



Mezelf zijn met een grote M

Onno Quik

**Meesterstuk over het praktijkonderzoek
Master Special Educational Needs (M SEN)
Leerroute: Gedragsspecialist.**

Begeleid door: dhr. P. Koppejan

Lesplaats: Bergen op Zoom

Studentnummer: 2085867

Leerroute: FGSD0102040

Fontys Opleidingscentrum Speciale Onderwijszorg, Tilburg

2010 – 2012

Voorwoord.

Voor u ligt het meesterstuk van Onno Quik. Dit meesterstuk is het eindprofiel voor de Fontys opleiding gedagsspecialist. Een 2 jarige Master Special Education Needs (SEN) opleiding.

Het onderwerp van dit meesterstuk is weerbaarheid. Een breed onderwerp wat tegenwoordig vaak onderwerp van gesprek is. Zijn onze leerlingen weerbaar genoeg? En hoe gaat het vmbo om met leerlingen die niet weerbaar zijn? In dit meesterstuk vindt u antwoord op al deze vragen.

Voordat u verder leest wil ik eerst een aantal mensen bedanken. In eerste instantie mijn crititical friend N. Sep en begeleidende docent dhr. P. Koppejan. Zij hebben regelmatig kritisch gekeken naar de ontwikkelingen van dit meesterstuk en waar nodig aangestuurd. Zonder hen was ik nooit tot dit resultaat gekomen. Daarnaast ben ik zorgcoördinator mevr. A. van Kekem dankbaar voor haar ondersteuning, sturing en vertrouwen. Mede door goed en regelmatig overleg is het onderwerp en de inhoud van dit meesterstuk ook bruikbaar geworden voor toepassing op school.

Tot slot een woord van dank voor mijn lieve vriendin Marieke. Ze heeft me altijd gesteund tijdens de opleiding. Ook in, voor haar, moeilijkere momenten.

Mezelf zijn met een grote M.

Echte vrienden om me heen.

Ze accepteren me zoals ik ben.

En zoals ik is er maar een.

Lekker in mijn vel zo ga ik soepel door het leven.

Fijn zou het zijn als jij jezelf ook dat gevoel kan geven.

(O. Quik 15 feb 2012)

Inhoudsopgave

1. Inleiding	5
2. Wat is er aan de orde?	8
2.1 Onderzoeksvraag	8
2.2 De ideale conclusie	8
3. Achtergronden en theoretisch kader	10
4. Onderzoeksmethode	15
4.1 Keuzes maken	15
4.2 Betrouwbaarheid en validiteit	16
4.3 Triangulatie	16
5. De onderzoeksresultaten en analyses	17
5.1 Algemeen	17
5.2 Nulmeting	17
5.2.1 Leerlingen	17
5.2.2 Mentoren	18
5.3 De resultaten van het onderzoek	19
5.4 Analyse en conclusie onderzoeksresultaten	22
6. Discussie en reflectie	23
6.1 De onderzoeksresultaten onder de loop genomen	23
6.2 Aanbevelingen	24
7. Reflectie	25
7.1 Kennis en inzicht	25
7.2 Toepassen kennis en inzicht	25
7.3 Oordeelsvorming	26
7.4 Communicatie	26
7.5 Leervaardigheden	27

Nawoord	28
Literatuurlijst	29
Bijlagen	32
Bijlage 1 Leerling enquête	32
Bijlage 2 Onderzoeksresultaten	34
Bijlage 3 Weerbaarheidstrainingen	39
Bijlage 4 Onderzoek mentoren	43
Bijlage 5 Evaluatie trainingen i.s.m. jeugdzorgaanbieder	44

1. Inleiding

“Onze jeugd heeft tegenwoordig een sterke hang naar luxe, heeft slechte manieren, minachting voor het gezag en geen eerbied voor ouderen. Ze geven de voorkeur aan kletspraatjes in plaats van training... Jonge mensen staan niet meer op als een oudere de kamer binnenkomt. Zij spreken hun ouders tegen, houden niet hun mond in gezelschap, ... en tiranniseren hun leraren. Socrates (ca. 470-399 v. Chr.). (Swaab 2010 - 2011, blz. 119).

De overgangperiode in de groei van kind naar volwassenheid, de puberteit, wordt gekenmerkt door het zoeken naar een eigen persoonlijkheid. In deze fase, welke start tussen het 10^e en 14^e levensjaar, zijn pubers sterk op zichzelf en hun eigen lijfelijkheid teruggeworpen. Dit uit zich onder andere doordat pubers sterke interesse hebben in hun uiterlijk en het andere geslacht. Het zoeken naar een eigen identiteit wordt vooral kenbaar in het vergelijken (met leeftijdsgenoten en/of idolen) en de confrontatie met de ander (ouders, docenten, voorbijgangers etc.) en de samenleving. Vooral het behoren tot een groep is hierbij van wezenlijk belang. (Bailey, 2008 - 2012, <http://sport.infonu.nl>) In onze moderne, soms complexe, maatschappij waar mensen dagelijks worden geconfronteerd met vele keuzes en voortdurend veel informatie tot zich krijgen is het van belang dat pubers een sterke identiteit opbouwen en goede sociale vaardigheden zich eigen maken. Op het vmbo moeten leerlingen een aantal heel belangrijke keuzes maken. De beste keuze is als de leerling voor zichzelf kiest. Hierbij is het erg belangrijk dat de leerling weet wie hij/zij is en wie hij/zij wil zijn. De keuze mag niet bepaald worden door een vriend/vriendin, ouder of andere betrokkene. (Energy-Motion, <http://www.energy-motion.nl>)

In de puberteit krijgen jong volwassenen te maken met vele veranderingen. Een grote verandering in de omgeving van een puber is de start op een nieuwe school, de middelbare school. In groep 8 was men de grootste en oudste leerling van de school, 2 maanden later is men de kleinste en jongste op de nieuwe school en dan krijgt men ook nog een bijnaam, zoals Brugwup, Brugsmurf of Brugpieper. Gelukkig zijn de leerlingen niet de enige nieuwe leerlingen op deze school. Brugklasser komen in een klas bij kinderen met hetzelfde niveau afkomstig van verschillende basisscholen. Daarnaast moeten de leerlingen zelf hun weg zoeken door de school, waarbij ze al die andere (grote) leerlingen tegenkomen. Op de middelbare school hebben de leerlingen ook nog eens elk uur een andere docent. Wanneer leerlingen zichzelf durven te zijn in

deze nieuwe situatie wordt een beroep gedaan op het vermogen om weerbaar te zijn. Durft de leerling wel zichzelf te zijn en zijn/haar eigen mening te geven? En hoe gaan de nieuwe leerlingen om met al die grote, sterke en mondige kinderen om hen heen? Welke invloed heeft het 'behoren tot een groep' op de weerbaarheid van de nieuwe leerlingen?

Dit meesterstuk gaat over de weerbaarheid van onderbouw vmbo leerlingen. Weerbaarheid is in te delen in 4 categorieën, welke beschreven staan in hoofdstuk 4. Het bijkomende onderzoek gaat uit naar de mentale weerbaarheid bij onderbouw leerlingen. De keuze voor het onderwerp mentale weerbaarheid is gemaakt vanuit meerdere achtergronden. Zo ervaar ik dat meer dan de helft van de nieuwe leerlingen niet sterk in hun schoenen staat op het moment dat zij starten op het vmbo. Ik merk dit doordat deze leerlingen niet voor zichzelf op durven komen, gedrag van anderen kopiëren/imiteren en vaak stil en teruggetrokken zijn. Het is belangrijk voor pubers om te worden geaccepteerd door de omgeving, door vrienden en door de sociale groep waar ze bij horen. (Ransijn, 2006) Daarnaast zie ik dat bij veel leerlingen hier pas na één à twee schooljaren verandering in komt. Soms duurt dit nog veel langer.

Wat gij niet wilt dat u geschiedt, doe dat ook een ander niet. (Immanuel Kant (1724 – 1804)) Dit is de lijfspreuk van mijn LIO stagebegeleidster, Marion van der Bossche (overleden in 2006). Eén van de belangrijkste waarden en normen die ik geleerd heb is dat je mensen moet respecteren zoals ze zijn. Zoals men zelf behandeld wil worden, zo behoort men ook met andere mensen om te gaan. Hierbij is het belangrijk dat men zichzelf durft te zijn. Het liefst in alle voorkomende situaties, maar in dit meesterstuk met name in de onderbouw van het vmbo. Respect van anderen krijgt je niet vanzelfsprekend. Dit moet je 'afdwingen' door een juiste houding en uitstraling in moeilijke situaties. Je moet sterk in je schoenen durven staan, weerbaarheid.

In dit meesterstuk ga ik op zoek naar de mate van weerbaarheid bij onderbouw leerlingen op het VMBO. Daarnaast onderzoek ik of de mogelijkheden om de mentale weerbaarheid te vergroten optimaal gebruikt worden bij ons op school. Hiervoor is een literatuuronderzoek nodig, gevolgd door een praktijkonderzoek. Het doen van een literatuuronderzoek op deze schaal is een van mijn

persoonlijke leerdoelen. In het volgende hoofdstuk wordt de probleemstelling duidelijk. Ook formuleer ik een concrete onderzoeksvraag. Daarna volgt de verantwoording en het theoretisch kader.

2. Wat is er aan de orde?

2.1 Onderzoeksvraag

Ik onderzoek, op een 'kleine' vmbo school, of het mogelijk is om de mentale weerbaarheid van onderbouw leerlingen te vergroten binnen de begeleidingslessen en gymlessen, omdat ik wil weten of de Leefstijl methode effectiever gebruikt kan worden, teneinde onderbouw leerlingen mentaal weerbaarder worden en daardoor beter om kunnen gaan met voor hen lastige en stressvolle situaties.

2.2 De ideale conclusie

De ideale conclusie aan het einde van dit meesterstuk zal zijn dat de leerlingen, naar eigen beoordeling, voldoende weerbaar zijn omdat mentoren, via de Leefstijl methode, voldoende tijd hebben besteed aan de weerbaarheid van de leerlingen. Zowel met directe als indirecte weerbaarheidsoefeningen en opdrachten. De methode ‘Leefstijl’ is aanwezig en de mentoren zijn allemaal geschoold om met deze methode te werken. “Leefstijl is een programma van de Stichting Lions Quest Nederland.” “Leefstijl wil bevorderen dat jongeren opgroeien tot zelfstandige, sociaal vaardige en betrokken mensen.” (Tielemans, 2007)

Er is op school weinig bekend over de manier waarop mentoren werken met de methode Leefstijl. De mentoren worden geacht hiermee te werken tijdens begeleidingsuren. De directie is zich ervan bewust dat er op verschillende manieren en met verschillende intensiteit met de methode ‘Leefstijl’ gewerkt wordt. De vraag of de mentoren daadwerkelijk met de methode werken en welke thema’s er behandeld worden is voor de directie en het begeleidingsteam daardoor een interessante vraag. Daarnaast is er weinig bekend over de weerbaarheid van de leerlingen. Hoe denken de docenten over de mentale weerbaarheid van onderbouw leerlingen? En vinden de leerlingen zichzelf weerbaar? In het algemeen is er veel informatie beschikbaar over weerbaarheid en het gedrag van pubers. Dit staat uitgewerkt in hoofdstuk 3 Achtergronden en Theoretisch kader.

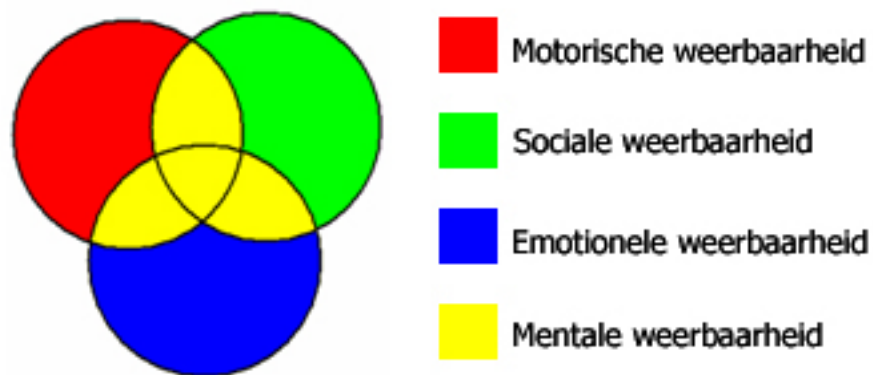
De vraag en probleemstelling zijn interessant voor de onderzoeker, maar daarnaast ook voor de school. Waaronder de directeur, zorgcoördinator en uiteraard ook de leerlingen. Het motto van

onze school is: “Sterk in ontwikkeling”. Een spreuk die perfect aansluit bij de visie van onze school en de doelen van dit meesterstuk. Onze school heeft voor het schooljaar 2012-2013 drie speerpunten vastgesteld. Deze 3 pijlers zijn: Zorg, Sport en Havo gericht onderwijs. Om sterk te zijn in ontwikkeling binnen het speerpunt Zorg is het van belang om de weerbaarheid van de nieuwe leerlingen te versterken. Zo staat in de schoolgids vermeld: “als een leerling zich goed voelt, presteert hij ook beter. Daarom zetten wij sterk in op een intensieve begeleiding.” Even verderop staat: “Alles is er op gericht dat onze leerlingen goed in hun vel zitten!”. (schoolgids 2011-2012, blz. 24 t/m 26) Daarnaast beschrijft de rector van de scholengroep: “School X besteedt aan zorg en begeleiding veel aandacht. Dit kan bijdragen aan een duidelijk concurrentievoordeel. De goede zorg en begeleiding worden herkenbaar vertaald in een warm en uniek concept.” (van Loo, 2010)

Uit de jaarlijks terugkerende brugklasenquête blijkt dat leerlingen de afgelopen 3 schooljaren voor 85-90% tevreden zijn over de keuze voor de school. Daarnaast geeft 80-85% aan in een leuke klas te zitten en 78-83% voelt zich prettig in de nieuwe klas. Deze positieve cijfers geven aan dat de meeste leerlingen erg tevreden zijn over de nieuwe school. Dit is een voorwaarde voor leerlingen om zichzelf weerbaar te voelen. De vragen die gesteld worden in deze enquête zijn heel open en abstract. Er wordt bijvoorbeeld niet gevraagd naar de weerbaarheid en veiligheid van de leerlingen. Ook de vragen over docenten en lesinhouden zijn erg beperkt. Zo wordt er niets gevraagd over de mentorlessen die gegeven worden. Het onderzoek dat ik uit ga voeren gaat hier wel op in.

3. Achtergronden en theoretisch kader

Weerbaarheid is een onderdeel van de sociale en emotionele ontwikkeling van de mens. (Energy motion, <http://energy-motion.nl>) De weerbaarheid van leerlingen wordt onderverdeeld in drie hoofdonderdelen (zie afbeelding). Mentale weerbaarheid (een 4^e deel) geeft aan dat de drie weerbaarheidsvormen raakvlakken hebben en elkaar overlappen (zie afbeelding). Op mijn school ga ik trainingen geven waarbij er oefenstof aangeboden wordt uit de drie hoofdonderdelen met als doel de mentale weerbaarheid te vergroten en versterken. Om mentaal weerbaarder te worden is het belangrijk dat de leerlingen lichaamsbewust worden. Door het lichaamsbewust zijn te vergroten hebben zij meer inzicht in en controle over hun lichaam en over hun geest.



Bron: Energy-motion, Deventer

Ik heb bijna alle collega's gevraagd naar de betekenis en meetbaarheid van weerbaarheid. Ondanks dat ze allemaal verschillende antwoorden geven komt het op hetzelfde neer, namelijk: jezelf kunnen zijn en jezelf kunnen redden in alle situaties. Je kunt ook zeggen dat een mentaal weerbaar persoon de capaciteit heeft om in vrijwel alle omstandigheden op de top van zijn kunnen te functioneren.

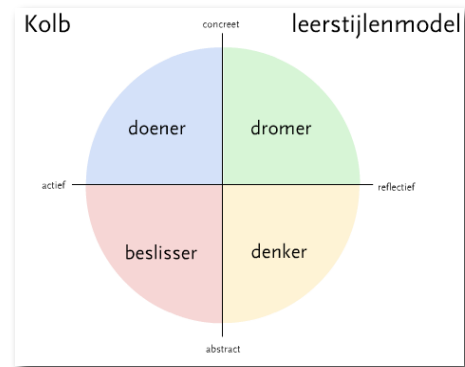
Op mijn school wil de directie o.a. de weerbaarheid van leerlingen verhogen aan de hand van de methode Leefstijl. Leefstijl is ontwikkeld om mentoren lessuggesties aan te bieden voor het ontwikkelen van de sociaal-emotionele vaardigheden bij leerlingen. Deze methode werkt vanuit negen verschillende thema's zoals: 'Wat doe je als je kwaad bent? Iedereen is anders.

Vertrouwen in jezelf.’. Deze negen thema’s hebben ieder vier, vijf of zes lessen waarbij leerlingen werken aan hun sociaal-emotionele vaardigheid.

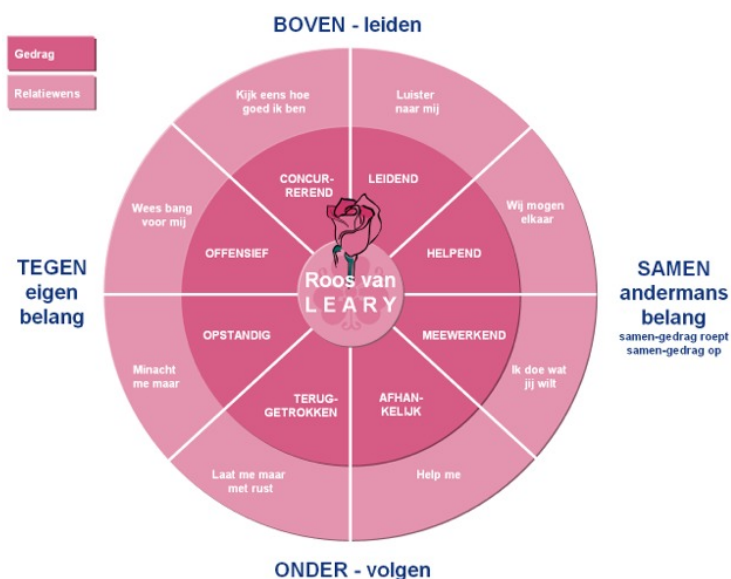
Met sociaal-emotionele vaardigheden wordt het ontwikkelen en verwerven van vaardigheden in de omgang met zichzelf en anderen bedoeld. (Deley, 2009)

In de lesprogramma’s van ‘Leefstijl’ is een duidelijk verband te vinden tussen de wijze waarop groepsvorming plaatsvindt. Hierbij gaat het te allen tijde om ervaringsgericht leren. Het uiteindelijke leereffect,

bij deze methode, is het resultaat van vier fasen die gebaseerd zijn op de leerstijlen volgens Kolb. (Edu actief 2010-2011, <http://www.leefstijl.nl>) Iedere leerling heeft een persoonlijke leerstijl, een manier van omgaan met leerstof en leeractiviteiten. Ondanks dat mensen een voorkeurstijl hebben pleit Kolb ervoor dat er extra aandacht wordt besteed aan de leeractiviteiten waarin je jezelf minder thuis voelt. Alle fases van het leerproces zijn namelijk essentieel voor effectief leren. (Applinet B.V. 1999-2012, <http://www.leren.nl>) De weerbaarheidstrainingen worden voorzien van opdrachten waarbij de leerlingen vanuit verschillende leerstijlen moeten werken. Hierdoor wordt de leeropbrengst het hoogst. Tevens moeten de leerlingen bewust worden dat een actie een reactie oproept, dat oorzaken gevolg hebben en dat communicatie bestaat uit zenden en ontvangen. Het communicatiemodel De Roos (Leary, 1957) is hier een geschikt hulpmiddel



De leercirkel van Kolb



De Roos (Leary, 1957)

voor. Zo zal een leerling die zichzelf niet weerbaar genoeg voelt zich ‘teruggetrokken’ of ‘volgend’ gedragen. Volgens De Roos veroorzaken deze twee gedragingen, op de afhankelijk-as, dominant gedrag bij de andere. Tijdens de trainingen ga ik, als trainer, leerlingen wijzen op actie-reactie gedragingen aan de hand van De Roos.

Om ervoor te zorgen dat een leerling zichzelf gaat ontwikkelen, zodat de leerling zichzelf weerbaarder voelt, moet er aan een aantal behoeften voldaan worden. (A. Maslow, 1954) De fysiologische behoefte (overleven) is het belangrijkste. Een mens heeft water, voedsel, slaap etc. nodig om veiligheid en zekerheden op te kunnen bouwen. Veiligheid in de zin van een huis en familie. Daarna kan een mens werken aan zijn sociale ontwikkeling. Mensen hebben de behoefte om ergens bij te horen en zich geliefd te voelen.

Voorals bij pubers is dit het geval waardoor er groepsdruk ontstaat. Groepsdruk is de druk die groepsleden ondervinden om hun gedrag af te stemmen op wat zij inschatten dat de normen van de groep zijn. (de Jong & van Gemert (2010), <http://wodc.nl>) Pas daarna komt de behoefte aan zelfrespect. Zelfrespect door bekwaamheid en aandacht in de erkenning die van anderen komt. Volgens Maslow kan er dan



Piramide van Maslow

pas gewerkt worden aan zelfrealisatie of zelfverwerkelijking. Dit betekent dat er een aantal factoren is (zoals de fysiologische behoeften en veiligheid) waar docenten geen invloed op hebben. Wel zijn deze van wezenlijk belang voor het ontwikkelen van weerbaarheid. (Mens centraal (2002), <http://www.menscentraal.nl>) Ondanks dat ik er, in deze tijd, vanuit ga dat iedereen bij ons op school een veilig onderkomen en voldoende voedsel heeft blijkt helaas regelmatig dat het tegendeel waar is. Bij de trainingen en metingen moet ik rekening houden met de situatie waarin enkele leerlingen zich bevinden.

Weerbaarheid gaat over de manier waarop een leerling reageert, hoe de leerling zich hierbij voelt en wat de leerling hierbij uitstraalt. Een reactie in een moeilijke situatie vindt meestal instinctief plaats. Darwin noemt het bestaan van een vrije wil bij de mens in 1838 al een illusie omdat de mens zelden zijn motieven analyseert en zijn handelingen meestal instinctief zijn. (Swaab, 2011) In een theoriemodel dat de ontwikkeling van ons zelfbewustzijn weergeeft (Maslow, 1943) worden er vier leerstadia, ook wel bewustwordingsfases, benoemd. Leerstadia 1 is het onbewust onbekwame. Als er gekeken wordt vanuit leerlingen die zichzelf niet weerbaar genoeg voelen kan gezegd worden dat deze leerlingen in fase 2 te schalen zijn. Dit is de fase waarin mensen

bewust onbekwaam zijn. Als mentor/coach wordt er gestreefd naar fase 4: onbewust bekwaam (de ideale situatie). Om fase 4 te verwezenlijken wordt er in dit onderzoek gewerkt aan fase 3: bewust bekwaam. De leerling weet hierbij dat hij zichzelf staande kan houden in een moeilijke situaties. Om uiteindelijk onbewust bekwaam te worden is het belangrijk dat de leerling zichzelf in een voor hem/haar veilige omgeving verkeert. Echter neemt in de puberteit de intrinsieke motivatie af. (Lohman, 2006) Veel pubers hebben hierdoor baat bij een goede leraar-leerling relatie. Deze relatie heeft een positieve invloed op de prestaties. (Leraar 24 (26-10-2010), <http://www.leraar24.nl>) Voor het onderzoek is het belangrijk dat de leerlingen zichzelf veilig voelen bij de trainer. De trainer moet op zijn beurt veel persoonlijke aandacht hebben voor de leerlingen. Daarnaast is een goed pedagogisch klimaat nodig om ervoor te zorgen dat leerlingen zich veilig voelen op school. Stevens (1994) formuleert drie basisvoorwaarden voor het welbevinden van leerlingen namelijk: competentie, autonomie en relatie. Competentie wil zeggen dat leerlingen vertrouwen en plezier hebben in het eigen kunnen (bewust bekwaam). Autonomie houdt in dat leerlingen de zelfstandigheid krijgen om taken te verrichten en een eigen keuze vrijheid hebben. Bij relatie krijgen de leerlingen waardering om wie ze zijn. In het onderzoek wordt rekening gehouden met deze drie basisvoorwaarden.

De relatie met leeftijdsgenoten is voor een puber heel belangrijk. Het is van pubers bekend dat ze bij een groep willen horen. Een puber, die vaak onzeker is door alle veranderingen, vindt het belangrijk om te worden geaccepteerd door een groep. Hierbij ontvangt een puber natuurlijk liever positieve reacties van de andere groepsleden dan negatieve. Omdat, vooral, jongens zichzelf vaak onzeker voelen hebben ze het gevoel zich te moeten bewijzen. (Terpstra en Prinsen 2011, blz. 28) Deze vorm van groepsdruk wordt ook wel onbewuste aanpassing genoemd. Daarnaast is groepsdruk ook nog te verdelen in impliciete groepsdruk en expliciete groepsdruk. Bij impliciete groepsdruk heeft de individu het gevoel dat de groep een gedragsverwachting van hem heeft zonder dat dit uitgesproken wordt. Bij expliciete groepsdruk wordt een persoon gedwongen zich te conformeren aan de normen van de groep. In de onderbouw op het vmbo is vooral de onbewuste aanpassing en de impliciete groepsdruk zichtbaar doordat leerlingen elkaars gedrag nadoen. Vooral de sterke leerlingen uit de klas worden (vrijwillig) geïmiteerd. Omdat het van een puber bekend is dat hij bij een groep wilt horen vind ik deze groepsdruk in zekere mate logisch. Als een individu zichzelf succesvol aanpast aan de groep, kan zijn beloning de vorm

aannemen van acceptatie, een openlijke blijk van erkenning of zelfs een stijging in aanzien en status. De groepsnormen in het geval van onbewuste aanpassing of impliciete groepsdruk heeft de individu afgeleid uit het doen en laten van de andere groepsleden of hun openlijke reacties op elkaars gedrag. (de Jong & van Gemert (2010), <http://wodc.nl>) Bij de trainingen die gegeven gaan worden, met daarbij horende observaties, wordt er rekening gehouden met deze mogelijke groepsdruk. Dit ga ik onder andere doen door de leerlingen bewust in te delen bij het vormen van groepen of 2-tallen. Ik denk na over de samenstelling van groepen vanuit de verschillen tussen leerlingen. Tevens wordt er klassikaal gesproken over en gereflecteerd op groepsdruk.

Tijdens de adolescentie verandert de beleving van primair en secundaire emoties. (Crone, 2009) Primaire emoties (boosheid, blijheid etc.) ontwikkelen zich al bij jonge kinderen. Secundaire emoties zijn aangeleerde emoties waarbij ook de ratio wordt ingeschakeld. Zich niet prettig voelen in een grote groep mensen is hier een voorbeeld van. Secundaire ervaringen ontstaan op basis van eerder opgedane ervaringen, daarom vinden we bepaalde dingen wel of niet prettig. Primaire emoties worden gereguleerd door de amygdala, een klein gebied in het limbische deel in het midden van de onderzijde van de hersenen. Dit uit zich vaak in vlucht of vechtreactie. Bij secundaire emoties treedt samenwerking op tussen de amygdala, de basale ganglia en de frontale cortex. Dit kan zich ook uiten door de actie te stoppen. Er wordt nagedacht over de gevolgen. (Terpstra en Prinsen, 2011) Voor het onderzoek betekent dit dat mentoren, docenten en andere opvoeders invloed hebben op secundaire emoties, maar ook op het bewust worden/maken van het gedrag bij primaire emoties. In de trainingen gaan de leerlingen ervaren wat vriezen, vluchten en vechtgedrag inhoudt en wat voor reacties dit uitlokt bij andere leerlingen. Om jezelf weerbaarder te voelen is deze bewustwording nodig. De leerlingen worden dan bewust bekwaam over de manier waarop zij omgaan met lastige situaties.

Bij de uitvoering van het onderzoek maak ik gebruik van de reflectiecyclus van Korthagen (1993). Dit is een doorlopende strategie om zicht te krijgen op mijn eigen functioneren, in relatie met het doel van de trainingen, en dit (zelfstandig) bij te sturen. (Jacobs, 2009) Door de toepassing van deze cyclus zal ik systematisch reflecteren tijdens de trainingen waardoor de kwaliteit van de trainingen verbetert en daardoor de beste koers gevaren wordt om de gestelde lesdoelen te verwezenlijken. Deze vorm van reflecteren

4. Onderzoeksmethode

4.1 Keuzes maken

Mijn onderzoek voer ik uit op mijn huidige werkplek in de periode februari – mei 2012.

Bij dit onderzoek is er sprake van een kwalitatief onderzoek. Dit is het onderzoek dat gedaan wordt naar de mogelijkheden om de weerbaarheid van de leerlingen te verbeteren en naar de manier waarop docenten de begeleidingslessen invullen in relatie tot die weerbaarheid. Ook het onderzoek naar het gebruik van de methode Leefstijl. Men kan ook stellen, dat als er gekeken wordt naar de onderzoeksvraag, het hier om een voorschrijvend onderzoek gaat. De onderzoeker heeft kennis verworven om voorschriften te geven over de manier waarop een situatie moet worden verbeterd of veranderd. Tevens worden er aanbevelingen gedaan om dit te realiseren.

Gekeken naar de manier waarop gegevens verzameld worden zijn er verschillende onderzoeken te benoemen. Dit onderzoek is gestart middels een zogenaamd bureauonderzoek. Aan de hand van literatuur, kennis, internet en andere middelen is er onderzoek gedaan (zie voorgaande hoofdstukken) naar bestaande kennis en inzichten in relatie tot de onderzoeksvraag. In de hoofdstukken hierna wordt er gewerkt aan een zogenaamd actieonderzoek. Er worden gegevens uit de praktijk (het veld) gehaald door de confrontatie met de doelgroep aan te gaan. Hierdoor heb ik al onderzoeker een intensieve binding met de concrete doelgroep. Het actieonderzoek wat plaats gaat vinden zal bestaan uit een aantal trainingen en het ondervragen van de betrokkene. Het is mogelijk om het ondervragen op een 4-tal verschillende manieren te doen. Face-to-face middels open vragen (oplossingsgericht) en schriftelijk middels gesloten vragen (enquête) zijn voor dit onderzoek de belangrijkste. (Van der Zee, 2004) Bij een enquête is het belangrijk dat taal afgestemd is op de belevingswereld van de doelgroep en dat de taal correct gebruikt wordt. (BMOOO, <http://www.bmooo.nl>) Het doel van de enquête is om een reëel beeld te krijgen over de weerbaarheid en de ontwikkeling/groei hierin van de leerlingen. De enquête zal daarom afgenomen worden bij alle onderbouw leerlingen.

4.2 Betrouwbaarheid en validiteit

Bij onderzoek wordt er altijd gestreefd naar een valide en betrouwbare uitkomst. Valide wil zeggen dat er gemeten wordt wat de bedoeling is. Het zegt dus iets over de inhoud van het onderzoek. Bij dit onderzoek gaat het om zogenaamde interne validiteit, de resultaten en conclusies gelden alleen voor de onderzoeksgroep. Betrouwbaarheid heeft te maken met de stabiliteit van het onderzoeksresultaat. Als een onderzoek voor een tweede keer gedaan wordt, komen er dan dezelfde resultaten naar voren? En hoe groot is de onderzoeksgroep? Om de uitslag betrouwbaar te maken ga ik de enquête in eerste instantie afnemen bij alle onderbouw klassen. De resultaten (statistieken) worden gebruikt om de uitslag van de onderzoeksgroep te analyseren.

De interne validiteit heeft ook een aantal bedreigingen. Personen kunnen reageren op basis van de geldende normen en verwachtingen van de school of hun klas. Deze sociaal wenselijke antwoorden zullen terug te zien zijn in klassikale resultaten, het zogenaamde confounding. Dit wil zeggen dat de onderzoeksgroep op verschillende manieren beïnvloed is door onafhankelijke variabelen. Elke klas vult de enquête op een ander tijdstip in of bij een andere docent. (2Reflect 2008, <http://www.2reflect.nl>) Om betrouwbaarheid te bevorderen zal de betreffende klas de enquête voor de tweede maal op een zelfde dag en lesuur invullen.

4.3 Triangulatie

Om het onderzoek te valideren en betrouwbaar te maken maak ik gebruik van triangulatie. Triangulatie wil zeggen dat de informatie die uit het onderzoek gehaald wordt vergeleken wordt met minstens twee andere bronnen. Om dit voor elkaar te krijgen wordt het onderzoek uitgevoerd bij alle onderbouw klassen. Verder wordt er ook onderzoek gedaan bij de docenten en mentoren. Tevens worden de resultaten ook bekeken vanuit de literatuur uit hoofdstuk 3.

5. De onderzoeksresultaten

5.1 Algemeen

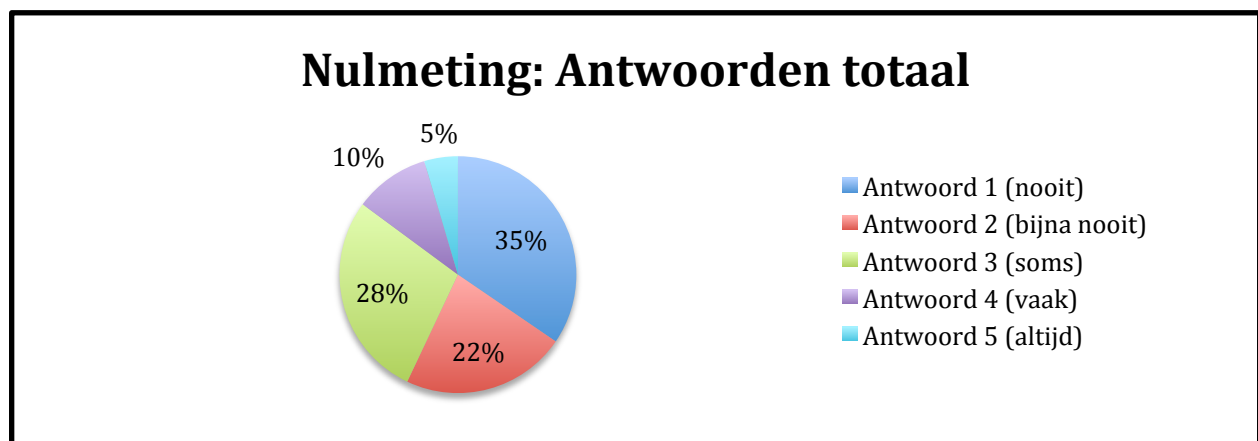
Er is een aantal onderzoeken die ik uit ga voeren. In eerste instantie ga ik meten hoe de leerlingen uit de onderbouw denken over hun eigen weerbaarheid. Hetzelfde onderzoek doe ik bij de klas waarbij ik het vervolgtraject ga uitvoeren. Hierna wordt deze klas genoemd als: onderzoeksgroep. Daarnaast ga ik meten hoe de mentoren denken over de weerbaarheid van de deze leerlingen. Vervolgens onderzoek ik hoe de mentoren omgaan met de mogelijkheden die de Leefstijl methode biedt op het gebied van weerbaarheid. De resultaten van beide onderzoeken bij de mentoren worden met elkaar vergeleken. Daarna ga ik één klas extra lessen/trainingen geven gericht op weerbaarheid. Tot slot worden de leerlingen opnieuw gemeten om te kijken of de lessen resultaat hebben opgeleverd.

Om te zorgen dat het vooronderzoek valide is, ga ik gebruik maken van een bestaande enquête (zie bijlage 1). Deze enquête is ontwikkeld voor het meten van sociale vaardigheid. Na deze enquête krijg ik een betrouwbaar beeld van de sociale vaardigheden bij onze leerlingen. Om een inhoudelijk beeld te krijgen van de totale resultaten zal ik de uitslagen van iedere vraag afzonderlijk met elkaar vergelijken. Waar zitten de verschillen en wat zijn de trends?

5.2 Nulmeting

5.2.1 Leerlingen

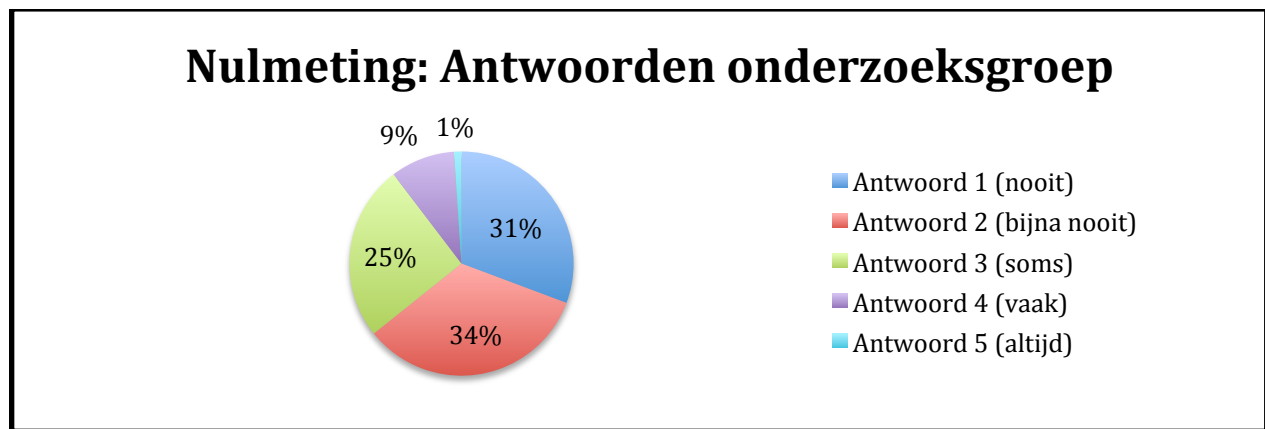
Aan het begin van het onderzoek hebben alle onderbouw leerlingen een enquête ingevuld. De resultaten van dit onderzoek heb ik schematisch weergegeven in figuur 1.



figuur 1

Opvallend is dat meer dan de helft van de leerlingen ‘nooit’ of ‘bijna nooit’ heeft geantwoord op de vragen in de enquête (zie bijlage 1). Een klein deel (15%) geeft aan dat enkele situaties ‘vaak’ of ‘altijd’ voorkomt.

De onderzoeksgroep heeft minder (10%) met ‘vaak’ en ‘minder vaak’ geantwoord. Aan de hand van dit cijfer is te stellen dat de onderzoeksgroep zichzelf weerbaarder voelt dan het gemiddelde van de overige onderbouw leerlingen. In figuur 2 staan de resultaten van de nulmeting bij de onderzoeksgroep weergegeven.



figuur 2

Gekeken naar de totaal score van de enquête (zie bijlage 2), welke ontstaat door het optellen van alle antwoorden per leerling, zijn er andere resultaten. De gemiddelde totaal score van de onderbouw is, bij de jongens 30,9 en bij de meisje 39,2 punten. De totaalscore bij de onderzoeksgroep is bij de jongens 32,9 en bij de meisjes 31,8 punten. Uit deze scores is op te maken dat de meisjes van de onderzoeksgroep zichzelf veel weerbaarder voelen dan de meisjes van de hele onderbouw. De jongens van de onderzoeksgroep voelt zichzelf daarentegen iets minder weerbaar.

5.2.2 Mentoren

De mentoren hebben een aantal vragen gekregen (zie bijlage 4) in een 1 op 1 gesprek. De resultaten van deze meting is dat in totaal 3 van de 5 onderbouwmentoren geschoold is om met de Leefstijl methode te werken. De geschoolde mentoren werken gemiddeld 1 lesuur per week met deze methode en de inhoud van deze lessen is afhankelijk van de actuele thema's in de klas.

Vaak wordt er geen gebruik gemaakt van een volledige lessencyclus maar van stukken daaruit. De mentoren die niet geschoold zijn voor deze methode maken ook geen gebruik van de lessen. Opvallend is dat deze mentoren ook geen gebruik maken van een andere methode terwijl de geschoolde mentoren daarentegen ook gebruik maken van andere methodes om de lessen completer te maken.

Over weerbaarheid van de leerlingen hebben de mentoren hele verschillende meningen. Zo vinden de geschoolde mentoren dat 25% tot 50% van de leerlingen uit hun klas niet weerbaar genoeg is. De ongeschoolde docenten vindt dit van 50% tot 75% van de leerlingen. Ondanks deze percentages vinden de mentoren unaniem dat de leerlingen dit schooljaar vooruit zijn gegaan. Daarnaast zijn ze van mening dat mentoren invloed hebben op de weerbaarheid van de leerlingen door het voeren van individuele en klassikale gesprekken en door het creëren van een veilige leeromgeving waarin leerlingen zichzelf kunnen ontplooien. Ook zien alle mentoren mogelijkheden voor de school om de weerbaarheid van leerlingen te vergroten. Door middel van een veilige leeromgeving, alert te blijven, contact met ouders te onderhouden en eventueel middels projecten en/of SoVa trainingen.

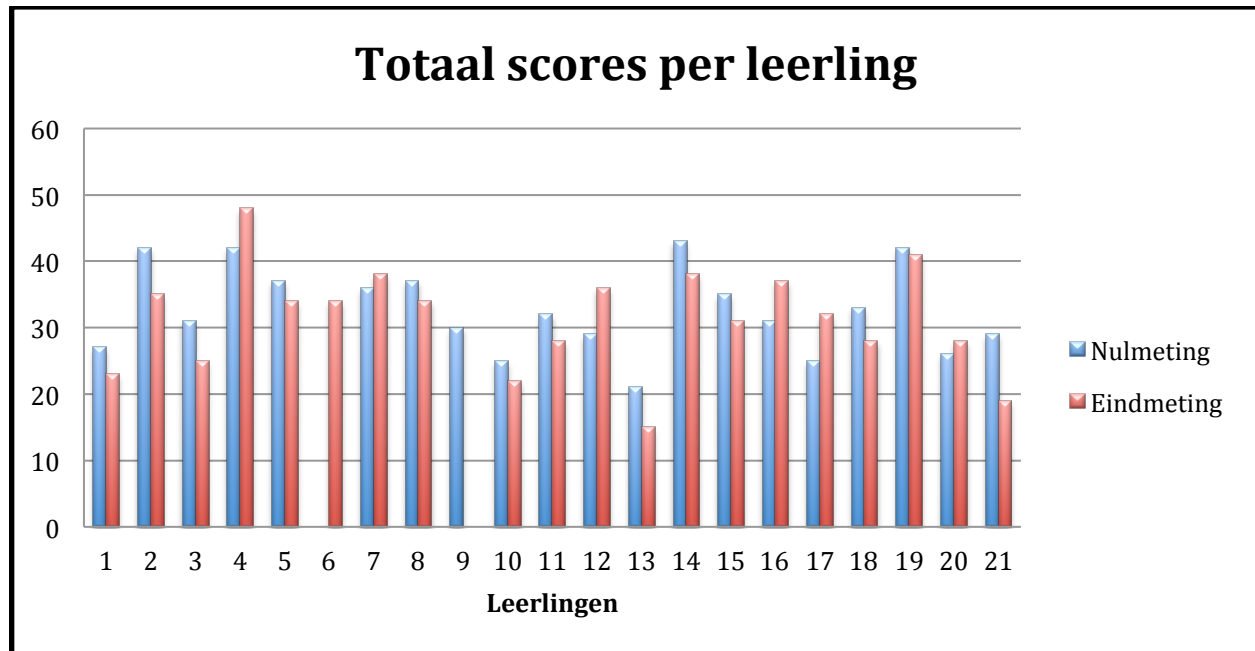
Verder denkt 30% van de ondervraagde docenten dat weerbaarheid niet meetbaar is en 12% twijfels heeft over de meetbaarheid.

5.3 De resultaten van het onderzoek

Op school is er gekozen om weerbaarheidstraining, bestaande uit tien lessen (zie bijlage 3), in te zetten op een tweede klas kaderberoepsgerichte leerweg. Deze klas is gevormd uit leerlingen die zijn blijven zitten en leerlingen die van een andere school afkomstig zijn (zij-instromers 2^e klas). De instructeurs van de training zijn afkomstig van een jeugdzorgaanbieder. Daarbij ondersteun ik als mentor van deze klas. De inhoud van de trainingen is zowel actief (zelfverdediging) als passief (meedenken over veiligheid) en van alleen (vragenlijsten invullen) tot samen (groepsopdrachten). Tevens is er op enkele momenten gekozen om de klas in tweeën te splitsen waardoor er een betere begeleiding mogelijk was voor de actieve groep.

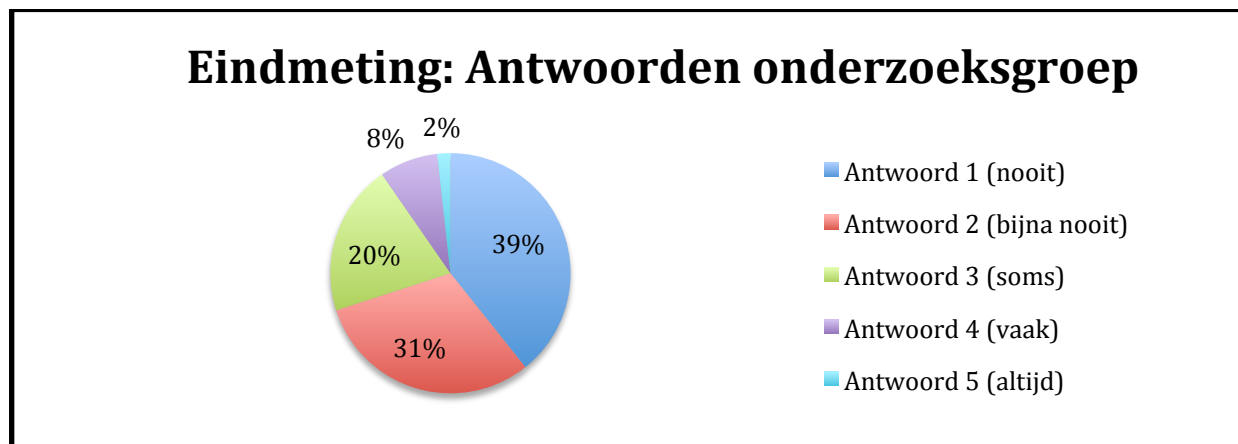
In figuur 3 staan de totaal scores per leerling aangegeven. Deze scores zijn tot stand gekomen door het optellen van de gegeven antwoorden. In deze diagram worden de totaal scores van beide onderzoeken (nulmeting en eindmeting) per leerling weergegeven. Ook zijn deze resultaten te

vergelijken met de totaal scores uit de hele onderbouw, waar gemiddeld 35 punten gescoord werd. Deze vergelijking moet gemaakt worden om te kijken of er leerlingen opvallen in tegenstelling tot leeftijdsgenoten uit andere klassen.



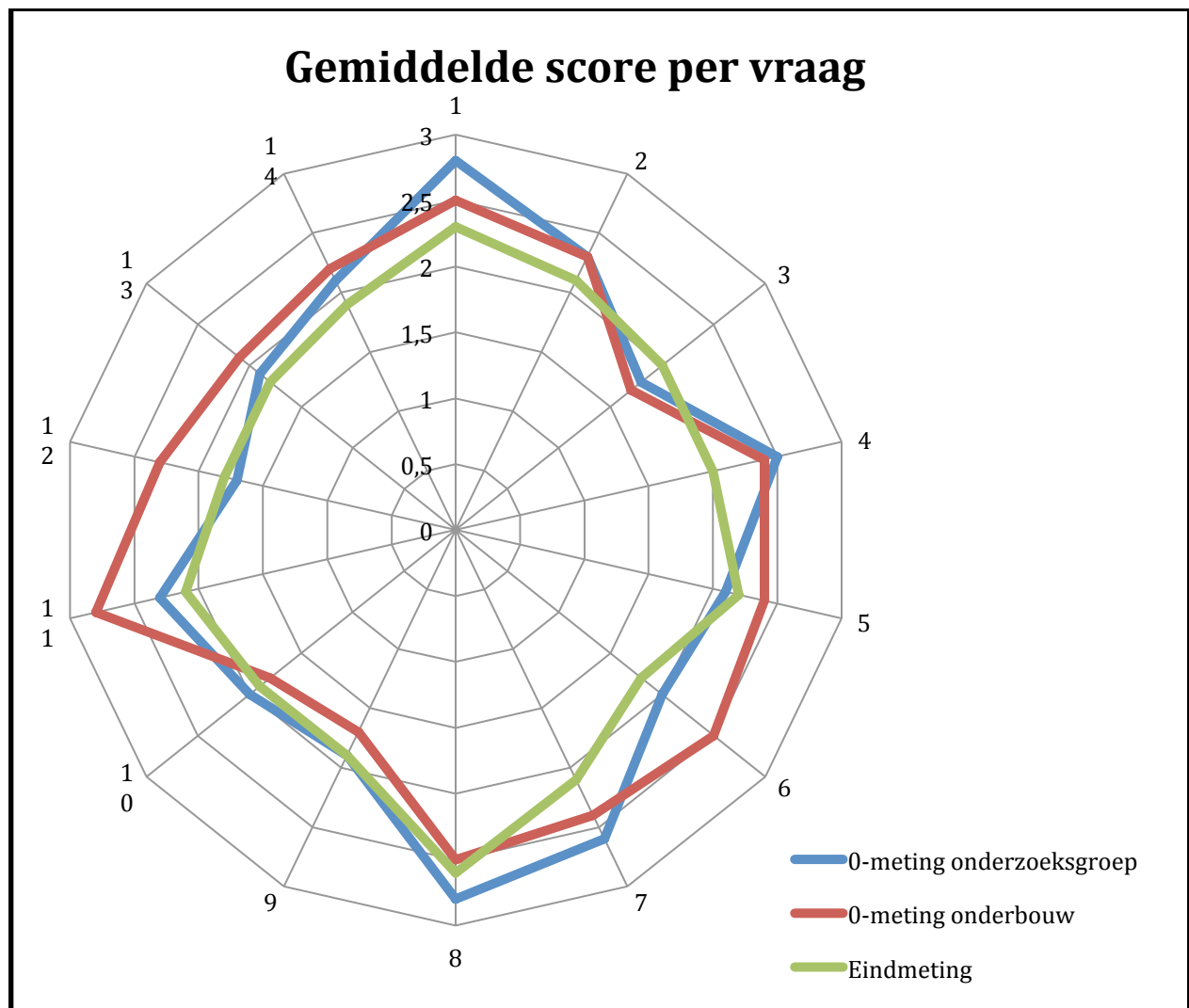
Figuur 3

In de cirkeldiagram hieronder (figuur 4) staan de resultaten van de eindmeting per antwoord weergegeven. In figuur 2 staat hetzelfde figuur weergegeven gebaseerd op de resultaten uit de nulmeting. Maar liefst 39% van de leerlingen antwoord ‘nooit’ na de trainingen in vergelijking met 31% tijdens de nulmeting. In de volgende paragraaf (5.4) worden de resultaten verder met elkaar vergeleken.



Figuur 4

Om een goed beeld te krijgen van de resultaten van de trainingen heb ik de gemiddelde scores per vraag (1 t/m 14) verwerkt. De antwoorden van de eindmeting vergelijk ik met de uitslagen van dezelfde enquête die deze leerlingen voorafgaand de trainingen ingevuld hebben. Tevens heb ik de gemiddelde scores, per vraag, van de nulmeting in de hele onderbouw toegevoegd om een goed beeld te krijgen. In figuur 5 staan deze gemiddelde scores per vraag weergegeven.



Figuur 5

5.4 Analyse en conclusie onderzoeksresultaten

Gekeken naar de totaal scores per leerling is het opvallend dat er zes leerlingen slechter hebben gescoord tijdens de eindmeting in vergelijking met de 0-meting. Van de zes leerlingen is dit verschil bij twee leerlingen minimaal. Van de overige vier leerlingen scoort een leerling (4) het slechtste van heel de groep. Opvallend is ook dat van de zes leerlingen die slechter gescoord hebben er drie leerlingen meisjes zijn. Dit is opvallend omdat er maar vijf meisjes in deze klas zitten. Aan de andere kant heeft de leerling (13) die tijdens de 0-meting de beste score behaalde nog beter gescoord bij de eindmeting.

Opvallend aan de gemiddelde score per vraag zijn de drie uitschieters die bijna score drie halen. Heel de onderbouw geeft aan zich soms ellendig te voelen als er een negatieve opmerking over hem/haar gemaakt wordt. Bij de onderzoeksgroep is dit niet van toepassing. Ook geeft de onderzoeksgroep bij de nulmeting aan dat ze zichzelf moeilijk in bedwang (vraag 8) kunnen houden als iemand een vervelende opmerking tegen hem/haar maakt. Bij de trainingen is er een aantal lessen aandacht besteed aan zelfbeheersing. Dit resultaat is terug te zien aan de vooruitgang bij deze vraag. Ook bij vraag 1 hebben de leerlingen hoog gescoord. Hier wordt gevraagd of de leerlingen het lastig vinden om contact te maken met iemand die hij/zij niet goed kennen. Ook hier is een duidelijke vooruitgang te zien na de trainingen. Dit zegt iets over het zelfvertrouwen wat de leerlingen gekregen hebben. Ze zijn bewust-bekwamer geworden.

Er kan geconcludeerd worden dat de leerlingen weerbaarder zijn geworden door de trainingen. Deze conclusie is gebaseerd op de groene cirkel (figuur 5) welke een kleiner gebied omvat dan de rode en de blauwe in bovenstaande diagram. Hierbij gaat het echter om gemiddelde scores van de hele groep in vergelijking met zichzelf en het gemiddelde van de totale onderbouw. Toch zijn er drie vragen waarbij de leerlingen na de trainingen slechter gescoord hebben ten opzichte van de scores voorafgaand aan de trainingen. De leerlingen hebben meer moeite gekregen met het ontvangen van een compliment (vraag 3) terwijl zij het minder lastig vinden een compliment te geven (vraag 10). Ook geven ze aan dat ze het lastiger vinden om met iemand over iets te praten wat ze meegemaakt hebben (vraag 5). Tot slot geven de leerlingen aan buikpijn, hoofdpijn, hartkloppingen te krijgen bij het idee dat ze naar een andere klas moeten (vraag 12). Dit kan opgevat worden als iets positiefs omdat ze zichzelf nog meer thuis zijn gaan voelen in hun eigen klas, maar het is onbekend of dit ook positief bedoeld is.

6. Discussies

6.1 De resultaten van onderzoek onder de loop genomen

In hoofdstuk 2.1 heb ik de volgende onderzoeksvraag geformuleerd:

Ik onderzoek, op een 'kleine' vmbo school, of het mogelijk is om de mentale weerbaarheid van onderbouw leerlingen te vergroten binnen de begeleidingslessen en gymlessen, omdat ik wil weten of de Leefstijl methode effectiever gebruikt kan worden, teneinde onderbouw leerlingen mentaal weerbaarder worden en daardoor beter om kunnen gaan met voor hen lastige en stressvolle situaties.

Gezien de uitslagen van de eindmeting kan de conclusie getrokken worden dat de leerlingen van de onderzoeksgroep mentaal weerbaarder geworden zijn. Zowel in de totaal scores als in bijna alle vragen hebben de leerlingen beter gescoord dan tijdens de nulmeting. Ook scoren de leerlingen van de onderzoeksgroep beter dan de overige onderbouw leerlingen. Het is tevens duidelijk geworden dat weerbaarheid wel degelijk te meten is. De resultaten zijn moeilijk te schalen, maar goed te vergelijken met de resultaten andere afgenomen enquêtes.

Een andere vraag die gesteld kan worden is of de trainingen de juiste methode is geweest om de weerbaarheid te verbeteren. De leerlingen geven aan dat ze weerbaarder kunnen worden door meer zelfverdediging te doen tijdens de lessen. Dit komt omdat de leerlingen graag actief bezig zijn en omdat van puber jongens bekend is dat ze zichzelf graag meten aan leeftijdsgenoten. Als het verbeteren van de lichamelijke weerbaarheid, een onderdeel van mentale weerbaarheid, het doel is hebben de leerlingen hierin zeker gelijk.

De grote van de groep moet goed in de gaten gehouden worden bij het geven van de trainingen. Tijdens de trainingen is gebleken (zie evaluatie, bijlage 5) dat bij het werken met een hele klas het erg lastig is om de gestelde doelen te behalen. Bij voorkeur kan er beter gewerkt worden met een samengestelde groep van leerlingen die laag scoren bij de 0-meting. Of een deel van een klas mocht dit organisatorisch niet mogelijk zijn.

De methode leefstijl kan veel effectiever gebruikt worden. Mentoren die met de methode werken gebruiken deze (maar) 1 maal per week. De helft van de mentoren is geschoold om met deze methode te werken. Als alle mentoren geschoold worden, krijgen ook alle leerlingen deze lessen

aangeboden. In combinatie met de zelfverdedigingslessen bij lichamelijk opvoeding zal de weerbaarheid van de onderbouw leerlingen vergroot worden.

6.2 Aanbevelingen

Aan de hand van het onderzoek en de resultaten kan ik onderstaande aanbevelingen doen voor de VMBO school waar het onderzoek is uitgevoerd.

In de vorige paragraaf (6.1) is duidelijk geworden dat de mentoren die geen leefstijl cursus gevolgd hebben maken ook geen gebruik van deze methode. En dat er door deze mentoren ook geen gebruik wordt gemaakt van een andere methode. Om leerlingen goed te kunnen helpen bij hun sociaal-emotionele ontwikkeling, waar mentale weerbaarheid onder valt, is het van belang dat mentoren de leerlingen hierin begeleiden en helpen waar nodig. Alle mentoren zouden geschoold moeten worden voor het geven van lessen voor het aanleren van sociaal-emotionele vaardigheden aan hun eigen klas.

Het is mogelijk om vanuit de school leerlingen extra trainingen te geven voor de ontwikkeling van hun mentale weerbaarheid. Om deze trainingen zo efficiënt mogelijk te maken is het van belang dat er gewerkt wordt in kleine groepen bestaande uit leerlingen die een zwakke mentale weerbaarheid hebben. Op deze manier is de leeropbrengst het grootst.

Tevens moet er tijdens de lessen lichamelijke opvoeding meer aandacht besteed worden aan zelfverdediging. Aan de ene kant is dit er goed voor de weerbaarheid van de leerlingen en aan de andere kant laten de leerlingen een duidelijke voorkeur blijken voor het krijgen van deze lessen. De docenten lichamelijke opvoeding moeten hierin geschoold worden. De lessen die op dit moment gegeven worden zijn te beperkt en de frequentie is veel te laag. In de jaarplanning Lichamelijke Opvoeding staan namelijk 2 lessen zelfverdediging gepland.

7. Reflectie

Voor de reflectie op dit meesterstuk maak ik gebruik van “de Dublin-descriptoren”. Dit zijn algemene beschrijvingen voor het eindniveau in het hoger onderwijs voor de Master graad. (Jose Beijer (2009), <http://www.surfgroepen.nl>) De descriptoren bestaan uit een vijftal onderwerpen welke ik hieronder beschrijf aan de hand van mijn ontwikkelingen bij de totstandkoming van dit meesterstuk.

7.1 Kennis en inzicht

Tijdens de opleiding heb ik veel kennis opgedaan. Kennis over gedragsproblemen bij leerlingen en alles wat daarmee te maken heeft. Denk hierbij aan het begeleiden/ondersteunen van collega's, gesprekken met ouders, gesprekken en begeleiding van leerlingen met gedragsproblematiek. Maar ook het signaleren en in kaart brengen van gedragsproblematiek. In het oplossingsgericht werken met leerlingen en collega's heb ik mezelf bekwaam gemaakt door het voeren van vele gesprekken. Het onderwerp weerbaarheid is tijdens de opleiding kort aan bod gekomen. Hierbij ging het vooral over onze eigen weerbaarheid. Omdat ik graag meer wilde weten over weerbaarheid en ik bij onze leerlingen ervaar dat ze, naar mijn inzicht, niet weerbaar genoeg zijn als ze in de eerste klas starten, heb ik gekozen om dit onderzoek te richten op de weerbaarheid van deze leerlingen in de onderbouw.

7.2 Toepassen kennis en inzicht

In dit meesterstuk heb ik mijn kennis aangevuld door het doen van een uitgebreid literatuuronderzoek naar het onderwerp weerbaarheid. Vanuit verschillende invalshoeken heb ik gekeken naar het onderwerp om vervolgens een gedegen en valide onderzoek te kunnen verrichten. Zo heb ik in hoofdstuk 3 (achtergronden en de theoretische kader) theorieën beschreven waarin weerbaarheid benaderd wordt vanuit de eigenschappen van het pubergedrag. Ook heb ik gekeken hoe (gedrags-) wetenschappers over dit onderwerp denken en wat de fysiologische voorwaarde is voor ontwikkeling in weerbaarheid. Tot slot ben ik weerbaarheid gaan benaderen vanuit lichamelijke ontwikkelingen.

7.3 Oordeelsvorming

Aan de hand van de theoretische achtergronden heb ik onderzoek gedaan naar de weerbaarheid van alle onderbouwleerlingen. De oordelen over deze uitslag zijn terug te lezen in hoofdstuk 5. Aan de hand van deze nulmeting heb ik, in samenwerking met een jeugdzorgaanbieder, een tiental trainingen verzorgd gericht op de weerbaarheid van de onderzoeksgroep. De inhoud van de trainingen hebben we altijd vooraf met elkaar besproken net als de resultaten na de trainingen. Hierbij werden zowel de leerlingen als de training beoordeeld op het resultaat en op onze bevindingen. Aan het eind van de serie training heb ik opnieuw een onderzoek gedaan om te kijken of de leerlingen weerbaarder geworden zijn. Aan de hand van deze uitslagen heb ik een aantal conclusies kunnen trekken (hoofdstuk 5.4) en aanbevelingen gedaan (hoofdstuk 6.2) om de weerbaarheid van onze leerlingen in de toekomst te kunnen verbeteren.

Door de stapsgewijs te werken aan het onderzoek heb ik durven oordelen over het onderwerp weerbaarheid. Mijn oordeelsvermogen is hierdoor verbeterd.

7.4 Communicatie

De communicatie met betrokken personen is altijd goed verlopen. Zo heb ik regelmatig overleg gehad met de jeugdzorgaanbieder over de trainingen. De communicatie met de leerlingen is altijd goed verlopen ondanks dat de trainingen soms niet doorgingen. Dat de omgang en communicatie met de leerlingen goed is bevestigd de score (D) in mijn beoordelingsgesprek. Aan het eind van het onderzoek heb ik de resultaten besproken met de zorg coördinator bij ons op school.

Tevens vind ik dat mijn schriftelijk communicatie sterk verbeterd is tijdens de ontwikkeling van dit meesterstuk. Mijn schrijfstijl is minder spreektaal en de woorden, zinnen en alinea's sluiten goed op elkaar aan. Ook mijn rol als critical friend heeft mij hierbij geholpen. Zo ben ik erg kritisch geweest, bij het lezen van het hoofdstukken uit het meesterstuk van N. Sep, op schrijfstijl, woordkeuzes en alinea opbouw. Andersom gebeurde hetzelfde. Mede door deze ontwikkelingen durf ik dit verslag op de HBO-kennisbank te laten publiceren.

7.5 Leervaardigheden

Tijdens de studie heb ik vooral geleerd te werken en handelen vanuit de leerstijl 'denker'. Zo ben mezelf bewuster geworden van mijn eigen kwaliteiten. Zowel in de lessen als in mijn taken.

Door goed na te denken over situaties en beslissingen tegen elkaar af te wegen heb ik mezelf ontwikkeld tot een betere student/collega. Ik ben gegroeid van een 8 naar een 9. Deze ontwikkeling heeft mij geholpen om een onderzoek te doen waar ik erg trots op ben.

Nawoord

Een zeer (soms te) actieve, sportieve, muzikale en creatieve man met vele talenten. Dit is hoe mensen mij kennen. Sporten op het hoogste niveau, muzikant in succesvolle bandjes, altijd bezig met organiseren en op mijn vmbo school overal inzetbaar. Dit alles was reden te meer om mezelf te specialiseren.

In dit meesterstuk heb ik aangetoond dat ik bekwaam ben in het verrichten van onderzoek naar het gedrag van leerlingen en middels trainingen dit onderzoeksresultaat (leerling gedrag) te verbeteren. Weerbaarheid was het onderwerp van dit onderzoek.

Voor de voorbereiding van het onderzoek was een zware klus. Aan de theoretische verantwoording heb ik veel tijd en aandacht besteed. Mede dankzij mijn critical friend en studiebegeleider ben ik erg tevreden over mijn ontwikkeling en het uiteindelijke resultaat hierin. Alle dank hiervoor.

Ik ben erg tevreden over het resultaat van dit meesterstuk. Zowel het behaalde resultaat bij de leerling als het resultaat in mijn eigen ontwikkeling tot gedragspecialist. Daarom kan ik met troost zeggen dat ik: Mezelf heb ontwikkeld, met een grote M.

Literatuurlijst

Boeken:

Kees van der Wolf en Tanja van Beukering (2009) *Gedragsproblemen in scholen*. Leuven / Den-Haag: Acco

Klaas Jan Terpstra en Herberd Prinsen (2011) *Mentor van nu. De mentor als hart van de leerlingbegeleiding*. Oosterhout: Osmo Consult.nl

Loes van der Mee & Danielle Bersma (2004) *Op zoek naar normen & waarden*. Katwijk: Panta Rhei.

Maya Bakker-de Jong & Ivo Mijland (2005) *Handboek voor elke mentor*. Esch: Quirijn.

Gary R. Collins, Charlie W. Shedd, Bill Cosby, Rick Little en Barbara Varenhorst (2006) *Leefstijl voor jongeren. Trainingsgids*. Amstelveen: Stichting Lions Quest Nederland.

Erwin Tielemans (2007) *Trainingsgids, leefstijl voor het voortgezet onderwijs*. Amstelveen: Stichting Lions Quest Nederland

Dr. P. Ransijn (2006) *Het begin van de puberteit, een boekje voor ouders*. Amstelveen: Lions Quest Nederland.

Joep Willemsen (2009) *Deelmodule student, Weerbaarheid*. Tilburg: Fontys Opleidingscentrum Speciale Onderwijszorg.

Dick Swaab (2010, 2011) *Wij zijn ons brein. Van baarmoeder tot Alzheimer*. Ruinen: Drukkerij Bariet.

F. van der Zee (2004) *Kennisverwerving in de Empirische Wetenschappen, de methodologie van wetenschappelijk onderzoek*. Groningen: BMOOO

Marcel van Loo (2010) *Van masterplan tot modelschool, deel 1*. Yerseke: Drukkerij Zoetewij

Ton Deley (2009) *Denken voelen doen. Sociaal-emotionele ontwikkeling in het basisonderwijs*. Antwerpen – Apeldoorn: Garant.

Websites:

Bailey (2008 – 2012). Spelen voor de puber. Verkregen op 5 februari 2012, via <http://sport.infonu.nl/diversen/28246-spelen-voor-de-puber.html>

Uva-alumni (2009). Puberende Hersenen. Verkregen op 5 februari 2012, via <http://www.uva-alumni.nl/document.doc?id=33>

Mens centraal (2002). Behoeftespiramide van Maslow. Verkregen op 5 februari 2012, via http://www.menscentraal.nl/behoeftespiramide_van_Maslow.html

Energy-Motion. Weerbaarheid. Verkregen op 11 februari 2012, via <http://www.energy-motion.nl/weerbaarheid.html>

Leraar 24 (26-10-2010). Contact leraar en leerling. Verkregen op 18 februari 2012, via <http://www.leraar24.nl/dossier/2282>

MOA (2012). Onderzoek. Verkregen op 19 februari 2012, via http://www.moaweb.nl/kenniscentrum/digitaal-woordenboek/afbeeldingen/ill_onderzoekskubus.jpg

Bureau voor Marktonderzoek en Organisatie Ontwikkeling (2012). Enquête maken. Verkregen op 24 februari 2012, via <http://www.bmooo.nl/enquete-maken>

KL (14 september 2011). Waarom hebben we last van groepsdruk? Verkregen 25 februari 2012, via <http://www.kijk.nl/nieuws/waarom-hebben-we-last-van-groepsdruk/>

Jong, J.D. de, Gemert, F. Van (2010). Een studie naar het concept groepsdruk. Verkregen op 25 februari 2012, via <http://wodc.nl/onderzoeksdatabase/groepsdwang.aspx?cp=44&cs=6837>

Edu actief (2010-2011). Theorie, wat is leefstijl? Verkregen op 1 maart 2012, via <http://www.leefstijl.nl/theorie.html>

Applinet B.V. (1999-2012). Leerstijlen van Kolb. Verkregen op 3 maart 2012, via <http://www.leefstijl.nl/theorie.html>

2Reflect (2 januari 2008). Valide en betrouwbaar. Verkegen op 3 maart 2012, via http://www.2reflect.nl/validiteit_en_betrouwbaarheid.htm

Jose Beijer (20 januari 2009) De Dublin descriptoren. Verkregen op 21 mei 2012, via <https://www.surfgroepen.nl/sites/taalcompetentieshbo/managers/Bronnen/dublin-descriptoren-beschrijving-20060608.pdf>

Bijlagen

Bijlage 1: Leerling enquête

Beste eerst- en tweedejaars leerlingen,

Ik wil jullie vragen onderstaande lijst zo eerlijk mogelijk in te vullen. De vragen gaan over jouzelf. Graag omcirkelen wat voor jou van toepassing is. De resultaten worden alleen gebruikt voor mijn verslag (voor mijn studie). Alvast bedankt voor de medewerking.

Met vriendelijke groeten,

O. Quik

Naam:

Klas:

Ik vind het lastig om contact met iemand (of een groep) te maken die ik nog niet (zo) goed ken.

Nooit		Soms		Altijd
1	2	3	4	5

De afgelopen tijd slaap ik 's nachts slecht (ik ben vaak wakker en lig te piekeren of ik slaap weinig (maximaal 5 uur)).

Nooit		Soms		Altijd
1	2	3	4	5

Als mensen mij een compliment geven, heb ik moeite dat te ontvangen.

Nooit		Soms		Altijd
1	2	3	4	5

Ik heb moeite om tegen iemand te zeggen dat hij iets niet goed heeft gedaan of dat hij zijn gedrag moet veranderen omdat ik er last van heb.

Nooit		Soms		Altijd
1	2	3	4	5

Als ik iets heb meegemaakt (positief of negatief) vind ik het erg lastig hier met iemand over te praten.

Nooit		Soms		Altijd
1	2	3	4	5

Als iemand iets negatiefs tegen mij zegt, vind ik dat moeilijk om naar te luisteren en ben ik vaak een tijd van slag.

Nooit		Soms		Altijd
1	2	3	4	5

Zelfs als ik me goed heb voorbereid op een bezoek, visite of een gesprek voel ik me erg zenuwachtig en gespannen.

Nooit		Soms		Altijd
1	2	3	4	5

Als mensen een vervelende opmerking tegen mij maken, heb ik moeite mij te bedwingen om deze persoon niet te slaan, uit te schelden of iets dergelijks.

Nooit		Soms		Altijd
1	2	3	4	5

Ik vind het leuk en grappig om mensen te plagen, te pesten of te krenken.

Nooit		Soms		Altijd
1	2	3	4	5

Ik vind het lastig iemand een compliment te geven.

Nooit		Soms		Altijd
1	2	3	4	5

Als er negatieve opmerkingen over mij gemaakt worden voel ik me ellendig.

Nooit		Soms		Altijd
1	2	3	4	5

Bij het idee dat ik naar een andere groep of klas moet krijg ik buikpijn, hoofdpijn, hartkloppingen of iets dergelijks, omdat ik niet weet hoe ik dat moet gaan doen.

Nooit		Soms		Altijd
1	2	3	4	5

Tijdens gesprekken sla ik vaak dicht en kan ik geen woord uitbrengen.

Nooit		Soms		Altijd
1	2	3	4	5

Of ik me goed voel is sterk afhankelijk van wat mensen van mij vinden.

Nooit		Soms		Altijd
1	2	3	4	5

Als ik mensen heb geplaagd of gepest, heb ik hier geen spijt van.

Nooit		Soms		Altijd
1	2	3	4	5

Bijlage 2: Onderzoeksresultaten

Nulmeting

Onderstaande gegevens zijn tot stand gekomen door een enquête voor de weerbaarheidslessen aan deze klas (nader te noemen: klas A). De resultaten van de jongens en meisjes zijn opgesplitst.

J = jongens

M = meisjes

Totaal score:

	J	M
Klas A	21	26
	25	27
	25	31
	29	33
	29	42
	30	
	31	
	32	
	35	
	36	
	37	
	37	
	42	
	42	
	43	
Gem.	32,9	31,8

Score per vraag:

Klas A jongens:

	Vraag:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Totaal
Antw:	1		6	7	3	6	6	1	3	6	7	4	10	5	4	3	71
	2	4	2	5	4	5	5	6	4	4	3	7	3	6	7	4	69
	3	9	5	1	7	3	3	7	3	5	2	1	1	3	2	3	56

	4	1	1	2	1	1	1		5		3	2	1	1	2	2	23
	5		1					1				1				3	6
																Tot.:	225

Klas A meisjes:

	Vraag:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Totaal
Antw:	1		1	3			1			2	2		2	4	3	2	20
	2	2	1	2	3	3	3	3		3	2	4	2		1	2	31
	3	3	3		1	1	1	2	4		1	1		1		1	19
	4				1	1			1				1		1		5
	5																
																Tot.:	75

Hieronder staan de resultaten, op hetzelfde moment gemeten als de onderzoeksgroep, van de klassen die de weerbaarheidlessen niet gevolgd hebben (nader te noemen: klas W, X, Y en Z). Klas W en klas X betreft 1^{ste}jaars klassen en klas Y en klas Z 2^{de}jaars klassen. Tevens zijn klas W en Y kaderklassen en klas X en Z Basisberoepsgerichte leerweg klassen. De resultaten van de jongens en meisjes zijn opgesplitst.

J = jongens

M = meisjes

Totaal score:

	J	M		J	M
Klas W	19	27	Klas X	19	35
	25	31		20	38
	26	35		21	
	28	36		25	
	29	38		26	
	29	42		30	
	30	42		31	
	32	43		32	
	34	43		33	
	34	45		36	
	35	46		41	
	38			44	
	44			44	
gem.	31	38,9	gem.	30,9	36,5

	<u>J</u>	<u>M</u>		<u>J</u>	<u>M</u>
Klas Y	23	28	Klas Z	18	34
	26	30		23	38
	31	32		24	41
	32	33		27	41
	45	36		27	46
	49	44		28	51
		44		28	54
		46		30	
		48		30	
				30	
				31	
				33	
Gem.	34,3	37,8	Gem.	27,4	43,5

Score per vraag:

Klas W jongens:

	Vraag:	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>	<u>14</u>	<u>15</u>	Totaal
Antw.:	1	4	6	9	1	4	3	3	4	5	7	2	6	6	6	6	72
	2	2	3	2	3	2	7	7		5	2	4	2	4	6	3	52
	3	5	3	2	9	7	3	3	6	3	4	4	2	3		1	55
	4	2	1									2	2		1	1	9
	5								3			1	1			2	7
																Totaal	195

Klas W meisjes:

	Vraag:	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>	<u>14</u>	<u>15</u>	Totaal
Antw.:	1	1	4	5	3	2	1	1	2	6	7		3	2	4	6	47
	2	5	1	2	2	1	1	1	1	3	3		2	4	2	1	29
	3	3	2	3	5	3	4	4	5	2	1	6		4	3	2	47
	4	1	4	1	1	5	5	3	1			3	5	1	1	1	32
	5	1						2	2			2	1		1	1	10
																Totaal	165

Klas X jongens:

	Vraag:	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>	<u>14</u>	<u>15</u>	Totaal
--	--------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	---------------

Antw.:	<u>1</u>	6	6	9	9	4	5	6		9	7	3	8	7	6	4	89
	<u>2</u>	3	4	2	2	3	3	6	3	2	1	3	1	3	3	3	42
	<u>3</u>	3	2	1	1	5	3	1	3	1	5	6	2	2	2	3	40
	<u>4</u>			1	1		2		3			1	1	1	2		12
	<u>5</u>	1	1			1			4	1			1			3	12
																Totaal	195

Klas X meisjes:

	Vraag:	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>	<u>14</u>	<u>15</u>	Totaal
Antw.:	<u>1</u>			1	1	1			1	2			1	1	2		10
	<u>2</u>	1			1			1	1		1						5
	<u>3</u>	1	1	1			1	1			1	1	1	1		1	10
	<u>4</u>		1			1	1										3
	<u>5</u>											1				1	2
																Totaal	30

Klas Y jongens:

	Vraag:	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>	<u>14</u>	<u>15</u>	Totaal
Antw.:	<u>1</u>	2	9	10	4	6	4	5	1	5	11	6	10	8	4	6	91
	<u>2</u>	2	2	2	5	3	7	4	3	4	1	1	1	1	5		41
	<u>3</u>	8	1		2	3	1	3	4	2		5	1	3	2	4	39
	<u>4</u>				1				3	1					1	1	7
	<u>5</u>								1							1	2
																Totaal	180

Klas Y meisjes:

	Vraag:	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>	<u>14</u>	<u>15</u>	Totaal
Antw.:	<u>1</u>			2	1			1	1	3	1	1		2		2	14
	<u>2</u>		1	3		3	1	4			1		2	2			17
	<u>3</u>	5	4	2	1	1	3	1	3	4	5	3	3	1	5	5	46
	<u>4</u>	2	2		4		1	1	3			2	2	2	2		21
	<u>5</u>				1	3	2					1					7
																Totaal	105

Klas Z jongens:

	Vraag:	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>	<u>14</u>	<u>15</u>	Totaal
Antw.:	<u>1</u>	1	4	3	1	3	1	2	1	3	2	1	2	2	2	1	29
	<u>2</u>	2		2	1	2	1	1	2	2	3	1	2	1		3	23
	<u>3</u>	2		1	3	1	3	2	2	1	1	3	1	2	4	2	28
	<u>4</u>		1		1			1	1					1			5
	<u>5</u>	1	1				1					1	1				5
																Totaal	90

Klas Z meisjes:

	Vraag:	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>	<u>14</u>	<u>15</u>	Totaal
Antw.:	<u>1</u>		1	2	1			1	4	8	5	1	1	2	1	3	30
	<u>2</u>	5		2		3	2	2	3	1		1	2	3	4	4	32
	<u>3</u>	4	4	3	6	4	6	1	2		3	2	1	1	4	2	43
	<u>4</u>		3	2	1	2	1	1			1	4	3	1			19
	<u>5</u>		1		1			4				1	2	2			11
																Totaal	135

Eindmeting

Totaal score

	J	M
Klas A	15	23
	19	28
	22	28
	25	37
	28	48
	31	
	32	
	34	
	34	
	34	
	35	
	36	
	38	
	38	
	41	
Gem.	30,8	32,8

Score per vraag:

Klas A jongens:

	Vraag:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Totaal:
Antw.:	1	4	8	6	6	7	9	7	4	4	5	5	8	6	7	4	90
	2	4	3	3	2	3	4	4	3	9	7	6	2	6	4	2	62
	3	5	2	4	7	3	1	1	5	2	2	2	5	2	4	7	52
	4	1	1	2		2	1	2	3		1	2		1		1	17
	5	1	1					1								1	4
																Totaal	225

Klas A meisjes:

	Vraag:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Totaal:
Antw.:	1	3		2	2		1	1	1	1	2	2	4	3	2		24
	2		4	3	2	2	2	3	1	3	2	1		1	2	1	27
	3	2			1	3	1		1	1	1	1		1		2	14
	4		1				1	1	1			1	1				6
	5								1						1	2	4
																Totaal	75

Bijlage 3: Weerbaarheidstrainingen

Training klas A 20-12-'11

Les thema → communicatie

-Hoe communiceren we?

Communiceren: -woorden 7%
 -houding 55%
 -toon 38%

-Empowerment

-Groepsdynamica

-Conflicthantering

-Samen doelen bereiken

Instinkt, Intelligentie, Intellect

Woorden zijn hetzelfde en houding anders. Hoe komt het over?

Emoties uitbeelden (bang, blij, verliefd, angst etc.), rest raadt en discussieert waarom

Wie vindt dit lastig?

Tot slot worden er regel, afspraken gemaakt/afgesproken welke nodig zijn voor een veilige sfeer in de klas tijdens komende trainingen.

Les klas A 10-01-'12

Les thema: → communicatie oefening

De leerlingen zitten in 2-tallen met rug naar elkaar toe. Leerling 1 heeft potlood en papier in de hand en moet tekenen wat de leerling 2 beschrijft. Leerling 2 krijgt van de docent een eenvoudige tekening om te beschrijven. Na 10 minuten worden de tekeningen met elkaar vergeleken en wordt er klassikaal besproken wat de tactiek was en wat de leerlingen is opgevallen.

Training klas A 17-01-'12

Les thema → wat is normaal?

3 filmpjes: 1-leerling wil vechten met docent - klas zoekt goede reden gedrag
 2- jongeren tuffen tegen voorbijganger - klas zoekt weer reden gedrag maar keuren het gedrag niet af of goed.
 3-2 jongeren praten respectloos over andere - leerlingen lachen om grove taal.

Klassikale discussie is onmogelijk na de film. In groepen wordt er goed gediscussieerd.

Iemand is hem niemand is hem waarbij het hoofd bonus is – leerlingen besparen elkaar van dichtbij. Doel van deze opdracht is dat de leerlingen hun eigen hoofd moeten beschermen.

Er wordt gereflecteerd op de gestelde klassendoelen.

Spel met aantikken om elkaar uit balans te brengen. Meisje regelt gelijk andere meid → veiligheid.

Training klas A 25-01-'12

Les thema → wat is mijn veilige zone?

Iemand is hem niemand is hem in 2 teams, af is zitten. hoofd is bonus (iedereen van jou team terug). Bij een overtreding (bijv. lopen) mag je stop roepen → indien je dan gelijk heb krijg je de bal (beloning).

Leerlingen lopen op elkaar af en geven persoonlijke barrière aan door stop zeggen als iemand te dichtbij komt. Daarna sneller lopen en rennen.

Training klas A 31-01-'12

Les thema → spanning op het lichaam.

Spanning op het lichaam, wat gebeurt er dan:

-hartslag omhoog

-adrenaline

-sneller ademen

-zenuwachtig

-rillingen

-zweten

-brok in keel

-kippenvel

Bij spanning kun je: Vechten, Vriezen. Vluchten

3-tallen: 1 kussen, 2 stoten om beurten, steeds sneller. Leerling met kussen geeft grens aan en geeft aan wat de spanning met hem doet.

3-tallen: 2 beweren 20 euro tegoed te hebben, ander weet zeker betaald te hebben. Wat doet dit met spanning, en merk je dit lichamelijk? Merken andere het aan de houding, reactie of gezichtsuitdrukking van de ander?

Training klas A 07-02-'12

Les thema → ruzie en zelfverdediging

Post-it: schrijf 2 oorzaken van een ruzie op.

Film kijken; man slaat computer en man slaat kassière. (depressie)

Agressie: 1- uit frustratie (explosie), eer/trots/oneerlijk...

2- instrumentele agressie → bang maken/overhalen

Post-it ophangen bij 1 of 2.

Stoten met handschoenen, eerst afspraken maken over stoot volume (bijv. 50%)

Eerste groeten, dan 3 stoten (hoek L, R, buik). Andere ontvangt de stoten. Uitaademen bij stoot en ontvangen.

Training klas A 14-02-'12

Onderwerp van deze les → spanning en ruzie

Als er ruzie is kun je de volgende dingen doen. De klas wordt gevraagd wat de voordelen en nadelen van deze actie zijn.

Actie	Voordelen:	Nadelen:
<u>Ontwijken</u>	geen ruzie, tijd winnen	niet oplossen, geen grens, bang overkomen
<u>Hulp vragen</u>	samen sterk	bang overkomen, minder zelfvertrouwen
<u>Humor</u>	spanning omlaag, tijd winnen	moet bij je passen, niet serieus genomen
<u>Confronteren</u>	stopt, duidelijke grens	kan bozer worden, helpt niet bij frustr. agr.
<u>Tegen agressie</u>	stoppen, duidelijk	niet serieus, minder aardig, reactie uitlokken
<u>Kalmeren</u>	helpen, rustiger, erger voorkomen	werkt niet bij instrumentele agressie

Alle leerlingen moeten op een lijn gaan staan op volgorde van:

- lengte
- leeftijd
- stoerheid
- presteren

Deze opdracht wordt uitgebreid doordat alle leerlingen op een bank moeten gaan staan.

-3 leerlingen naar kleedkamer die voor d groep durven staan. 1 voor 1 komen deze leerlingen voor de groep vertellen wie ze zijn, wat ze doen, waar ze goed in zijn etc. De andere leerlingen observeren en geven op positieve manier feedback. Observeren van feiten en 'ik kreeg daar hebt gevoel..... Feedback regel: feedback = feit + ik gevoel.

Training klas A 28-02-'12

Les thema → complimenten geven

We spelen "had je wat?" met de regels die in les 1 afgesproken zijn. Het spel wordt gespeeld op 3 dikke matten en bij elke mat staat een andere leerling als scheidsrechter. De 2 leerlingen op de mat moeten elkaar van de mat af gooien.

De feedbackregel van vorig les wordt herhaald. Hierna komen we met de hele klas rondom een dikke mat zitten. Iedereen krijgt een blaadje waas hij/zij zijn/haar naam op schrijft. Dan geven we de blaadjes elke keer 1 plaats door naar links en schijft iedereen een positieve eigenschap op van diegene waar hij/zij het blaadje voor de neus heeft liggen.

Tot slot hebben we een aantal stellingen waar de leerlingen antwoord op moeten geven door naar de mat van hun antwoord te lopen. De antwoorden kunnen zijn: Ja, Misschien en Nee. Bij elke stelling wordt er kort gediscussieerd waarom leerlingen voor een bepaald antwoord hebben gekozen.

We spelen 'iemand is hem niemand is hem' in teams. Er wordt gespeeld met een zachte bal, om mensen af te gooien, en een basketbal, om je team te bevrijden als deze door de basket gegooid wordt.

Leerlingen vullen een vragenlijst in over zelfvertrouwen. Deze wordt gebruikt voor de eindevaluatie van de jeugdzorgaanbieder en mogelijk voor mijn meesterstuk.

De groep wordt in 2 gesplitst. Groep 1 krijgt uitleg over faalangst. Wat is faalangst en wanneer kun je er last van krijgen. Wat kun je (eraan) doen als je last hebt van faalangst? Groep 2 gaat een menselijke toren maken waarbij 1 leerling de leiding heeft en andere aanstuurt. Daarna wordt er uiteraard gewisseld van opdracht.

Leerlingen krijgen een opdracht over een gecrasht vliegtuig op een eiland. Ook krijgen ze een lijst met 30 voorwerpen waar ze er 10 van moeten uitkiezen om te overleven op het eiland. Dit doen ze eerst individueel waarna er in (door ons samengestelde) groepen 10 voorwerpen met de hele groep gekozen moeten worden waar iedereen het mee eens is. Tot slot overleggen we de bevindingen en resultaten klassikaal en vergelijken de leerlingen de groepskeuze met hun eigen keuze. Wie heeft er veel toegegeven en waarom?

Als eindopdracht krijgen alle groep een pak spaghetti en een zak spekjes. Binnen 30 minuten moet er een zo hoog mogelijk toren gebouwd worden. Eerst worden er verschillende rollen besproken binnen de groep. Leider (mag alleen aansturen), Bouwers (mogen alleen bouwen), Werkvoorbereider (mag bouwen maar niet aan de toren) en Tekenaar (mag alleen ontwerpen).

Bijlage 4: Onderzoek mentoren

De onderstaande vragen zijn aan de mentoren gesteld tijdens een 1 op 1 gesprek.

Mentoren onderzoek

1. Van welke klas, en welk niveau, bent u mentor?
2. Wat vindt u van de weerbaarheid van uw leerlingen?
3. Is dit in de loop van dit schooljaar veranderd/ verbeterd?
4. Kunt u, als mentor, de weerbaarheid van de leerlingen vergroten?
5. Hoe kunnen wij als school de weerbaarheid van de leerlingen vergroten?
6. Bent u bekend met Leefstijl?
7. Heeft u een cursus gehad om met leefstijl te werken?
8. Hoeveel mentor uren heeft u per week? Hoeveel uren per maand besteed u gemiddeld aan Leefstijl?
9. Zijn er andere methodes die u vaker gebruikt?

Bijlage 5: Evaluatie trainingen i.s.m. jeugdzorgaanbieder

Evaluatie met klas A

Waar lag de verwachting?

Boksen

Niets

Tips:

Meer spellen, meer bewegen.

Duidelijke uitleg waarom spellen, waarom training

Wat hebben wij gezien?

Verwachting; lastige klas, veel agressie en conflicten. Niet geweest. Wat wij gezien hebben gezellige sfeer. Weinig conflicten, wel dingen die er spelen. Iedereen lijkt alles goed te moeten vinden. Iedereen vindt de sfeer van de klas belangrijk, lijkt dit soms boven individueel.

Corrigeren elkaar wel, maar nemen niet serieus, vervolgens gaat iedereen door met eerder gecorrigeerde gedrag. Klas herkent het niet corrigeren wel.

Als klas en individueel enthousiasme.

Verandering in elkaar ondersteunen en minder eigen belang.

Invullen evaluatieformulieren.

Evaluatie met Onno

Inhoud module

- Fijne vier pijlers.
- Hele groep is niet altijd handig.
- Organisatorisch niet handig dat er vaak lessen tussen uit vallen, maakt dat vertrouwen weg is, dat we telkens van vooraf aan beginnen
- Fijner als je meer in kan spelen op specifieke doelgroep.
- Schrijvende testjes werken niet voor deze klas.
- Indien klassikaal is mentor erbij aanwezig, fijn voor terug koppeling. Mocht in de toekomst een groep op bepaald probleem geselecteerd worden is het belangrijk dat er door gekoppeld wordt naar de mentor van de individuele leerling.

Effectiviteit en relevantie

- Verwachting lastige groep, was niet.
- Individuele groei waargenomen.
- Effectiviteit kan worden vergroot met goede organisatie.

Huidige ervaring en adviezen toekomst

- Effectiviteit kan worden vergroot met goede organisatie
- Koppeling met mentor is belangrijk voor goede doorpak ontwikkeling

- Signaleren kan verder beter ontwikkeld worden onder docenten.

Afstemming jeugdzorgaanbieder en onderwijs algemeen

- Nog veel onduidelijkheid over hoe dingen in de toekomst qua samenwerking vorm gegeven zal gaan worden.

Evaluatie per leerling

D.v.A.

Trok in de beginfase veel aandacht naar zich toe, met name door slachtofferrol. Ze is hier langzaam uitgekropen. Medicatie is opgehoogd, mogelijk is dit reden voor de ontwikkelingen.

F.A.

Gaat over grenzen. Ziet niet als hij over grens heen gaat. Dingen lijken niet te beklijven. Hij ziet niet wat het gevolg is van zijn aandeel. Oorzaak – gevolg denken is lastig.

M.A.

Zorgelijk, laat weinig zien. Voor Onno onduidelijk wat er allemaal in zit qua hulpverlening. Niets meer te verliezen mentaliteit, is zorgwekkend. Concrete actie: Signaal doorleggen naar pleegzorg.

C.A.

Thuis is veel, niet assertief. Wordt overal in mee getrokken, maakt ook zelf verkeerde keuzes. Zorgelijke jongen! Gezinsbegeleiding / individueel? Wat heeft zorg coördinator geregeld?

A.B.

Overlever, richt zich volledig op thuis. Distantieert zich van oefeningen en de groep. Volgens sociogram ligt ze goed. Gezondheid vader is belangrijk aandachtspunt. Mocht vader komen te overlijden, aandacht voor in hoeverre ze opgevangen wordt.

G.B.

Leuk en grappig. Zoekt eigen wereldje op, is zich hier wel van bewust. Gaat zijn eigen gangetje. Iedereen accepteert dat hij is zoals hij is. Onderzoek naar problematiek start. Is hulp aanwezig.

S.C.

Gaat haar eigen weg in de klas. Is opzoek naar zichzelf, ontwikkeling persoonlijkheid. Volle gang in de ontwikkeling. Kan in gesprek meer tot inzicht komen. Klapte eerst weleens dicht in een vraag, nu niet meer.

L.G.

Altijd vrolijk, kan soepel leiding nemen, zonder autoritair te worden. Is bescheiden.

B.H.

Afhankelijk van de rol die hij toebedeelt krijgt, maakt hij ...

Hij doet actief mee, is zichzelf positief aan het ontwikkelen richting volwassenheid. Lijkt meer inzicht in actie – reactie gekregen.

Licht spanning weg, gaat clownesk gedrag zien.

S.H.

Doet zijn ding,

Testjes vind hij niets

N.J.

Geen zorgen, ik kan misschien iets doen om de anderen positief te beïnvloeden.

D.K.

Spontane jongen, laat dingen op zich af komen. Had aan het begin van het jaar een meer leidende functie.

T.K.

Vindt zijn weg wel.

J.K.

In begin leek hij afkeer te hebben, leek ons als gevaar te zien. Was eerst negatief aanwezig. Dit is gedraaid naar positief, nadat hij individueel gesprek heeft gehad. Hij vindt het nu allemaal wel prima.

G.O.

Heeft geen flauw benul van eigen aandeel (actie en gevolg). Gaat bij spanning weggijken. Lijkt zenuwachtig te worden van ons (omdat...?).

Lijkt zichzelf positiever te zien als hij door anderen wordt ervaren. Hij lijkt niet veel te snappen van de inhoud van de trainingen

R.S.

Druk, geen inzicht eigen aandeel.

G.W.

Weinig zicht op, onzichtbaar, kameleon gedrag.

M.W.

Door blessure vaak niet meegetraind. Leider in de groep maar durft de leiding nog niet altijd te nemen Wel erg sterk gegroeid.