

Groepsvorming nu de school weer opengaat

Maak van je klas weer een groep

Kees van Overveld en Wouter Siebers

Nu duidelijk is dat scholen vanaf 11 mei de deuren weer openen, vragen leraren zich af in welke gemoedstoestand leerlingen zullen terugkeren in de klas en wat dat betekent voor de groepsvorming.

In dit artikel beschrijven we onze verwachting over de emotionele bagage waarmee de leerlingen straks weer in onze klassen zitten en hoe we daar met aandacht voor sociaal-emotioneel leren en groepsvormende activiteiten op kunnen inspelen.

Voor veel kinderen draagt een reguliere schoolweek bij aan het gevoel van welbevinden. Er is een dagelijks ritme dat gekenmerkt wordt door voorspelbaarheid, rust en regelmaat. Rond maart hebben de meeste leraren van hun klas een hechte groep gemaakt en valt er op het gebied van samen leren en samenleven veel winst te boeken.

Er zijn ook klassen die rondom maart nog steeds een negatief pedagogisch klimaat kennen. Er is in die klassen sprake van *low level behavior*: klein probleemgedrag dat door meerdere leerlingen wordt versterkt en dat leidt tot een cyclus van impulsief, emotioneel en explosief gedrag.¹

De vraag is wat een plotse onderbreking van het groepsproces met leerlingen doet. Veel leerlingen waren in eerste instantie wel blij met de onverwachte 'vakantie' die op 16 maart 2020 begon. Al snel sloegen die gevoelens om.² Kinderen gaven aan hun leraar en vrienden te missen. Of leerlingen in klassen met een negatieve groeps sfeer hier ook zo over dachten, is onduidelijk. We verwachten van niet. Voor leerlingen die laag in de hiërarchie van de klas stonden was het wellicht een opluchting om van hun kwelgeesten te zijn verlost.

De groep opnieuw opbouwen

Nu de scholen weer opengaan en leerlingen een plek in de klas zoeken, ontwikkelt zich een nieuwe dynamiek in de groep. Net als elke andere onderbreking van een groepsdynamisch proces, is zowel de schoolsluiting als de hereniging straks, een ingrijpend moment in de ontwikkeling van een groep. Zoals ook het geval is bij de wisseling van een leraar, een nieuwe leerling of de splitsing van klassen, is het van belang hier bewust bij stil te staan. Een leraar heeft veel mogelijkheden om een groepsdynamisch proces op een positieve manier bij te sturen als hij de groep goed monitort en de juiste interventies inzet. Elke groep doorloopt gedurende een schooljaar vijf fases: forming, norming, storming, performing en adjourning. Op het moment dat er een wezenlijke verandering plaatsvindt in dit proces valt de groep terug in een eerdere fase, meestal de norming of de storming.

Aanvankelijk waren leerlingen blij met de spontane vakantie, al snel sloegen gevoelens om

¹ Van Overveld, K. (2019). *Gedragso oplossingen voor de moeilijke groep*. Huizen: Uitgeverij Pica.

² <https://www.parool.nl/ps/kinderen-vertellen-wat-zevinden-van-thuiszitten-ik-wil-wel-weer-naar-school~b-af8b292f/>

andere leerlingen en leraren zonder in complete samenstelling te functioneren. Goed beschouwd hebben we straks te maken met een groep die uit twee subgroepen bestaat.

Ook al is de situatie uniek, er is veel bekend over groepsdynamica. Vandaaruit is te verwachten dat de forming, norming en stormingfase versneld doorlopen worden.

- Forming, de eerste dagen
Leerlingen zijn veelal blij om weer op school te zijn omdat daarmee een deel van hun leven normaliseert. Tegelijkertijd kunnen de vele aanpassingen op school vervreemdend werken. In deze fase laten leerlingen zich van hun beste kant zien. Je kunt het vergelijken met de eerste dagen na de zomervakantie.

Zorg dat er veel ruimte is voor groepsbindende activiteiten en activiteiten waarin leerlingen hun ervaringen kunnen verwerken. Daarnaast is het juist nu van groot belang om in deze fase direct duidelijkheid en structuur te creëren door de normingfase direct te starten.

Sommige scholen denken erover om te gaan werken met een A- en een B-groep. De A-groep krijgt bijvoorbeeld op maandag les, de B-groep op dinsdag. Voor de instructielessen van de leervakken is dit wellicht een verstandige keuze.

Vanuit het oogpunt van sociale verbondenheid kan er ook worden besloten om de A- en B-groepen dagelijks of wekelijks van samenstelling te laten wisselen zodat de leerlingen in de periode tot aan de zomervakantie met zoveel mogelijk klasgenoten in contact komen.

Met de Social Shuffle³ is het heel eenvoudig om de leerlingen te husselen.

- Norming, balans tussen ruimte en normalisatie
In een tijd dat leerlingen thuis veel meemaken is het van belang ook op school ruimte te geven om hier met elkaar over in gesprek te gaan. Tegelijkertijd kan dit een valkuil zijn. Leerlingen hebben behoefte zich te uiten en zoeken zoveel mogelijk naar 'nor-

male' situaties. Normalisatie van hun leven geeft rust. Het is belangrijk dat een leraar hier een balans in vindt. Luister hierbij goed naar leerlingen. Ze geven zelf goed aan wat ze prettig vinden, maar houdt daarbij ook non-verbale communicatie goed in de gaten. Als leerlingen onderuitgezakt in een vertelkring zitten is het signaal vaak: *ik wil wat gaan doen!*

De situatie is deels te vergelijken met rouwverwerking bij leerlingen. Ook in die situatie is het van groot belang leerlingen de ruimte te geven hun verhaal kwijt te kunnen. Tegelijkertijd is het effectief leerlingen actief aan het werk te laten gaan en vervolgens per leerling te differentiëren. Wie kan er al wat aan? Wie is er al aan werken toe en wie nog niet?

Tot de zomervakantie heeft elke week zijn eigen dynamiek

Naast dat het van belang is om leerlingen structuur en rust te bieden, is het tijdens de normingfase van belang direct regels en routines goed te herhalen. Oefen de regels en routines met leerlingen in, op dezelfde manier als de school dit aan het begin van het jaar doet. Hoewel het zichtbare gedrag van leerlingen hier waarschijnlijk niet direct aanleiding toe geeft, is het toch verstandig om dit te doen, om zowel de norming- als stormingfase op een relatief rustige manier door te komen.

- Storming, het nieuwe normaal begint te wennen
Na een aantal dagen of weken begint het nieuwe normaal te wennen. Ook het feit dat de groep niet compleet is, went. Het nieuwe normaal geeft aanleiding tot het opnieuw verdelen van groepsrollen en het op de proef stellen van de gezagsverhoudingen tussen leraar en leerling. Door vanaf het begin direct duidelijk te normeren en veel aandacht te hebben voor de balans tussen ruimte en normalisatie, verloopt de stormingfase zo rustig mogelijk. Blijf aandacht houden voor verstoorde thuissitua-

³ <https://www.socialshuffle.nl/>

ties en de invloed die deze kunnen hebben op het gedrag van leerlingen.

Met de heropening van scholen na de meivakantie staat één ding vast: de periode tot de zomervakantie gaat zeer bijzonder zijn. Elke week heeft zijn eigen dynamiek. Met aandacht voor groepsdynamiek zorgt een leraar voor zoveel mogelijk stabiliteit in zijn groep.

Sociaal-emotioneel leren

Sociaal-emotioneel leren verwijst naar de wijze waarop scholen de emotionele, sociale en morele competenties van hun leerlingen versterken.⁴ Sommige scholen gebruiken hiervoor een methode,⁵ andere scholen kiezen voor een eigen pedagogische aanpak bijvoorbeeld via gesprekken.

Naar ons idee zou in de eerste weken na de schoolopening de aandacht moeten uitgaan naar de emotionele competenties van leerlingen. Die gedachte hierachter is dat we vanuit ieders kwetsbaarheid weer gaan toewerken naar veerkracht.

De emotionele competenties splitsen we in drie aandachtsgebieden:

1. Herkennen van de emotie

Gevoelsthermometer

De gevoelsthermometer kan individueel of met de groep als geheel worden gebruikt. Geef leerlingen aan het begin van de dag de mogelijkheid aan te geven hoe ze zich voelen. De gevoelsthermometer helpt hierbij. Gebruik de thermometer ook in de groep als geheel. Hoe voelt de groep zich bij binnenkomst? En als ze weer naar huis gaan? Wat hebben jullie gedaan waardoor de groep zich beter/minder goed is gaan voelen? Zie de bijlage van dit document, dat tevens te downloaden is via [uitgeverij Pica](#).

2. Labelen en uiten van de emotie

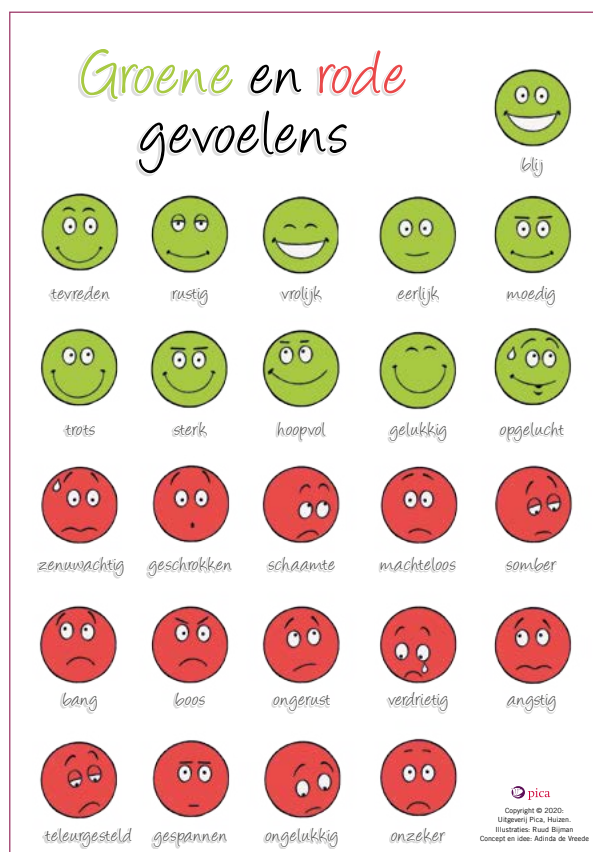
Emotiewoorden

Taal is een middel om te verbinden. Om

elkaar goed te verstaan is het nodig om dezelfde taal te spreken, zodat we aan de ander goed duidelijk kunnen maken wat er in ons hoofd omgaat. We pleiten daarom voor extra aandacht voor de emotiewoordenschat. Bepaal met het schoolteam welke emotiewoorden je belangrijk vindt in de periode tot de zomervakantie én daarna. De emotiewoordenschat omvat meer woorden dan alleen boos, bang, blij en verdrietig. Denk ook aan hoop, gefrustreerd, opgelucht, verward of neerslachtig. Hoe gedifferentieerder leerlingen zich kunnen uiten, hoe beter ze door anderen zullen worden begrepen.

Er zijn diverse materialen over emotiewoorden beschikbaar die gebruikt kunnen worden. Zo hebben programma's als Kwink en PAD emotiegezichtjes die kunnen helpen bij het leren benoemen van verschillende emoties.

Voor scholen die niet werken met een programma is de poster van Adinda de Vreede met groene en rode emoties wellicht handig. Deze poster is te vinden als bijlage, en te downloaden via [uitgeverij Pica](#).



4 Van Overveld, K. (2017). *SEL. Sociaal emotioneel leren als basis*. Huizen: Uitgeverij Pica.

5 Denk hierbij bijvoorbeeld aan Kwink of PAD.

Hoe komt die ene kwetsbare leerling terug?

De coronacrisis is ontwrichtend. Bij veel leraren en opvoeders leven vragen. Wat betekent de coronacrisis voor leerlingen? Hoe verwerken leerlingen de dagelijkse stroom aan informatie die via televisie en sociale media tot hen komt? Het zijn vragen waar niet makkelijk een antwoord op te vinden is.

Onze verwachting is dat het merendeel van de leerlingen over voldoende veerkracht beschikt. Ondanks de negatieve berichtgeving en nare gebeurtenissen kunnen ze redelijk snel overgaan tot de orde van de dag. Leerlingen die veerkrachtig zijn, hebben een positieve kijk op het leven en zijn vaardig op emotioneel en sociaal gebied. Een deel van de leerlingen zal minder veerkracht bezitten, kwetsbaar zijn. Waar moet je als leraar rekening mee houden? We zetten een aantal zaken op een rij.

Sommige leerlingen hebben in de familie of in de gemeenschap veel leed en verdriet gezien en ervaren. Denk hierbij bijvoorbeeld aan leerlingen die in zwaar getroffen gemeenten in Noord-Brabant wonen en van dichtbij hebben meegemaakt hoe naasten of belangrijke anderen ziek werden en in het slechtste geval ook nog overleden. De reguliere rouwtradities zijn in deze crisis niet mogelijk. Hoe komen deze leerlingen naar school? Hoe verwerken zij de verdrietige gebeurtenissen in hun gezin, familie of dorp? In welke fase van rouwverwerking zitten deze kinderen?

- We weten dat als kinderen weer in een normale structuur zitten dat er dan vaak ruimte komt voor emotionele verwerking van een overlijden. Sta in de eerste week van de hereniging stil bij de verdrietige momenten in ieders leven. Geef leerlingen de ruimte om via gesprekken, schrijfpdrachten, spel, drama enzovoort hun emoties te uiten.
- Komt tegemoet aan de behoefte van een 'rouwritueel'. Richt in je klas een herinneringsplek in waar leerlingen de ruimte

krijgen om foto's, gedichtjes en eventueel een kaarsje te plaatsen. Leg een schriftje neer waar leerlingen hun wensen, gedachten en gevoelens kunnen noteren.

- Het is wel zaak om af te wegen hoe vaak en hoe intensief je aandacht geeft aan rouwverwerking in de klas. Op een gegeven moment moet iedereen ook weer verder met het leven, met nieuwe perspectieven.
- Zie voor meer achtergronden en tips de gespecialiseerde websites.¹

Een deel van de leerlingen is onvindbaar tijdens deze crisis.² De gedachte is dat sommige leerlingen met hun ouders terug zijn naar het land van herkomst. In andere gezinnen wordt vanwege taalproblemen niet gereageerd op appjes of mail van school. Deze leerlingen hebben tijdens de crisis geen contact gehad met de leraar en dus ook geen afstandsonderwijs genoten. Hoe hebben zij die lange periode van scholen-sluiting ervaren? Wat hebben ze eventueel meegemaakt als ze voor een langere periode zijn teruggekeerd naar bijvoorbeeld Bulgarije of Marokko? Zijn deze leerlingen op 11 mei ook weer terug in de klas?

- Voer met deze leerlingen 'intake-gesprekken'. Waar zijn ze al die tijd geweest? Hoe gaat het met ze? Hoe gaat het met het gezin? Hebben ze weer zin in school?

Sommige leerlingen ervaren in hun dagelijks leven onrust, onzekerheid, spanning of angst. Ze hebben een leven dat is gevormd door traumatische gebeurtenissen (denk aan huiselijk geweld of emotioneel ver-

1 Zie bijvoorbeeld <https://www.nji.nl/nl/Download-NJi/Publicatie-NJi/Publicatie-overlijden-ouder.pdf>

2 <https://www.ad.nl/binnenland/5200-leerlingen-onvindbaar-door-coronacrisis-druk-op-speciaal-onderwijs-groeit-a7d87a03/>; <https://www.rtlnieuws.nl/nieuws/nederland/artikel/5085586/basisscholen-middelbare-scholen-leerlingen-onvindbaar-coronacrisis>

waarlozing) of ze hebben een stoornis zoals adhd of autisme. Dat zijn kinderen die voor de crisis al sociale of emotionele problemen hadden en die de veilige structuur en voorspelbaarheid van de school heel erg missen. Voor deze leerlingen is het een uitkomst als ze worden opgevangen op hun school. Hoe keren deze leerlingen terug? Welke emotionele wonden heeft de crisis bij hen veroorzaakt? Juist door de schoolopening kan er weer extra stress ontstaan.

- Deze leerlingen hebben veel behoefte aan de dagelijkse structuur. Hier hoeft de school dus niets extra's te doen. Opengaan is voldoende.
- Een goede remedie tegen stress is een begripvolle en warme leraar, een persoon op wie je kunt bouwen. Vraag de leerling waar hij of zij behoefte aan heeft. Dagelijks een kort gesprekje? Of zijn een knipoog en een opgestoken duim ook voldoende?

Tot slot mogen we een cruciale schakel in het hele groepsproces niet vergeten: de leraar zelf.

Ook leraren hebben een zware periode achter de rug. Ook daar geldt de vraag hoeveel veerkracht nog aanwezig is als je persoonlijk en professioneel leven op de kop staat, je naasten ziek en/of overleden zijn, ouders of grootouders van leerlingen overlijden en je je grote zorgen maakt over het welbevinden van je leerlingen.

- Start en eindig de werkdag met een korte briefing. Bespreek je vragen en je zorgen. Uit emoties en bepaal samen wat je te doen staat.
- Een van de vijf cruciale competenties in het gedachtegoed van sociaal-emotioneel leren³ is zelfbesef: het herkennen, benoemen en reguleren van emoties. Psycholoog Marc Brackett ontwikkelde de Mood Meter app. Via deze app kun je je eigen gemoedstoestand monitoren.⁴ Voor sommige mensen kan het gebruik van zo'n app wellicht leiden tot meer rust en grip op het eigen leven.

3 Van Overveld, K. (2017). *SEL. Sociaal emotioneel leren als basis*. Huizen: Uitgeverij Pica.

4 <https://moodmeterapp.com/>

Toch samen

Leerlingen komen de komende tijd in kleine groepjes naar school. Het is tegelijkertijd van belang om aan het groepsgevoel te blijven werken. Geef de leerlingen de opdracht om voor het naar huis gaan een boodschap achter te laten op de tafel van een afwezige groepsgenoot. Op deze manier blijven leerlingen met elkaar in contact staan.

Wat ook mogelijk is om aan het einde van een dagdeel een kort filmpje te maken waarin een aantal leerlingen vertelt hoe ze de schooldag hebben beleefd. Dat filmpje kan weer de dagopening worden voor de volgende shift. Zo rijgen we de dagdelen als het ware logisch aan elkaar.

De aandacht moet uitgaan naar de emotionele competenties van leerlingen

3. Reguleren van de emotie

Wij verwachten dat er na korte of langere tijd weer irritaties en problemen tussen leerlingen zullen ontstaan. Dat betekent dat we het met leerlingen over twee zaken moeten hebben: triggers en kalmering.

- Ga met leerlingen op zoek naar triggers. Stel ook de vraag: Wat is jouw trigger? Wat maakt dat je je nu zo verschrikkelijk gefrustreerd of gestrest voelt? Als je weet wat jouw trigger is, dan kun je voor jezelf een plan bedenken: hoe te kalmeren?
- Ga met leerlingen na wat effectieve manieren zijn om te kalmeren. Is dat even diep ademhalen voordat je reageert op de ander? Loop je stevig weg uit de situatie of spreek je jezelf toe met woorden als 'rustig blijven, niet op reageren'?
- Er is hier niet één oplossing die voor elke leerling geldt. Nogmaals: leerlingen maken hun eigen plan.

De auteurs



Dr. Kees van Overveld is eigenaar van een trainingsbureau voor het onderwijs. Hij biedt o.a. trainingen aan over groepsvorming en sociaal-emotioneel leren. Meer informatie is te vinden op de website: www.keesvanoverveld.nl



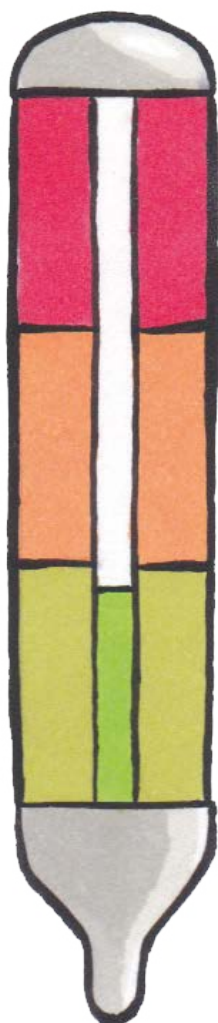
Wouter Siebers Msen is gedragspecialist en onderwijsadviseur bij Expertis, trainer, co-teacher, projectleider van SEL-methode Kwink en spreker binnen het onderwijs. Meer informatie is te vinden op: <https://www.linkedin.com/in/woutersiebers/>

Literatuurtips

- Van Overveld, K. (2012). *Groepsplan Gedrag. Planmatig werken aan passend onderwijs*. Huizen: uitgeverij Pica
- Van Overveld, K. (2017). *SEL. Sociaal-emotioneel leren als basis*. Huizen: uitgeverij Pica.
- De Vreede, A. (2018). *Wat voel je? Wat denk je? 55 emotiekaarten*. Huizen: uitgeverij Pica.
- Van Engelen, R. (2014). *Grip op de groep*. Amersfoort: Uitgeverij ThiemeMeulenhoff.
- Bijleveld, B. (2012). *De gouden weken. Groepsvorming en ouderbetrokkenheid*. Drachten: Uitgeverij Eduforce.
- Donker-van der Meer, A. en Tempert, B. (2013). *KlasseKids. Verbindt leerlingen door groei, succes en plezier!* Huizen: uitgeverij Pica.

Gevoelsthermometer

Hieronder zie je een gevoelsthermometer. Wanneer je de gevoelsthermometer invult, kun je ontdekken hoe jij merkt dat je overprikkeld raakt. Hoe eerder je beseft dat het mis gaat, hoe sneller je jezelf kunt helpen om weer rustiger te worden.



Kleur	Wat merk ik aan mijzelf?
rood: ik ben overprikkeld, ik kan het even niet aan <i>Wat kan ik doen om terug te komen bij groen en wie of wat kan me daarbij helpen?</i>	
oranje: ik zit niet lekker in mijn vel, ik raak overprikkeld <i>Wat kan ik doen om terug te komen bij groen en wie of wat kan me daarbij helpen?</i>	
groen: ik voel me prettig, het gaat goed	

Deze gevoelsthermometer is gebaseerd op het gelijknamige werkblad behorende bij de *Autisme Gesprekskaarten*.
Copyright © Uitgeverij Pica. Alle rechten voorbehouden. www.uitgeverijpica.nl

Groene en rode gevoelens



blij



tevreden



rustig



vrolijk



eerlijk



moedig



trots



sterk



hoopvol



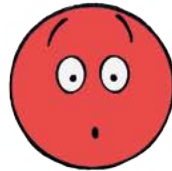
gelukkig



opgelucht



zenuwachtig



geschrokken



schaamte



machteloos



somber



bang



boos



ongerust



verdrietig



angstig



teleurgesteld



gespannen



ongelukkig



onzeker



Copyright © 2020:
Uitgeverij Pica, Huizen.
Illustraties: Ruud Bijman
Concept en idee: Adinda de Vreede