

Het belang van herstel van

Veel kinderen die (hooggevoelig) hoogbegaafd zijn, hebben vaak al op de basisschool het gevoel dat ze anders zijn en er niet echt bij horen. Andere kinderen ervaren dat hoogbegaafde kinderen alles net even anders benaderen en anders zien. Kinderen die anders zijn, worden vaak gepest. Pesten of gepest worden is echter geen kenmerk van hoogbegaafdheid. Gepest worden is ook niet het gevolg van hoogbegaafdheid. Het is iets wat ook andere kinderen kan overkomen. Maar doordat hoogbegaafde kinderen al tot een minderheidsgroep behoren, lopen ze eerder het risico dat ze buiten de gangbare norm vallen. Dit kan ervoor zorgen dat ze zich moeten aanpassen. Als die aanpassing onvoldoende is, kan dit pestgedrag bij anderen oproepen.

door Margriet Schouten

Vooroordelen over de hoogbegaafde leerling kunnen ook aanleiding zijn om hem in diskrediet te brengen, zowel door leeftijdsgenoten als door volwassenen. Er zijn drie criteria die bepalend zijn of er sprake is van pesten:

- Er is sprake van gedrag dat over een langere periode wordt vertoond. Het gedrag vormt een patroon.
- Het gedrag is vernederend, intimiderend, grensoverschrijdend of vijandig.
- Het gedrag heeft effect op de machtsverhouding tussen pester(s) en gepeste(n); de gepeste krijgt of houdt een lagere status dan de pester(s).

De meest voorkomende uitingsvormen van pesten zijn: sociaal isoleren, bespotten, in diskrediet brengen, dreigen, verbale intimidatie, fysieke intimidatie, ongewenste seksuele aandacht en discriminatie (Buddingh, 2005).

Pesten is er vaak de oorzaak van dat de veiligheid van een leerling in de klas (een systeem) niet kan worden gewaarborgd. Het is daarom belangrijk om te zorgen dat er een positieve groepsdynamiek aanwezig is. Voor een hulpverlener betekent dit dat hij niet alleen moet kijken naar de pester en de gepeste, maar ook naar de groepsinteractie en de positie van de leerkracht.

Dit artikel gaat over Mika, leerling in groep 5 van de basisschool. Mika is hoogbegaafd en heeft altijd al moeite gehad met het onderhouden van vriendschappen. Ouders en school maken zich zorgen omdat Mika niet graag naar school gaat, weinig energie heeft en aangeeft dat ze gepest wordt door één specifieke leerling.

Na de intake besluit ik samen te werken met een professional van KANS in Onderwijs, een expertisecentrum op het gebied van adviseren, professionaliseren en begeleiden in het onderwijs. Een aantal medewerkers is geschoold in het systemisch werken in de klas. De ondersteuning die zij bieden heet GroepsGeluk. Dit expertisecentrum kan door scholen/samenwerkingsverbanden of jeugdprofessionals worden gevraagd om te komen ondersteunen op scholen als er sprake is van pesten/haantjesgedrag of meidenvenijn of onrust/onveiligheid in de klas. Ik werk samen met Angela Regts, systemisch professional en leerkracht.

Casus Mika (tien jaar)

Ouders en school melden Mika aan bij de praktijk omdat zij al vanaf het begin van groep 5 niet lekker in haar vel zit. Naar school gaan is al langer een opgave voor haar, maar sinds dit jaar kost het haar nog meer energie. Voorheen sprak ze na schooltijd nog wel af met een vriendinnetje, maar nu gebeurt dat niet meer. Ze komt oververmoeid thuis, trekt zich steeds meer terug en heeft ook een aantal keren aangegeven dat het in de klas minder gezellig is. Er is regelmatig sprake van pestgedrag in de groep. Met name één jongen heeft het steeds op haar voorzien.

In overleg met de ouders en de school stel ik voor om eerst eens te kijken wat systemisch werken in de klas zou kunnen opleveren. Er wordt ingezet op een sessie GroepsGeluk, systemisch werken in de klas. Bij deze werkwijze staat het kind niet centraal, omdat hij zich immers al onveilig en anders voelt. Er moet dus worden voorkomen dat het kind ervaart dat er iets mis is.

groepsgeluk bij pesten



We gaan met de hele klas en de leerkracht onderzoeken welke onbewuste dynamieken en patronen er op een diepe laag mogelijk aanwezig zijn. We onderzoeken waarom Mika gepest wordt, waarom ze nauwelijks meer zin heeft in school en waarom ze zo weinig energie heeft. Het komt heel vaak voor dat er door bewustwording bij de leerkracht een verandering wordt bewerkstelligd die voor de klas, in deze casus specifiek voor Mika, een fijner gevoel kan opleveren.

Ik leg eerst uit wat GroepsGeluk inhoudt. GroepsGeluk is een systemische tool (ontwikkeld door Désirée Farro-Joosen) waarmee je de dynamiek van de groep zichtbaar maakt met behulp van houten poppetjes, picto's en symbolen die op een tafel worden geplaatst. Door deze tool in te zetten krijgt de leerkracht inzicht in processen die in de groep spelen. Door een opstelling worden dingen in een systeem in beweging gezet.

Wat is een systeem eigenlijk? Voorop staat dat we allemaal onderdeel zijn van een systeem. We kunnen zelfs onderdeel zijn van meerdere systemen tegelijk. Het belangrijkste systeem is het familiesysteem (je gezin van herkomst, je opa en oma en al je voorouders). Naast het familiesysteem maak je meestal ook deel uit van andere systemen, zoals een vriendengroep, sportclub of klas. Binnen de systemen leven kinderen en volwassenen samen en beïnvloeden ze elkaar. Bert Hellinger is de grondlegger van het systemisch werken. Voor een leerkracht is het belangrijk om te weten dat meerdere systemen bewust en onbewust invloed uitoefenen op het welbevinden van een groep.

Sessie GroepsGeluk

Alle kinderen zitten in de kring en krijgen uitleg over wat we gaan doen. De poppetjes en picto's staan uitgestald op tafel. Iedereen mag een poppetje pakken en

dit voorzien van een sticker met zijn naam erop. Ook de juf heeft een poppetje. Vervolgens mogen de kinderen één voor één hun poppetje op het groene veld op tafel zetten. De een doet dat wat giebelend, de ander kijkt vooral naar wat klasgenoten doen en er zijn ook kinderen die heel serieus nadenken waar ze hun poppetje neer gaan zetten. Als alle kinderen hun poppetje hebben neergezet, kijken we in stilte naar het groene veld met alle poppetjes. Wat opvalt is dat sommige poppetjes heel dicht op elkaar staan, terwijl andere alleen staan aan de zijkant of in kleine groepjes bij elkaar.

Samen kijken we met de kinderen en de leerkracht naar wat we zien op het groene veld. We vragen de kinderen wat hen opvalt. Een aantal steekt direct van wal. Ze zien groepjes, maar ook poppetjes die alleen staan. Eén jongen (de pester) geeft aan dat hij niet snapt waarom Mika wel erg dicht bij de juf staat. We zien dat Mika schrikt en hierdoor geraakt lijkt. Als we haar vragen hoe ze het vindt om dit te horen, begint ze te huilen. Door haar tranen heen zegt ze snikkend: 'Jullie snappen het misschien niet, maar ik wil alleen maar de juf helpen...' Op dat moment zien we tranen bij de juf opkomen. Ze

slikt, herpakt zich en geeft daarna terug aan Mika dat ze dat erg lief vindt. De juf is daarna stil.

Op een liefdevolle manier, in verbinding met de groep en de leerkracht, vragen we Mika waarmee ze de juf graag wil helpen. Mika antwoordt: 'Nou, gewoon, dat het goed gaat in de klas en met de juf.' Ze vertelt verder: 'Ik let de hele dag op alles.' Er valt een stilte. Dan zegt de juf dat ze begrijpt waarom Mika er aan het eind van de dag vaak zo uitgeblust en moe uitziet. We zien dat Mika's blik door deze opmerking meer open wordt, ze gaat rechtop zitten en lijkt een aha-moment te hebben. 'JA,' zegt ze verbaasd, en kijkt ons met grote ogen aan. We vragen haar om een symbool te pakken voor haar vermoeidheid en het bij haar poppetje neer te leggen. Ze pakt twee symbolen en legt ze bij haar poppetje neer: een gebroken hartje en een donderwolk. Op de vraag waarom ze voor deze symbolen kiest geeft ze aan: 'Nou, omdat ik gebroken ben en op dit moment de zon niet kan zien schijnen. Het dondert in mij.' De

juf schrikt hiervan en vraagt haar: 'Waarom heb je dat niet eerder tegen mij gezegd? Dan hadden we er wat aan kunnen doen.'

We vragen de juf of zij iets herkent in de symbolen. Na een korte stilte geeft ze aan dat ze de symbolen herkent, omdat zij zich eigenlijk ook best zwaar voelt. Ze maakt zich zorgen om haar eigen kinderen, omdat ze net is gescheiden.

Deze bekentenis leidt ertoe dat er iets gebeurt in de groepsdynamiek. Doordat de juf haar eigen zwaarte uitspreekt, lijkt het alsof er bij alle kinderen een soort



Mika heeft haar poppetje aan de zijkant van het groene veld geplaatst en zit wat wiebelig op haar stoel. Als vervolgens de juf haar poppetje mag plaatsen, ontstaat er direct onrust in de groep. Mika lijkt meer onrust te voelen en heeft moeite om op haar stoel te blijven zitten. Als we aan haar vragen of ze iets wil veranderen aan de plek van haar poppetje, schiet ze overeind en plaatst ze direct haar poppetje voor en dicht tegen de juf aan. Een aantal andere kinderen wil nu ook hun poppetje verplaatsen. Een paar poppetjes komen wat dichterbij de juf te staan en sommige gaan wat verder weg van het poppetje van de juf.

opluchting en duidelijkheid komt (doordat de zwaarte is benoemd). De jongen die altijd het voortouw neemt in het pestgebeuren roept opeens: 'Juf, zijn die symbolen dan niet voor jou bedoeld?' De juf geeft hierop aan dat dit heel goed het geval kan zijn. We vragen vervolgens aan Mika of zij de symbolen aan de juf wil geven en dat ze daarbij mag zeggen: 'Juf, dit is van jou, ik heb dit met liefde voor jou gedragen, maar nu geef ik het aan je terug.' De juf neemt de symbolen aan en zegt: 'Mika, bedankt dat je dit zichtbaar hebt gemaakt voor mij. Ik zal het vanaf nu bij mij dragen. Jij mag je met al je energie gewoon fijn voelen in de klas.'

De groep is duidelijk opgelucht. Mika mag daarna voor zichzelf een symbool pakken dat haar kan ondersteunen om zichzelf te zijn. Ze kijkt naar de symbolen en pakt een klavertje vier. 'Nu kan ik weer gelukkig zijn,' zegt ze in de groep. Haar klasgenoten luisteren in stilte naar wat er in de groep gebeurt. We laten Mika nog het volgende uitspreken: 'Ik ben Mika en ik mag mezelf zijn. Als ik voor een ander wil gaan zorgen, dan denk ik aan mijn klavertje vier en weet ik dat ik het daar mag laten en alleen voor mezelf hoeft te zorgen.' Deze bewustwording zorgt voor opluchting bij Mika.

Het bijzondere is dat de pester na de sessie dicht bij Mika gaat staan om haar klavertje vier te bewonderen. Hij houdt het symbool zo stevig vast dat het lijkt of hij het ook nodig heeft. Opeens vraagt Mika ons of hij ook een klavertje vier mag hebben. De jongen staat er vragend bij. Het voelt alsof hij ook wel een beetje geluk kan gebruiken, en hij krijgt ook een klavertje vier. Mika en de jongen bewonderen elkaars symbool en op een diepe laag zien we een verbinding in de herkenning (van een gelijksoortig lot?) tot stand komen.

Na een week komen we terug om de sessie te evalueren met de ouders en de leerkracht. De juf geeft aan dat er iets is veranderd, maar dat ze niet goed kan benoemen wat het precies is. Het valt haar op dat Mika en de jongen veel meer naar elkaar toe trekken en dat ze zelfs samen aan opdrachten werken. De juf vertelt dat deze jongen ook hoogbegaafd is, maar zo onzeker van zichzelf is dat hij altijd onderpresteert. Zou Mika een gelijkgestemde hebben gevonden? De ouders geven aan dat Mika meer energie heeft en beter in haar vel zit.

Eén GroepsGeluksessie heeft op een diepe laag veel veranderd in de klas. Er is veel meer rust, iedereen gunt elkaar zijn plek, het pesten is totaal verdwenen en de groep vormt een eenheid. De juf geeft aan dat zij niet had kunnen bedenken dat haar privé zorgen overgenomen zouden worden door een leerling. Ze vraagt of ze een keer in de praktijk mag langskomen om te kijken wat zij nodig heeft om haar eigen lasten te verminderen.

Ik bespreek met de ouders en de juf wat er op systemisch gebied is gebeurd. In het systemisch denken zijn een aantal wetmatigheden belangrijk:

- * er is sprake van een duidelijk kader;
- * iedereen hoort erbij;
- * iedereen heeft zijn eigen plek (ordering);
- * er is balans tussen geven en nemen;
- * iedereen draagt zijn eigen lot.

In dit geval is door de GroepsGeluksessie duidelijk geworden dat er bij Mika geen balans was tussen geven en nemen. Mika gaf, systemisch gezien, te veel aan haar juf. Door voor haar te zorgen zorgde ze niet meer voor zichzelf. De last van de juf werd zo een last voor Mika. Kinderen doen dat uit liefde voor de volwassene. Door de ballast terug te geven aan haar juf kan Mika weer in balans komen.

De juf neemt nu verantwoordelijkheid voor haar eigen lot, waardoor er meer rust in de klas is ontstaan. Door het gedrag van Mika onder woorden te brengen is er bij de pester een soort herkenning of erkenning ontstaan, waardoor hij zich niet meer hoeft af te zetten tegen Mika. Het gevolg is dat ze met elkaar in verbinding kunnen komen.

We besluiten om op dit moment geen verdere hulpverlening in te zetten. Ik spreek het vertrouwen uit dat de innerlijke kracht die ieder kind in zich heeft nu zijn eigen weg in mag gaan. Hoogbegaafde kinderen hebben zo'n innerlijke wijsheid dat zij door de ontlasting zelf voelen wat zij nodig hebben.

Wat zou het toch mooi zijn als ieder kind zijn eigen plek op school kan en mag innemen en gewoon lekker kind mag zijn, in een fijne groep vol groepsgeeluk! ●



Margriet Schouten is integratief kinder- en jeugdtherapeute en heeft een kinder- en jeugdpraktijk in Driebergen (kinderpraktijk-margriet.nl).

Ze geeft therapie en coaching voor kinderen, pubers, jongvolwassenen en ouders, is EMDR-therapeute en begeleidt kinderen die hooggevoelig, hoogbegaafd en vaak beelddenkers zijn. Daarnaast is zij ervaren in systemisch werken door middel van systemische oudergesprekken en familieopstellingen met gezinnen.