

Groepscohesie versus Autisme

‘Onderzoek naar de bijdrage van PMT in het verbeteren van groepscohesie’



Sabine Stolze
Psychomotorische therapie
& Bewegingsagogie
Juni 2014

Studentnummer: s1035633
VOE-code: HSK3-AFS-BV4-13

Begeleider:
Hanneke Sleenwenhoek

Beoordelaar:
Sandra Verbeeten

Voorwoord

Na vier leerzame jaren op de CALO presenteer ik hierbij mijn afstudeeronderzoek ter afronding van de opleiding Psychomotorische Therapie (PMT) en Bewegingsagogie (BA) aan de Christelijke Hogeschool Windesheim.

Mijn eindstage heb ik gelopen op VSO de Tinne in Amersfoort. Tijdens deze stage heb ik ervaren hoe het is om zelfstandig psychomotorische therapie aan te bieden aan jongeren met een stoornis in het autistisch spectrum (ASS). Mijn interesse werd op dag 1 al vergroot toen ik kennis maakte met de leerlingen uit de verschillende klassen, wat een grote verschillen qua problematiek tussen deze leerlingen. De een heel introvert, de ander juist extrovert en toch beide een stoornis in het autistisch spectrum.

Omdat PMT op de Tinne geen deel uitmaakt van wat standaard aangeboden wordt, heb ik dit vanaf het begin zelf opgezet. In het begin erg spannend, maar wat een goed gevoel houdt je hier zelf aan over. Samen met het zorgteam ben ik gekomen op het verbeteren van groepscohesie met PMT als middel, dit omdat er weinig tot geen groepsrespect en vertrouwen binnen de klassen heerst. Dit wekte dan al snel mijn interesse.

Voor de totstandkoming van het resultaat van mijn stage en het daarbij behorende afstudeeronderzoek wil ik een aantal mensen bedanken. Van de Tinne wil ik vooral Marlies Brommersma en Wesley Schaap bedanken voor de mogelijkheid om bij hun stage te kunnen lopen en voor de begeleiding tijdens de stage en het onderzoek. Ik heb geen moment hoeven twifelen aan hun kennis, hulp, tips en goede adviezen. Ook gaat mijn dank uit naar Hanneke Sleenwenhoek, mijn begeleidster vanuit Hogeschool Windesheim, voor het geven van haar inzichten en feedback op mijn onderzoek en verslag.

Na het meemaken van strubbelingen, frustratie, tranen en soms bijzondere angsten van deze leerlingen, kan ik niet anders zeggen dan dat er zoveel meer achter jongeren kan zitten dan we soms doorhebben. Ik ben trots op het feit dat ik het afgelopen jaar PMT heb mogen geven aan deze super enthousiaste, slimme, grappige en gezellige jongeren!

Sabine Stolze
Soest, juni 2014

Samenvatting

Op de Tinne, school voor voortgezet speciaal onderwijs, is er vanuit het zorgteam vraag naar verbetering van de groepscohesie binnen de klassen. Door middel van een PMT programma is er vijf weken lang een PMT aanbod gedaan om groepscohesie te verbeteren. De volgende thema's zijn in deze vijf weken aan bod gekomen: vertrouwen, communicatie, sociale interactie, emoties en assertiviteit.

De vraag die in dit onderzoek centraal staat is: Welke bijdrage levert het PMT programma op het verbeteren van de groepscohesie aan de HAVO leerlingen met ASS problematiek in de onderbouw?

Dit onderzoek richt zich op de brugklas en de twee tweedejaars klassen. Door middel van de vragenlijst Klimaatschaal wordt vastgesteld of de groepscohesie is verbeterd. De Klimaatschaal is een meetinstrument voor het vaststellen van het pedagogisch klimaat voor groepen in het basis, voortgezet en het middelbaar onderwijs. De voormeting en nameting bestaat uit de vragenlijst ingevuld door leerkrachten en leerlingen. De vragenlijsten zijn in week 1 en in week 5 van het PMT programma ingevuld en bestaan uit 16 vragen.

Het aanbieden van PMT activiteiten hoopte bij te dragen aan de verbetering van de groepscohesie. In de grafieken worden de voor- en nametingen weergegeven van de ingevulde vragenlijsten van de leerlingen. Na het vergelijken van de antwoorden van de voor- en nameting van de leerlingen en leerkrachten kan hiermee aangetoond worden dat PMT waarschijnlijk een positieve bijdrage heeft geleverd aan het verbeteren van de groepscohesie in de onderbouw. De resultaten laten op alle vragen verbetering zien.

Inhoudsopgave

Voorwoord	Blz. 2
Samenvatting	Blz. 3
Inhoudsopgave	Blz. 4
Hoofdstuk 1: Inleiding	Blz. 5
Aanleiding	Blz. 5
Hoofdvraag	Blz. 6
Hoofdstuk 2: Theoretisch kader	Blz. 7
PMT	Blz. 7
Groepscohesie en ASS.....	Blz. 7
ASS en PMT.....	Blz. 7
Hoofdstuk 3: Methode	Blz. 8
Onderzoekspopulatie	Blz. 9
Meetinstrument	Blz. 9
Procedure	Blz. 9
Dataverwerking	Blz. 10
Hoofdstuk 4: Resultaten	Blz. 11
Resultaten leerlingen	Blz. 11
Overige resultaten leerlingen	Blz. 13
Resultaten leerkrachten	Blz. 14
Hoofdstuk 5: Conclusie	Blz. 16
Hoofdstuk 6: Discussie	Blz. 17
Hoofdstuk 7: Aanbevelingen	Blz. 18
Literatuurlijst	Blz. 19
 Bijlagen	 Blz. 21
Bijlage 1. Activiteiten week 1 Vertrouwen	Blz. 21
Bijlage 2. Activiteiten week 2 Communicatie	Blz. 22
Bijlage 3. Activiteiten week 3 Sociale interactie	Blz. 23
Bijlage 4. Activiteiten week 4 Emoties	Blz. 24
Bijlage 5. Activiteiten week 5 Assertiviteit en Samenwerking	Blz. 25
Bijlage 6. Voorbeeld vragenlijst Klimaatschaal Leerlingen	Blz. 26
Bijlage 7. Voorbeeld vragenlijst Klimaatschaal Leerkrachten	Blz. 27
Bijlage 8. Resultaten grafieken voor- en nametingen	Blz. 28

1. Inleiding

Aanleiding en vraagstelling

Tijdens mijn stage op VSO de Tinne kwam vanuit het zorgteam de vraag of het mogelijk was om onderzoek te doen naar het verbeteren van groepscohesie door middel van een PMT aanbod binnen de school. De Tinne is onderdeel van Mulock Houwer en biedt opleiding op havo-niveau aan kinderen met een stoornis in het autistisch spectrum (ASS). Naast de normale havo vakken wordt er extra aandacht besteed aan de sociaal-emotionele ontwikkeling van de leerlingen. In 2007 is de Tinne gestart met 27 leerlingen. De criteria waren toen dat zij minimaal havo-niveau moesten laten zien, allen een vorm van autisme hadden en 12 of 13 jaar oud waren. Ondertussen is de Tinne verhuisd naar een ruimer pand en biedt nu onderwijs aan ongeveer 107 leerlingen. Het zorgteam van de Tinne bestaat uit een orthopedagoog, een psycholoog, een leraarbegeleider en de directeur van de school. Er is geen psychomotorisch therapeut. Wanneer ouders of mentoren denken dat de leerling extra zorg kan gebruiken door middel van PMT gaat dit via het zorgteam. Veel leerlingen hebben moeilijkheden met communicatie en sociale interactie.

Op de Tinne wordt een PMT programma, gericht op het verbeteren van groepscohesie, aangeboden gedurende vijf weken. Dit onderzoek beoogt het effect van dit PMT programma te meten. Er zijn moeilijkheden rondom communicatie, sociale interactie en groepscohesie in het algemeen, hierdoor kunnen leerlingen zich onveilig voelen. Het onderzoek is gestart nadat was opgevallen dat er weinig groepscohesie heerst. Het doel is onderzoeken of het programma bijdrage levert op het verbeteren van de groepscohesie.

Groepscohesie is een belangrijk item binnen klassen en binnen groepstherapieën. Maar wat verstaat men onder groepscohesie? Als er wordt gesproken over groepscohesie in dit onderzoek dan wordt daarmee de mate waarin een groep cohesief is bedoeld. Stanley Schachter (1951) noemt cohesie het cement tussen groepsleden. Er is dus cohesie nodig om een groep bij elkaar te brengen en te houden. Er zijn twee soorten cohesie; interpersoonlijke cohesie en sociale attractie. Bij interpersoonlijke cohesie gaat het erom in welke mate de groepsleden elkaar mogen, maar het gaat ook om de persoon zelf. Bij sociale attractie voel je je aangetrokken tot een groep, zonder te kijken naar de andere individuen uit deze groep. De mate van groepscohesie kan dan omschreven worden als de mate waarin een groep aantrekkelijk is voor haar leden (Remmerswaal, 2006). Een goede cohesie ontstaat door directe interactie, het stellen van gezamenlijke doelen, waarden en normen en door de groepsstructuur (Wijsman, 2005). Om een groep te vormen en bij elkaar te houden, is cohesie dus erg belangrijk. Kinderen met autisme kunnen onder andere moeilijk hun gevoelens onderkennen en verwoorden (Mulders e.a., 1997). Dit houdt in dat ze moeite hebben in het contact met anderen, zoals eerder genoemd de interactie. Ze leven in een eigen wereld en kunnen zich moeilijk verplaatsen in de gedachten- en belevingswereld van anderen (Aerts, 2003). Er ontstaat geen groepscohesie wanneer ze uit contact blijven. PMT is geschikt om ingezet te worden om groepscohesie te verbeteren (Van Dam e.a., 2009). PMT hoopt bij te dragen aan het verbeteren van de interpersoonlijke cohesie en de sociale attractie, omdat PMT goed aan sluit bij de doelgroep en als middel om groepscohesie te verbeteren.

Aan de hand van het volgende model is er meer informatie verworven over verschillende fases die groepen doorlopen, iets dat van belang kan zijn binnen dit onderzoek. De bekende psychotherapeut, Baruch Levine, heeft een fasenmodel ontwikkeld. Levine (1982) vergelijkt de interactie van een (beginnende) groep met de spelfase die kinderen in het begin van hun

ontwikkeling meemaken. Nieuwe groepen (brugklas) vertonen dus ander gedrag in hun interactie ontwikkeling dan een ouderejaars klas. Dit model laat zien wat voor rol groepscohesie kan spelen en welke fases een groep doorloopt.

Het model van Levine is gebaseerd op een drietal stellingen over mensen en groepen:

- mensen mogen elkaar meer naar mate ze vaker met elkaar omgaan, er is dus sprake van positieve contactgroei tussen mensen als zij elkaar blijven zien (theorie van Homans, 1950).
- groepsvorming wordt beïnvloed door de mate waarin een therapeut er in slaagt om op gepaste wijze gezag en invloed van zichzelf aan de groepsleden over te dragen.
- de ontwikkeling van de groep loopt parallel aan die van individuen en deze ontwikkeling voltrekt zich van ongedifferentieerd naar gedifferentieerd.

Gedurende het onderzoek staat er een onderzoeksvraag centraal. Deze luidt dan ook:

“Welke bijdrage levert het PMT programma op het verbeteren van de groepscohesie aan de HAVO leerlingen met ASS problematiek in de onderbouw?”

Om de onderzoeksvraag te verduidelijken, gaat het theoretisch kader dieper in op de begrippen PMT, groepscohesie en ASS en worden er relaties gelegd tussen deze begrippen. Deze worden gedefinieerd vanuit de literatuur. De opzet, onderzoekspopulatie, meetinstrument en procedure worden beschreven met daarop volgend de resultaten van het onderzoek. In de conclusie wordt de onderzoeksvraag beantwoord, met tot slot kanttekeningen bij het onderzoek en aanbevelingen voor eventueel vervolgonderzoek.

2. Theoretisch kader

In dit theoretisch kader worden begrippen helder uitgewerkt omdat zij de basis vormen voor het onderzoek. Dit hoofdstuk beschrijft de drie begrippen PMT, groepscohesie en ASS.

2.1 PMT

Psychomotorische therapie wordt vaak afgekort tot PMT. PMT wordt door de NVPMT (Nederlandse Vereniging Psychomotorische Therapeuten) als volgt omschreven: “Het is een behandelvorm voor mensen met psychische problematiek, waarbij op methodische wijze gebruik gemaakt wordt van interventies gericht op de lichaamsbeleving en het bewegingsgedrag.” (beroepsprofiel NVPMT, 2009). PMT is een ervaringsgerichte therapie waarbij lichaams- en bewegingsgerichte oefeningen worden ingezet om de psychische en/of psychosociale problemen van de cliënt te verminderen of weg te nemen. Het begrip integreert de cognitieve, emotionele, sociale en fysieke aspecten. De therapie kan het denken, voelen en handelen van een cliënt positief beïnvloeden (Probst, Knapen, Poot & Vancampfort, 2010).

2.2 Groepscohesie en ASS

Wanneer mensen elkaar kennen, betrokken zijn met elkaar, praten over ‘wij’ en samen aan taken werken, is er sprake van samenhang of groepscohesie. Een gebrek aan groepscohesie blijkt als mensen elkaar afwijzen, niet bereid zijn om met elkaar om te gaan of samen te werken en veel mensen die zich uitsluitend op het eigen subgroep richten. Een goede cohesie ontstaat door directe interactie, het stellen van gezamenlijke doelen, waarden en normen en door de groepsstructuur (Wijsman, 2005). De behandeling in dit onderzoek wordt in groepsverband gehouden. Deneer (2001) noemt als voordelen dat het functioneren in een groep op zich al een oefening in sociale vaardigheden is. Hoewel sociale vaardigheden kunnen worden geleerd lijken sommigen mensen hier veel moeite mee te hebben. Door stoornissen, zoals autisme (ASS), kunnen vaardigheden die voor contact zorgen bij deze mensen tot een beperking leiden in het contact met andere mensen (Aarons & Gittens, 2000). De beperking in contact met andere mensen kan in een groep leiden tot een verminderde groepscohesie.

2.3 ASS en PMT

ASS staat voor Autisme Spectrum Stoornissen. ASS komt voor bij kinderen, adolescenten en bij volwassenen. De prevalentie van ASS binnen de algemene bevolking wordt geschat op bijna 1%. Onder de noemer ASS vallen verschillende stoornissen, bijvoorbeeld Klassiek Autisme, het syndroom van Asperger en PDD-NOS. Op gedragsniveau worden de stoornissen op hoofdlijnen gekenmerkt door beperkingen in de sociale interactie, beperkingen in de communicatie en stereotiepe of rigide patronen in gedrag en belangstellingen (Bosma, van Zanten & Sonneborn, 2014). Deze mensen hebben vooral moeite met het sociale begrip en de sociale intuïtie. Dat maakt hen vaak onzeker en angstig en deze angst wordt vaak ingetoomd doordat ze zich vasthouden aan bekende regels en patronen. Op de website van psychomotoriek staat de volgende informatie rondom PMT, kinderen en ASS geschreven: “Psychomotorische therapie is een effectieve behandelvorm bij kinderen en adolescenten met ASS. Kinderen en adolescenten die vastlopen in hun sociaal-emotionele ontwikkeling hebben vaak meer baat bij een ervaringsgerichte doe-therapie dan aan een praat sessie. Het ervaren van de (positieve) effecten van nieuw gedrag in het contact met anderen brengt het veranderingsproces tot stand. PMT wordt geschikt geacht voor kinderen met ASS, PDD-NOS en Asperger”. Uit onderzoek van Eussen en Franck (2011) blijkt dat jongeren met ASS voornamelijk structuur, veiligheid, duidelijkheid en begrip nodig hebben om problemen te voorkomen. De sociale vaardigheden van deze doelgroep dienen verbeterd te worden wat door middel van PMT kan gebeuren (Neef, Vet & Serra, 2010).

3. Methode

Er wordt gebruik gemaakt van een toetsend kwantitatief longitudinaal (prospectief) onderzoek. Hierbij onderzoek je het effect van een bepaalde interventie of maatregel van in dit geval twee meetmomenten waarvan de uitkomst van het onderzoek nog moet optreden en het gaat over de ervaringen van de proefpersonen (Bakker & Van Buuren, 2009).

Het gebruikte meetinstrument is de vragenlijst Klimaatschaal die verderop in dit hoofdstuk wordt uitgelegd. De leerlingen uit de drie klassen die hebben deelgenomen, hebben in week 1 van het aangeboden PMT programma de vragenlijst ingevuld. Dit moment wordt de voormeting genoemd. In week 5 van het aangeboden PMT programma hebben deze zelfde leerlingen de vragenlijst nog een keer ingevuld, dit wordt in het onderzoek de nameting genoemd. De vragenlijst bestaat uit 16 vragen.

Zoals eerder vermeld is de verbetering van groepscohesie gemeten aan de hand van een PMT programma vijf weken lang. Dit programma werd klassikaal aangeboden aan drie klassen in de onderbouw. De volgende thema's zijn in deze vijf weken aan bod gekomen: vertrouwen, communicatie, sociale interactie, emoties en assertiviteit. Deze thema's zijn bewust gekozen, omdat de leerlingen met ASS problemen laten zien rondom deze thema's. Daarnaast worden door het Rots en Water Instituut Nederland dezelfde thema's behandeld in hun trainingen. Er is belang vanuit de school dat de groepscohesie wordt verbeterd aan de hand van een PMT programma rondom de vijf genoemde thema's. Het zorgteam heeft voor deze thema's gekozen naar aanleiding van wat hun op viel binnen de school. Dit is tot stand gekomen na klachten van leerkrachten die de klassensituaties in deze drie deelnemende klassen als onprettig en negatief ervaarden.

Naast het PMT programma aan deze drie klassen werd aan een aantal van de deelnemende leerlingen van het PMT programma individueel PMT gegeven. In totaal kregen 16 leerlingen PMT naast deze groepsactiviteiten voor het onderzoek. Deze leerlingen zitten verspreid over de drie deelnemende klassen.

Door middel van activiteiten van T.J.H. Kamevaar (gecertificeerd Rots en Water-trainer voor jongeren met ASS) en met gebruikmaking van het weerbaarheidstraining draaiboek van M. Wibier is er een programma opgezet met activiteiten die volgens Kamevaar (2014) en Wibier (2012) onder andere in relatie staan met het verbeteren van deze vijf thema's. De activiteiten zijn door hen uitgevoerd bij kinderen met ASS. Er is gekozen voor activiteiten uit een Rots en Water training, omdat is gebleken dat Rots en Water een toegevoegde waarde is aan onderwijs en therapie voor kinderen met ASS. Onderstaand het volgende citaat over Rots en Water: "Rots en Water heeft als doel het verbeteren van zelfbeheersing, zelfreflectie, zelfvertrouwen en communicatieve en sociale vaardigheden. Rots en Water maakt gebruik van een psychofysieke didactiek, wat inhoudt dat startend vanuit een fysieke invalshoek, mentale en sociale vaardigheden worden aangereikt en verworven. Assertiviteit en weerbaarheid zijn vaardigheden die nodig zijn om je als jongere staande te houden binnen de samenleving". (Rots en Water Nederland-Gadaku Institute, 2013).

In de bijlagen zijn de activiteiten weergegeven die in de genoemde vijf weken zijn aangeboden.

Onderzoekspopulatie

Het onderzoek is gebaseerd op de leerlingen van de Tinne. Het onderzoek naar groepscohesie zal gaan over de onderbouw. Hiervoor is gekozen omdat de bovenbouw midden in hun examens zat en de populatie met meer klassen te groot werd. Het onderzoek is daarom gehouden in de klassen H1A, H2A en H2B. Alle leerlingen uit deze klassen namen deel aan het onderzoek.

In klas H1A zitten 11 leerlingen in de leeftijd tussen de 12 en 13 jaar oud. 11 hiervan zijn jongens en 0 hiervan zijn meisjes.

In klas H2A zitten 10 leerlingen in de leeftijd tussen de 13 en 15 jaar oud. 10 hiervan zijn jongens en 0 hiervan zijn meisjes.

In klas H2B zitten 11 leerlingen in de leeftijd tussen de 13 en 15 jaar oud. 9 hiervan zijn jongens en 2 hiervan zijn meisjes.

Meetinstrument

Groepscohesie is lastig te meten. Er wordt bij dit onderzoek gebruik gemaakt van de vragenlijst Klimaatschaal die bestaat uit een vragenlijst voor leerlingen en een voor leerkrachten (Donkers & Vermulst, 2011). Dit is een hulpmiddel om in het algemeen het pedagogisch klimaat in een klas te meten. Leerlingen en leerkrachten kunnen hierin aangeven welk klimaat er in hun klas heerst. Er zijn vier begrippen ontwikkeld waarmee het pedagogisch klimaat in een groep of klas adequaat kan worden vastgesteld: kwaliteit onderlinge leerling relaties, sfeer in de klas, orde in de klas en kwaliteit interactie leerkracht – leerling. De twee versies verschillen natuurlijk van elkaar.

Er wordt dus gebruik gemaakt van bestaande instrumenten. De antwoordmogelijkheden in de Klimaatschaal zijn:

Score	Betekenis
1	Komt nooit of bijna nooit voor
2	Komt soms voor
3	Komt regelmatig voor
4	Komt vaak voor

Het instrument is een genormeerd instrument en geschikt voor de hogere groepen van het (speciaal) basisonderwijs, het speciaal onderwijs, het gehele V(MB)O en het MBO (Handleiding Klimaatschaal, 2014). Bij de uitkomsten van de leerlingen zullen de antwoorden van de voor- en nameting met elkaar vergeleken worden per klas. De antwoorden van de leerkrachten zullen ook vergeleken worden. Dit zal aangeven of het klimaat en de groepscohesie in de klas is verbeterd, hetzelfde is gebleven of wellicht achteruit is gegaan.

Procedure

De vragenlijst Klimaatschaal (Donkers & Vermulst, 2011) werd begin maart ingevuld door de drie leerkrachten van de drie deelnemende onderzoeksklassen. Dit was in week 1 van het PMT programma van de drie klassen. De resultaten hiervan zijn te vinden in het volgende hoofdstuk. De vragenlijst betreft vragen die te maken hebben met de groepscohesie in de klas. Vervolgens hebben de drie klassen onafhankelijk van elkaar vijf opeenvolgende weken groepsPMT gehad, gericht op het versterken en het verbeteren van de groepscohesie. Na deze vijf weken kregen dezelfde leerkrachten weer dezelfde vragenlijst om in te vullen. Dit was in week 5. Ook de leerlingen uit deze drie klassen kregen begin maart de leerlingenversie van de vragenlijst Klimaatschaal. En na vijf weken, tijdens de nameting, dezelfde. De resultaten zijn verwerkt en er is onderzocht of er verbetering is opgetreden.

Dataverwerking

De gegevens van de scores op de vragenlijsten zijn ingevoerd in SPSS. Dit staat oorspronkelijk voor Statistical Package for the Social Sciences (Grotenhuis & Matthijssen, 2011). Met behulp van het boek Basiscursus SPSS zijn de resultaten van de vragenlijst Klimaatschaal verwerkt in grafieken. De grafieken tonen aan wat de leerlingen per klas per vraag gescoord hebben. Dit is aangegeven in aantallen van de leerlingen en in percentages. Het aantal leerlingen dat per staaf vermeld wordt is het aantal per klas. Het percentage dat gegeven wordt is het percentage gemeten over de drie klassen bij elkaar. Dit is te vinden op de staafdiagrammen in de grafieken in de bijlagen.

4. Resultaten

In week 1 hebben alle leerlingen van de drie onderzoeksklassen en de drie leerkrachten van de onderzoeksklassen de Klimaatschaal vragenlijst ingevuld. In dit hoofdstuk worden de opvallendste resultaten hiervan weergegeven. De grafieken met bijbehorende scores (zowel de voor- als nametingen) kunt u vinden in de bijlagen. Elke grafiek heeft hetzelfde getal als de vraag in de vragenlijst (grafiek 1 gaat over vraag 1 in de vragenlijst enzovoort). Om het hoofdstuk niet te lang te maken is er gekozen een aantal vragen uit de vragenlijst er uit te pakken om de resultaten te bekijken. Er is gekozen voor de twee vragen waar over het algemeen in de drie klassen de grootste verschillen zitten tussen de voormeting en nameting. Dit kan zijn dat een vraag tijdens de voormeting erg negatief is ingevuld en tijdens de nameting, dus na het PMT aanbod, positiever.

In onderstaande tabel wordt weergegeven hoeveel leerlingen uit welke klas er deelnamen aan de les groepsPMT. Uit H2B heeft één leerling een doktersverklaring om niet mee te doen, hierdoor waren zij met 10 leerlingen in plaats van het officiële aantal 11. Er zijn gedurende het onderzoek geen deelnemers uitgevallen, wel was er een aantal keer een zieke waardoor de groep niet compleet was.

	H1	H2A	H2B
Week 1	11	10	10
Week 2	10	9	9
Week 3	11	10	10
Week 4	11	8	10
Week 5	9	9	10

Tabel 1. Aantal deelnemende leerlingen per week, per klas

4.1 Resultaten leerlingen

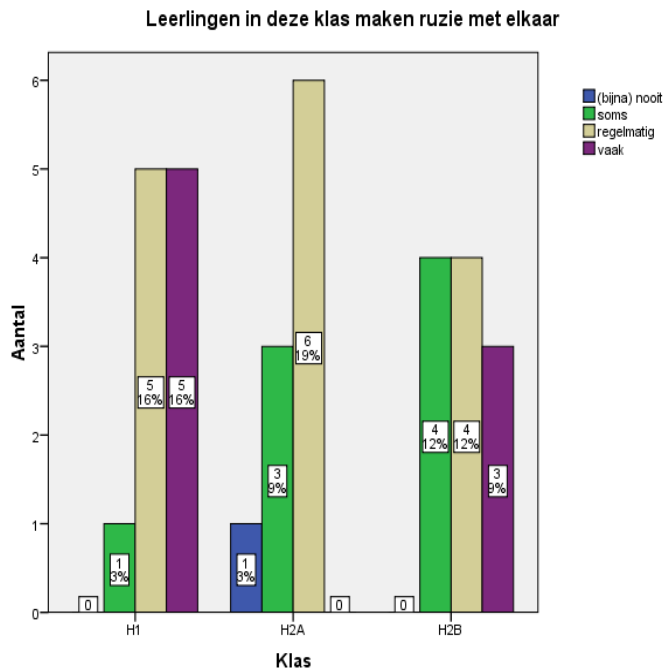
Er is bewust gekozen de gemiddelden niet weer te geven, omdat deze over alle uitkomsten tijdens de voor- en nameting soms of *regelmatig* aan gaven. Hierdoor is gekozen voor het weergeven van de antwoorden per vraag, dit geeft een realistischer beeld van alle uitkomsten in de voor- en nametingen.

Na het aanbieden van het PMT programma is er een nameting gedaan om te zien of er verbetering zichtbaar is rondom de gegeven antwoorden van de vragenlijst. Op de volgende pagina vindt u naast elkaar de grafieken tijdens de voor- en nameting van de stelling: 'Leerlingen in deze klas maken ruzie met elkaar' en de stelling: 'Er zijn leerlingen die elkaar wel eens slaan of schoppen'. De resultaten van de overige vragen zijn opgenomen in de bijlagen.

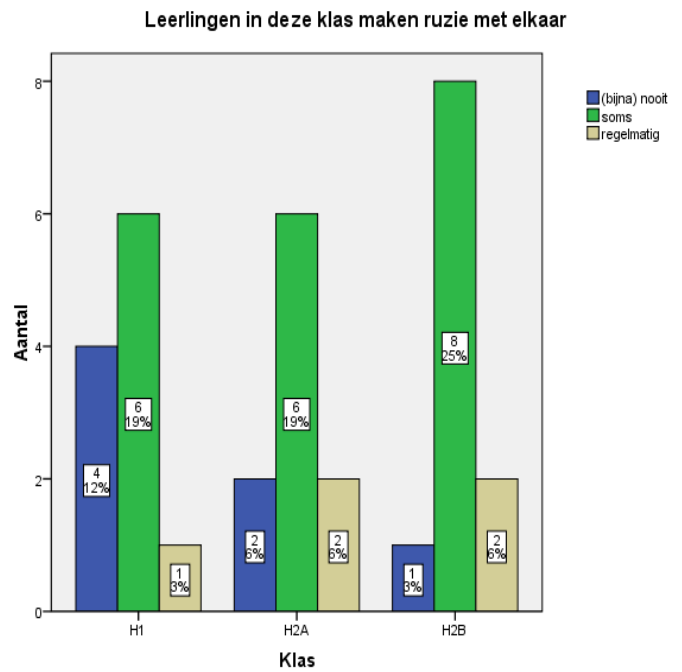
Elke grafiek heeft een titel. Deze titel is de stelling uit de vragenlijst. Elke staaf bevat een getal, dit getal is het aantal leerlingen dat een bepaald antwoord heeft gegeven. De keuzemogelijkheden van de antwoorden en de bijbehorende kleur van de staaf staan aan de rechterkant in de legenda. In elke grafiek worden de antwoorden van de drie klassen gegeven. Per klas kun je dus maximaal 4 staven per grafiek hebben. Wanneer een keuzemogelijkheid in een klas niet gebruikt is, komt er onder aan de grafiek een 0 te staan. Wanneer een keuzemogelijkheid door alle drie de klassen niet gebruikt is, wordt de staaf helemaal weg gelaten, ook uit de legenda.

Onderstaand de volgende resultaten van de vraag: Leerlingen in deze klas maken ruzie met elkaar.

Voormeting



Nameting



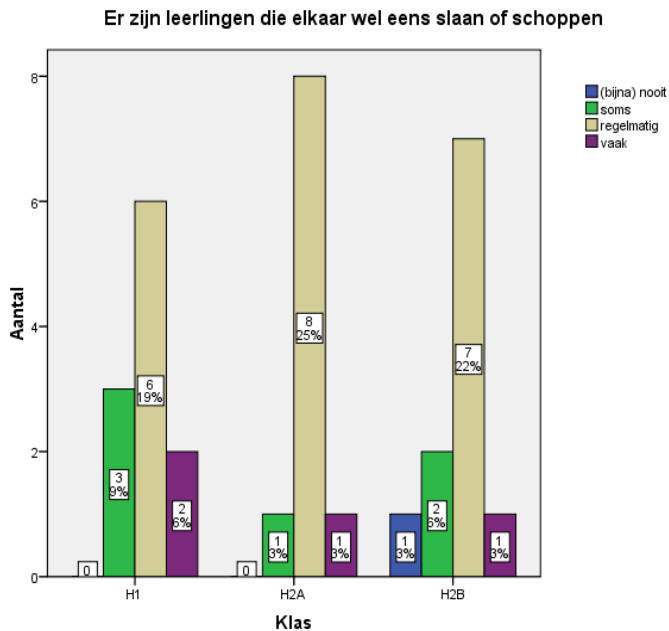
Voor- en nameting van vraag 2 uit de vragenlijst Klimaatschaal voor leerlingen: Leerlingen in deze klas maken ruzie met elkaar

Bovenstaande grafiek, grafiek 2 uit de bijlagen, laat zien in welke mate leerlingen aangeven ruzie met elkaar te hebben. De linker grafiek is week 1 (de voormeting) en de rechter grafiek is week 5 (de nameting). In klas H1 geven 5 van de 11 leerlingen tijdens de voormeting in week 1 aan dat leerlingen *regelmatig* ruzie met elkaar hebben. Ook geven 5 leerlingen uit H1 aan dat er *vaak* ruzie in de klas is. In klas H2A geven 6 van de 10 leerlingen aan dat er *regelmatig* ruzie is in de klas. In klas H2B geven 4 van de 11 leerlingen tijdens de voormeting aan dat er *regelmatig* ruzie is en 3 dat er *vaak* ruzie in de klas is.

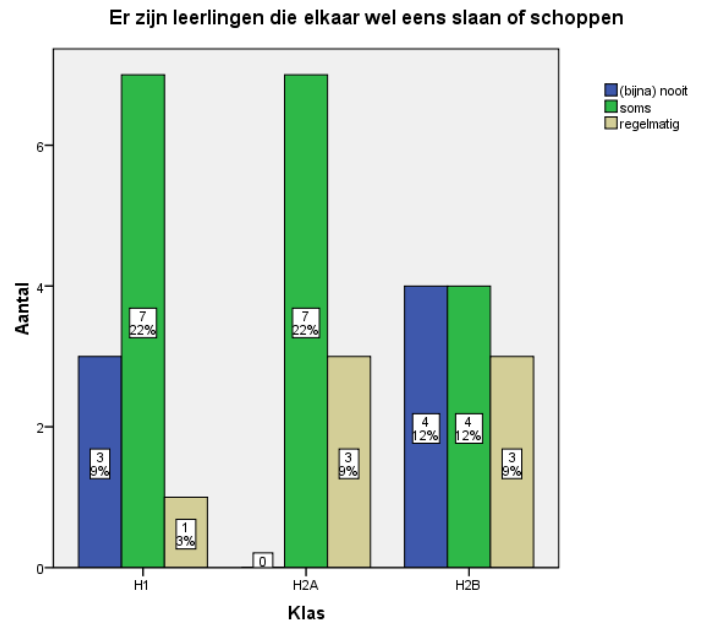
In de rechter grafiek over dezelfde vraag blijkt tijdens de nameting het volgende. In klas H1 geven tijdens de nameting 4 leerlingen aan dat er *(bijna) nooit* meer ruzie is. Tijdens de voormeting gaf uit deze klas niemand dit aan. 6 van de 11 leerlingen gaven aan dat er *soms* nog ruzie is. Ook in H2A geeft tijdens de nameting 6 van de 10 leerlingen aan dat er nog maar *soms* ruzie is, terwijl tijdens de voormeting meer dan de helft aan gaf dat dit *regelmatig* gebeurde. In H2B is er niemand meer die *vaak* aangeeft, 8 van de 11 leerlingen geven aan dat dit *soms* nog gebeurt.

De onderstaande grafieken laten het verschil zien tussen de voor- en nameting van de scores over de vraag: Er zijn leerlingen die elkaar wel eens slaan of schoppen.

Voormeting



Nameting



Voor- en nameting van vraag 10 uit de vragenlijst Klimaschaal voor leerlingen: Er zijn leerlingen die elkaar wel eens slaan of schoppen

In bovenstaande grafiek, grafiek 10 uit de bijlagen, is weergegeven hoe vaak leerlingen elkaar wel eens slaan of schoppen. De linker grafiek geeft de voormeting in week 1 weer en de rechter grafiek de nameting in week 5. In klas H1 geven 6 van de 11 leerlingen aan dat er *regelmatig* geslagen of geschopt wordt. 2 leerlingen geven aan dat dit *vaak* gebeurt. In klas H2A geven 8 van de 10 leerlingen tijdens de voormeting aan dat er *regelmatig* geslagen of geschopt wordt. 1 leerling beantwoordt deze vraag met *soms* en 1 leerling met *vaak*. In klas H2B geven 7 van de 11 leerlingen aan dat er *regelmatig* geschopt en geslagen wordt en 1 leerling *vaak*. Echter is er ook een leerling die aangeeft dat dit *(bijna) nooit* gebeurt.

De nameting grafiek aan de rechterkant toont aan dat 7 van de 11 leerlingen in H1 aangeven dat er *soms* nog geslagen of geschopt wordt en 3 aangeven *(bijna) nooit*. In H2A zit het grootste verschil in *regelmatig* en *soms*. Bij de eerste meting gaf het merendeel aan dat dit *regelmatig* gebeurde, bij de nameting geven 7 leerlingen van de 10 leerlingen aan dat het *soms* nog gebeurt. In H2B geven 4 leerlingen aan *(bijna) nooit*, 4 leerlingen geven aan *soms* en 3 leerlingen geven aan *regelmatig*.

4.2 Overige resultaten leerlingen

Hieronder volgt in het kort wat de resultaten van de overige vragen zijn. De grafieken zullen hier niet worden weergegeven, deze worden weergegeven in de bijlagen.

In de nameting van de leerlingen uit H1 en H2B komt naar voren dat meer leerlingen de klas nu *regelmatig* of *vaak* leuker vinden. In H2A wordt op deze zelfde nameting veel gescoord op *soms* of *regelmatig*. Op de vraag: bij moeilijkheden word ik door klasgenoten geholpen, antwoordden in H1 tijdens de voormeting 2 leerlingen *(bijna) nooit*, 7 leerlingen *soms* en 2 leerlingen *regelmatig*.

Tijdens de nameting waren de antwoorden van 6 leerlingen *soms* en 5 leerlingen *regelmatig*. Van de 32 leerlingen die in totaal de vragenlijst hebben ingevuld, antwoordden 31 leerlingen tijdens de nameting (*bijna*) *nooit* op de vraag of ze wel eens buiten school lastig worden gevallen door klasgenoten. In de voormeting van de vraag: Er zijn leerlingen in deze klas die elkaar uitschelden, werd er door bijna iedereen *regelmatig* of *vaak* ingevuld. In de nameting was dit vooral *soms* en *regelmatig* en een aantal (*bijna*) *nooit*. De volgende twee vragen, de vragen over het pesten en roddelen, werd tijdens de nameting door alle klassen beantwoord met (*bijna*) *nooit* en *soms*. Dit terwijl bij de voormeting ook geregeld *regelmatig* werd geantwoord. Op de vraag: ik vind de leerlingen in mijn klas aardig, werd tijdens de voormeting geen één keer *vaak* ingevuld, tijdens de nameting werd dit maar liefst negen keer ingevuld. In H1 werd tijdens de voormeting op de vraag: in deze klas word je uitgelachen als je een verkeerde vraag stelt, negen keer *soms* geantwoord, één keer (*bijna*) *nooit* en een keer *regelmatig*. Tijdens de nameting was dit vier keer (*bijna*) *nooit*, zes keer *soms* en een keer *regelmatig*. In H2A was dit tijdens de voormeting zeven keer *soms* en drie keer *regelmatig*. Tijdens de nameting is dit beantwoord met vier keer (*bijna*) *nooit*, vier keer *soms* en twee keer *regelmatig*. Tijdens de voormeting was dit in H2B een keer (*bijna*) *nooit*, zeven keer *soms* en drie keer *regelmatig*. In deze klas was dit bij de nameting twee keer (*bijna*) *nooit*, nog steeds zeven keer *soms* en twee keer *regelmatig*.

4.3 Resultaten leerkrachten

De drie leerkrachten van H1, H2A en H2B hebben de leerkrachtversie van de Klimaatschaal ingevuld. Net als de leerlingen twee keer, een voor- en nameting. Onderstaand de resultaten.

Wanneer het resultaat vooruit is gegaan zal dit aangegeven worden met de kleur **groen**.

Wanneer het resultaat gelijk is gebleven zal dit aangegeven worden met de kleur **rood**.

Keuzemogelijkheden zijn ook hier: (bijna) nooit, soms, regelmatig of vaak

Leerkracht klas H1	Voormeting	Nameting
1. De leerlingen vinden mijn klas leuk	Soms	Regelmatig
2. Leerlingen maken ruzie met elkaar	Regelmatig	Soms
3. Leerlingen kunnen goed met elkaar opschieten	Soms	Soms
4. Leerlingen maken spullen van anderen kapot	(bijna) nooit	(bijna) nooit
5. Bij moeilijkheden helpen ze elkaar	(bijna) nooit	Soms
6. Leerlingen vallen elkaar buiten school lastig	(bijna) nooit	(bijna) nooit
7. Leerlingen schelden elkaar uit	Regelmatig	Soms
8. Leerlingen worden gepest	Regelmatig	Soms
9. Leerlingen roddelen over elkaar	Soms	Soms
10. Leerlingen slaan of schoppen elkaar wel eens	Regelmatig	(bijna) nooit
11. Leerlingen voelen zich op hun gemak in de klas	(bijna) nooit	Regelmatig
12. Leerlingen hebben het gevoel bij de groep te horen	Soms	Soms
13. Leerlingen kunnen goed samenwerken aan opdrachten	Soms	Soms
14. Leerlingen vinden elkaar aardig	Soms	Regelmatig
15. Leerlingen worden uitgelachen	Regelmatig	(bijna) nooit
16. Leerlingen hebben geen aansluiting bij de groep	Regelmatig	Soms

Tabel 2. Resultaten vragenlijst leerkracht H1

Leerkracht klas H2A	Voormeting	Nameting
1. De leerlingen vinden mijn klas leuk	Soms	Regelmatig
2. Leerlingen maken ruzie met elkaar	Regelmatig	Soms
3. Leerlingen kunnen goed met elkaar opschieten	Soms	Regelmatig
4. Leerlingen maken spullen van anderen kapot	(bijna) nooit	(bijna) nooit
5. Bij moeilijkheden helpen ze elkaar	Soms	Soms
6. Leerlingen vallen elkaar buiten school lastig	(bijna) nooit	(bijna) nooit
7. Leerlingen schelden elkaar uit	Regelmatig	Soms
8. Leerlingen worden gepest	Soms	(bijna) nooit
9. Leerlingen roddelen over elkaar	Soms	Soms
10. Leerlingen slaan of schoppen elkaar wel eens	Regelmatig	Soms
11. Leerlingen voelen zich op hun gemak in de klas	Soms	Regelmatig
12. Leerlingen hebben het gevoel bij de groep te horen	Soms	Soms
13. Leerlingen kunnen goed samenwerken aan opdrachten	Soms	Regelmatig
14. Leerlingen vinden elkaar aardig	Soms	Regelmatig
15. Leerlingen worden uitgelachen	Soms	(bijna) nooit
16. Leerlingen hebben geen aansluiting bij de groep	Soms	Soms

Tabel 3. Resultaten vragenlijst leerkracht H2A

Leerkracht klas H2B	Voormeting	Nameting
1. De leerlingen vinden mijn klas leuk	Soms	Regelmatig
2. Leerlingen maken ruzie met elkaar	Vaak	Soms
3. Leerlingen kunnen goed met elkaar opschieten	(bijna) nooit	Soms
4. Leerlingen maken spullen van anderen kapot	Soms	(bijna) nooit
5. Bij moeilijkheden helpen ze elkaar	(bijna) nooit	Soms
6. Leerlingen vallen elkaar buiten school lastig	(bijna) nooit	(bijna) nooit
7. Leerlingen schelden elkaar uit	Regelmatig	Soms
8. Leerlingen worden gepest	Regelmatig	Soms
9. Leerlingen roddelen over elkaar	Soms	Soms
10. Leerlingen slaan of schoppen elkaar wel eens	Regelmatig	Soms
11. Leerlingen voelen zich op hun gemak in de klas	Soms	Soms
12. Leerlingen hebben het gevoel bij de groep te horen	(bijna) nooit	Soms
13. Leerlingen kunnen goed samenwerken aan opdrachten	(bijna) nooit	Regelmatig
14. Leerlingen vinden elkaar aardig	Soms	Regelmatig
15. Leerlingen worden uitgelachen	Soms	(bijna) nooit
16. Leerlingen hebben geen aansluiting bij de groep	Soms	Soms

Tabel 4. Resultaten vragenlijst leerkracht H2B

In H1 is bij de volgende drie stellingen een groot verschil te zien: “Er zijn leerlingen die elkaar wel eens slaan of schoppen”, “Leerlingen voelen zich in jouw groep op hun gemak” en “Als een leerling in mijn klas een verkeerde vraag stelt dan wordt die vaak uitgelachen.”

In H2A zijn er volgens de leerkracht een aantal stellingen tijdens de voor- en nameting hetzelfde gebleven en zijn er stellingen verbeterd. De twee stellingen waar door de leerlingen het minst op gescoord werd (ruzie maken en slaan/schoppen), zijn in H2A wel zichtbaar verbeterd in de vragenlijst van de leerkracht. In H2B is de stelling over ruzie maken van vaak naar soms gegaan. Ook het goed kunnen samenwerken aan opdrachten heeft in deze klas vooruitgang geboekt.

5. Conclusie

In dit hoofdstuk worden conclusies getrokken naar aanleiding van de resultaten. Als eerst wordt er gekeken naar de ingevulde vragenlijsten van de leerkrachten en vervolgens de uitkomsten van de vragen van de leerlingen. De conclusie wordt afgesloten met het beantwoorden van de onderzoeksvraag.

Geruime tijd voordat het onderzoek begon zijn er verschillende observaties gedaan naar de klassen. Waar ligt het probleem precies? Hoe kan PMT hier invloed op hebben? Hoeveel leerlingen hebben last van de minder fijne sfeer in de klas? Tijdens de lessen die werden gegeven door vakdocenten kwam steeds vaker naar voren dat er een negatieve sfeer in de klas hing. Er was geen 'cement' tussen de leerlingen, er was geen groepscohesie.

Wanneer je de tabel van de leerkrachten bekijkt, blijkt dat volgens hen in alle drie de klassen verbetering is opgetreden. Bij een aantal stellingen waren weinig moeilijkheden volgens de leerkrachten, zoals: Leerlingen maken spullen van anderen kapot en Leerlingen vallen elkaar buiten school lastig. Op beide vragen werd *(bijna)* nooit geantwoord. Uit de drie tabellen kan gezegd worden dat er in de klassen minder ruzie is, minder leerlingen elkaar uitschelden, minder gepest wordt, minder leerlingen elkaar slaan of schoppen en ze lachen elkaar niet meer uit wanneer er een vraag wordt gesteld. Volgens de literatuur van Levine (1982), ter sprake gekomen in de inleiding, is er sprake van positieve contactgroei tussen mensen als zij elkaar vaker zien en naar mate ze vaker met elkaar omgaan. Dit zou betekenen dat er in de tweedejaars klassen meer contactgroei zou plaatsvinden, aangezien zij elkaar al twee jaar zien. Volgens de scores tijdens de nameting in de grafieken laten de tweedejaars klassen over het algemeen meer vooruitgang zien ten opzichte van de brugklas. Dit houdt in dat dit overeenkomt met de gevonden literatuur.

Probst, Knapen, Poot & Vancampfort (2010) schreven in hun artikel dat PMT het denken, voelen en handelen van cliënten positief kan beïnvloeden. Na het vergelijken van de resultaten van de leerlingen zou gezegd kunnen worden dat vooral hun denken en handelen verbeterd is. De vragen gericht op denken en handelen (bv. er zijn leerlingen die elkaar wel eens slaan of schoppen) zijn positiever beantwoord tijdens de nameting. Het PMT aanbod was dan ook meer gericht op het denken en handelen, dit is te zien aan de aangeboden activiteiten. Voelen kwam hierin bijna niet naar voren. Ook Deneer (2001) uitte zich over de voordelen van het oefenen van sociale vaardigheden binnen een groep. De leerkrachten gaven in een mondeling gesprek aan meer contact te zien tussen leerlingen binnen de klas. Bij moeilijkheden, maar ook wanneer er een fijne sfeer in de klas hangt.

Door de gemeten resultaten van dit onderzoek zal er antwoord gegeven worden op de volgende hoofdvraag:

"Welke bijdrage levert het PMT programma op het verbeteren van de groepscohesie aan de HAVO leerlingen met ASS problematiek in de onderbouw?"

Gedurende de vijf weken is gekeken hoe de leerlingen reageerden op het PMT programma. De effectiviteit die gemeten is heeft vooral te maken met de scores die zijn ingevuld tijdens de voor- en nameting. De aangeboden activiteiten blijken effectief te zijn geweest. Na het vergelijken van de antwoorden van de voor- en nameting van de leerlingen en leerkrachten kan hiermee aangetoond worden dat PMT een positieve bijdrage heeft geleverd op het verbeteren van de groepscohesie in de onderbouw van de Tinne. De resultaten en de grafieken laten op alle vragen

verbetering zien. Ook de leerkrachten hebben de vragenlijst tijdens de nameting positiever ingevuld.

6. Discussie

Naar aanleiding van het onderzoek naar groepscohesie zijn er kanttekeningen te plaatsen. In dit hoofdstuk wordt beschreven wat de mogelijke tekortkomingen zijn binnen het onderzoek.

In de eerste plaats is dat de term groepscohesie. Groepscohesie is lastig te meten. Hoe meet je immers wanneer een groep vooruit is gegaan in bijvoorbeeld de omgang met elkaar. Het invullen van de vragenlijst kan afhangen van gebeurtenissen die hebben gespeeld. Misschien heeft een leerling die ochtend ruzie gehad met een klasgenoot en vult hij de vragenlijst negatiever in dan het over het algemeen is.

Een periode van vijf weken is erg kort. De eerste week wordt al in beslag genomen door het kennis maken met de leerlingen en wat PMT voor hen inhoudt. Veel leerlingen die geen PMT volgen hebben een vertekend beeld van wat PMT is, "een uur lekker de les uit en sporten in de gymzaal!". Om dit beeld te veranderen kun je in de eerste week misschien minder bereiken dan je hoopt. Op het moment dat alle leerlingen het begrijpen, het nut er van inzien en zich elke week er op kunnen concentreren zijn de vijf weken voorbij. Op de site van het Rots en Water Instituut Nederland, waar ze dezelfde thema's behandelen als in dit onderzoek, wordt aangegeven dat hun trainingen tussen de 8 en 12 keer plaatsvinden. Dit is dus twee keer het aantal dat in het onderzoek heeft plaatsgevonden.

De vragenlijst Klimaatschaal heeft de volgende vier antwoordmogelijkheden, hierdoor word je 'gedwongen' een keuze te maken tussen een positief of negatief antwoord, er is geen middencategorie:

Score	Betekenis
1	Komt nooit of bijna nooit voor
2	Komt soms voor
3	Komt regelmatig voor
4	Komt vaak voor

Ook het weergeven van gemiddelden wordt in andere studies wel gebruikt, maar dan met het omzetten van bovenstaande 4 scores naar normgroepen, normtabellen en normscores. Zo krijg je een indeling in zeven klassen (septielen) die een bepaald aantal percentage van de scores bevatten. De gemiddelden kunnen dan specifiekere worden weergegeven.

Daarnaast is het mogelijk dat de groepscohesie niet alleen door het aanbieden van PMT is verbeterd, maar ook door vakken of opdrachten binnen de lessen. Zo hebben de leerlingen het vak levensvaardigheden, waarbij zij ook werken aan samenwerkingsopdrachten.

In de loop van het onderzoek zijn er meer leerlingen die individueel of in groepsverband PMT hebben gekregen. Tijdens de voormeting waren dit 9 leerlingen verspreid over de drie klassen. Aan het einde van het onderzoek waren dit al 16 leerlingen. Het is niet duidelijk of dit de resultaten bij de nameting heeft beïnvloed. Er was in dit onderzoek geen controlegroep, dit zou betrouwbaardere resultaten kunnen opleveren.

7. Aanbevelingen

Naar aanleiding van het positieve resultaat ten behoeve van het verbeteren van de groepscohesie kan er aangenomen worden dat dit een goede manier is om de cohesie te verbeteren. De verbetering is duidelijk zichtbaar. Het is jammer dat dit alleen aangeboden kan worden wanneer er stagiaires op de school aanwezig zijn. Wellicht is het een idee om dit ook tijdens Bewegingsonderwijs lessen aan te bieden.

De doelstelling van het onderzoek was onderzoeken of het programma effect heeft op de groepscohesie. Zoals dit al meerdere malen is aangegeven, kan er gezegd worden dat dit inderdaad effect heeft gehad. De moeilijkheden en problemen rondom de vijf thema's (vertrouwen, communicatie, sociale interactie, emoties, assertiviteit/samenwerking), zijn hoor- en zichtbaar verminderd.

De aangeboden activiteiten waren in dit onderzoek gericht op leerlingen met ASS in de leeftijd van de onderbouw van een middelbare school (± 12 t/m 15 jaar). Ze zijn prikkelarm gemaakt, zodat het voor deze leerlingen makkelijker was. De activiteiten zouden ook op het reguliere onderwijs aangeboden kunnen worden wanneer er problemen zijn in of met een van de aangeboden thema's. Misschien met enige aanpassing aan de activiteiten.

Er is nog geen verklaring gevonden waarom er verbetering zichtbaar is binnen een periode van 5 weken, terwijl een aanbod meestal gericht is op het aanbieden van PMT tussen de 8 en 12 weken. Dit zou in een vervolgonderzoek onderzocht kunnen worden.

De vragenlijsten hebben zeker geholpen bij het meten van het verbeteren van de groepscohesie, maar zoals in de discussie te lezen, kunnen er factoren zijn waardoor er vraagtekens gezet kunnen worden bij de betrouwbaarheid (vier antwoordmogelijkheden, leerling vult het negatief in omdat zijn humeur slecht is). Voor een vervolgonderzoek zou dan ook een andere methode worden geadviseerd om het resultaat te meten.

Literatuurlijst

Boeken en artikelen

- Aarons, M., & Gittens, T. (2000). *Autisme: werkboek sociale vaardigheden*. Leuven België: Acco Academisch Coöperatief c.v.
- Aerts, C. (2003). Diagnostiek en begeleiding van volwassen patiënten met autisme of verwante stoornis. *Psychopraxis*, 5(6), 211-215. DOI: 10.1007/BF03072120
- Bakker E., & Van Buuren, H. (2009). *Onderzoek in de gezondheidszorg*. Groningen/Houten: Noordhoff Uitgevers BV.
- Bosma, M., Zanten, J. van., & Sonneborn, C. (2014). *ASS en verslaving*, 10(1), 37-50. DOI: 10.1007/s12501-014-0005-7
- Dam, A. van., Tilburg, C.A. van., Steenkist, P., & Buisman, M. (2009). *Niet meer door het lint: Groepsbehandeling*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Donkers, A., & Vermulst, A.A. (2011). Klimaatschaal. Meetinstrument voor het vaststellen van het klimaat in de klas voor de bovenbouw van het basisonderwijs, het voortgezet onderwijs en het middelbaar onderwijs. Oss/Uden.
- Eussen, F. & Franck, M. (2011). 'Van het PO naar het VMBO met een autisme spectrum stoornis'. Fontys Hogescholen speciale onderwijszorg.
- Grotenhuis, M. te., & Matthijssen, A. (2011). *Basiscursus SPSS versie 18-19*. Assen: Van Gorcum.
- Hoijtink, T.A.E. (1950). *Cohesieve krachten in groepen*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Levine, B., Witte, H. de., Hallowitz, E. & Bleeker, J.A.C. (1982). *Groepspsychotherapie: praktijk en ontwikkeling*. Deventer: Van Loghum Slaterus.
- Mulders, M.A.H., Hansen, M.A.T., & Roosen, C.J.A. (1997). *Autisme: aanpassen en veranderen. Handboek voor de ambulante praktijk*. Assen: Van Gorcum.
- Neef, M., Vet, L. & Serra, M. (2010), 'Sociale vaardigheidstraining voor jongeren met een autismespectrumstoornis: een onderzoek naar de effecten. Het verbeteren van de omgang met anderen is van groot belang voor het welzijn en het functioneren', in: '*Kind en adolescent praktijk*', jaargang 9, 2 58-66.
- Probst, M., Knapen, J., Poot, G. & Vancampfort, D. (2010). Psychomotor Therapy and Psychiatry: What's in a Name? *The open Complementary Medicine Journal*, 2, 105-113.
- Remmerswaal, J. (2006). *Handboek groepsdynamica, een nieuwe inleiding op theorie en praktijk*. Nijmegen: Uitgeverij Nelissen bv Soest.
- Wijsman, E. (2005). *Psychologie & sociologie*. Groningen/Houten: Noordhoff Uitgevers BV.

Overige bronnen

Kamevaar, T.J.H. Gecertificeerd Rots & Water-trainer voor jongeren met ASS van het Rots en Water Instituut Nederland, 2014

Nederlandse vereniging voor psychomotorische therapie (NVPMT, 2009). *Beroepsprofiel psychomotorisch therapeut*. Verkrijgbaar bij de NVPMT.

Rots en Water Nederland -Gadaku Institute. (2013). *Rots en Water*.

Wibier, M. (2012) Draaiboek weerbaarheidstraining.

Bijlagen

De vijf aangeboden thema's rondom het verbeteren van de groepscohesie zijn: vertrouwen, communicatie, sociale interactie, emoties en assertiviteit. Onderstaand de vijf voorbereidingen van het onderzoek.

Bijlage 1. Week 1 Vertrouwen

Activiteit 1: Via lijnen lopend elkaar tegen komen

Alle deelnemers lopen over de lijnen van de zaal en als ze elkaar passeren zeggen ze elkaar hun naam.

Bedoeling/rationale

De deelnemers kennen elkaar al, hierdoor weten ze elkaars naam al. De activiteit is vooral om te wennen aan iets te zeggen wanneer je iemand tegen komt. De drempel is hierdoor laag.

Mogelijke aanpassingen

- De deelnemers lopen over de lijnen en als ze elkaar passeren geven ze elkaar een hand (moeilijker, meer contact)
- De deelnemers lopen over de lijnen en wanneer ze elkaar tegenkomen mogen de deelnemers niet meer van hun lijn af, samen moeten ze eruit komen hoe ze elkaar dan moeten passeren (moeilijker, meer contact)

Interventies

- Op wijze van begeleiden: complimenteren, ondersteunen, uitnodigen tijdens de uitvoering m.b.t. een succeservaring (aansluiten per deelnemer).
- Op arrangement: alleen bepaalde kleuren lijnen laten gebruiken.
- Op arrangement: de zaalruimte verkleinen.

Activiteit 2: Vertrouwen in groepssamenstelling

De hele groep gaat in een kring staan. Je houdt de deelnemers naast je bij de polsen vast en probeert met de gehele groep naar achter te hangen en in balans te blijven.

Bedoeling/rationale

Het doen van groepsactiviteiten zorgt voor meer vertrouwen tussen de deelnemers. Een groepsopdracht kan het proces versterken.

Mogelijke aanpassingen

- Vanuit het in balans hangen, laat je elkaar tegelijk los en pak je elkaars handen (moeilijker, meer vertrouwen)

Bijlage 2. Week 2 Communicatie

Activiteit 1: Mattenhandbal

Er zijn twee teams. De deelnemers van team 1 proberen op de mat van team 2 te scoren. De deelnemers van team 2 proberen op de mat van team 1 te scoren.

Bedoeling/rationale

Communiceren in een wat kleiner groepje. Overleggen wat de beste manier tot scoren kan zijn. Door de verschillende aanpassingen moet er op verschillende manier gecommuniceerd worden.

Mogelijke aanpassingen

- Allemaal scoren: alle deelnemers moeten een doelpunt hebben gemaakt voor een team kan winnen.
- Vier scoren: vier verschillende deelnemers moeten een doelpunt maken voor een team kan winnen.
- Allemaal aanraken: alle deelnemers moeten de bal aangeraakt hebben voor er gescoord kan worden.
- Bonuspunten voor ieder lid dat minstens 1 punt heeft gescoord, bv per lid 2 punten extra en/of:
- Bonuspunten als elk teamlid van het team een keer heeft gescoord, bv 10 punten extra.
- De laagste scoorder krijgt dubbele punten.
- Rouleren tussen de teams, bv rouleert men niet alleen binnen het eigen team, maar ook binnen het andere team.
- Naam noemen van degene naar wie je hem speelt
- Scoren zonder te praten

Bijlage 3. Week 3 Sociale interactie

Activiteit 1

In de zaal staan verspreid evenveel stoelen als deelnemers. 1 deelnemer staat zo ver mogelijk van een lege stoel vandaan en heeft het doel weer op de lege stoel terecht te komen. Deze persoon mag alleen lopen. De groep probeert te voorkomen dat deze persoon op de stoel terecht komt. De groep mag wel rennen. De persoon in het midden mag in geen geval geduwd of om ver gelopen worden. Wanneer je op wilt staan om naar de lege stoel te rennen en halverwege merk je dat er nog iemand onderweg is naar die stoel, mag je niet terug naar je eigen stoel. De groep hoort bij elkaar en moet het dus zo makkelijk mogelijk voor elkaar maken.

Bedoeling/rationale

Door middel van de activiteit ontstaat er drang binnen de groep om samen te werken. Er is interactie tussen de deelnemers waarbij zij kiezen hoe ze het op willen lossen. De activiteit bevat ook communicatie mogelijkheden.

Mogelijke aanpassingen/interventies

- Niet allemaal lopen
- Eerst om je heen kijken
- Het is beter wanneer iemand gaat lopen die ver van de stoel af staat (je mag rennen dus bent eerder bij de stoel dan de persoon in het midden)
- Als de loper nog ver van de stoel is kun je beter wachten
- De persoon in het midden mag niet aangeraakt worden
- Er mag niet meer gepraat worden tussen de groepsleden (bij moeilijkheden, bijv. een minuut niemand praten)
- De persoon in het midden mag ook rennen
- Wisselen van rollen tussen de groepsleden

Bijlage 4. Week 4 Emoties

Activiteit 1: gezichtsuitdrukking raden

De deelnemers zitten in een kring. 1 deelnemer krijgt een plaatje te zien met een emotiepictogram erop. Deze deelnemer beeldt deze emotie uit in gezichtsuitdrukking (en houding). De andere deelnemers raden de uitgebeelde emotie. Elke deelnemer komt een paar aan de beurt om een emotie uit te beelden.

Bedoeling/rationale

De deelnemer gebruikt bewust zijn gezichtsuitdrukking/expressie om duidelijk te maken aan de ander hoe hij zich voelt/van iets vindt, op deze manier geeft de deelnemer zijn grens aan de ander aan. Dit geeft de deelnemer zelfvertrouwen en helpt de deelnemer in sociale situaties om zich weerbaar(der) op te stellen.

Mogelijke aanpassingen

- Het uitbeelden van de emotiepictogram door een gezichtsuitdrukking wordt ondersteund met een lichaamshouding die hier bij past.
- Één 2-tal werkt samen, de andere deelnemers zitten in de kring en raden de emotie die uitgebeeld wordt. De uitvoerder van het 2-tal krijgt te horen van de ander welke emotie hij/zij gaat uitbeelden, alleen door een woord te zeggen (bang, blij etc.) en anders door ondersteuning van het laten zien van een pictogram, zonder dat de andere deelnemers dit horen/zien. De deelnemer die uitbeeldt krijgt ondersteuning van zijn 2-tal partner als dit nodig is.

Bijlage 5. Week 5 Assertiviteit en Samenwerking

Activiteit 1: eigen bal verdedigen

De deelnemers hebben allemaal een bal en stuiten hiermee. De therapeut loopt ertussen door. Vervolgens probeert de therapeut de ballen af te pakken. De deelnemer zorgt ervoor dat zijn/haar bal niet afgepakt wordt. Het spel wordt tussendoor stop gezet om te evalueren (wat doe je om de bal niet te laten afpakken), ook wordt aangegeven dat de inzet van de therapeut wordt verhoogd (fanatieker in beweging/houding en geluid). Aan het eind van het spel benoemen de deelnemers wat ze gedaan hebben om hun bal te behouden tegen een steeds fanatiekere therapeut.

Bedoeling/rationale

Door gebruik te maken van houding en beweging kunnen de deelnemers zich weerbaar(der) opstellen. Het gebruik maken van houding en beweging geeft de deelnemer zelfvertrouwen en helpt de deelnemer om in sociale situaties waarbij het om weerbaarheid gaat voor zichzelf op te komen en sterk over te komen.

Mogelijke aanpassingen

- De therapeut krijgt hulp van een deelnemer bij het afpakken van de ballen.
- Één deelnemer gaat ballen afpakken
- In plaats van stuiten de bal vasthouden en hiermee rondlopen.
- De ruimte waarin de deelnemers rondlopen/stuiten kleiner maken (deelnemers moeten sneller handelen)

Activiteit 2: Brug bouwen

De deelnemers moeten door middel van samenwerking en overleg een brug bouwen in de zaal, zodat je de grond niet meer hoeft te raken om van de ene kant van de zaal naar de andere kant te komen.

Bedoeling/rationale

De deelnemers verdelen onderling taken wie wat doet en doen een gezamenlijke groepsactiviteit. De bedoeling hiervan is het nader bij elkaar komen van groepsleden.

Mogelijke aanpassingen

Na het neerzetten van de brug krijgen ze de gelegenheid om allemaal een aantal keer over de brug te lopen en rennen. Ze testen hun eigen neergezette brug.

- Dan: verschillende opdrachten rondom samenwerken met de groep. Elke keer een bepaald aantal voorwerpen die aan de overkant moeten komen, bijv. matjes, grote fysioballen etc.
- Vervolgens gaan ze een groepstijd neerzetten. Dit houdt in dat de tijd start wanneer de eerste een stap op de brug zet en de tijd stopt wanneer de laatste aan de overkant is. Vervolgens proberen ze deze tijd te verbeteren en zien ze dat er ook mogelijkheden met de groep zijn in plaats van de negatieve ervaringen die ze in andere contexten met elkaar hebben.

Algemeen gedeelte over je klas

		(bijna) nooit	soms	regel- matig	vaak
1	Ik vind mijn klas leuk	1	2	3	4
2	Leerlingen in deze klas maken ruzie met elkaar	1	2	3	4
3	Ik kan goed met de meeste klasgenoten opschieten	1	2	3	4
4	Er zijn leerlingen in onze klas die spullen van anderen kapot maken	1	2	3	4
5	Bij moeilijkheden word ik door klasgenoten geholpen	1	2	3	4
6	Er zijn leerlingen uit onze klas die elkaar buiten schooltijd lastig vallen	1	2	3	4
7	Er zijn leerlingen in deze klas die elkaar uitschelden	1	2	3	4
8	In deze klas worden leerlingen gepest	1	2	3	4
9	In deze klas roddelen leerlingen over elkaar	1	2	3	4
10	Er zijn leerlingen in onze klas die elkaar wel eens slaan of schoppen	1	2	3	4
11	Ik voel me in deze groep op mijn gemak	1	2	3	4
12	Ik voel dat ik bij deze groep hoor	1	2	3	4
13	Ik werk graag samen met een klasgenoot aan een opdracht	1	2	3	4
14	Ik vind de leerlingen in mijn klas aardig	1	2	3	4
15	In deze klas word je uitgelachen als je een verkeerde vraag stelt	1	2	3	4
16	Ik denk dat mijn klasgenoten mij wel aardig vinden	1	2	3	4



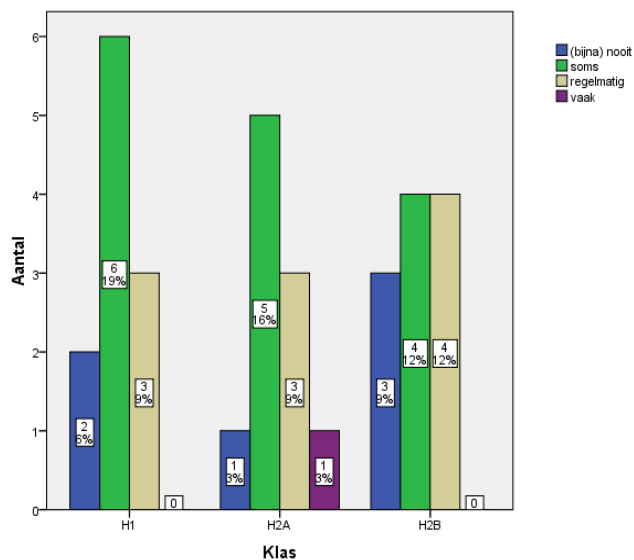
Algemeen gedeelte over je klas

		(bijna) nooit	soms	regel- matig	vaak
1	De leerlingen vinden mijn klas leuk	1	2	3	4
2	Leerlingen in mijn klas maken ruzie met elkaar	1	2	3	4
3	Leerlingen kunnen goed met elkaar opschieten	1	2	3	4
4	Er zijn leerlingen in je klas die spullen van anderen kapot maken	1	2	3	4
5	Bij moeilijkheden helpen klasgenoten elkaar	1	2	3	4
6	Er zijn leerlingen uit mijn klas die elkaar buiten schooltijd lastig vallen	1	2	3	4
7	Er zijn leerlingen in mijn klas die elkaar uitschelden	1	2	3	4
8	In mijn klas worden leerlingen gepest	1	2	3	4
9	In mijn klas roddelen leerlingen over elkaar	1	2	3	4
10	Er zijn leerlingen in mijn klas die elkaar wel eens slaan of schoppen	1	2	3	4
11	De leerlingen voelen zich in jou groep op hun gemak	1	2	3	4
12	De leerlingen hebben het gevoel dat ze bij de groep horen	1	2	3	4
13	De leerlingen kunnen goed samenwerken aan opdrachten	1	2	3	4
14	De leerlingen vinden elkaar aardig	1	2	3	4
15	Als een leerling in mijn klas een verkeerde vraag stelt dan wordt die vaak uitgelachen	1	2	3	4
16	Er zijn leerlingen in mijn klas die geen aansluiting hebben bij de groep	1	2	3	4

Bijlage 8. Grafieken resultaten

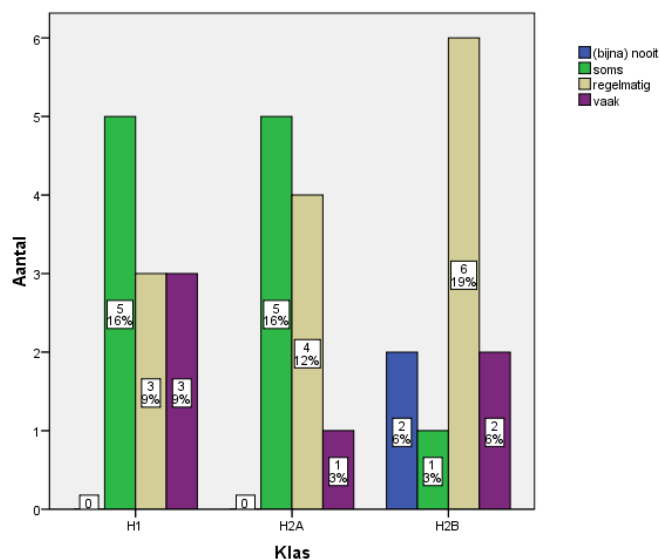
Voormeting
Grafiek 1a

Ik vind mijn klas leuk



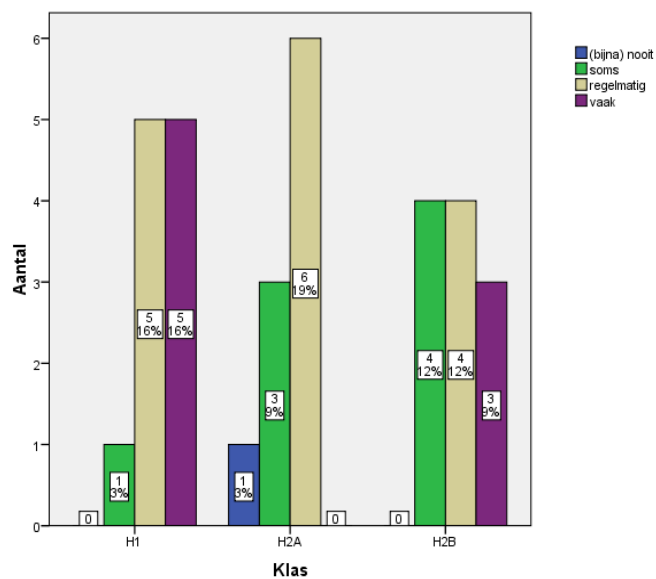
Nameting
Grafiek 1b

Ik vind mijn klas leuk



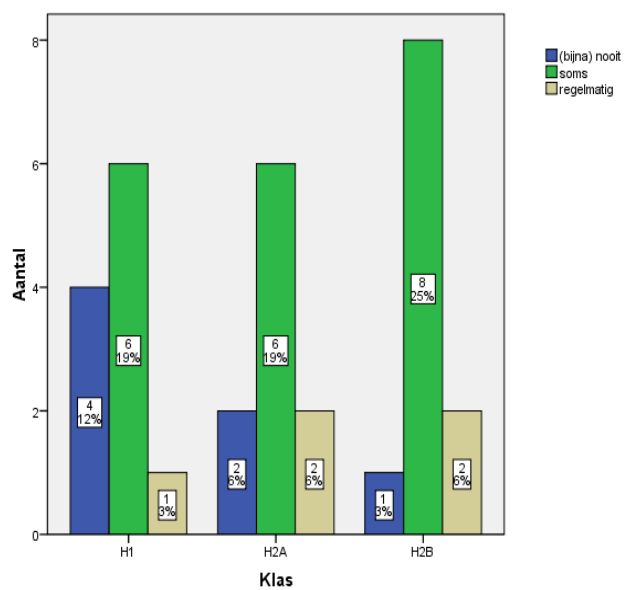
Voormeting
Grafiek 2a

Leerlingen in deze klas maken ruzie met elkaar

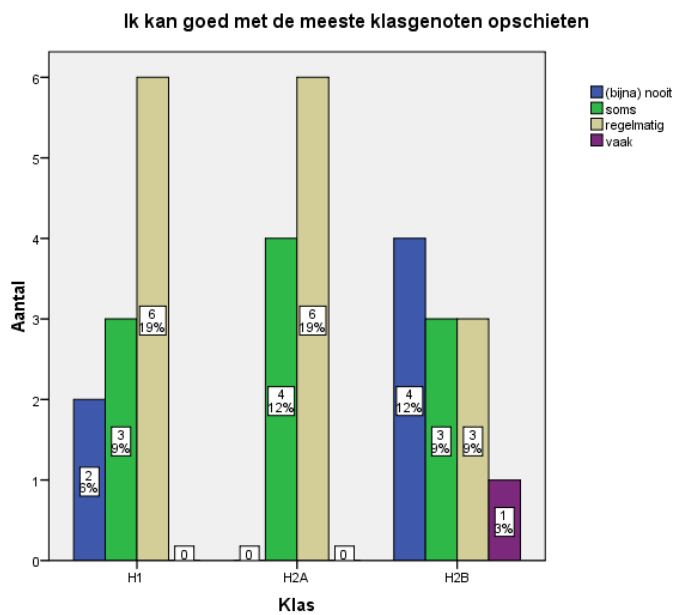


Nameting
Grafiek 2b

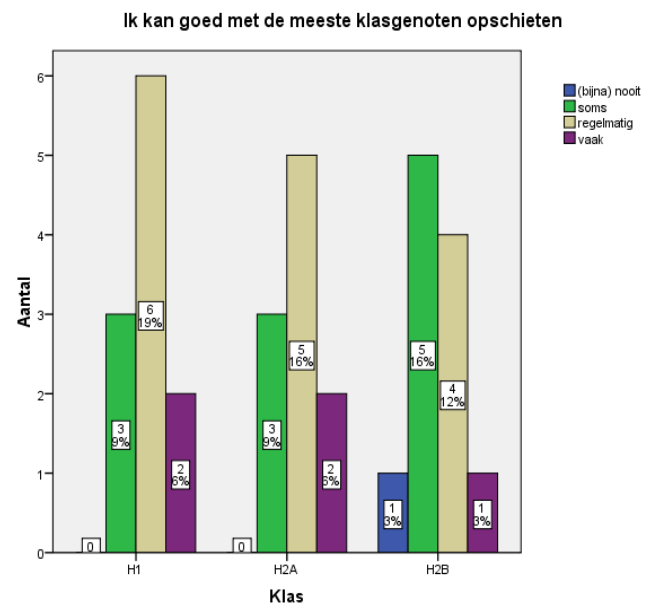
Leerlingen in deze klas maken ruzie met elkaar



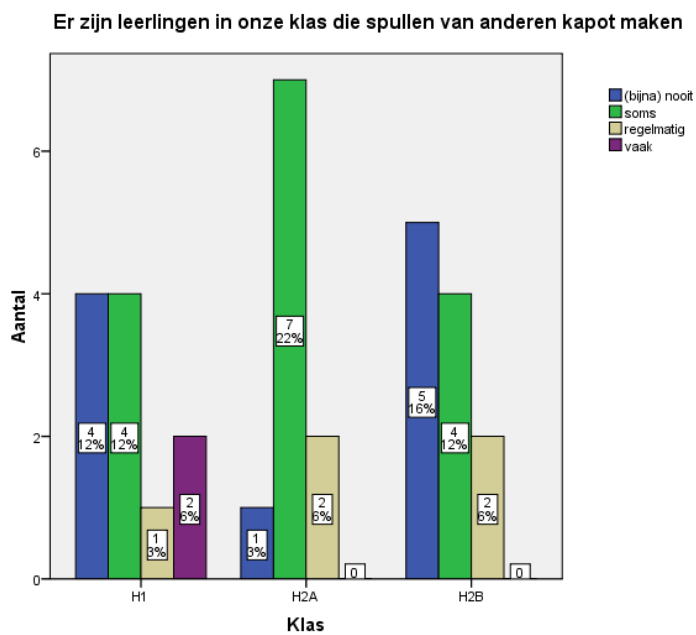
Voormeting
Grafiek 3a



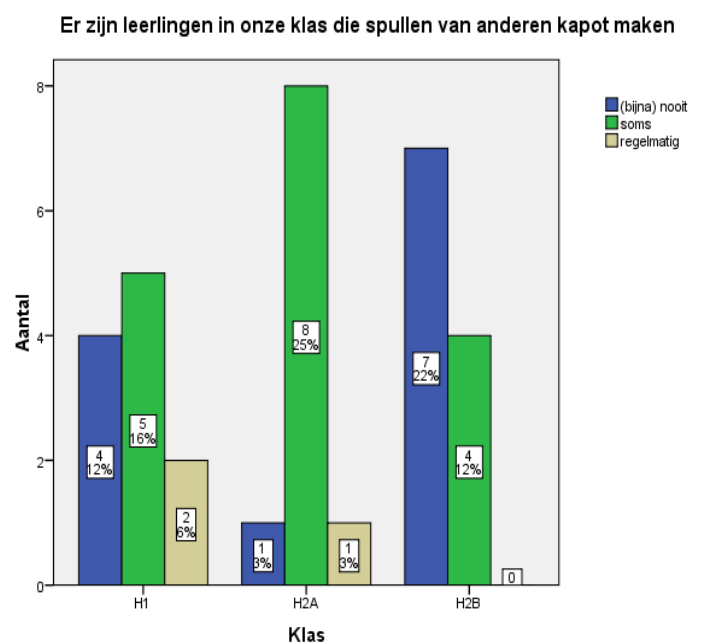
Nameting
Grafiek 3b



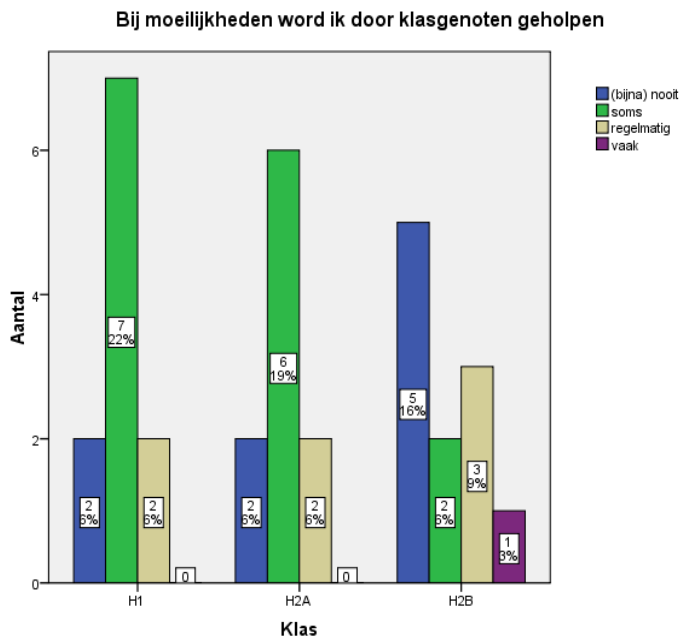
Voormeting
Grafiek 4a



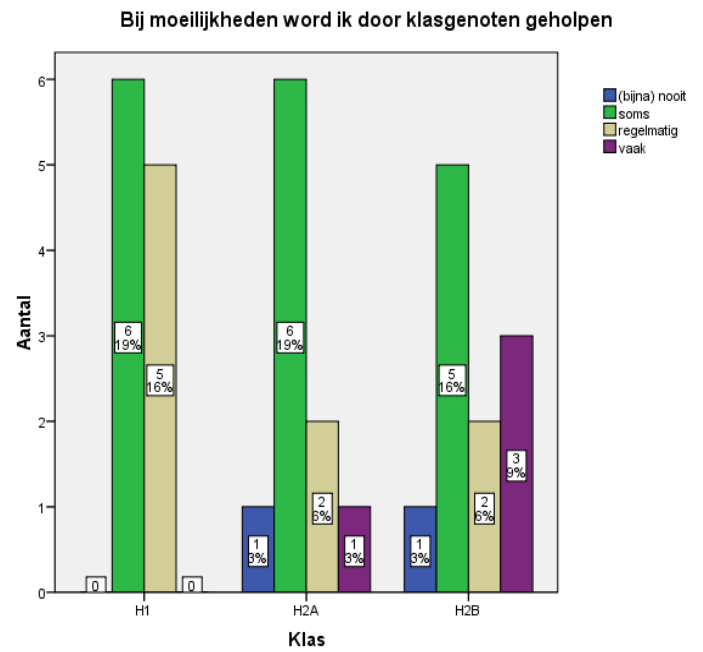
Nameting
Grafiek 4b



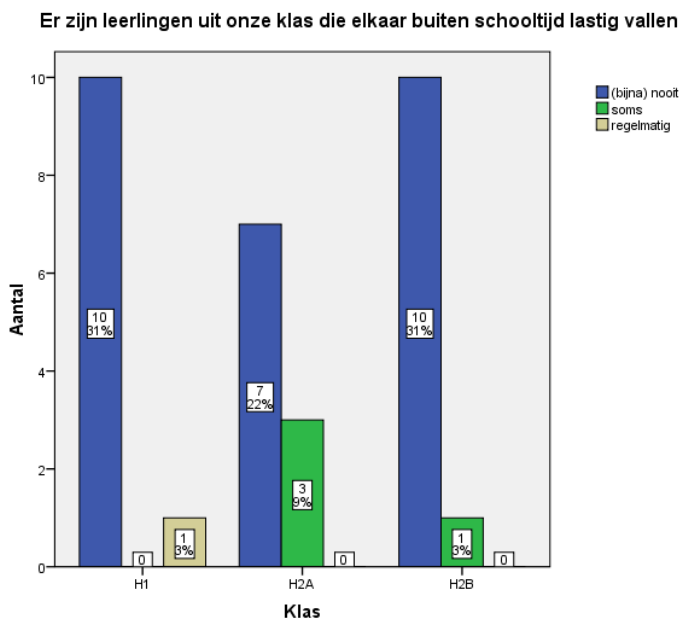
Voormeting
Grafiek 5a



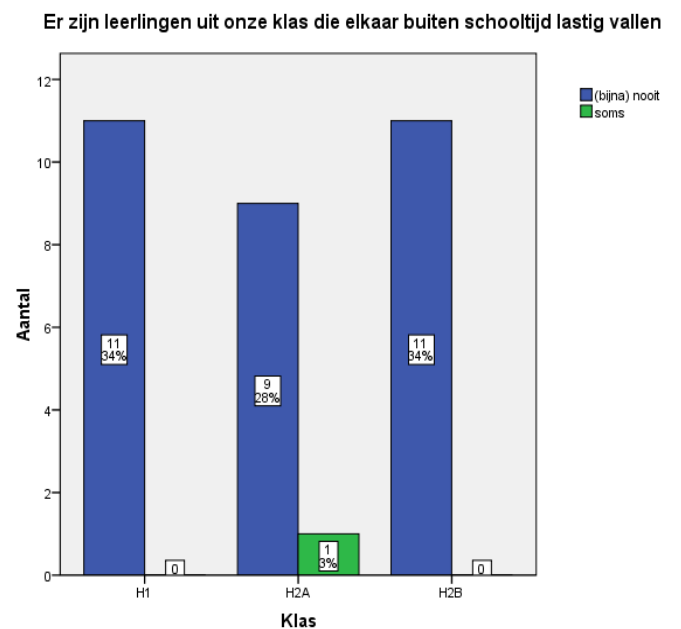
Nameting
Grafiek 5b



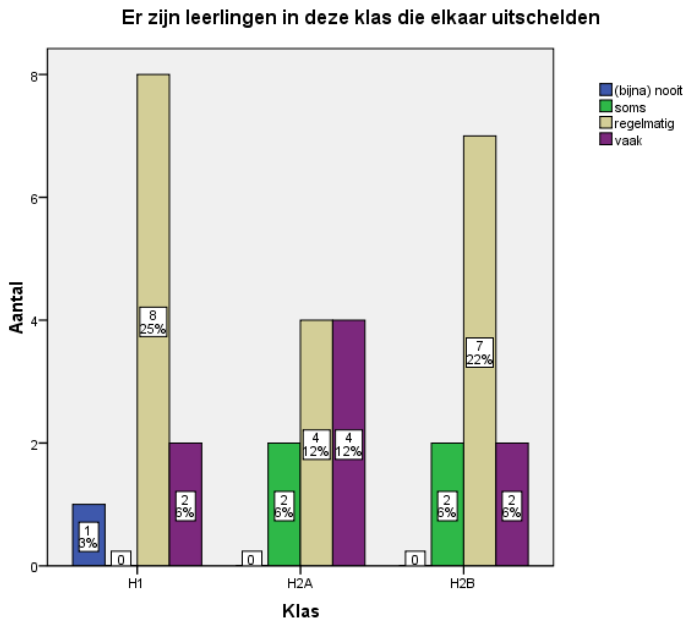
Voormeting
Grafiek 6a



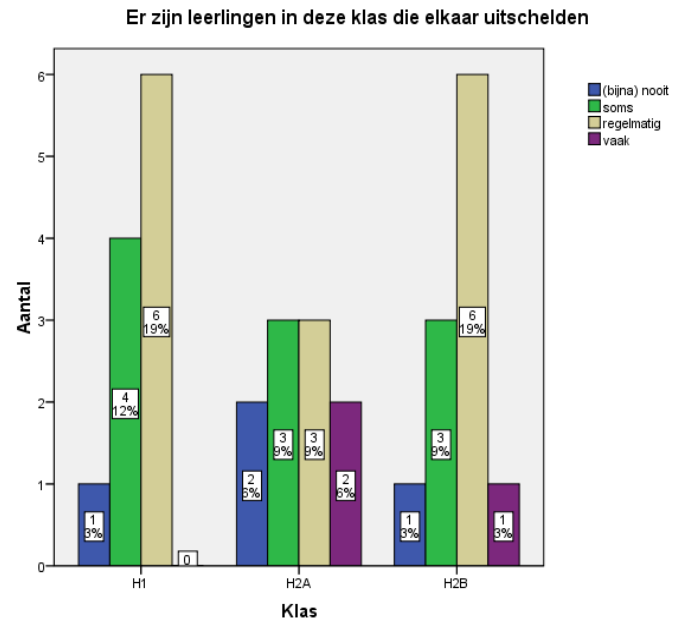
Nameting
Grafiek 6b



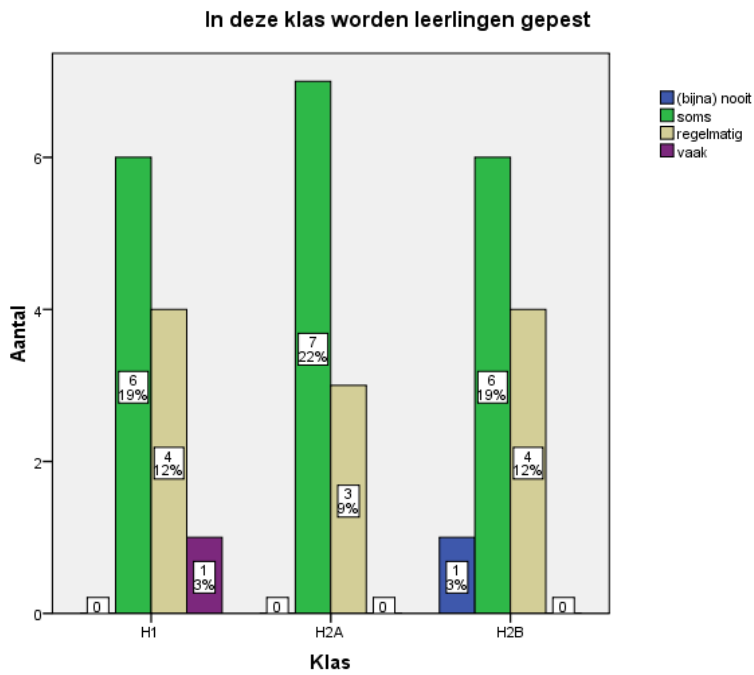
Voormeting
Grafiek 7a



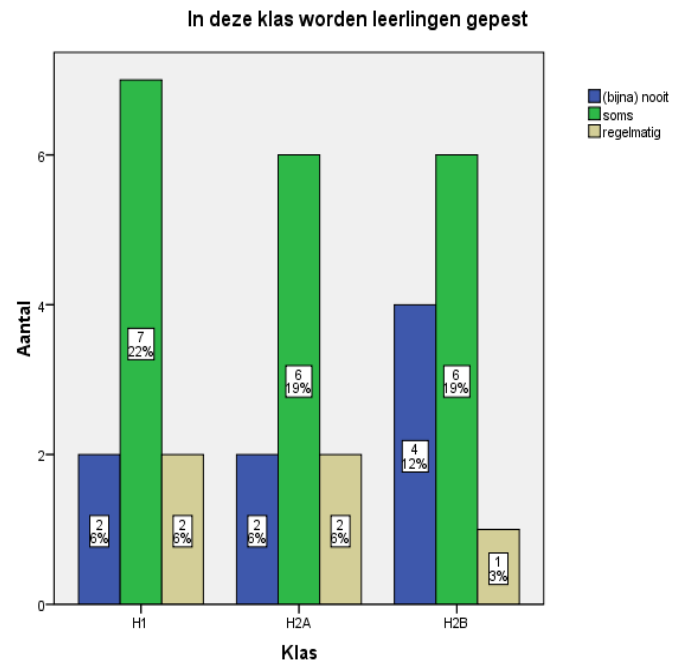
Nameting
Grafiek 7b



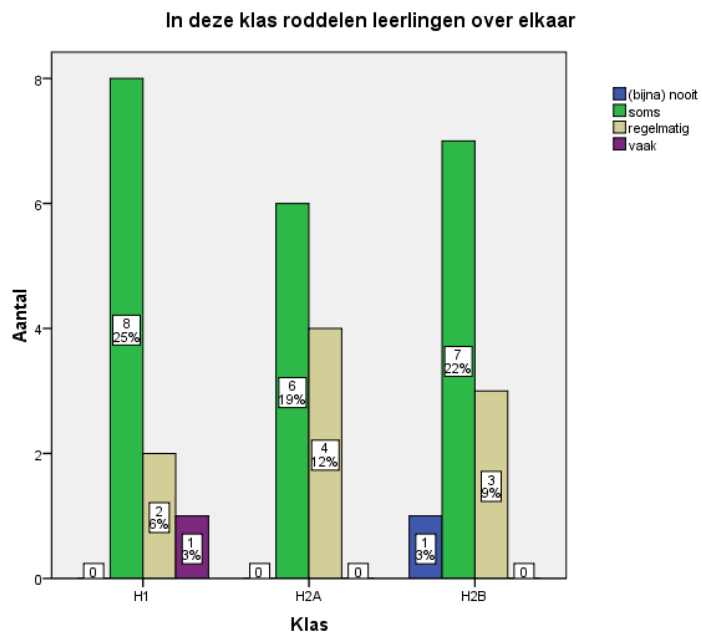
Voormeting
Grafiek 8a



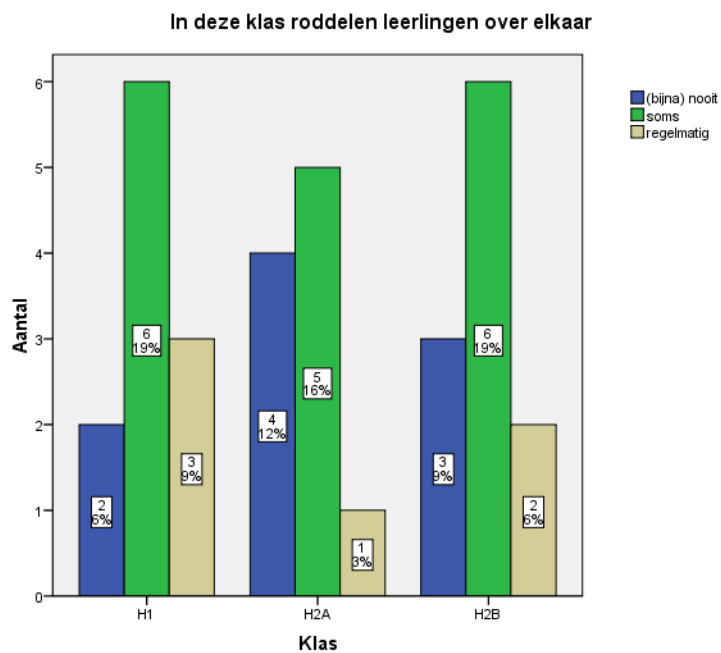
Nameting
Grafiek 8b



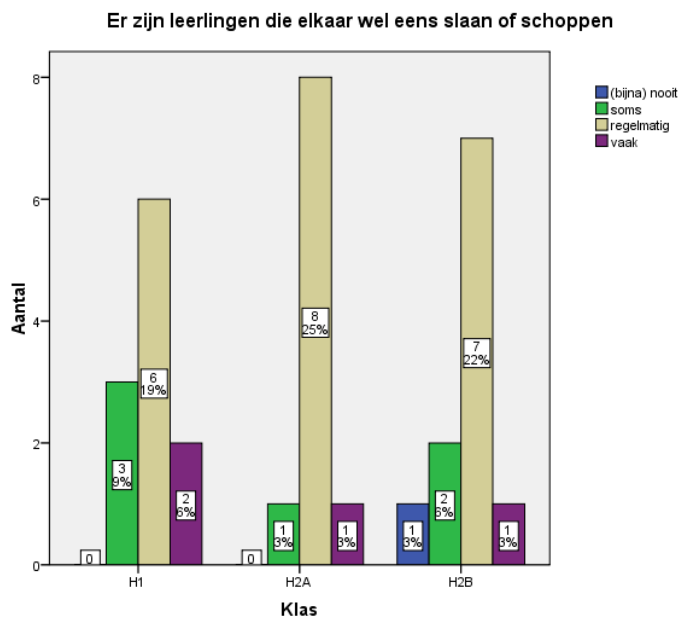
Voormeting
Grafiek 9a



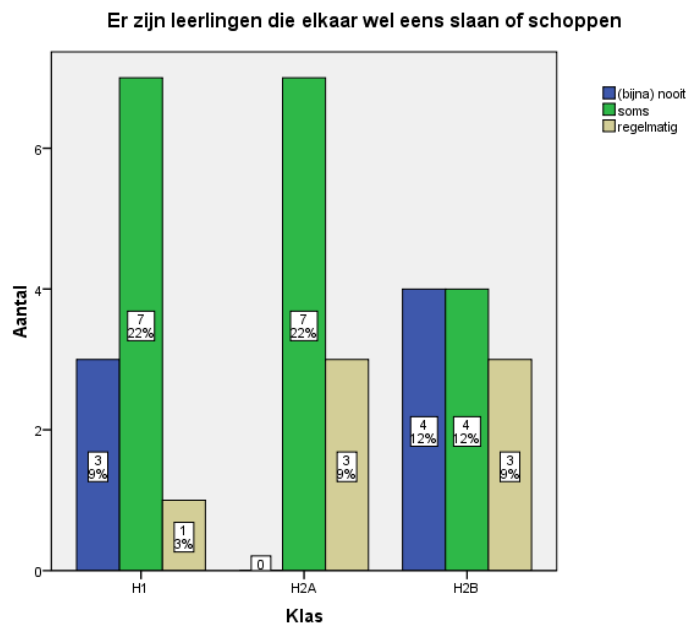
Nameting
Grafiek 9b



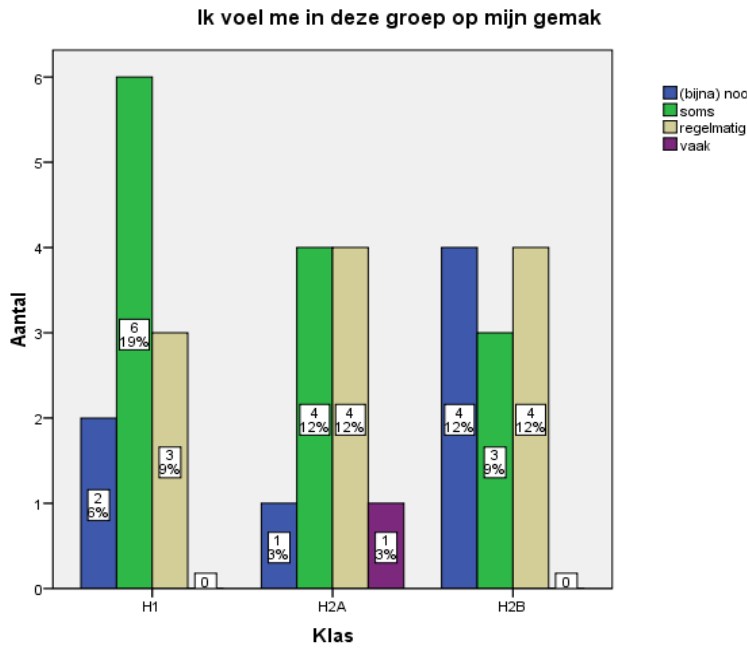
Voormeting
Grafiek 10a



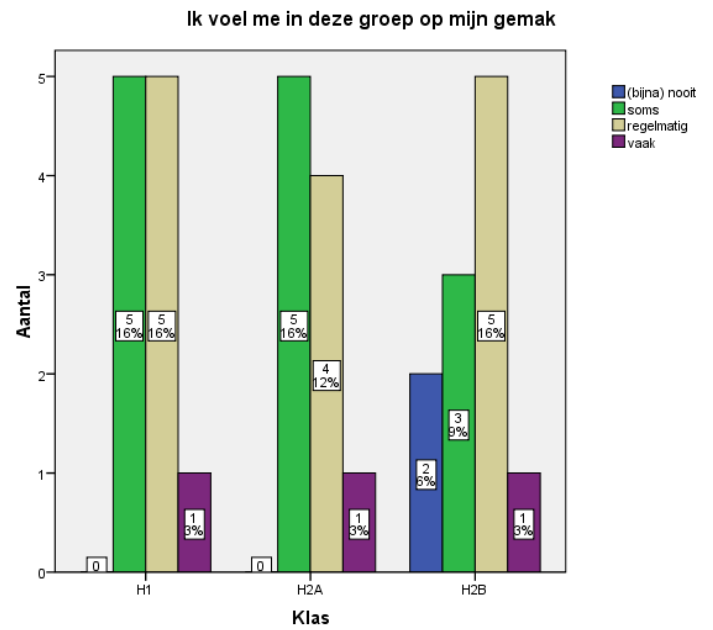
Nameting
Grafiek 10b



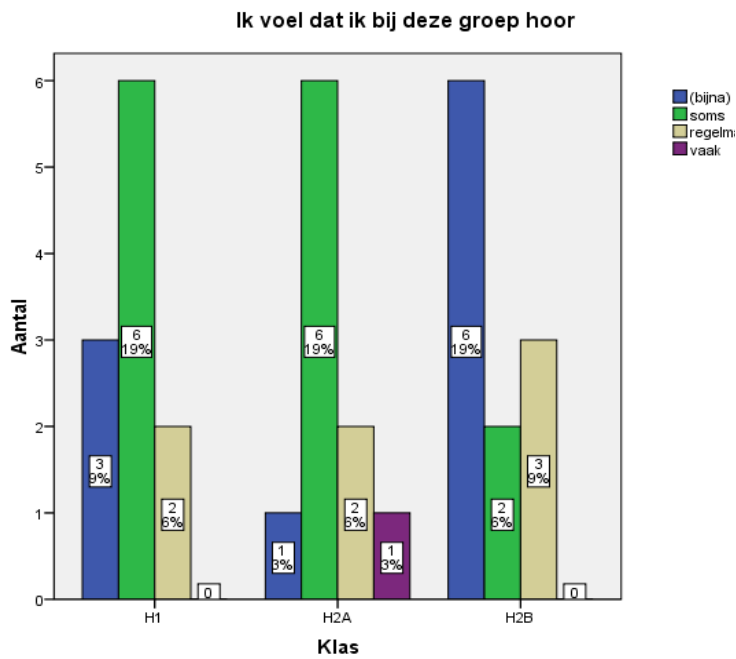
Voormeting
Grafiek 11a



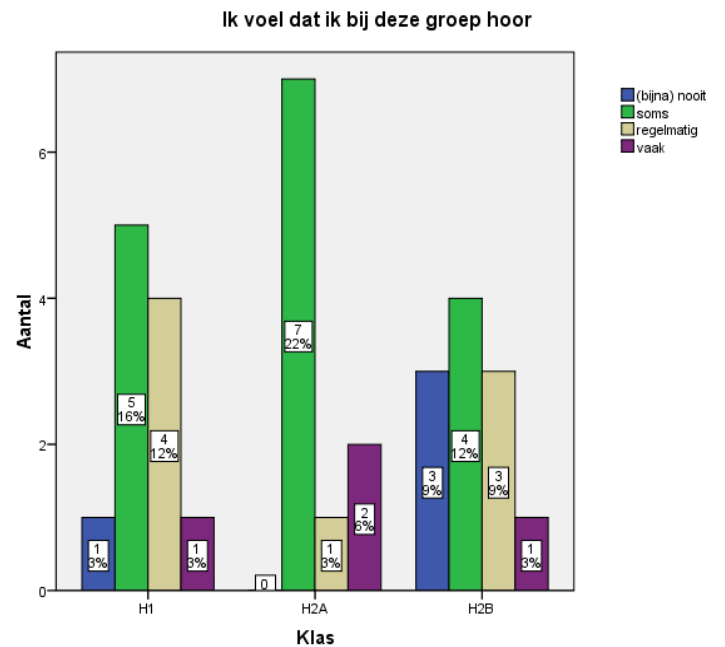
Nameting
Grafiek 11b



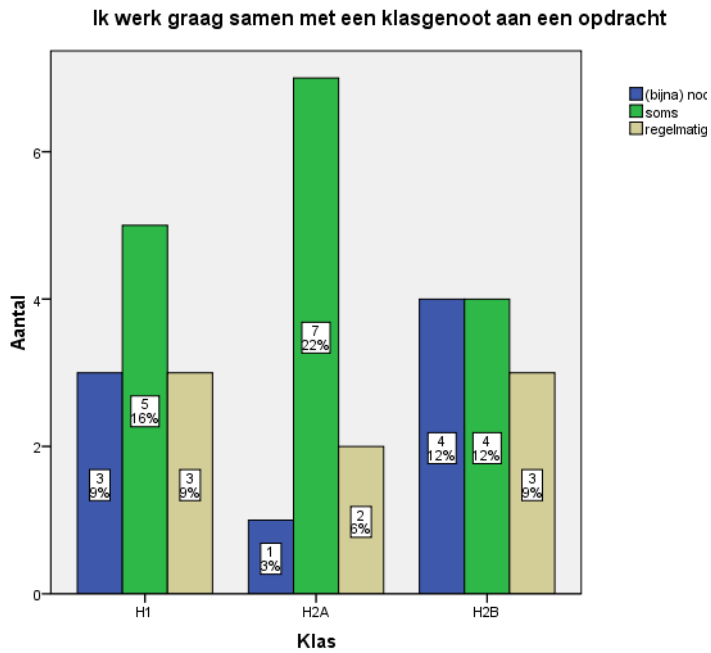
Voormeting
Grafiek 12a



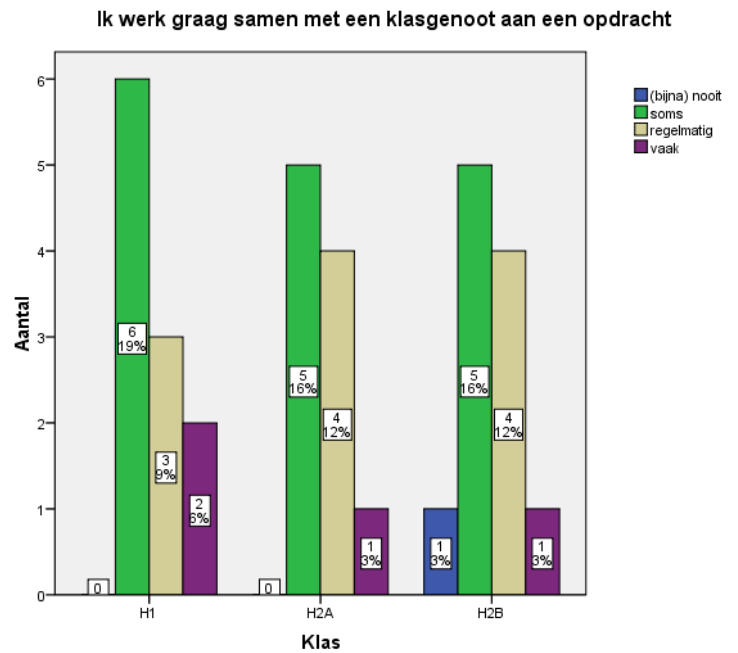
Nameting
Grafiek 12b



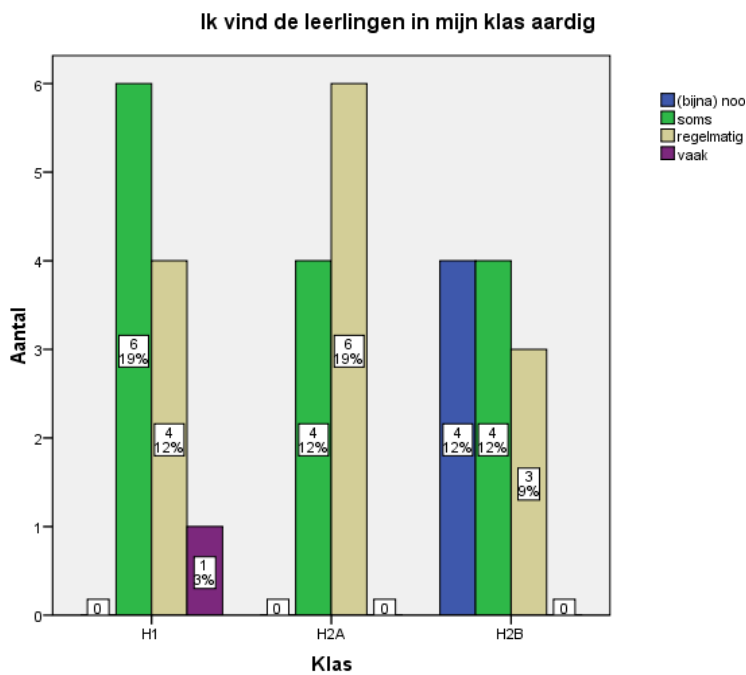
Voormeting
Grafiek 13a



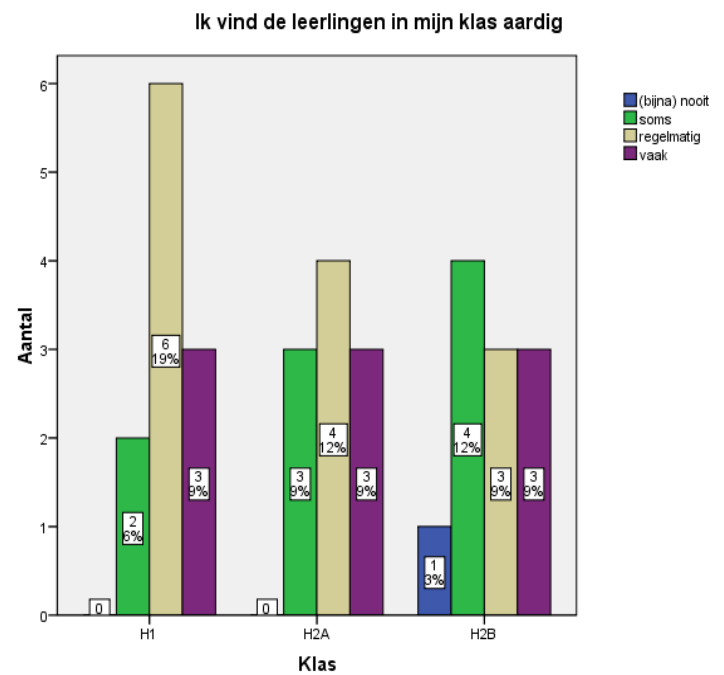
Nameting
Grafiek 13b



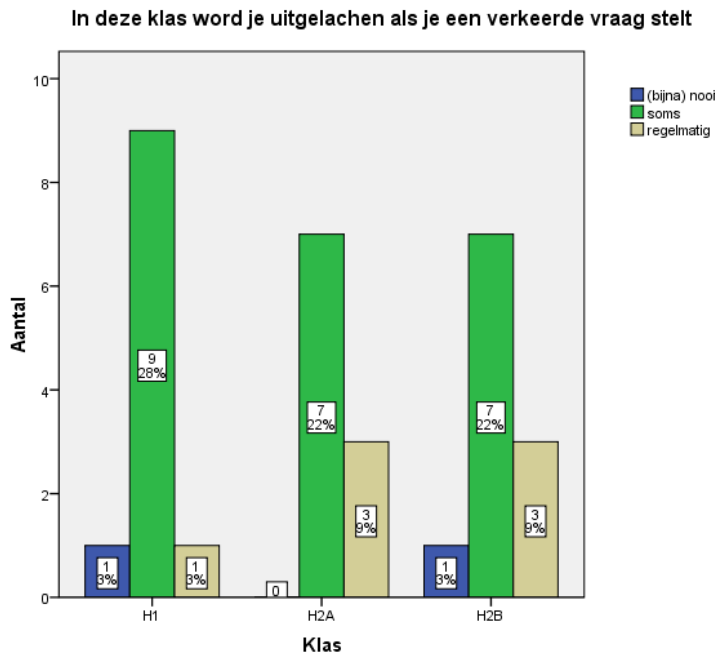
Voormeting
Grafiek 14a



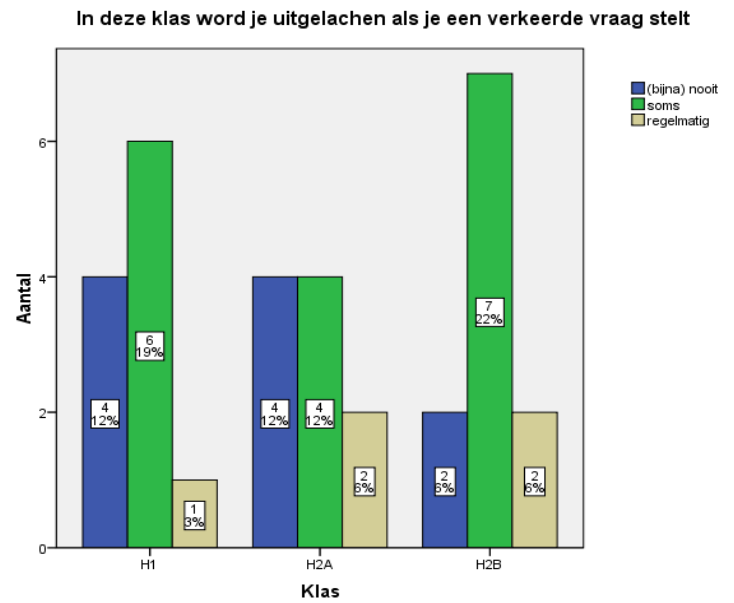
Nameting
Grafiek 14b



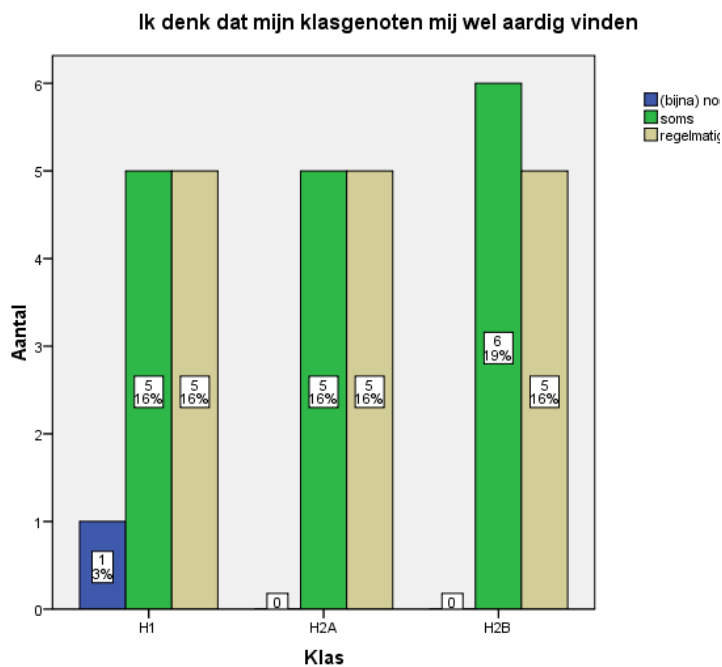
Voormeting
Grafiek 15a



Nameting
Grafiek 15b



Voormeting
Grafiek 16a



Nameting
Grafiek 16b

