Coole Kikkers pesten niet

De metamorfose van een lastige groep

Carla Desain

Lekker knus met z'n allen onder de pingpongtafel

Ruziemaken, pesten, buitensluiten en ander onrespectvol gedrag zorgen voor een onprettig en onveilig klimaat in de klas, waarin het niet gewoon 'lekker leren' is. Speciale anti-pestprogramma's helpen wel, maar zijn soms moeilijk vol te houden omdat ze veel tijd en energie van de leerkracht vragen. Kinderpsychologe Anne Kooijman ontwikkelde daarom het Coole Kikkerplan, een plan van aanpak om te komen tot een klassenklimaat vol respect voor elkaar.

Het is juni. Voor elke leerkracht een tijd van afronden en vooruit denken.
Vorig jaar om deze tijd zagen Juf Christine de Jongh en juf Yvonne van der Zanden van de Johannesschool in Pijnacker een beetje op tegen wat komen ging: ze zouden een lastige groep krijgen. Stuk voor stuk hartstikke lieve kinderen, maar de sfeer was niet best: heel druk, er werd gepest, buitengesloten en geruzied. Het was meer een verzameling losse kinderen, geen eenheid.
De Jongh en Van der Zanden besloten de zaak meteen grondig aan te pakken: Ze zetten het Coole Kikkerplan in. En het heeft geholpen: Een jaar later is hun groep 6 echt een gezellige, sportieve, sociale en hardwerkende groep geworden. Een groep vol Coole Kikkers, zoals ze dat zelf uitdrukken.

COOLE KIKKERPLAN

Anne Kooijman heeft het Coole Kikkerplan ontwikkeld in directe samenspraak met basisschoolleerkrachten. Het is een simpel, goed uitgewerkt plan om de sfeer in een klas te verbeteren en de kinderen meer bewust te maken van hun eigen gedrag en dat van hun klasgenoten. Het plan is niet opgezet als een specifiek anti-pestproject maar de positieve invalshoek heeft vaak wel tot gevolg dat ongewenst gedrag, zoals pesten, nauwelijks meer voorkomt.
Kinderen worden aan het denken (en aan het praten) gezet over de vragen zoals: Hoe werk je goed samen? Wat doe je als iemand buitengesloten wordt? Wat doe je als je gepest wordt? Een begrip dat hierbij steeds gebruikt wordt, is 'Cool'. Een 'Coole Kikker' is dan 'iemand met prettig, respectvol en sociaal vaardig gedrag'.

Een belangrijke leidraad bij de ontwikkeling van het Coole Kikkerplan was dat iedere leerkracht ermee aan de slag moest kunnen, zonder uitgebreide scholing en met een minimum aan extra voorbereiding. Het invoeren ervan kost uiteraard (wat) extra tijd, maar het is gemakkelijk in te passen in het ritme van een schooldag.

'Bijna ongelofelijk hoe ver je in korte tijd kunt komen met je groep'

DUIDELIJKE LIJN

In de handleiding van het Coole Kikkerplan wordt benadrukt dat kinderen de kans moeten krijgen te oefenen met verschillende vormen van positief gedrag. Dat kost tijd, daarom is de eerste schooldag na de zomervakantie het beste moment om met het Coole Kikkerplan te starten.
Dat is precies wat Juf Christine de Jongh en juf Yvonne van der Zanden met hun groep 6 gedaan hebben: 'Dat paste prima bij onze normale aanpak: wij proberen altijd al een duidelijke lijn uit te zetten, vanaf de eerste minuut van het schooljaar. Of eigenlijk al eerder: vanaf de dag dat de kinderen bij ons komen wennen vóór de vakantie. Wij hanteren als hoofdlijn (het is zelfs bijna een lijfspreuk geworden): 'Je stoort niemand door je gedrag, door je houding of door wat je zegt."

Een prima duo: juf Yvonne en juf Christine

Het juffen-duo begon het schooljaar 2006-2007 met een belangrijk onderdeel van het Coole Kikkerplan: Ze legden de kinderen de volgende vraag voor: Wat willen jullie eigenlijk zelf in deze groep? 'Het antwoord was: "We willen minder ruzie, we willen gewoon lekker werken." Ze kwamen met allerlei regels, die we op het bord schreven. Die regels verschilden niet veel van hoe wij, als leerkrachten, erover denken. Maar nu kwamen die regels uit de groep zelf, het waren hun eigen formuleringen voor hoe zij het wilden in de klas. We spraken af dat – nu iedereen de regels kent - wij de kinderen erop zullen wijzen als ze zich er niet aan houden. En dat doen we ook, heel consequent, dat blijven we ook volhouden. Als wij storend gedrag zien: duwen, kletsen, elkaar aanstoten, wippen op de stoel, leggen we de boel even stop: "Wat is er aan de hand?" Wij vinden het belangrijk kinderen bewust te maken van hun gedrag, zodat ze merken dat ze sommige dingen gewoon niet kunnen maken..!'

Het Coole Kikkerkwartetspel

EVEN VOORSTELLEN: DE COOLE KIKKER

Juf Christine en juf Yvonne zijn als duo zo goed op elkaar ingespeeld, dat ze tijdens het interview soms elkaars zinnen afmaken: 'Wij willen natuurlijk dat de kinderen in onze groep lekker kunnen leren, maar we vinden het nog belangrijker dat ze met elkaar door één deur kunnen, dat ze het met elkaar kunnen vinden. Het begrip Coole Kikker helpt om dingen op een positieve manier aan de orde te stellen. Een Coole Kikker is iemand die zich goed aan onze eigen regels houdt en op een prettige manier met de anderen omgaat.
Wat is 'cool' gedrag precies? Het is niet hetzelfde als stoer of macho, maar ook niet hetzelfde als 'doen wat de juf wil dat je doet'. Het gaat om prettig, respectvol, sociaal vaardig met elkaar omgaan. We praten hier veel over met de kinderen. Daar gebruiken we de kaarten van het Coole Kikkerkwartetspel bij (zie kader): Als iemand buitengesloten wordt, wat doe je dan? of Hoe werk je goed samen? of Hoe reageer je als je gepest wordt? Soms bespreken we iets dat in de klas gebeurt aan de hand van de kaarten. We hebben ook de bijbehorende posters opgehangen.
Door die Coole Kikker erbij te halen, krijgen allerlei afspraken en regels een andere lading. Cool, dat willen ze allemaal wel zijn, dat klinkt zó goed. Daar doen ze veel voor.'

BELONING

Om de nieuwe, coole manier van omgaan met elkaar er goed in te prenten, is het handig daar een beloning bij in te zetten. Aan het eind van de dag wordt besproken wie zich het beste aan de zelfbedachte regels heeft gehouden. Die naam komt op het bord, dat kind krijgt een kikkersnoepje uit de grote pot en een kikkerplaatje op zijn of haar tafeltje. De Jongh en Van der Zanden vertellen: 'Op vrijdagmiddag mogen alle Coole Kikkers van die week hun kaartje inruilen voor een beloning: Ze mogen als groepje iets leuks doen, iets anders dan de rest van de klas. Dat vinden de kinderen fantastisch, daar doen echt ze hun best voor. Het concept van die Coole Kikker en het directe systeem van belonen in dezelfde stijl helpt enorm om de sfeer in de groep te verbeteren. Als één kind de Coole Kikker is geworden, willen de andere kinderen dat de volgende dag ook zijn. Kinderen leren in positieve zin van elkaars gedrag: 'als ik ook zo doe, dan ben ik ook cool'.'

Cool, dat willen ze allemaal wel zijn, dat klinkt zó goed

De juffen zijn nog steeds een beetje verbaasd over het enorme effect dat dit heeft op de kinderen: 'Daar gáán ze voor, voor hun naam op het bord, een plaatje en een snoepje als beloning voor goed gedrag. Maar het gaat natuurlijk wel wat dieper: De échte beloning zit erin dat de extra inspanning van een kind opgemerkt wordt door de juf en dat dit kind voor de hele groep daarvoor even in het zonnetje wordt gezet. En al snel merken ze

dat de sfeer in de klas echt veel prettiger is als er geen ruzie is en iedereen aan bod kan komen. Langzamerhand wordt die goede sfeer de grote motivator.'

De kinderen zeiden zelf: 'We willen minder ruzie, we willen gewoon lekker werken'

COOLE KIKKERVERKIEZING

Begin maart hebben juf Yvonne en juf Christine de werkwijze een beetje aangepast. 'Nu richten we de aandacht vooral op het buitenspelen, wie is daar een Coole Kikker? Met balspelen buiten gingen ze namelijk nog wel eens met z'n drieën tegen de zwakste, daar wilden we een eind aan maken.'
De kinderen zijn nu zover dat ze zelf mee kunnen beslissen over wie de sportieve Coole Buitenspeelkikker wordt. Het gaat daarbij niet om iemand die leuk gespeeld heeft, maar om iemand die goed voor een ander kind opkwam of iets dergelijks. Na elk speelkwartier mogen ze stemmen. De juf kijkt wie veel stemmen heeft gekregen en vraagt wie er op dat kind gestemd heeft en waarom. Daarbij blijken de kinderen vaak heel goed te kunnen verwoorden wat ze goed, sportief en cool aan hun klasgenootjes vinden. Deze gesprekken komen de sfeer in de groep enorm ten goede.

'Juf, ik heb op Stacy gestemd. Ik vind dat Stacy de Coole Kikker van het buitenspelen mag worden vandaag. Omdat ik vind dat zij heel erg veranderd is. Vroeger als er iets vervelends gebeurde, werd ze altijd heel gauw boos. Dan kwam er vaak ruzie. Nu doet ze dat al een paar weken niet meer. Het is veel gezelliger als er niet geruzied wordt. Bij Stacy valt het echt op.' Jessica (9 jaar)

Stacy mag een kikkersnoepje pakken

Pestgedrag op school

Pestgedrag op school is moeilijk uit te roeien. Onderzoek wijst uit dat 65% van het pestgedrag tijdens het buitenspelen niet wordt gezien door de pleinwachten, omdat het achter hun rug gebeurt.
Anne Kooijman stelt: 'Het enige dat echt helpt tegen pestgedrag op school is als de volwassenen een streep trekken: 'Ho! Wij tolereren geen vervelend gedrag'. Wanneer een leerkracht duidelijk stelling neemt tegen pesten en voor sociaal gedrag, schept hij of zij daarmee ruimte voor een positieve en veilige sfeer in de klas. Om die veilige sfeer in de hele school en dus op het schoolplein te krijgen, moeten alle volwassenen meedoen.'

Vlak voor het ter perse gaan van dit nummer van *JSW* meldden de juffen: 'Het buitenspelen verloopt uitstekend. Sinds de paasvakantie vinden de kinderen de verkiezing van de Coole Buitenspeelkikker niet meer nodig: "We snappen zo wel hoe het moet".'

GEEN TOVERMIDDEL

Juf Yvonne en juf Christine benadrukken nog even: 'Zo'n Coole Kikkerplan is natuurlijk geen tovermiddel. Het is een hulpmiddel, dat je een goed handvat geeft om in je groep de sfeer en de onderlinge omgang te verbeteren. Helderheid over welk gedrag je wel en niet tolereert in de klas is het belangrijkste. Die duidelijkheid over wat positief gedrag is, wordt versterkt door het begrip Coole Kikker. En dan schieten dingen opeens in de versnelling. Bijna ongelooflijk hoe ver je in korte tijd kunt komen met je groep! Onze groep heeft in een paar maanden tijd echt een complete metamorfose ondergaan. Van een lastige klas naar een echte, prettige groep vol Coole Kikkers, die nog lekker leren ook. We zijn hartstikke trots op ze! En ook wij gaan echt elke dag met plezier naar school.'

De auteur is free-lance journalist.

Waar komt de Coole Kikker vandaan?

Kinderpsychologe Anne Kooijman uit Wassenaar geeft al 15 jaar sociale vaardigheidstrainingen aan kinderen tussen 6 en 12 jaar. In die trainingen bespreekt en oefent ze vooral het gewenste sociale gedrag. Ze verzon daar de term Coole Kikker bij, een term die erg bleek aan te slaan bij kinderen in deze leeftijdsgroep. Wie wil er nou niet cool zijn?
In haar trainingen laat Kooijman kinderen veel spelen en spelletjes doen. Spelenderwijs oefenen ze vanzelf allerlei sociale vaardigheden: met regels omgaan, rekening houden met elkaar en opkomen voor zichzelf.
Uit deze ervaringen kwam in 2005 het Coole Kikkerkwartetspel voort. De kwartetten gaan over onderwerpen die ook in een sociale vaardigheidstraining aan bod komen, zoals: Hoe krijg je vrienden? Hoe vraag je of je mee mag spelen en wat doe je als dat niet mag? Hoe werk je goed samen? Wat doe je als iemand buitengesloten wordt? Wat doe je als je gepest wordt?
Op verzoek van en in samenwerking met basisschoolleerkrachten werkte Kooijman het concept verder uit tot het Coole Kikkerplan. Er is geen uitgebreide scholing van de leerkracht nodig om het te kunnen toepassen. Het Coole Kikkerplan en het bijbehorende werkblad zijn gratis te downloaden vanaf www.decoolekikker.nl/coolekikkerplan.htm