heeft het uit zich zelf laten weten	
Niet	
Anders, nl	

7. Merkt u verschil aan uw kind nu de training is afgelopen?
 Zo ja, welk verschil?
 (Kruis het goede hokje aan, meerdere hokjes zijn mogelijk)

Mijn kind:

durft vragen te stellen aan anderen dan ikzelf	
is minder zenuwachtig voor het presenteren van dingen in de klas	
maakt makkelijker contact met anderen	
durft nee te zeggen	
heeft geen buikpijn / hoofdpijn meer voor toetsmomenten	
durft aan iets nieuws te beginnen	
durft voor mening uit te komen	
durft te zeggen dat het iets niet begrijpt	
accepteert een slechter cijfer	
gaat met meer plezier naar school	
Anders:	

8. Vind u dat er iets veranderd moet worden voorafgaand aan de training?

Zo ja, wat?

9. Vind u dat er iets veranderd moet worden tijdens de training?

Zo ja, wat?

Bijlage 13

Items “anders, nl...” bij vragenlijsten

Antwoorden docenten:

Lichamelijke kenmerken. Item anders:

- iemand niet aankijken, een gebogen hoofd, manier van lopen, niet op toon kunnen zingen X
- geen antwoord geven op een directe vraag X

Informatie over feit dat kind faalangstig is? Item anders:

- informatie vanuit de basisschool X
- informatie via ambulante begeleiding X
- informatie uit de training en samenspraak trainers met mentoren
- n.a.v. cursus Rots en Water X
- via het observeren van leerlingen X
- via groepsplan XX
- via trainer X
- via overdracht basisschool contactpersoon en dossier X

Bekend met feit dat leerling training volgt? Item anders:

- overleg in kernteam XX
- via handelingsplan / groepsplan XX
- niet bekend X
- via leerlingbespreking XX
- via klassenboek X

Antwoorden docenten over veranderingen die plaatsvinden in begeleiding faalangstige IIn.

- meer uitwisseling over inhoudelijke informatie
- tijdens de begeleiding voelt de leerling zich wat zekerder
- leerlingen ontvangen handreikingen en trainers geven steun bij het omgaan met faalangst
- door de screening is de begeleiding van leerlingen met faalangst nu goed aangepakt
- leerlingen zijn rustiger in de les, doen beter mee tijdens de les en zijn opgewekt en hebben meer overtuiging
- er zit meer structuur in de begeleiding vergeleken bij voorgaande jaren
- het is duidelijk wanneer de begin- en einddatum van de training is en mentoren hebben de leerlingen moeten opgeven voor de training
- de trainers zijn meer geschoold en de training is meer gestructureerd binnen de school

Antwoorden docenten over welke verandering ze graag zouden zien m.b.t. de faalangsttraining.

- in de bovenbouw zou naast de examenvreestraining de faalangsttraining een goed idee zijn
- meer informatie verstrekken
- meer bekend maken wie de faalangstigen zijn die de training volgen en hoe er gediagnosticeerd is
- menig leerling geeft aan weinig aan de training gehad te hebben. Tussentijdse evaluaties zouden nuttig zijn
- voorbeelden krijgen van concrete aanpak van een leerling met faalangst
- meer informatie over waar de leerling tijdens de training mee bezig is zodat daarmee rekening gehouden kan worden tijdens de lessen
- meer praktische tips krijgen voor de begeleiding van de faalangstige leerling
- informatie / training krijgen over de begeleiding in de klassensituatie
- docenten moeten beter op de hoogte zijn van het feit dat een leerling faalangst heeft en wat de concrete afspraken zijn bij die leerling
- trainer moet ook lesgevende docenten informeren, niet alleen mentor

Antwoorden leerlingen:

Wat versta je onder faalangst? Item anders:

- Het leren van een proefwerk, het thuis kennen en op school alles zijn vergeten. XX
- iets voor een groep doen X

Welke lichamelijke kenmerken te herkennen? Item anders:

- nagels bijten X
- trillen met de benen X

Welke gedragsmatige kenmerken te herkennen? Item anders:

- soms maar leren voor een so of pw X
- niet echt leren voor een so of pw X

Als docenten weten dat je faalangst hebt, hoe hepen ze je dan? Item anders:

- niet X
- via faalangsttraining X

Wie weten wat jouw te bereiken doelen zijn? Item anders:

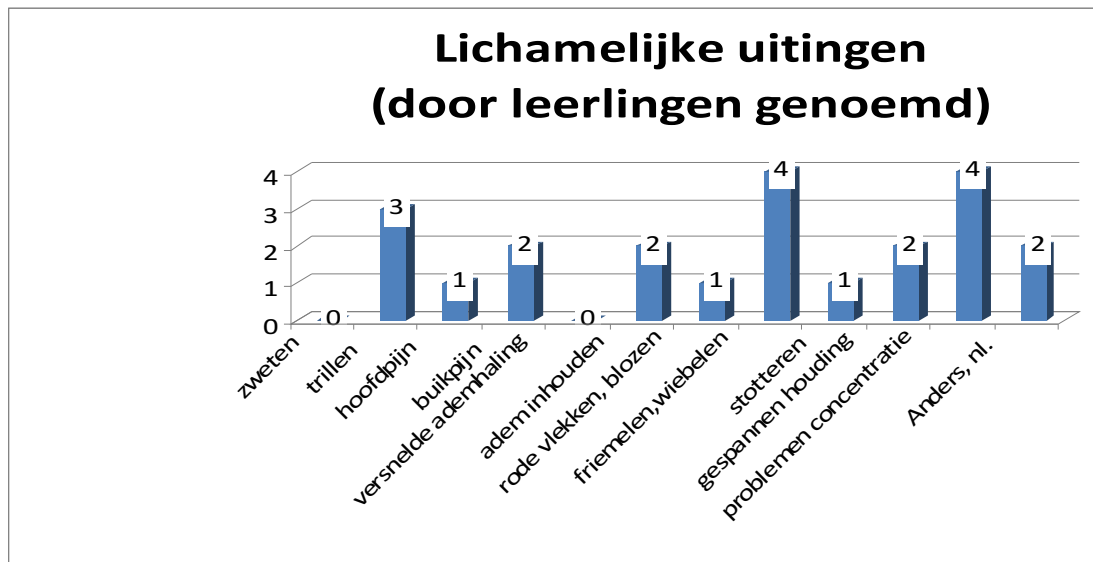
- Mijn vriendin Madelon X
- Groepje faalangsttraining XX

Antwoorden ouders over of er iets aan de BOF-training veranderd moet worden:

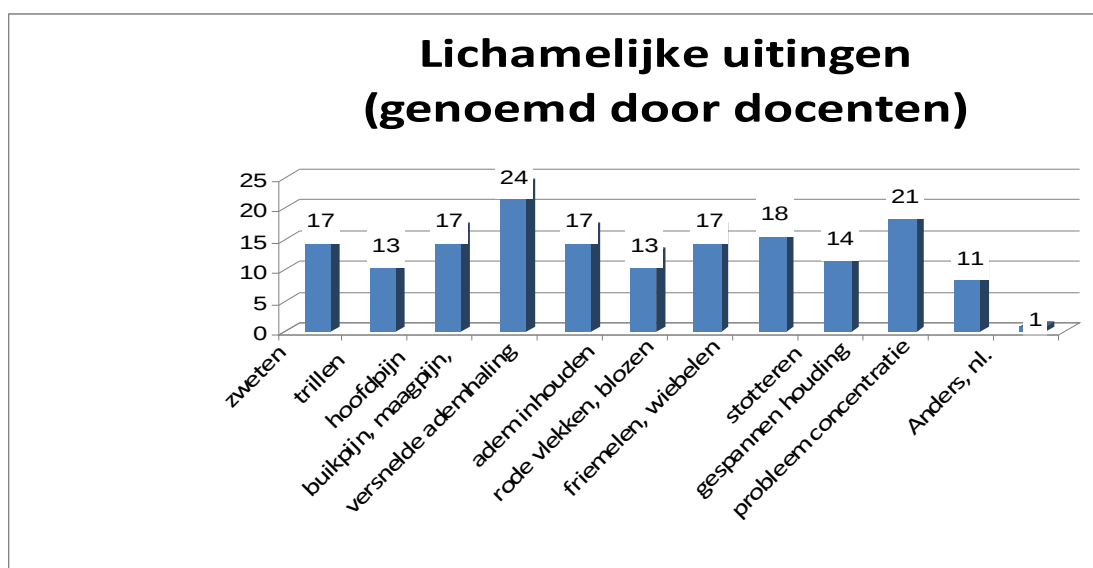
- Graag vooraf navragen hoe het kind thuis is hoe het zich in bepaalde situaties gedraagt.
- Graag tijdens of na de training meer contact met de trainer, specifiek gericht op mijn kind. Advies over hoe we als ouders verder moeten nadat de training is afgerond, of we het bij de training kunnen laten of dat het nodig is dat professionele hulp wordt ingeschakeld.

Bijlage 14

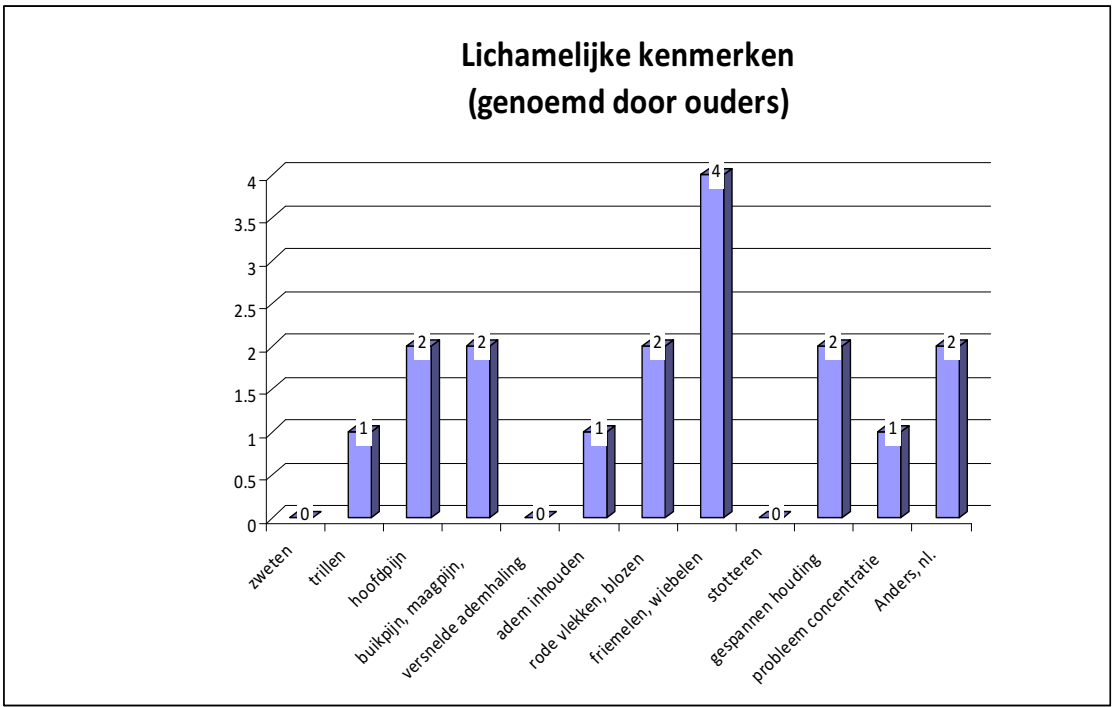
Lichamelijke kenmerken faalangst , genoemd door leerlingen, ouders en docenten



Grafiek 8



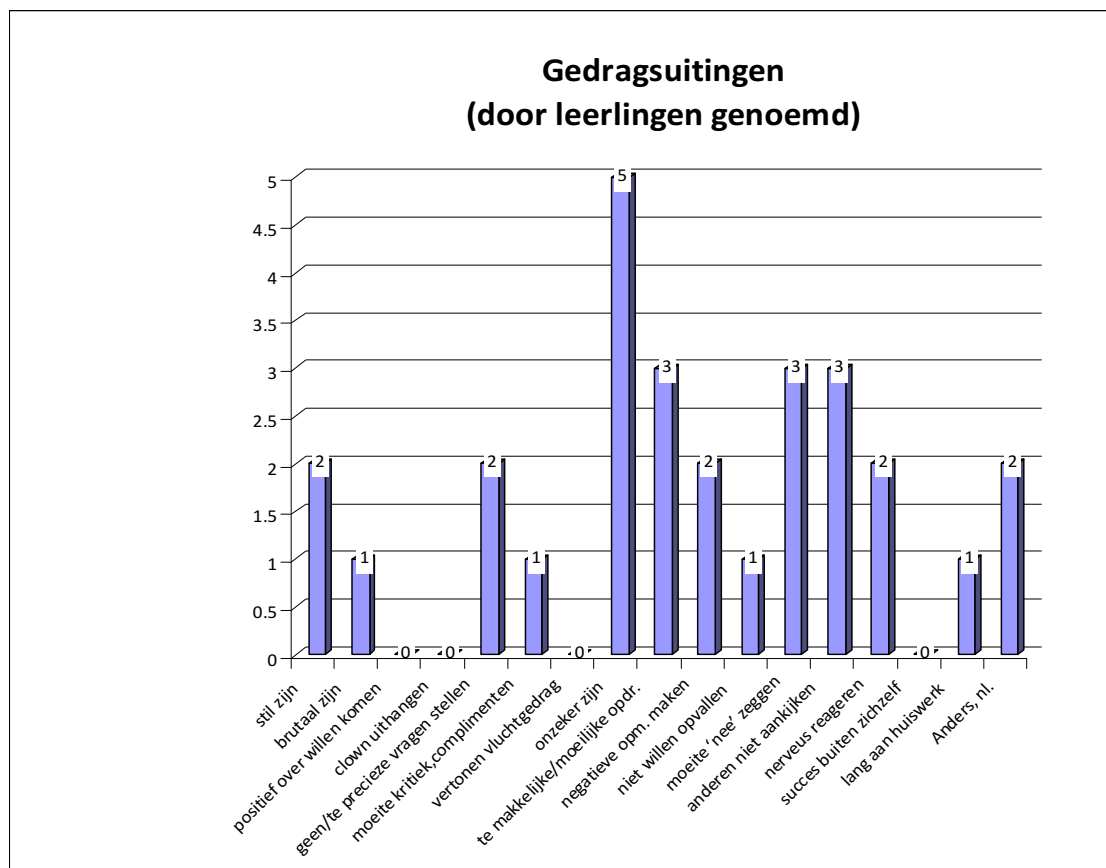
Grafiek 9



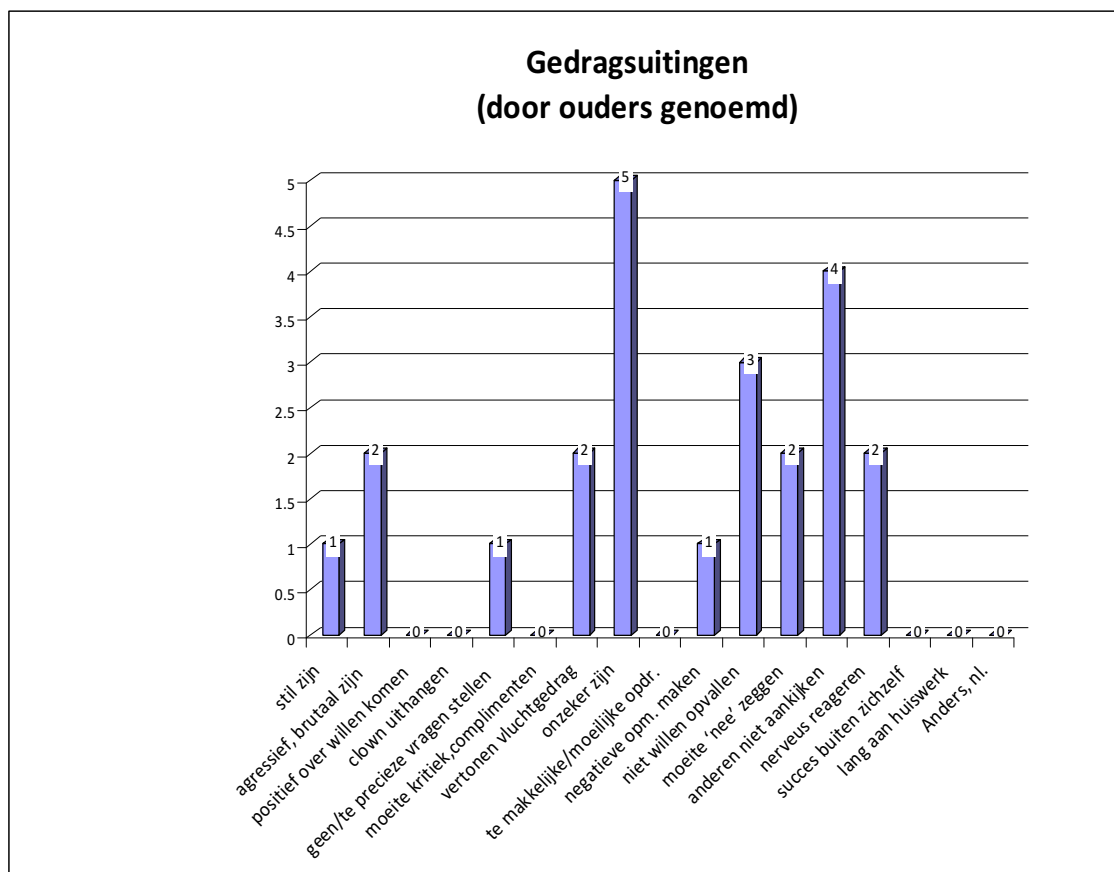
Grafiek 10

Bijlage 15

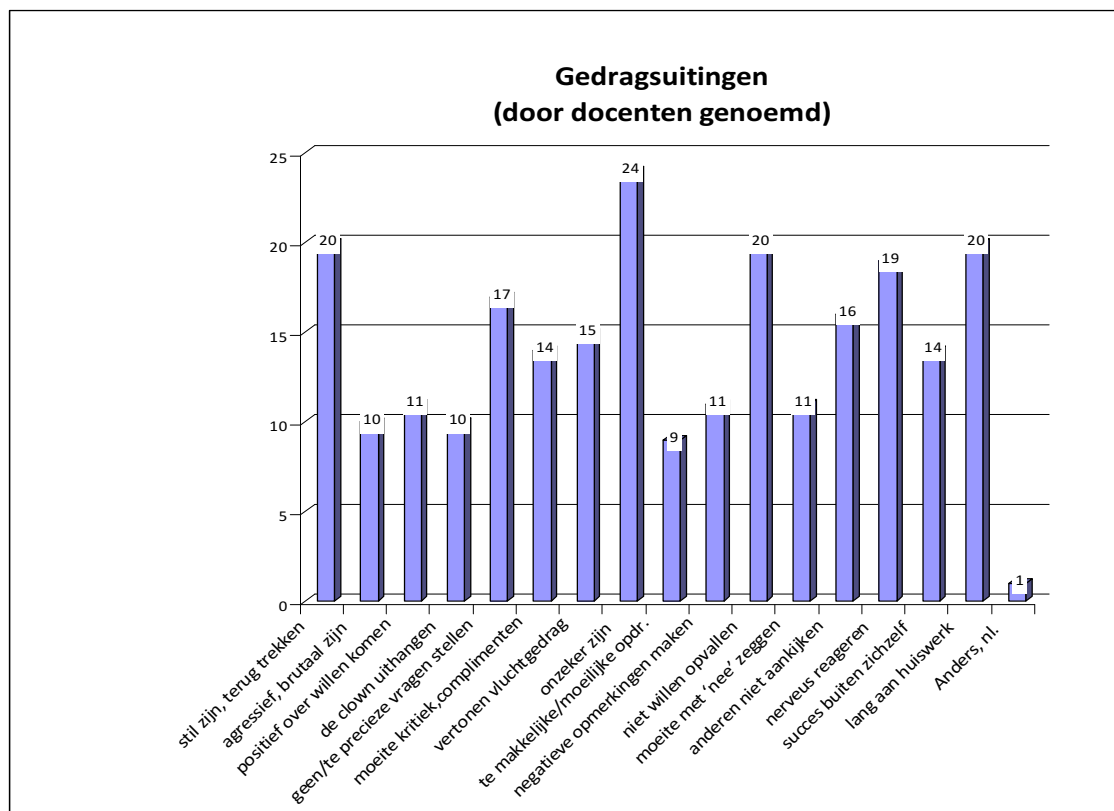
Gedragmatige kenmerken faalangst (genoemd door leerlingen, docenten en ouders)



grafiek 11



Grafiek 12



Grafiek 13

Bijlage 16

Brief België

G.M. de Bree-Theunisse
Beatrixstraat 6
5388 KZ Nistelrode
Tel. 0412-612821 of
06-44664337

Mevrouw Hopenbrouwers
p.a. directiesecretariaat PIVA
Desguinlei 244
2018 Antwerpen
België

Geachte mevrouw Hoppenbrouwers,

Sinds september 2006 ben ik werkzaam aan een VMBO-school in Oss voor kinderen met problemen van allerlei aard, zoals ADHD, autisme, sociaal-emotionele problemen, faalangst. Omdat ik merkte over te weinig kennis te beschikken m.b.t. deze problemen, ben ik in 2008 aan een gespecialiseerde opleiding begonnen (Master Sen opleiding speciaal onderwijs).

Momenteel ben ik bezig met mijn eindonderzoek. Als onderwerp heb ik hiervoor gekozen faalangst. Daarbij wil ik vooral in beeld brengen hoe de communicatie tussen de betreffende leerlingen, trainers en overige docenten verloopt. De hoofdvraag die ik me daarbij stel is: "Hoe kan ik het effect van de training optimaliseren binnen onze school?" Een deelopdracht voor dit onderzoek is "internationalisering". Ik moet nagaan hoe op een school in het buitenland wordt omgegaan met het onderwerp faalangst.

Hoe ben ik nu op uw school uitgekomen? De dochter van goede vrienden is in september 2010 aan uw school gestart voor het onderdeel patisserie. Zij behaalt goede cijfers en is zelf ook erg tevreden. Ik heb haar gevraagd u deze brief te bezorgen in de hoop dat u bereid zult zijn antwoord te geven op de vragen die ik in de bijlage heb gesteld. Ik zou dat ten zeerste waarderen.

In afwachting van uw reactie, hoogachtend,

G. de Bree-Theunisse

Bijgevoegd: bijlage vragenlijst

Bijlage: Vragenlijst

Naam :			
School :			
Functie :			
Vraag :			
	Ja	Nee	Weet niet
1. Zodra leerlingen zich bij uw school aanmelden, krijgt u dan de beschikking over een dossier vanuit de voorgaande school?			
2. Wat hebben de gegevens voor aard? Zet een kruisje in het juiste vakje. Meerdere vakjes mogelijk.			
• sociaal-emotioneel			
• cognitief,			
• thuissituatie			
• Alle drie			
• Anders, • Geef aan wat:			
3. Hoe verkrijgt u informatie over leerlingen? Zet een kruisje in het juiste vakje. Meerdere vakjes mogelijk.			
D.m.v. opzoeken in het dossier			
D.m.v. vragen aan de zorg coördinator (IB-er?)			
D.m.v. vragen aan de leerling			
D.m.v. vragen aan de ouders			
D.m.v. vragen aan externe hulpverlenende instantie			
Anders, • Geef aan hoe:			
	Ja	Nee	Weet niet
4. Is bij u bekend of een leerling faalangstig is?			
	Ja	Nee	Weet niet
5. Is er op uw school gelegenheid voor een faalangstige leerling tot het volgen van een training gericht op het leren omgaan met die faalangst?			
6. Welke training(en) wordt gegeven: Noem de naam van de training.			
a. ..			
b. ..			
c. ..			

7. Wat is de omvang van de groepen waarmee gewerkt wordt? Zet een kruisje in het juiste vakje.			
Max 5 leerlingen			
Max 10 leerlingen			
Max 15 leerlingen			
Meer: geef aan hoeveel			
	Ja	Nee	Weet niet
8. Is er een selectieprocedure? Wilt u apart aangeven hoe de procedure verloopt? Mogelijk staat dit op papier, wilt u dan een kopie meesturen?			
9. Welke onderwerpen komen in de training naar voren? • .. • .. • .. Mogelijk staat dit op papier, wilt u dan een kopie meesturen?			
Hoe verloopt de communicatie tussen trainer en docenten? Zet een kruisje in het juiste vakje. Meerdere vakjes mogelijk.			
Verslaglegging via de mail			
Mondeling tijdens rapportvergaderingen / teamvergaderingen			
Via een verslag in het postvak van docenten			
In de "wandelingen"			
Anders, • Geef aan hoe:			
Hoe vaak wordt verslag gedaan over de training? Zet een kruisje in het juiste vakje.			
Nooit			
Eenmaal			
Na iedere trainingsbijeenkomst			
Vaker, geef aan hoe vaak:			
10. Bent u tevreden over deze vorm / uitwerking.....?	Ja	Nee	Weet niet
11. Hoe verloopt het vervolgtraject na de training (wat gebeurt er dan)?? Mogelijk staat dit op papier, wilt u dan een kopie meesturen?			

Bijlage 17

Lichaamstaal van leerlingen die deelnemen aan de BOF-training:

Eerste bijeenkomst:

- A: staat gebogen, glimlacht
- C: friemelt met de vingers, handen tussen de benen.
- D: wordt, als hem iets gevraagd wordt rood in het gezicht, friemelen met de vingers.
- E: friemelen met vingers
- F: kijkt iemand niet aan als er tegen haar gesproken wordt.
- G: praat met een zachte stem, reageert giechelig

Laatste bijeenkomst:

- A: staat recht, glimlacht niet bij alles.
- C: friemelt niet constant met vingers, handen liggen stil op benen.
- D: wordt één keer rood, wiebelt met de voeten.
- E: zit stil en luistert.
- F: slaat ogen niet constant neer, kijkt op als ze iets zegt.
- G: praat met zachte stem, zit recht