

# Overzicht lesprogramma's en -materialen sociaal- emotionele ontwikkeling

---



# PAD-leerplan

Programma Alternatieve Denkstrategieën

Lessen voor de sociale en emotionele competentie in de basisschool

Greenberg, M. (e.a.), Freriks, K. (bew.)

## BESCHRIJVING

Het Programma Alternatieve Denkstrategieën (PAD-leerplan) is een vertaling en bewerking van het Amerikaanse PATHS-curriculum. In de loop der jaren is het leerplan zowel in de VS als in Nederland meermaals bijgesteld, uitgebreid en toegespitst voor gebruik in diverse onderwijsituaties in het regulier en speciaal onderwijs. De lessen richten zich op vier aspecten van de sociale competentie, te weten:

1. Zelfbeeld: hoe waardeer en zie ik mijzelf?
2. Zelfcontrole: hoe stem ik mijn gedrag op mijn emoties af?
3. Emoties: hoe ga ik om met de emoties van mijzelf en de ander?
4. Probleemoplossingsstrategieën: hoe kan ik op bevredigende wijze een probleem oplossen?

Het leerplan is in 2005 compleet herzien door een samenwerkingsverband tussen het Semi-narium voor Orthopedagogiek, het Trimbos-instituut, TNO Kwaliteit van leven, het NIGZ en GGD-Nederland. Deze versie is bedoeld voor kinderen van groep 1 tot en met 8 van de basisschool. De versie is ook te gebruiken in scholen voor sbo en scholen voor speciaal onderwijs. Het leerplan is inhoudelijk uitgebreid: er zijn nu lessen voor groep 1 tot en met 8, die per leerjaar gebundeld zijn. Het leerplan heeft een handleiding voor de leerkracht en maakt gebruik van een gevarieerd aanbod van werkvormen.

## DOELSTELLINGEN

Het PAD-leerplan heeft twee hoofddoelstellingen:

- Het bevorderen van de zelfkennis en de sociale vaardigheid van de leerlingen: leerlingen krijgen inzicht in de manier waarop hun emoties invloed hebben op hun functioneren. Daardoor worden ze vaardiger in het omgaan met anderen.
- Het bevorderen van onderwijskundige en opvoedkundige processen in de groep.

De hoofddoelstellingen zijn onder te verdelen in subdoelstellingen:

- De leerlingen ontwikkelen zelfcontrole: zij bezinnen zich voordat ze handelen, ook wanneer ze van streek zijn of geconfronteerd worden met een moeilijke situatie.
- De leerlingen versterken hun gevoel van eigenwaarde. Hun zelfvertrouwen neemt toe en ze ontwikkelen vaardigheden zoals het geven en ontvangen van complimenten.
- De leerlingen herkennen (lichamelijke) gewaarwordingen als gevoelens en leren met welke woorden zij die gevoelens kunnen benoemen.
- De leerlingen weten dat nare gevoelens tot probleemsituaties kunnen leiden.
- De leerlingen kunnen hun gedrag door middel van taal sturen. Zij kunnen zichzelf bijvoorbeeld opdrachten geven als: 'Eerst rustig worden en even wachten; tel tot tien.'

- De leerlingen kunnen over hun gevoelens communiceren en discussiëren met anderen.
- De leerlingen zien en begrijpen verschillen en overeenkomsten tussen gevoelens, reacties en standpunten van henzelf en van anderen.
- De leerlingen leren de relatie zien tussen oorzaak en gevolg, waardoor ze zich meer verantwoordelijk voelen voor hun eigen gedrag.
- De leerlingen weten en begrijpen dat hun gedrag anderen beïnvloedt.
- De leerlingen leren nieuwe woorden die betrekking hebben op logisch denken en problemen oplossen. Ze begrijpen de woorden en kunnen ze toepassen.
- De leerlingen kennen de stappen die nodig zijn bij het oplossen van problemen en kunnen deze toepassen.
- De leerlingen herkennen problemen en conflicten in sociale interacties.
- De leerlingen ontwikkelen vaardigheden in het voorkomen en/of oplossen van problemen en conflicten in sociale interacties.
- De leerlingen raken gemotiveerder en creatiever: ze worden zich meer bewust van hun positieve gevoelens en eigenschappen en kunnen deze beter inzetten.

# Methode STIP

Sociale training in de praktijk van aanvangsgroep tot eindgroep

## BESCHRIJVING

STIP baseert zich op de doelen uit de leerlijn sociale competentie voor zeer moeilijk lerenden van 4 tot 20 jaar. De leerdoelen van STIP kunnen behaald worden op drie niveaus. Daarnaast zijn er didactische aanwijzingen voor leerlingen met een stoornis in het autistisch spectrum en ADHD. De zogenaamde thuisbrief informeert het thuisfront over de lessen op school.

STIP heeft als doel dat de leerling gewenst sociaal gedrag vertoont op school, op het werk, thuis en op het dagverblijf en dat hij positieve relaties ontwikkelt met mensen uit de omgeving om zo optimaal mogelijk te functioneren in de maatschappij.

De methode is speciaal ontwikkeld voor het zml-onderwijs. Met behulp van geschikte leermiddelen en werkvormen wordt een optimaal leerrendement nagestreefd. Bij de doelen wordt zowel rekening gehouden met de ontwikkelingsleeftijd als de kalenderleeftijd. Met STIP kan er structureel aandacht gegeven worden aan sociale competentie gedurende de gehele schoolperiode. Dit is met name voor zml-leerlingen van essentieel belang om mee te kunnen draaien in de samenleving.

De volgende onderwerpen komen aan bod:

- jezelf leren kennen en waarderen;
- goed voor jezelf zorgen;
- omgaan met gevoelens;
- aardig zijn en rekening houden met elkaar;
- positieve relaties;
- omgaan met een taak;
- hanteren van gespreks- en luistervaardigheden.

De methode voor sociale competentie omvat acht delen voor het so en drie delen voor het vso. De so-delen bestaan uit twintig lespakketten, die in één schooljaar uitgevoerd kunnen worden. Ieder pakket bestaat uit een les, herhalingsactiviteiten (beide aanleren) en toepassingsmogelijkheden (toepassen).

Een voorbeeld van een so-lespakket is 'Samen spelen'. Dit is een les die ontwikkeld is bij het doel 'de leerling heeft positieve ervaringen in het contact met anderen'. In de les wordt het samen spelen geïntroduceerd en aangeleerd met de methodepop (zie leermiddelen deel 1 en 2). De herhalingsles gebruikt andere situaties om hetzelfde doel te bereiken. De toepassings-suggesties gaan over situaties buiten de les, zoals in de klas, in de gang, op het schoolplein en tijdens het zwemmen. Hierdoor leert de leerling het geleerde toepassen in alledaagse situaties.

## DOELGROEP

(Zeer) moeilijk lerenden van 4 tot 20 jaar. De methode en leermiddelen zijn erg visueel gericht.

# Kanjertraining

G. Weide

## BESCHRIJVING

De 'Kanjertraining' is bedoeld voor kinderen die op school gepest worden en voor ouders en leerkrachten die daarmee te maken hebben. De 'Kanjertraining' heeft als doel dat het individuele kind zich gesterkt voelt, meer zelfvertrouwen heeft, beter grip heeft op sociale situaties en zijn gevoelens beter kan uiten. Het werken in groepen levert hierbij een gezonde wisselwerking op. In de training leren de kinderen onderscheid maken in manieren van reageren.

Tijdens de training wordt gebruikgemaakt van verschillende dierfiguren. De dierfiguren staan symbool voor bepaald (kinder)gedrag. Zo kan men zich gedragen als:

- aapje: deze probeert contact te krijgen door met de pestvogel mee te doen en overal een grapje van te maken, het aapje neemt niets en niemand serieus;
- konijn: deze denkt dat hij minder waard is dan anderen, is vaak bang en heeft last van faalangst;
- pestvogel: deze vindt zichzelf geweldig, alle anderen deugen niet en hij bepaalt zelf wel wat hij doet;
- tijger: dit is een kanjer, een kind dat assertief maar niet agressief is en zich in allerlei situaties goed weet te handhaven.

Door verschillende opdrachten worden de kinderen zich bewust van de gedragsvormen en oefenen ze zich in het gedrag van de tijger.

In de training komen onder andere de volgende onderwerpen aan de orde: gespreksvaardigheid, interesse tonen, je mening durven geven, stoppen met treiteren, zelfvertrouwen, trots zijn, uit de slachtofferrol stappen en het heft in eigen hand nemen. De kernwoorden daarbij zijn: vertrouwen, veiligheid en wederzijds respect.

Ouders krijgen binnen de 'Kanjertraining' een belangrijke rol. Het is van belang dat zij de ontwikkelingen begrijpen die hun kind doormaakt. De training is niet alleen van invloed op het gedrag van het kind, maar ook op zijn omgeving en het gezin waar hij deel van uitmaakt. Ouders worden begeleid in hun manier van reageren en er worden verschillende opvoedingsmogelijkheden besproken.

## Beter omgaan met jezelf en de ander

### BESCHRIJVING

---

Het programma richt zich op alle groepen van de basisschool en is gericht op het bevorderen van een beter pedagogisch klimaat en een uitbreiding van de professionele mogelijkheden van leerkrachten. Het programma heeft als hoofddoelen:

- opbouwen en stimuleren van een positief zelfbeeld;
- leren uiten en verwoorden van gevoelens en (positieve en negatieve) gedachten;
- vergroten van het inlevend vermogen.

Het programma bevat 96 lessen, verdeeld over 3 mappen. De lessen zijn geclusterd per groep. Als een groep aan een bepaald thema werkt, komen er achtereenvolgens drie blokken aan bod: het kind zelf, omgaan met anderen en het veranderen van situaties. Er zijn oefenlessen om kinderen vertrouwd te maken met de werkvormen die in het programma worden gebruikt.

### DOELGROEP

---

Groep 1 t/m 8 van het basisonderwijs.

# Kinderen en... hun sociale talenten

## BESCHRIJVING

De methode richt zich op het vergroten van sociale competenties: het vermogen om op een adequate manier sociaal en emotioneel te functioneren (rekening houden met de eigen belangen, die van een ander en met de waarden en normen van de maatschappij).

De methode hanteert een interactieve werkwijze. Ze schrijft niet voor, maar laat kinderen met elkaar de beste manier ontdekken. Er is veel aandacht voor het toepassen van kennis en vaardigheden tijdens andere onderwijssituaties en buiten de lessen. De methode sluit aan bij de Sociale Competentie Observatielijst (SCOL). Met behulp van de SCOL kan de inhoud van de lessen worden bepaald en kunnen vorderingen van de kinderen in beeld worden gebracht.

Thema's die aan de orde komen:

- ervaringen delen (zowel positieve als negatieve ervaringen);
- aardig doen (de ander op een positieve manier benaderen en zorg dragen voor anderen);
- samen spelen en werken (samen iets tot stand brengen, overleggen, afspraken maken, ideeën inbrengen);
- een taak uitvoeren (omgaan met taken en opdrachten, doorzetten bij een moeilijke klus);
- jezelf presenteren (jezelf kenbaar maken in het gezelschap van anderen);
- een keuze maken;
- opkomen voor jezelf (omgaan met weerstand van anderen en voor jezelf zorgen).

De methode heeft een cyclische opbouw. De onderwerpen van de gedragscategorieën komen door de jaren heen op een steeds hoger niveau terug.

De methode bevat voor elke groep van het basisonderwijs twintig lessen, die een vaste opbouw hebben.

- Elke lesperiode duurt twee weken. Week 1 is de basisles (met instructiefasen), met de mogelijkheid tot een of twee vervollessen in week 2.
- Elke les heeft een vaste opbouw en bevat twee tot drie lesdoelen. De lessen van de methode hebben in de mappen een vaste volgorde. Bij deze volgorde geven alle leerkrachten in alle jaargroepen in dezelfde periode hun lessen over dezelfde gedragscategorie, bijvoorbeeld omgaan met conflicten. De hele school is dus tegelijk met dezelfde gedragscategorie bezig. Een leerkracht kan hier bijvoorbeeld naar terugrijpen als hij met een leerling uit een andere jaargroep spreekt.
- Soms is het beter om van de vaste volgorde af te wijken. Als een groot deel van een groep bijvoorbeeld moeite heeft om een taak goed uit te voeren, krijgen de lessen van die categorie voorrang. In de activiteitenmappen staan overzichten van alle onderwerpen voor elke gedragscategorie, om een keuze te kunnen maken in de lesvolgorde.

## DOELGROEP

Groep 1 t/m 8 van het basisonderwijs.



# SOEMO-kaarten

## BESCHRIJVING

Met behulp van de SOEMO-kaarten wordt de sociaal-emotionele ontwikkeling van basisschoolkinderen op preventieve wijze gestimuleerd. De methode richt zich op de hele klas, niet alleen op de probleemkinderen.

De methode:

- ondersteunt preventief de sociaal-emotionele ontwikkeling;
- levert een belangrijke bijdrage aan een positief en veilig leerklimaat;
- kost weinig tijd per week (15 minuten);
- kan per week uitgebreid worden als het de leerlingen 'pakt';
- sluit aan bij wat 'hot' is voor kinderen, bijvoorbeeld incasseren, zich schamen, eerlijkheid;
- biedt een doorgaande lijn van groep 1 t/m 8;
- kost nauwelijks voorbereiding (5 minuten) en vereist geen dure cursus voor teamleden;
- biedt rustige werkvormen: werkbladen met meerkeuze-opdrachten en geïllustreerde (zwart/wit) kopieerkaarten;
- is ontwikkeld en gemaakt door collega's uit het onderwijs.

Verdeeld over vier mappen van meer dan 150 bladzijden zitten in een losbladig systeem in totaal 200 geïllustreerde kaarten: 25 kaarten per leerjaar. Een kaart behandelt een sociaal-emotioneel woord (alleen, heimwee, zenuwachtig, stoer) of probeert leerlingen vaardigheden aan te leren, zoals 'je spullen terugvragen' of 'belangstelling tonen voor een ander'. Ook stellen de kaarten vergissingen van kinderen aan de orde, bijvoorbeeld: 'Als een vriendje bij mij thuis speelt, ben ik de baas', of: 'Als iemand mij een klap geeft, mag ik terugslaan'.

Op de vervolgbladen staan verhalen, gedichten, versjes, vragen en ideeën om de woorden, vaardigheden en vergissingen te introduceren en verder te bespreken. Het is direct klaar voor gebruik. Wanneer de kinderen gegrepen zijn door het onderwerp, kan er in de rest van de week over doorgepraat worden. Daarvoor worden suggesties gegeven. Een onderwerp is vooral 'hot', als er een relatie is met recente gebeurtenissen. Doordat de methode losbladig is, is het steeds mogelijk onderwerpen aan de orde te stellen die kinderen en leerkrachten wat doen. Bovendien is de methode daardoor flexibel in te zetten in de (combinatie)groepen. Op een registratiekaart kan de leerkracht bijhouden wat reeds aan de orde is geweest.

## DOELGROEP

Groep 1 t/m 8 van de basisschool.

## Klets! Opkomen voor jezelf

### **BESCHRIJVING**

---

De methode bestaat uit één grote map met daarin per groep een handleiding met lees- en luistertips, beschrijvingen van de lessen, werkmappen, kopieerbladen en brieven voor ouders en verzorgers. Het programma heeft een preventieve insteek: door kinderen effectieve sociale vaardigheden bij te brengen, leren ze op te komen voor zichzelf en rekening te houden met anderen. Voor de groepen 2 tot en met 8 zijn leeftijdsspecifieke programma's ontwikkeld. De thema's zijn: de ander, ik, ik en de ander, de ander en ik. Per jaar zijn er twaalf lessen van een uur. Kinderen krijgen bij iedere les opdrachten, die ze vaak thuis moeten maken. Op die manier worden hun ouders of verzorgers bij het programma betrokken. Bij de methode zijn werkmappen voor de kinderen verkrijgbaar, die gevuld worden met de opdrachten en werkbladen.

### **DOELGROEP**

---

Groep 2 t/m 8 van het basisonderwijs.

## Samen sterker Terug Op Pad (STOP)

*Een vroege interventie voor jonge kinderen met gedragsproblemen*

W. de Mey, V. Messiaen, N. van Hulle, E. Merlevede en S. Winters

### BESCHRIJVING

Het STOP-programma is een kant-en-klaarpakket, gebaseerd op wetenschappelijke inzichten over de ontwikkeling van antisociaal gedrag. Het programma is mede gebaseerd op de meest recente onderzoeken naar de effectiviteit van interventies (evidence based). Kinderen met gedragsproblemen en gedragsstoornissen (antisociaal gedrag) hebben minder toekomstkansen. Ze falen vaker op school, sluiten makkelijker aan bij een negatieve vriendenkring, vertonen meer delinquent gedrag en gebruiken eerder genotsmiddelen. Kinderen die dergelijk gedrag al vroeg vertonen, vormen een extra kwetsbare groep.

Als eenmaal sprake is van een negatief gedragspatroon, dan verandert dit over het algemeen niet meer ten goede of in het beste geval slechts in beperkte mate. Tijdig ingrijpen, voordat de gedragsproblemen een duidelijk patroon krijgen, kan een verdere negatieve ontwikkeling voorkomen. Het betrekken van ouders en leerkrachten bij de behandeling blijkt effectief te zijn.

Het STOP-programma sluit aan bij een relatief jonge stroming binnen de ontwikkelingspsychopathologie: het ontwikkelen van ecologische interventies die preventief of vroegtijdig ingrijpen in het ontwikkelingsverloop.

Leerkrachten, leerlingbegeleiders en hulpverleners kunnen de principes van het programma Samen sterker Terug Op Pad toepassen in hun dagelijkse praktijk met kinderen. Er is een aanvullend pakket met tekeningen over het maken van duidelijke afspraken, het stapsgewijs oplossen van problemen en technieken om met boosheid om te gaan.

### DOELGROEP

Jonge kinderen (4-7 jaar) die meer dan andere kinderen liegen, vechten, driftbuien hebben, ongehoorzaam en opstandig zijn.

# Ho, tot hier en niet verder...!

Jooske Kool

## BESCHRIJVING

De methode 'Ho, tot hier en niet verder...!' richt zich op de bevordering van de psychosociale weerbaarheid van kinderen en jeugdigen door de beïnvloeding van de persoonlijke, relationele en omgevingsfactoren.

Specifiek aan de methode is het vergroten van de psychosociale weerbaarheid door de bevordering van de ik-ontwikkeling en ik-versterking door het versterken van het zelfvertrouwen, het omgaan met de eigen grenzen en die van de ander en het leren opkomen voor zichzelf. Invalshoek is het 'bewegen' in de brede zin van het woord. Door spel en beweging leren de kinderen beter luisteren naar hun lichaamssignalen en hun intuïtie. Met de ontwikkeling van vaardigheden doen zij iets voor zichzelf, de anderen en de omgeving. Er wordt gebruikgemaakt van methodieken uit de bewegingstherapie, de cognitieve gedragstherapie, Neurolinguïstisch Programmeren (NLP) en van imaginatie.

De ouders/opvoeders komen vier maal bij elkaar om zich bewust te worden van hun eigen communicatiepatronen, te leren actief naar de gevoelens van hun kind te luisteren en te onderscheiden wie het meest actief dient te zijn bij het oplossen van problemen. De training ondersteunt kinderen en ouders in hun groei naar zelfvertrouwen en acceptatie van zichzelf en de ander.

Er zijn voor de kinderen twaalf wekelijkse bijeenkomsten van 1,5 uur. Ze komen bij elkaar in groepjes van zes tot acht kinderen. De ouders en andere opvoeders komen vier keer bij elkaar: eens per drie weken 2,5 uur.

Door spel, beweging, tekenen, verbeelding, het verwoorden van eigen ervaringen en met behulp van een werkboek leren de kinderen (weer) trots te zijn op zichzelf en hun eigen kracht te vinden.

## DOELGROEP

Kinderen van 7 tot 12 jaar

# Schatjes, katjes, watjes?

drs. J.M.P. Kruuk, W. Steenbakkers en drs. W.L.M. Dortmans

## BESCHRIJVING

Samen spelen met andere kinderen klinkt heel eenvoudig, maar er komt heel wat bij kijken. Om met andere kinderen samen te spelen moet een kind bijvoorbeeld durven vragen of hij met de anderen mee mag doen. Hij moet op zijn beurt kunnen wachten, spelregels volgen, tegen zijn verlies kunnen en durven zeggen wat hem niet bevalt. Sommige kinderen hebben moeite met deze vaardigheden. Zij maken uit zichzelf moeilijk contact met andere kinderen, ze hebben bijvoorbeeld snel ruzie of staan op het schoolplein vaak alleen.

Dit programma is ontwikkeld voor kinderen die ondanks klassikale programma's over pesten en sociale weerbaarheid, behoefte hebben aan nog wat extra ondersteuning hierin.

Het programma bestaat uit:

- kennismakingsgesprek met ouders en kind;
- informatieavond voor ouders en leerkrachten;
- tien bijeenkomsten van 1,5 uur voor de kinderen;
- evaluatiegesprek met ouders.

Tijdens de bijeenkomsten leren de kinderen op een speelse manier vaardigheden zoals luisteren, problemen oplossen, over gevoelens praten, samenwerken met andere kinderen en kritiek geven en ontvangen.

Deze vaardigheden worden geleerd door erover te praten, te oefenen, toneelstukjes te spelen en door fysieke oefeningen te doen. De kinderen krijgen elke week huiswerk. Ook de ouders krijgen elke week een opdracht. De leerkracht van het kind heeft de mogelijkheid om op de hoogte te blijven van de ontwikkelingen door een schriftje van het kind. Aan het eind van het programma kan hij de veranderingen in het gedrag van het kind aangeven op een evaluatieformulier.

Inhoud van de tien bijeenkomsten:

1. kennismaken en contract bespreken;
2. complimenten geven en ontvangen;
3. gevoelens herkennen, verwoorden en uitbeelden;
4. iets vragen en een praatje maken;
5. knokken, aanpakken, wegkruipen;
6. pesten;
7. vrienden maken, invoegen bij anderen;
8. kritiek geven en ontvangen;
9. kinderen maken zelf een programma;
10. evaluatie en afscheid nemen.

## **DOELGROEP**

---

Het programma is het meest effectief voor kinderen uit de bovenbouw (vanaf ongeveer 9 jaar) die moeilijkheden ondervinden in het contact leggen en samenspelen met leeftijdgenoten. Te denken valt aan kinderen die aan de kant staan, gepest worden, weinig initiatief nemen, moeilijkheden ondervinden bij het oplossen van problemen of die het moeilijk vinden om vriendjes te maken en te houden.

# Aardig Vaardig

## BESCHRIJVING

'Aardig Vaardig' is een (les)pakket dat gebruikt kan worden om kinderen te leren omgaan met zichzelf en met anderen. Dit past in de leerstofoverstijgende kerndoelen 4 en 5 over het zelfbeeld van kinderen en over sociaal gedrag.

De methode bestaat uit dertig kaarten per bouw (groep 3/4, groep 5/6 en groep 7/8). Elke kaart bestaat uit een opdracht.

De rechterkant van de kaart richt zich tot de kinderen. Er staat een inleiding op over het thema en daarna is er een opdracht. De opdracht moet alleen of met een groepje worden uitgevoerd.

Op de linkerkant van de kaart staat informatie voor de leerkracht over de opdracht: doelstellingen, aantal deelnemers, benodigd materiaal, tijdsduur en aanvullende suggesties.

De doelstellingen zijn: de leerlingen kunnen zich op een assertieve wijze voorstellen, respect opbrengen, zorg opbrengen, hulp vragen en zorg aanvaarden, leiding geven en leiding ontvangen. Verder: kritisch zijn, een eigen mening hebben, zich weerbaar opstellen, zich discreet opstellen, ongelijk toegeven en kritiek ontvangen.

Elke doelstelling is per bouw uitgewerkt. Per twee doelstellingen zijn er zes kaarten uitgewerkt.

De kaarten zien er volgens de uitgever niet heel aantrekkelijk uit: grote vierkante kartonnen in pasteltinten. De inhoud is volgens de uitgever wel aantrekkelijk. De kaarten laten de kinderen nadenken over hun handelen. Er wordt dus gewerkt aan sociale cognities (kennis). Daarnaast wordt er vooral gewerkt aan de sociale vaardigheden, doordat de kinderen met de vaardigheid moeten oefenen.

De kaarten kunnen naast een methode voor sociaal-emotionele ontwikkeling gebruikt worden.

## DOELGROEP

Groep 3 t/m 8 van het basisonderwijs.