



Veilig Op School (VOS)

Een training “omgaan met negatief uitdagend gedrag” op school voor team en leerlingen.

Door Caroline Nater en Karel David van der Gun.

Inleiding

De training “Veilig op school” richt zich op de verbale, de communicatieve, de interactieve en de fysieke kant van negatief uitdagend gedrag, van hieruit gaan we de uitdaging aan om anders te kijken naar het negatief uitdagend gedrag en interventies bij dit soort gedrag. De totale training “Veilig Op School” bestaat uit een deel voor leerlingen (Uitdagend In Balans) en een deel voor het schoolteam. Beide delen kunnen afzonderlijk of gecombineerd worden gegeven.

Training “Veilig Op School” voor het team

Het deel voor teams omvat een combinatie van anders kijken naar en anders omgaan met negatief uitdagend gedrag, communicatieve componenten en fysieke technieken.

Duur van de training “Veilig Op School” voor het team

Een dag(deel).

Doelen van de training “Veilig Op School” voor het team

De deelnemers hebben inzicht in de problematiek op school m.b.t. negatief uitdagend gedrag van leerlingen.

De deelnemers hebben inzicht in hun eigen verbale en fysieke mogelijkheden m.b.t. deze problematiek.

De deelnemers maken kennis met een aantal verbale en fysieke technieken.

Groepsgrootte van de training “Veilig Op School” voor het team

Er wordt gewerkt in een groep of groepen van bij voorkeur 10-12 personen.

Opbouw van de training “Veilig Op School” voor het team

De deelnemers leren stevig te staan en met behulp van hun ademhaling hun rust en kracht in situaties met negatief uitdagend gedrag te bewaren (gronden en centreren).

Deze stevigheid, rust en kracht zijn de basis van waaruit de aandacht gericht kan worden en van waaruit gehandeld kan worden (focus kiezen en vasthouden).

Dit handelen is in eerste instantie verbaal. Met behulp van een aantal

communicatiemodellen onderzoeken we of en hoe we echt contact kunnen maken met de leerling. We bespreken manieren om opkomende boosheid te herkennen en in goede banen te leiden en hoe we uiteindelijk negatief uitdagend gedrag kunnen de-escaleren.

We geven een aantal praktische handvatten voor het omgaan met de fysieke kanten van negatief uitdagend gedrag.

De deelnemers maken kennis met een aantal fysieke technieken.

Er worden technieken geoefend om de eigen veiligheid te bewaren, zoals afweren en losmaken en technieken om de uitagerende leerling te begeleiden en te controleren. De deelnemers leren te denken, te communiceren en te werken vanuit TOP's. Tijdens de training wordt zoveel als mogelijk rekening gehouden met vragen en wensen van de deelnemers.

N.B. Deze training is een kennismaking met de technieken. Voor het effectief kunnen inzetten van deze technieken is meer oefening nodig dan in een dag(deel) geboden kan worden.

Training “Uitdagend in Balans”

Het deel voor leerlingen bestaat uit **de training “Uitdagend in Balans” in de klas.**

Duur van de training “Uitdagend in Balans” in de klas

Tien trainingen van anderhalf uur (aanpassingen in overleg).

Doel van de training “Uitdagend in Balans” in de klas

De deelnemers leren in balans te zijn (gronden) en bij zichzelf te blijven (centreren). Centreren en gronden kunnen je helpen als je lastig gevallen wordt of als te maken krijgt met negatief uitdagend gedrag, maar vormen ook een basis, van waaruit je op anderen kunt afstappen om vriendschap te sluiten.

Je aandacht richten (focussen) helpt je om je doel te bereiken. Het formuleren van doelstellingen en het vrijmaken, richten en vastzetten van aandacht op het juiste moment, op het juiste doel is voor iedereen haalbaar.

Een doel kan bijvoorbeeld zijn: “stop” durven zeggen, je zelfverzekerd voelen, of je eigen boosheid kunnen herkennen en beheersen.

Groepsgrootte van de training “Uitdagend in Balans” in de klas

Er wordt gewerkt in een groep of groepen van 12-15 leerlingen per trainer.

Opbouw van de training “Uitdagend in Balans” in de klas

In de training “Uitdagend in Balans” leren we leerlingen door middel van eenvoudige oefeningen om te gronden, te centreren, te focussen en jezelf te overwinnen in de uitdaging. We gebruiken technieken en oefeningen uit o.a. judo, aikido, zelfverdediging en weerbaarheidstraining. Veel ideeën over focussen hebben we ontleend aan programma's voor de mentale training van (top)sporters.

Bas, na zijn training “Uitdagend in Balans”

“Van Uitdagend in Balans ben ik van binnen zo sterk geworden, nu hoef ik van buiten niet sterk te zijn.”

Contact

Spraak - Taal - Stottercentrum Rijnland
Drs. Caroline Nater, spraak-taalpatholoog
info@stsc-rijnland.nl, 071-5175975