

Hoe kunnen we SOVA-trainingen verbeteren?

Het belang van de context van het probleemgedrag.

Wat proberen SOVA-trainingen eigenlijk te bereiken?

Wanneer het over de sociaal-emotionele ontwikkeling van het kind gaat, worden scholen steeds vaker als verantwoordelijke voor problemen op dit gebied gezien. Wanneer er zich sociaal-emotionele problemen voordoen, is het dan ook de school die aangekeken wordt als vangnet en oplossing voor sociale en pedagogische problemen. Dit is deels begrijpelijk, aangezien een kind veel tijd op school doorbrengt en hier ook sociale contacten onderhoudt. Aan de andere kant blijven de ouders nog steeds hoofdvantwoordelijk voor de ontwikkeling van hun kind. Een ontwikkeling van de laatste tijd is dat de school steeds vaker verantwoordelijk wordt gehouden wanneer er iets misgaat in de omgang met elkaar en de daarbij geldende normen en waarden. Dit komt mede door het gebrek aan tijd en kunde bij de ouders.

Scholen hebben daarom in de loop der jaren een SOVA-training ontworpen, waarbij leerlingen die problemen geven op dit gebied een speciale training volgen. Tijdens deze training worden ze stilgezet om aan specifieke sociale aspecten te werken, die aanleiding zijn dat hun gedrag niet binnen de groep past.

Het doel van deze training? Op de website van het UMCG (afkorting graag voluit) lezen we het volgende: "Tijdens de sociale vaardigheidstraining leert u zich in allerlei situaties sociaalvaardiger en assertiever te gedragen. Het doel is dat u ander gedrag aanleert, zodat u gemakkelijker met andere mensen omgaat."¹ Dit werkt tweeledig. Aan de ene kant is deze SOVA-training namelijk ontwikkeld voor de extreme ruimtenemer, die leert dat het verstandig is om soms een stapje terug te doen. Aan de andere kant wordt er ook rekening gehouden met de extreme ruimtegever, die soms best wat meer voor zichzelf op mag komen. Er wordt dus gewerkt aan de sociale weegschaal: de weegschaal met ruimte voor jezelf aan de ene kant en ruimte voor de ander aan de andere kant. Slaat de weegschaal te ver naar één kant door, dan is dat nadelig voor het kind en de omgeving. Er is dan namelijk onvoldoende ruimte voor de minder bedeelde aan de andere kant van de weegschaal. Blijft de weegschaal echter in balans, waarbij er dus voldoende ruimte is voor zowel jezelf als de ander, dan is dit voor het kind én de klas prettig. Bovendien wordt hiermee een veiliger en fijner klimaat binnen de klas bereikt.

Hoe kunnen SOVA-trainingen geoptimaliseerd worden?

SOVA-lessen kunnen een stuk effectiever gemaakt worden door het probleem anders te benaderen; laten we het probleem binnen de context naar voren halen. Vaak wordt het probleemgedrag dat zich binnen de klas voordoet namelijk vaak tegengegaan door de schuldige leerling of het slachtoffer uit de klas te halen om SOVA-lessen te laten volgen. In deze lessen leert de leerling vervolgens hoe hij/zij zich wél hoort te gedragen. Dit is prachtig en dit kan ook zeker nuttig zijn. Echter, een leerling weet zelf vaak vrij goed wat er fout ging en wat er beter kon in zijn/haar omgang met de klas. Het probleemgedrag doet zich vaak voor op een moment, waarbij het belevingsgehalte hoog is. Dit heeft tot gevolg dat er toch een negatieve uiting naar zijn omgeving komt. Ondanks dat de leerling wel wéét wat hij/zij eigenlijk moet doen, heeft de leerling op dat moment niet de wijsheid en/of de mogelijkheid om de praktische tips uit de SOVA-lessen te gebruiken. De beleving van het moment is daarvoor vaak te hoog.

¹ UMCG (2016). *Sociale vaardigheidstraining*. Geraadpleegd op 16 februari 2016, van [https://www.umcg.nl/NL/Zorg/Volwassenen/zob2/SocialeVaardigheids training/Paginas/default.aspx](https://www.umcg.nl/NL/Zorg/Volwassenen/zob2/SocialeVaardigheids%20training/Paginas/default.aspx).

Een tweede probleem dat bij het oplossingsproces van het gedragsprobleem van belang is, heeft betrekking op de medeleerlingen. Wanneer een extreme ruimtenemer namelijk SOVA-lessen gaat volgen, kan de leerling door medeleerlingen als verantwoordelijke van het probleem gezien worden. De betreffende leerling krijgt daardoor als het ware een 'sticker' opgeplakt dat zijn gedrag niet normaal is. De sticker als zodanig hoeft het probleem nog niet te zijn, maar wanneer de leerling dit gedrag bij zichzelf als identiteit gaat aannemen, wordt het wel een serieus probleem. Omdat anderen hem/haar namelijk op een bepaalde manier zien, wordt hier onbewust rekening mee gehouden en kan de leerling zich aangemoedigd voelen om dit gedrag te laten zien. De leerling zal denken: dit gedrag past toch bij mij? Ondanks de lessen, die bedoeld zijn om het gedrag af te leren, kan het gedrag op deze manier dus verergeren.

Met name jongens zijn ingesteld op 'leren door middel van bewegen'. In hun omgang met elkaar zijn ze zeer fysiek en ze wisselen ontzettend veel non-verbale boodschappen uit. Hun beweeglijkheid kan voor veel wanorde tijdens de lessen zorgen. Wanneer een docent namelijk rustig met een reken- of taalles wil starten, zijn het veelal jongens die terechtgewezen moeten worden met woorden als: "Stil zitten", "Niet praten voor je beurt!" en ga zo maar door. In vergelijking met meisjes hebben veel jongens vaak niet de concentratie en het geduld om lang stil te zitten en zelfstandig achter hun tafel te werken. Jongens voelen zich bijvoorbeeld veel prettiger op het schoolplein en in de gymzaal.

Bovenstaand probleem van jongens die door hun 'teveel' aan energie voor probleemgedrag in de klas zorgen, valt heel goed te combineren met het eerder beschreven probleem. Kort samengevat betreft dit het feit dat leerlingen uit de context gehaald worden om hen sociale vaardigheden bij te brengen.

In een ander artikel ([hyperlink toevoegen](#)) is al geschreven over het belang van de gymzaal wat betreft het aanleren van sociale vaardigheden.² De gymzaal sluit meer aan bij de beleving en het 'zijn' van de jongens en toch is de hele klas bij elkaar. Met de juiste opdrachten is dit ook nog eens één plek waar druk op sociale verhoudingen kan worden gelegd. Nu is het de taak van de docent om dit proces in goede banen te leiden om zo tot een verbeterde omgang met elkaar te komen. Door de spelen in de gymzaal ontstaan er spanningen in een gecontroleerde situatie, die een uitgelezen mogelijkheid bieden om binnen die situaties verandering in het gedrag te bewerkstelligen. Als leerlingen vervolgens van die spanning en beleving leren welk gedrag het beste rendement oplevert, worden er echt stappen gemaakt.

Specifieke activiteiten, die gaan over teambuilding en communicatie, kunnen prachtige principes helder maken. Enkele voorbeelden zijn:

- Diegene met de grootste mond heeft niet per se gelijk.
- Vooraf beter rekening houden met wat een ander wil, voorkomt strubbelingen tijdens de activiteit.
- Op het moment dat iedereen praat, is er geen overzicht meer binnen je groep.
- Positief op elkaar reageren gaat veel sneller dan negatief reageren, bovendien is het veel leuker.
- Er zijn verschillende rollen en taken binnen de groep, gebruik deze goed. Houd rekening met elkaars kwaliteiten binnen deze rollen en taken.

Na elke opdracht waarin deze principes naar voren komen, moet dit ook geëvalueerd worden met de groep. Door samen met het kind te kijken wat het beste werkt in de omgang met zijn omgeving, krijgt het kind inzicht in zijn gedrag.

De nadruk van de les moet echter niet bij het kind met het probleemgedrag liggen. Dit moet een gezamenlijk proces zijn, waar ze ook als groep verantwoordelijk voor worden gehouden. Eigenlijk weten kinderen wel wat wel en niet wenselijk is, maar de moeilijkheid ligt in het feit om dit in de

² Van Grol, E. (2016). *Weerbaar worden vanuit de gymzaal*. In: www.grolweerbaarheid.nl

praktijk te kunnen toepassen. En precies hier moet tijdens de les de vinger bij gelegd worden. Daarom moet er na elke ronde naar het proces gevraagd worden aan de hand van bijvoorbeeld de volgende vragen: Wat ging er goed en wat kan er beter? Hoe kan het dat het nu beter ging dan de vorige keer? Op deze manier kan er in de praktijk met het wenselijke gedrag geoefend worden en hebben de kinderen elke ronde de kans om dit te verbeteren. Voor de kinderen is dit ook heel duidelijk zichtbaar in de groepsresultaten. Deze resultaten worden verbeterd, doordat de omgang met elkaar beter gaat, kwaliteiten binnen de groep beter benut worden en de samenwerking onderling verbeterd wordt.

De kracht ligt in het feit dat klasgenoten onder elkaar ook ongewenst gedrag kunnen benoemen. De docent geeft als leider aan wat wenselijk gedrag is, maar de groep als geheel is er verantwoordelijk voor dat dit ook in de praktijk gebeurt. Het uiteindelijke doel is dat de groep door deze ervaringen leert om een groep te zijn en de balans tussen ruimtenemen en ruimtegeven beter leert te begrijpen. Hierdoor zullen kinderen zich veiliger voelen binnen de klas. Dit, omdat men geleerd heeft beter rekening te houden met elkaar; er is ruimte voor jou om jezelf te zijn. En dat dit alleen bereikt kan worden door zelf ook voldoende ruimte aan de ander te geven. Door deze verbetering in de sfeer is het makkelijker om de weegschaal tussen ruimte voor jezelf en ruimte voor de ander in balans te houden.

Wanneer een medeleerling aangeeft dat gedrag anders moet, is dit veel sterker dan wanneer de docent voor de zoveelste keer zegt dat een leerling zijn/haar gedrag moet aanpassen. Dit prachtige principe kan tijdens deze praktische training volop gebruikt worden. Wanneer de directe omgeving aangeeft dat specifiek vervelend gedrag moet veranderen, is dat een heel sterk signaal. De reden hiervoor is dat elk individu bij elke (vooral nieuwe) groep zich telkens twee dingen afvraagt: "Hoor ik erbij?" en "Wat zijn hier de regels?". Pas als deze twee vragen voldoende beantwoord zijn, ontstaat de veiligheid waarbinnen prachtige sociale vaardigheden geleerd kunnen worden.

Daarom een pleidooi om een leerling niet zomaar uit de context te halen, gedrag aan te leren en vervolgens terug te stoppen met de verwachting dat het aangeleerde gelijk in de context toepasbaar is. Je wordt niet beter in autorijden wanneer je steeds als passagier meegaat, zelfs niet wanneer je in een weiland mag oefenen. Om beter te kunnen autorijden, moet je deelnemen aan het verkeer en oefenen met iemand die jou kan corrigeren zodra het fout gaat. Ingewikkelde zaken als autorijden en sociale vaardigheden kun je het beste leren door het gewoon te dóen! Niet dat er daarna nooit meer fouten gemaakt worden, maar daarvoor zijn we mensen. Bovendien: "fouten zijn het bewijs dat je het probeert!"