

Interventie Kanjertaining

Erkenning

Erkend door deelcommissie Ontwikkelingsstimulering, onderwijs-gerelateerd aanbod en jeugdwelzijn

Datum: 17 maart 2022

Oordeel: Effectief volgens sterke aanwijzingen voor effectiviteit

De referentie naar dit document is: van Vloten en Vliek (3 november 2021).

Databank effectieve jeugdinterventies: beschrijving 'Kanjertaining'. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut. Gedownload van www.nji.nl/jeugdinterventies.

Inhoud

Inhoud.....	3
Samenvatting	4
1. Uitgebreide beschrijving.....	6
2. Uitvoering.....	14
3. Onderbouwing	20
4. Onderzoek	28
5. Samenvatting Werkzame elementen	37
6. Aangehaalde literatuur	38

Samenvatting

Kanjertraining is bedoeld voor kinderen en jongeren van 4 tot 16 jaar die problemen hebben in de omgang met anderen en voor hun klasgenoten en/of ouders. Het doel is het voorkomen of verminderen van sociale problemen zoals pesten, conflicten, uitsluiting en sociaal teruggetrokken gedrag en het bevorderen van welbevinden. De training wordt schoolbreed ingezet in het basis- en voortgezet onderwijs met wekelijkse klassikale lessen. Daarnaast wordt de training intensief en verkort gegeven door een psycholoog in vastgelopen klassen en op psychologenpraktijken aan kinderen met hun ouders in groepen.

Doelgroep

Preventief: Leerlingen op het (speciaal) basisonderwijs (groep 1 t/m 8) en het voortgezet onderwijs (klas 1 en 2).

Curatief: Sociaal vastgelopen klassen van het (speciaal) basisonderwijs en voortgezet onderwijs en kinderen en jongeren van 6-16 jaar die problemen ervaren in de omgang met anderen.

Doel

Sociale problemen zoals pesten, conflicten, uitsluiting en sociaal teruggetrokken gedrag zijn voorkomen of verminderd en het welbevinden is vergroot.

Aanpak

Kanjertraining wordt schoolbreed ingezet door (twee)wekelijkse lessen gedurende het hele schooljaar. De aanpak van Kanjertraining komt ook tot uiting in leerkrachtgedrag, schoolbeleid en ouderparticipatie. Op psychologenpraktijken volgen kinderen en hun ouders tien lessen van anderhalf uur. De methodiek bestaat o.a. uit sociale vaardigheden oefenen, rollenspellen, feedbackoefeningen, en vertrouwens oefeningen. Kinderen en volwassenen krijgen inzicht in hun gedrag en dat van anderen, en in de keuze die ze hierin hebben.

Materiaal

Voor scholen: Handleiding, voorleesboeken, werkboeken, digibordlessen, KanjerVolg- en AdviesSysteem (COTAN en Onderwijsinspectie: "goed"), posters, petten, handpoppen, Sociale Veiligheidsprotocol.

Voor ouders: Kanjerboek (visie en achtergrond), Boek 'Conflictbeheersing op School', Info-doebladen van iedere les, thuispakketten, oudervragenlijst.

Voor trainers: Draaiboeken.

Onderbouwing

Sociale problemen ontstaan vaak door een gebrek aan sociale vaardigheden, vervormingen in de sociale informatieverwerking, een onrealistisch zelfbeeld en door interacties met andere kinderen (in de klas). De Kanjertraining vermindert en voorkomt sociale problemen en stimuleert sociaal gedrag door kinderen inzicht te geven in hun gedrag en de gevolgen hiervan voor anderen, te oefenen met sociale vaardigheden, cognitieve technieken rondom sociale informatieverwerking en een aanpak waarbij de omgeving (leerkrachten, ouders en psychologen) uitgaat van intrinsieke motivatie bij het kind en verantwoordelijkheid van het kind om positief gedrag te laten zien. Omdat kinderen sociale vaardigheden vooral van elkaar leren, worden vaardigheden in een groep getraind. De Kanjertraining grijpt tevens in op het groepsgedrag van kinderen, bijvoorbeeld de neiging om storend gedrag van een ander (onbewust) te bekrachtigen. Hierdoor kunnen gedragspatronen en onderlinge relaties structureel worden verbeterd.

Onderzoek

Sociaal vastgelopen klassen die Kanjertraining krijgen van een psycholoog, gaan meer vooruit op zelfwaardering, prosociaal gedrag en relatie met de leerkracht, en laten een grotere afname zien in depressieve gevoelens en verstorend gedrag dan controlegroepen (Vliek & Orobio de Castro, 2010; Vliek, Overbeek & Orobio de Castro, 2015).

Op psychologenpraktijken rapporteren ouders minder emotionele problemen en problemen met leeftijdsgenoten, leerkrachten rapporteren minder gedragsproblemen, en kinderen meer zelfwaardering en het gevoel minder gepest te worden dan een gerandomiseerde wachtlijstgroep. Alle effecten bleven bestaan na een half jaar, en depressie nam zelfs verder af (Vliek, Overbeek & Orobio de Castro, 2015).

Als Kanjertraining wordt uitgevoerd door leerkrachten, is er in het eerste jaar alleen in klassen met veel conflicten een klein effect op gepest worden (Orobio de Castro et al., 2018). Op ervaren Kanjerscholen blijken minder kinderen gepest te worden (4,3%) dan op controlescholen (9,2%). Bovendien zijn ervaren Kanjerleerkrachten in staat om in onveilige klassen, pesten binnen een jaar te verminderen, ten opzichte van controleklassen (Vliek, 2019).

1. Uitgebreide beschrijving

1.1 Doelgroep

Uiteindelijke doelgroep

Preventief:

- Leerlingen op het (speciaal) basisonderwijs (groep 1 t/m 8) en het voortgezet onderwijs (klas 1 en 2).

Curatief:

- Sociaal vastgelopen klassen van het (speciaal) basisonderwijs en voortgezet onderwijs.
- Kinderen en jongeren van 6-16 jaar die problemen ervaren in de omgang met anderen en hierbij een hulpvraag hebben. Er is meestal nog geen sprake van een stoornis, maar wel van milde tot zorgwekkende gedrags- en/of emotionele problemen.

Intermediaire doelgroep

De intermediaire doelgroepen van de Kanjertraining zijn:

Preventief

- Leraren die klassikaal de Kanjertraining geven;
- Alle volwassenen die op school met de jeugdigen in contact komen (directie, onderwijsondersteunend personeel, intern begeleiders);

Curatief

- Ouders (waar 'ouders' staat in dit document bedoelen we opvoeders/verzorgers/ouders)

Selectie van doelgroepen

Preventief

Iedere school kan ervoor kiezen de Kanjertraining in te voeren. Alle leerlingen krijgen dan Kanjertraining. School informeert en betreft ouders bij de lessen. Er zijn geen contra-indicaties bekend. Er dient wel rekening mee te worden gehouden dat sommige leerlingen mogelijk meer profiteren van de training dan anderen. Mogelijk zijn de effecten kleiner voor leerlingen die weinig sociaal-emotionele problemen ervaren (plafondeffect). Ook individuele problematiek (bijv. autisme) kan invloed hebben op de effectgrootte.

Curatief

In een vastgelopen klas door een psycholoog

Deze training is bedoeld voor klassen waar sprake is van ordeproblematiek of sociale onveiligheid (bijvoorbeeld pesten) en waarbij het probleem niet kan worden oplost met adviezen op afstand. Hier zijn geen strikte criteria voor, maar aanwijzingen hiervoor zijn: veel ouders die met wantrouwen de school benaderen, sterke negatieve (hiërarchische) groepsinteracties (kinderen reageren sterk op elkaar, er heerst een 'straatcultuur'). Contra-indicaties: De school heeft zelf onvoldoende actie ondernomen om problemen aan te pakken. In dat geval wordt er eerst een actieplan met de school opgesteld. Een andere contra-indicatie: de school wil de leerkracht niet opleiden in Kanjertraining (omdat er bijvoorbeeld schoolbreed een andere training wordt gegeven). De aanpak moet namelijk passen in schoolbeleid waarin de 'Kanjergeschoolde' leerkracht een plek heeft.

Op psychologenpraktijken

Op de psychologenpraktijken kunnen kinderen en ouders zich aanmelden zonder verwijzing van de huisarts of de school. Ouder(s)/ verzorger(s) zijn verplicht om ook deel te nemen. Bij de laatste bijeenkomst wordt ook de leerkracht uitgenodigd. Deze training is bedoeld voor kinderen die thuis of op school 'niet lekker in hun vel zitten'. Ze kunnen verlegen zijn, zich uitsloven, bazig zijn, pesten, gepest worden, of zich als omstander ongemakkelijk voelen. Het zijn

kinderen die problemen ervaren in de omgang met anderen en hierbij een hulpvraag hebben. Er is meestal nog geen sprake van een stoornis, maar wel van milde tot zorgwekkende internaliserende of externaliserende problemen.

Deze training heeft aan aantal contra-indicaties:

- Grote angst bij ouders of kind (bijv. niet kunnen slapen/te sterke lichamelijke stressverschijnselen).
- Zo'n grote agressiviteit en/of gebrek aan zelfcontrole bij kind of ouders, dat het een bedreiging kan vormen voor anderen.
- Een hoge mate van impulsiviteit bij ouder of kind die zich nauwelijks laat corrigeren door anderen.
- Zeer ernstige gedragsstoornis bij ouder of kind.
- Ouders zijn niet gemotiveerd voor de training.

De contra-indicaties worden ingeschat tijdens de intake, door middel van een gesprek en vragenlijsten (Kanjervragenlijst en CBCL).

Betrokkenheid doelgroep

Directe aanleiding tot het ontwikkelen van Kanjertraining in 1996, was een verzoek van meerdere Almeerse ouders. Zij gaven aan: "Het gaat mis als wij naar school komen met vragen over het sociaal functioneren van ons kind. Vooral als ons kind zich niet fijn voelt op school." Samen met deze ouders is nagegaan waar hun kinderen op sociaal gebied het meest behoefte aan hadden. Deze onderwerpen zijn in de training terecht gekomen. Ouders en kinderen namen vervolgens deel aan de training, en gaven hierover feedback. Dit heeft geleid tot de basisvorm van Kanjertraining. Vervolgens is de training samen met leraren verder ontwikkeld tot een schooltraining.

Deelnemers aan de Kanjeropleiding wordt structureel om feedback gevraagd, met als doel de Kanjertraining als methode te blijven verbeteren (zie 'Onderzoek naar de uitvoering'). Trainers werken zelf met de leerlingen, ouders en leraren, en ontwikkelen voortdurend de training naar aanleiding van hun praktijkervaringen.

1.2 Doel

Hoofddoel

Sociale problemen zoals pesten, conflicten, uitsluiting en sociaal teruggetrokken gedrag zijn voorkomen of verminderd en het welbevinden van kinderen en jongeren is vergroot. Deze doelen gelden in alle settings.

Subdoelen

De verwachting is dat de subdoelen zijn behaald:

- Indien een school Kanjertraining volledig heeft geïmplementeerd (4 jaar) en een (nieuwe) leerling minstens een jaar de training heeft gehad.
- Aan het eind van de ouder-kindtraining op een psychologenpraktijk (10 lessen).

Subdoelen voor kinderen en jongeren (einddoelgroep)

In alle settings:

1. Kennis:

Kinderen en jongeren kennen hun gedragskwaliteiten en valkuilen en hebben inzicht in de gevolgen hiervan voor anderen. *Kinderen worden zich bewust van hun eigenheid.*

2. Vaardigheden: Kinderen en jongeren laten verbeterde sociale en emotionele vaardigheden zien, zoals:

- Zichzelf voorstellen

- Complimenten geven en ontvangen
- Gevoelens van zichzelf en anderen herkennen en hier mee omgaan
- Hun mening geven zonder anderen te kwetsen
- Vragen stellen en belangstelling tonen
- Feedback geven en ontvangen van groepsgenoten
- Beheersen verschillende conflictoplossingsstrategieën, waardoor pesten en andere conflicten afnemen of voorkomen worden (zoals mediation, je grens aangeven, naar een maatje toelopen en je vriend of vriendin aanspreken op vervelend gedrag)

3. Motivatie

Kinderen en jongeren zijn zich er bewust van rekening te willen houden met gevoelens van zichzelf en anderen.

4. Verantwoordelijkheidsbesef:

Kinderen en jongeren nemen meer verantwoordelijkheid in sociale situaties: ze kunnen autonome keuzes maken.

5. Houding ten opzicht van jezelf en de ander:

- Denken goed over zichzelf: hebben een positief en realistisch zelfbeeld.
- Denken goed over anderen: interpreteren gedrag van anderen minder snel als vijandig.

In de schoolsetting specifiek:

6. Veiligheid in de groep: De veiligheidsbeleving en het onderlinge vertrouwen (tussen leerlingen en tussen leerling en leerkracht) is verbeterd:

- Kinderen weten hoe ze worden ervaren door groepsgenoten, en wat ze kunnen doen aan gedragsverandering in positieve zin als dat nodig is.
- De normen van de straatcultuur worden gepareerd door het 'gezag van het fatsoen'.
- Kinderen en jongeren zijn zich bewust van meeloopgedrag dat zich uit in aandacht geven aan (en lachen om) storend gedrag van een klasgenoot, en zijn hierop aanspreekbaar en te corrigeren.

Leerkrachten en psychologen beoordelen twee keer per jaar d.m.v. observatie en het leerlingvolgsysteem van de Kanjertraining (KanVAS) of bovenstaande doelen behaald zijn. Bij onvoldoende voortgang, wordt klassikaal extra geoefend, worden de adviezen uit het KanVAS geraadpleegd en/of wordt samen met ouders een plan van aanpak opgesteld. Een school kan tevens contact opnemen met Stichting Kanjertraining voor advies.

Met bovenstaande subdoelen, voldoet een school aan de Wet Actief Burgerschap en Sociale Integratie.

Subdoelen voor leraren en andere betrokkenen op school (intermediair)

Preventief

Er is een veilige cultuur in het schoolteam en de directie bewaakt deze veiligheid.

Iedereen op school spreekt Kanjertaal vanuit een Kanjerhouding:

- **Kijken met vertrouwen naar kinderen, collega's en ouders en herinneren hen aan hun positieve intenties.**
- **Hebben een warme sensitieve houding naar kinderen toe, gericht op verbinding**
- Laten voorbeeldgedrag zien.
- Zoeken oplossingen die goed zijn voor alle betrokkenen, recht doen aan de situatie, en in de toekomst houdbaar zijn.

- Weten hoe op te treden bij conflicten.
- Durven grenzen te stellen.
- Spreken kinderen, collega's en ouders aan op ieders verantwoordelijkheid.

Curatief in vastgelopen klassen

Directie en leraren weten hoe ze het vertrouwen kunnen terugzetten in de klas en hoe ze ouders en kinderen kunnen aanspreken op hun positieve en negatieve gedrag.

Subdoelen voor Ouders

Curatief in vastgelopen klassen

- Ouders weten welk gedrag er van hun kind wordt verwacht op school.
- Ouders ervaren de kernoefeningen en zien wat het aandeel is van hun eigen kind in de groep.
- Ouders kunnen met hun kind sociaal gedrag bespreken vanuit de visie van Kanjertraining.
- Ouders weten dat zij het verwachte gedrag bij hun kind kunnen bekrachtigen; dat zij daardoor zelf een aandeel hebben in het functioneren van de groep.

Curatief op psychologenpraktijken

Ouders zijn zich bewust van hun voorbeeldgedrag, kwaliteiten en leerpunten.

Ouders kijken met een kanjerhouding naar hun kind en vertonen kanjeropvoedgedrag:

- Ouders kunnen respect tonen voor de ideeën, gevoelens en initiatieven van het kind.
- Ouders hebben een warme sensitieve houding naar kinderen toe, gericht op verbinding.
- Ouders verwachten van kinderen dat ze goede bedoelingen hebben (kijken met vertrouwen naar kinderen).
- Ouders weten hoe op te treden bij conflicten, durven grensstellend te zijn.
- Ouders spreken hun kind aan op zijn of haar verantwoordelijkheid.

1.3 Aanpak

Opzet van de interventie

Preventief op scholen

Er zijn twaalf tot zeventien lessen per leerjaar die in meerdere delen op te knippen zijn. Hierdoor geeft de leraar wekelijks een les van ongeveer drie kwartier, verdeeld over het hele schooljaar. Dit vormt een doorgaande leerlijn met steeds bij de leeftijd passende verhalen, thema's en groepsoefeningen. Leerlingen in het basisonderwijs krijgen dus acht jaar lang kanjerlessen. Op het voortgezet onderwijs geeft een docent Kanjerlessen, meestal tijdens het mentoruur. Er zijn 17 lessen voor klas 1 en 11 lessen voor klas 2. De docent verdeelt de lessen naar eigen inzicht over het jaar, of clustert ze aan het begin van het jaar. Daarnaast spreekt het hele schoolteam Kanjertaal, vertoont voorbeeldgedrag en voert Kanjerbeleid uit (zoals beschreven in het Sociale Veiligheidsprotocol). School informeert ouders over de Kanjertraining d.m.v. ouderavonden, informatie per leskern (info-doebladen) en nodigt ouders jaarlijks uit deel te nemen aan een Kanjerles in de klas. Leerlingen en leraren vullen twee keer per jaar het KanjerVolg- en Adviesstelsel (KanVAS) in. Leerkracht en ouder(s) bespreken samen gesignaleerde problemen en selecteren adviezen.

Intermediaire doelgroep op school

Het schoolteam volgt een driedaagse opleiding met na 2 en 4 jaar een nascholingsdag. Zij lezen de handleiding en gaan de lessen geven. Door het geven van de lessen raken zij als het ware zelf 'gekanjerd'. De Kanjercoördinator volgt na de basisopleiding een opleidingsdag tot Kanjercoördinator en zorgt voor de borging en implementatie op school. Tevens zijn er materialen die ondersteuning geven aan de leraar om kanjertaal te spreken (posters, petten,

kanjerklapper met kanjertaal). De directeur kan een aparte directietraining volgen (twee mogelijke dagen) om op een kanjermanier het team aan te sturen en leiding te geven aan de school.

Curatief aan vastgelopen klassen

Voordat deze dag plaatsvindt, bespreekt de trainer met de school dat de interventie alleen effect heeft wanneer deze dag wordt ingebed in een schoolbrede methode. Dat betekent dat leerkrachten, directie en IB'er het geleerde moeten voortzetten. Wanneer een school nog niet met de Kanjertraining werkt, moet het hele schoolteam op korte termijn getraind worden in het toepassen hiervan.

Voorafgaand aan een klassentraining, vullen kinderen vanaf groep 5 alle lijsten in van het KanjerVolg- en Adviesstelsel: Sociogram, Sociale veiligheidslijst en de Kanjervragenlijst (ontwikkeld door Stichting Kanjertraining). De Kanjervragenlijst meet negatieve gedragsintenties, onrustig verstorend gedrag, ongelukkig sombere gevoelens en hulpvaardig sociaal gedrag. De psycholoog of orthopedagoog (opgeleid als Kanjertrainer) bespreekt de uitslag telefonisch met de leraar om te bepalen welke onderwerpen tijdens de klassentraining nadruk moeten krijgen. De klassentraining bestaat uit één hele schooldag. In uitzonderlijke gevallen kan een tweede dag(deel) worden gegeven. Voorafgaand wordt een ouderavond gegeven, toegespitst op de problematiek in de klas. De leraar, directie, intern begeleider en tenminste één ouder per kind (of bijv. grootouder of ander familielid) zijn verplicht bij de klassentraining aanwezig. In een nagesprek ontvangen directie en leraar vervolgadvisen. De trainer stuurt een verslag naar school en ouders. Ouders van kinderen met opvallend gedrag ontvangen gerichte adviezen. Ongeveer drie maanden na de training vullen kinderen opnieuw de vragenlijsten in.

Curatief op psychologenpraktijken

Na aanmelding vullen kinderen vanaf 8 jaar thuis de Kanjervragenlijst in. Ouders en leraren vullen een gedragsvragenlijst in (Child Behavior Checklist: CBCL). Deze worden besproken in het intakegesprek. Een psycholoog of orthopedagoog (opgeleid als Kanjertrainer) geeft daarna tien wekelijkse lessen van 1,5 uur. Het eerste half uur is gezamenlijk, daarna gaan ouders en kinderen uiteen met een eigen trainer. Kinderen en ouders krijgen huiswerk mee om het geleerde thuis te oefenen. Er zijn aparte groepen voor kinderen van 6 en 7 jaar (maximaal 10 kinderen per groep), 8 tot 12 jaar en middelbare scholieren (beiden maximaal 15 kinderen per groep).

Inhoud van de interventie

Lesopbouw in preventieve en curatieve setting

De lessen in het onderwijs en op de psychologenpraktijken hebben grotendeels dezelfde opbouw.

Iedere les begint met het herhalen van de oefeningen uit voorgaande lessen. Daarna worden één of meerdere lesthema's geïntroduceerd aan de hand van een bij de leeftijd passend verhaal of situatie. In rollenspelen oefenen de kinderen en ouders (in de curatieve variant) met verschillende vormen van gedrag met behulp van vier petten. Daarna oefenen ze de sociale vaardigheden die passen bij het thema van de les, soms door middel van een kernoefening. Aan de hand van stellingen bespreken kinderen hun gedachten over sociale en morele dilemma's. Alle opdrachten zijn vormgegeven op het digibord en vanaf groep 4 kunnen leerlingen de geleerde vaardigheden ook bijhouden in een werkboek dat dient als leerdocument. Een les wordt afgesloten met een oefening waarbij het oefenen van het gedrag 'te vertrouwen zijn', 'samenwerken' of 'elkaar beter leren kennen' centraal staat. Voorbeelden van lesthema's zijn: jezelf voorstellen, gevoelens, jezelf zijn, grenzen aangeven, plagen en pesten, belangstelling

tonen, vriendschap, feedback geven en ontvangen, zelfbeheersing en gezonde leefstijl. Het is belangrijk dat het programma met alle bijbehorende lesthema's volledig wordt uitgevoerd zoals het bedoeld is. De lessen worden in een vaste volgorde gegeven, tenzij er een dringende reden is om van deze volgorde af te wijken. Bijvoorbeeld: wanneer er sprake is van online pesten in een klas, wordt het thema internet zo snel mogelijk behandeld. De leerkracht gebruikt de Kanjerafspraken als gedragsregels: We vertrouwen elkaar, we helpen elkaar, Niemand speelt de baas, Niemand lacht uit en Niemand blijft zielig. De laatste drie worden ook positief geformuleerd: We werken samen, We hebben plezier en We doen mee.

Kernoefeningen in preventieve en curatieve setting

In het kort worden de kernoefeningen als volgt uitgevoerd:

Petten

In de training staan gekleurde petten symbool voor gedrag of copingstrategieën. De witte pet is de Kanjerpet en staat voor vertrouwen en eigenheid. Als je de witte pet opzet in combinatie met de rode, zwarte of gele pet, representeert dit een kwaliteit: rood-wit = humor/relativeringsvermogen, zwart-wit = leiderschap/krachtig, geel-wit = empathie/zorgzaam. Wanneer de witte pet wegvalt (het niet meer lukt om vanuit jezelf, met vertrouwen te reageren) en je houdt alleen nog de rode, zwarte of gele pet op, dan kom je in je valkuil terecht (rood = te jolig/uitlachen, zwart = te bazig/te krachtig, geel = te gevoelig/bang). Kinderen krijgen uitdrukkelijk geen 'stempel' van één bepaalde pet: je bent niet een type gedrag, maar je gedraagt je op een bepaald moment in een bepaalde situatie zo. Je kunt er altijd voor kiezen om je anders te gedragen. Dat is het uitgangspunt van Kanjertraining.

Bij de kleuters worden de petten gekoppeld aan dieren die zich als de valkuil van de pet gedragen (rode pet = jolige aap, zwarte pet = brutale vogel, gele pet = bang konijn). De Tijger is te vertrouwen en helpt. Dit maakt het gedrag van de petten concreet voor kleuters. Kinderen worden zich zo bewust van het gedrag van zichzelf en dat van anderen. De petten worden gebruikt in rollenspelen en reflectieoefeningen ("Bij welke petten past jouw gedrag? Welke pet zou je op willen?").

Intermediaire doelgroep

Tijdens de teamtraining en ouderavonden zet de trainer de petten in om ook het schoolteam en de ouders bewust te maken van hun gedrag en het effect hiervan op anderen. Tevens geven de petten taal aan ouders en leraren in echte situaties, ook buiten de kanjerlessen om: "Welke pet heb je nu op? Zet je witte pet er eens bij op. Wat zou je anders kunnen doen?".

N.B. Indien een school, om wat voor reden dan ook, andere kleuren wil hanteren, dan is dat mogelijk. Verandering van kleur verandert immers niets in de opzet van Kanjertraining. De school moet de veranderde kleurstelling wel consequent doorvoeren. Sinds 2020 is het mogelijk een blauwe pet in plaats van de zwarte pet te gebruiken. Hier zijn ook materialen voor ontwikkeld.

Smileyposter-oefening

Bij de smileyposter-oefening vertelt de leraar dat er twee manieren zijn om je te gedragen: op een manier die prettig is voor jezelf en anderen (alle smileys zijn groen, je bent te vertrouwen), en op een manier die níet prettig is voor jezelf en/of voor anderen (een van de smileys is rood). Alle kinderen kiezen tegelijkertijd hoe zij zich *willen* gedragen, door aan één van beide kanten van het klaslokaal te gaan staan. Daarna wordt de kinderen gevraagd of het ook altijd lukt. Kinderen ervaren zo dat veruit de meeste klasgenoten zich prettig willen gedragen, maar dat dit niet altijd lukt. Hiermee wordt de basis gelegd voor het 'met vertrouwen naar de ander kijken'. Dit vormt tevens het uitgangspunt voor het leren je grens aan te geven: het gaat wel eens mis, zeg er dan rustig wat van, ervan uitgaande dat de ander het niet slecht bedoelt. Aan de kinderen die zich wel willen misdragen stelt de leerkracht grenzen en betreft de ouders hierbij.

Intermediaire doelgroep

Het team en de ouders doen deze oefening ook tijdens een teamtraining en een ouderavond. De trainer vertelt dat deze poster uitgangspunt is van het schoolbeleid en dat dit gedrag ook van het team en de ouders wordt verwacht: Spreek met respect over kinderen, ouders en de school en probeer een oplossing te zoeken die goed is voor iedereen. Dit is in de dagelijkse praktijk toe te passen door naar de poster te verwijzen: "Waar zit je nu (in rood of in groen)? Kijk eens, hij is nu heel verdrietig, is dat wat je wil? Was dat je bedoeling? Hoe kun je weer in groen komen?"

Motor en benzinepomp

Bij deze oefening ervaren kinderen dat vervelend gedrag sneller stopt wanneer je er geen aandacht aan geeft. In het kort: één kind speelt de motor door storend gedrag te tonen. De andere kinderen spelen benzinepompen die geen benzine geven. Dit betekent dat ze niet op het kind letten en er niet op reageren. Kinderen helpen op deze manier een druk kind rustiger te worden of een kind dat grappig of brutaal wil zijn zich niet zo uit te sloven of te manifesteren.

Intermediaire doelgroep

Het team doet deze oefening met elkaar tijdens de teamtraining. Ze worden zich bewust van waar ze zelf dagelijks benzine aan geven in de klas en in gesprek met elkaar. Heerst er een klaagcultuur in het team, en gaat er veel aandacht naar negatief gedrag van ouders, kinderen en het team, of gaat er veel aandacht naar positieve ervaringen? De leraar kan de volgende zin in de dagelijkse praktijk toepassen: 'Geef maar geen benzine'.

Ouders zien in de curatieve variant hoe hun kind zelf reageert op storend gedrag. De ouder kan het kind nu thuis hierop bevragen: "Waar geef jij benzine aan?" Zo kunnen ouders hun kind aanspreken op zijn verantwoordelijkheid. Tevens worden ouders zich bewust waar ze zelf benzine aan geven. Alles wat aandacht krijgt groeit. Daarom leren de leraar en de ouders om meer aandacht te geven aan prettig gedrag dan aan ongewenst gedrag.

Grenzen aangeven

Bij het thema 'grenzen aangeven' leren kinderen in sociale situaties hun grenzen aan te geven d.m.v. rollenspelen met oplopende moeilijkheidsgraad. Kinderen leren:

- 1) Aan te geven als ze iets niet fijn vinden ("Ik vind dit niet fijn. Wil je ermee stoppen?").
- 2) Een vriend of vriendin aan te spreken op vervelend gedrag.
- 3) Geen 'benzine' te geven aan vervelend gedrag, maar benzine te geven aan prettig gedrag (en steun te zoeken bij een klasgenoot als vervelend gedrag doorgaat).
- 4) Hoe te reageren in realistische pestsituaties.

Als het voorgaande niets oplost, dan roept de leerling de hulp van de leerkracht in.

Intermediaire doelgroep

Tijdens de teamtraining oefent het team in rollenspelen met zelf grenzen stellen aan kinderen. Er is een helder stappenplan grensoverschrijdend gedrag als onderdeel van het Sociale Veiligheidsprotocol waardoor de school handvatten krijgt voor het vormen van een Veiligheidsbeleid. Dit vormt ook de basis voor de curatieve klasseninterventie.

Ouders oefenen in de ouder-kind training met het grenzen stellen door middel van rollenspelen. Zo leren ze ook het goede voorbeeld te geven aan hun eigen kind.

Feedbackoefeningen

De uitvoering van de feedbackoefeningen verschilt per groep en leeftijd. In de onderbouw begint het met tips en tops over gedrag. In het bovenbouwprogramma en het VO zit bijvoorbeeld de

feedbackoefening 'pettenkwadrant', waarbij de vier petten in een vierkant op de grond worden gelegd. Kinderen leggen blokjes neer tussen de petten die overeenkomen met het gedrag van een groepsgeenoot (die feedback *wil* ontvangen). Kinderen geven een toelichting op de locatie van hun blokje. Het kind krijgt op respectvolle wijze complimenten en tips en leert deze ook te ontvangen. Al deze oefeningen vinden plaats onder begeleiding van een leerkracht met een kanjerlicentie. De feedbackoefening wordt afgesloten met een oefening waarbij het kind wordt opgetild of op een andere manier steun vanuit de groep ervaart. De leraar deelt de tips en tops met de ouders en indien nodig stelt de leraar met de leerling een plan op om te werken aan de tips.

Intermediaire doelgroep

Tijdens een teamtraining en tijdens nascholingsdagen doet het team de pettenkwadrant-oefening in groepjes met elkaar. De Kanjercoördinator en directie worden erop gewezen om feedbackoefeningen in het team vaker te laten terugkomen door het jaar heen.

Curatieve aanpak in vastgelopen klassen

De curatieve variant bestaat uit een intensieve vorm van Kanjertraining waarbij een Kanjertrainer de kernoefeningen op één dag geeft met betrokkenheid van ouders, leraar, directie en IB'er. Deze curatieve variant is een aanvulling op de preventieve variant. Deze wordt ingezet op scholen die de Kanjertraining al geven, of op korte termijn gaan geven. De trainer spreekt ouders duidelijk aan op hun verantwoordelijkheid om bij te dragen aan een sfeer van vertrouwen op school. De trainer legt uit wat de invloed is van ouders op het gedrag van kinderen in de klas, en doet een beroep op ouders (bijvoorbeeld: "Spreek met respect over andere kinderen, ouders en leraren"). De trainer benadrukt dat school erop toeziet dat de gemaakte afspraken na deze dag door de ouders en de leraar worden nageleefd, en actie moet ondernemen als dit niet het geval is (van gesprekken met ouders tot aan eventuele schorsing en verwijdering). De leraar neemt deel aan de training en ontvangt feedback van de kinderen. De leraar heeft nu ervaren hoe de oefeningen in zijn klas verlopen en ontvangt na afloop van de dag adviezen om de aanpak voort te zetten. De directie wordt geadviseerd beleid uit te voeren gebaseerd op het Sociale Veiligheid Protocol van Stichting Kanjertraining.

Curatieve aanpak voor individuele kinderen

Op psychologenpraktijken is een groter deel van de training op ouders gericht. Het kind krijgt, in vergelijking met de preventieve klassentraining, gericht en directer feedback van de trainer en er wordt meer persoonlijk gewerkt met eigen leerdoelen per kind en per ouder. Tevens krijgen ouders en kinderen huiswerk mee om het geleerde in de praktijk te brengen. Ouders oefenen dezelfde sociale en emotionele vaardigheden als de kinderen, soms met dezelfde werkvormen. Zij worden zich net als de kinderen bewust van hun gedrag, gedachten en gevoelens en van de keuzes die ze hierin hebben. Bij de kernoefeningen hiervoor wordt dit uitgelegd.

2. Uitvoering

Materialen

Visie:

- "Kanjerboek" en "Conflictbeheersing op school"; boeken met uitgangspunten van de Kanjertraining voor ouders, leraren en pabo-studenten

Werving:

- Informatiepakket voor nieuwe scholen

Uitvoering:

- Trainersdraaiboeken
- Handleidingen voor leraren
- Lesmaterialen per groep: voorleesboeken, digibordlessen en werkboeken
- Aanvullende digibordlessen voor: startweken, themaverhaaltjes voor peuters en kleuters, thema gezonde voeding en bewegen en thema anders zijn, identiteit, homo/biseksualiteit
- Boeken met extra oefeningen en spelletjes
- Ondersteunende materialen voor leraren en directie, o.a. Adviesplanning, Sociaal veiligheidsprotocol, instructievideo's
- Info-doebladen voor ouders

Groepsoverstijgend:

- Posters met kanjerafspraken, Smileyposter, Conflictoplossingsposter.
- Vier gekleurde petten
- Vijf handpoppen met verwisselbare petjes (voor peuters/kleuters)
- Knuffeltijger (voor peuters en onderbouw)

Evaluatie:

- KanjerVolg- en AdviesSysteem (KanVAS) met sociogram, Sociale Veiligheidslijst, Kanjervragenlijst, Docentlijst en Ouderlijst met bijpassende adviezen. Kanjerscholen krijgen bij aanvang van de basistraining gratis en onbeperkt toegang tot het KanVAS. KanVAS is positief beoordeeld door de COTAN en de Onderwijsinspectie.

Materialen zijn te bestellen via www.kanjertraining.nl (lesmaterialen alleen door scholen en leraren met een Kanjerlicentie).

Locatie en type organisatie

De Kanjertraining wordt uitgevoerd:

1. In de klas door leraren (PO en VO)
2. In vastgelopen klassen door psychologen, orthopedagogen en onderwijskundigen (PO en VO; door Stichting Kanjertraining of schoolbegeleidingsdiensten met een licentie)
3. Op psychologenpraktijken door psychologen of orthopedagogen, zowel GGZ-praktijken als voorzieningen voor lichte hulp en ondersteuning (bijvoorbeeld coachingspraktijken, studiebegeleidingscentra).

Opleiding en competenties van de uitvoerders

Preventief door leraren

Om te werken met Kanjertraining op school is een opleidingstraject van drie dagen vereist. Na de eerste twee dagen start de leraar met de training in de klas. Na drie maanden implementatie

vindt dag drie plaats en volgt er een Praktijkdag (zie hieronder). Om de licentie te behouden moeten leraren na twee en vier jaar een nascholingsdag volgen. Om na de training Kanjerlessen te mogen geven, moeten deelnemers beschikken over een lesbevoegdheid (PABO of lerarenopleiding), en minimaal 3 dagdelen op een vaste groep lesgeven.

De volgende thema's komen in de basistraining aan bod:

Dag 1 (voor aanvang van de lessen)	Dag 2 (idem)	Dag 3 (na drie maanden)
<ul style="list-style-type: none"> • Kanjerpetten als symbool voor typen gedrag* • Kanjerafspraken en smileyposter als leidraad voor gedrag op school/opvang* • 'Mentaliteit van vertrouwen en mentaliteit van wantrouwen' als theoretisch model voor gedrag van kinderen en ouders, leerkrachtgedrag en conflictbeheersing.* • Eigenheid van kinderen en volwassenen, de rol van de omgeving* • Kernoefening motor en benzinepomp* • Trainen van sociale vaardigheden: jezelf voorstellen, complimenten geven en ontvangen.* 	<ul style="list-style-type: none"> • Trainen van emotionele vaardigheden: gevoelens herkennen en verwoorden.* • Gebruik van de verschillende Kanjermaterialen per groep en groepsoverstijgend. • Conflictbeheersing o.a. kernoefening grenzen aangeven, regelen van sociale steun in de klas (zgn. 'maatjessysteem').* • Omgaan met voortdurend grensoverschrijdend gedrag: gespreksvoering en schoolbeleid.* • Trainen van sociale vaardigheden: vertellen en vragen, omgaan met lichamenlijk contact.* 	<ul style="list-style-type: none"> • Evaluatie en intervisie: hoe verloopt de implementatie tot nu toe? Welke doelen zijn behaald? Welke vervolgstappen zijn nodig?* • Het KanVAS als instrument voor monitoring en advies. • Omgaan met vriendschappen en interventie meidenvrij. • Depressieve gevoelens bij kinderen. • Kanjerlessen met kinderen en ouders organiseren. • Kernoefeningen feedback voor groep 1 t/m 8.

Er zijn aanvullende trainingen beschikbaar voor:

- Scholen en leraren die langer dan vier jaar met de Kanjertraining werken.
- Kanjercoördinatoren.
- Anti-pestcoördinatoren.
- Nieuwe (interim-)directeuren op een Kanjerschool.
- Gevorderde directie.
- BSO/TSO medewerkers

De aanvullende trainingen zijn niet verplicht, maar in de meeste gevallen wel aan te bevelen om de borging en kwaliteit te bewaken.

Curatief door psychologen of orthopedagogen

Kanjertrainers in het onderwijs:

- Hebben WO-opleidingsniveau (psychologie, (ortho)pedagogiek, onderwijskunde of vergelijkbaar).
- Hebben ervaring in het onderwijs en met het trainen van groepen, bij voorkeur lesbevoegdheid (PABO of lerarenopleiding).

- Worden intern opgeleid d.m.v. een driedaagse training vooraf, en een inwerkperiode van 3 tot 6 maanden (meelopen en coaching op de werkvloer).

Kanjertrainers op psychologenpraktijken:

- Hoofdtrainer heeft WO-opleidingsniveau (psychologie, (ortho)pedagogiek of vergelijkbaar), en is aangesloten bij een relevante beroepsvereniging.
- Co-trainers hebben minimaal HBO-opleidingsniveau.
- Alle trainers hebben Kanjertraining basislicentie (A) voor leraren, en tweemaal een traject van 10 bijeenkomsten meegelopen op een bestaande Kanjerpraktijk.

Competenties van Kanjertrainers zijn: een duidelijke en stevige persoonlijkheid, betrokken en innemend, flexibel en stressbestendig, zelfstandig.

Kwaliteitsbewaking

Deelnemers vullen na een basistraining of nascholingsdag een evaluatieformulier in. Daarnaast voert Stichting Kanjertraining tussentijds evaluaties uit in het kader van procesonderzoek, zie 'Onderzoek'.

Kwaliteitsbewaking van de uitvoering door scholen:

- Praktijkdag: om de implementatie te verbeteren, doet de trainer van Stichting Kanjertraining kernoefeningen voor in verschillende groepen. De directie, IB'er en ouders zijn hierbij aanwezig.
- KanjerVolg- en Adviesstelsel (KanVAS): meet sociale opbrengsten en levert adviezen.
- Helpdesk: leraren kunnen telefonisch, per mail of chat contact opnemen met Stichting Kanjertraining voor ondersteuning en advies.
- Schoolleiding: de schoolleiding is eindverantwoordelijk voor de borging en kwaliteit van de Kanjertraining op school. Schoolleiders volgen de training samen met het team of op de trainingslocatie in Almere (bijvoorbeeld wanneer een directeur op een reeds getrainde Kanjerschool komt te werken).
- Opleiding tot Kanjercoördinator: deze is verantwoordelijk voor de implementatie en borging op de eigen school. De Kanjercoördinator ziet er samen met de schoolleiding op toe dat het programma wordt uitgevoerd zoals het is bedoeld. Scholen wordt dringend geadviseerd om één of meerdere coördinatoren aan te stellen. Op deze manier worden scholen in de eerste plaats zelf verantwoordelijk gemaakt voor het getrouw uitvoeren van de interventie.
- In de tweede plaats vindt monitoring plaats door Stichting Kanjertraining zelf: er kan worden besloten geen nieuwe licentie te verstrekken, indien het niveau van implementatie en borging bij de verplichte nascholingsdagen onder de maat blijkt. Licenties kunnen eveneens worden ingetrokken wanneer een school of individuele leerkracht de verplichte scholingsdagen niet (op tijd) volgt.
- Scholen ontvangen pas een bord 'Erkende Kanjerschool' wanneer 80% van de leraren volledig is opgeleid en nageschoold. Opleiding en certificering van leerkrachten, evenals wisselingen in de teamsamenstelling, worden bijgehouden in de database van Stichting Kanjertraining.

Kwaliteitsbewaking van de uitvoering op psychologenpraktijken:

- In het kader van een promotieonderzoek voerden praktijken voor- en nametingen uit bij de intake, na de training en 6 maanden na beëindiging van de training. De praktijken en de ouders kregen een terugkoppeling van de uitslag. Zie 'Onderzoek' voor de resultaten.
- Alle trainers volgen jaarlijks een verplichte studiedag, georganiseerd door Stichting Kanjertraining, gericht op deskundigheidsbevordering.

Randvoorwaarden

Er moet voldoende draagvlak zijn bij leraren en directie om de Kanjertraining schoolbreed te implementeren. In de praktijk blijkt dat de training het beste werkt als alle leraren, intern begeleider en directie zijn opgeleid en er een Kanjercoördinator is aangesteld. Het is van groot belang dat het beleid ten aanzien van probleemgedrag in de organisatie breed wordt gedragen. Indien er twijfel is over het draagvlak, stelt de trainer dit onderwerp actief ter discussie tijdens de training.

Wanneer een Kanjertrainer de training komt geven in een sociaal vastgelopen klas, dan moeten de leraren van deze klas de Kanjeropleiding eerst gevolgd hebben, zodat zij de training kunnen voortzetten. Directie en leraar(en) moeten gemotiveerd zijn om hierna ook Kanjerbeleid te voeren op school en de rest van het schoolteam moet worden opgeleid. In het telefonisch gesprek vooraf wordt dit duidelijk gemaakt.

Implementatie

Jaar 1

- Schoolteam volgt basistraining dag 1 en 2.
- Leraren geven wekelijks de kanjerlessen en spreken Kanjertaal. De Adviesplanning geeft een overzicht van de startweken, lessenreeks en kernoefeningen verdeeld over het schooljaar.
- Ouderavond door een Kanjertrainer.
- Na 3 maanden implementatie: basistraining dag 3. De 'opstartfase' wordt geëvalueerd, laatste thema's worden behandeld.
- Praktijkdag.
- Leraren ontvangen licentie A (twee jaar geldig).
- Leraren maken bij implementatie gebruik van handleidingen en ondersteunende materialen (o.a. adviesplanningen, instructievideo's etc.).
- Eén of meerdere teamleden volgen de opleiding tot Kanjercoördinator. Directeuren die niet de basistraining met het team volgden, volgen de directietraining (zie Kwaliteitsbewaking).

Jaar 2 t/m 4

- De Startweek wordt bij aanvang van elk schooljaar herhaald.
- Iedere groep werkt wekelijks in de klas met de lessen die bij de groep passen en ouders worden hierbij jaarlijks uitgenodigd.
- Verplichte nascholingsdagen na 2 en 4 jaar implementatie (licentie B en C); gericht op intervisie, verdieping, nieuwe ontwikkelingen en borging.
- Kanjercoördinatoren volgen tweedaagse vervolstraining voor Kanjercoördinatoren, en eventueel keuzeday Anti-pestcoördinator.

Jaar 5 en verder

- School organiseert naar eigen behoefte terugkerende studiedagen Kanjertraining en ouderavonden voor nieuwe ouders.
- Kanjercoördinatoren volgen verplicht tweejaarlijks een intervisiedag.

Kosten

Basisonderwijs

Schoolteam (max. 25 leerkrachten):

- € 5.800,- voor de 3-daagse basistraining incl. ouderavond, Praktijkdag en materialenpakket (aan te vullen afhankelijk van aantal groepen).
- € 1.700,- per nascholingsdag (na 2 en na 4 jaar).

Individuele leerkrachten:

- € 475,- per leraar voor een 3-daagse basistraining.
- € 150,- per leraar voor een nascholingsdag.

Personele kosten:

- 5 x 9 uur opleidingstijd per leerkracht (volledige opleiding)
- Wekelijks een Kanjerles (45 min. lestijd, 15 min. voorbereidingstijd) = 40 uur per leerkracht(duo) per schooljaar
- 2 keer per schooljaar invullen en analyseren van het Kanjer-leerlingvolgsysteem (2 uur) = 4 uur per leerkracht(duo) per schooljaar.
- 4 keer per schooljaar evalueren van de lessen met directie en/of Kanjercoördinator (1 uur) = 4 uur per leerkracht(duo) per schooljaar.
- Variabele urenbelasting voor de communicatie met ouders. Globale richtlijn: 1 uur per week = 40 uur per leerkracht(duo) per schooljaar.

Het digibordmateriaal en het KanjerVolg- en AdviesSysteem zijn gratis te gebruiken door scholen met een Kanjerlicentie.

Voortgezet onderwijs

Schoolteam (max. 25 docenten):

- € 4.600,- voor de 2-daagse basistraining incl. standaard materialenpakket.
- € 1.600,- voor de verplichte nascholingsdagen (na 2 en na 4 jaar).

Individuele docenten:

- € 320,00 per docent voor een 2-daagse basistraining.
- € 150,00 per docent voor een nascholingsdag.

Personele kosten:

- 4 x 9 uur opleidingstijd per docent (volledige opleiding)
- 11-17 Kanjerlessen (45 min. lestijd, 15 min. voorbereidingstijd) = 11-17 uur per docent per schooljaar
- 2 keer per schooljaar invullen en analyseren van het Kanjer-leerlingvolgsysteem (2 uur) = 4 uur per docent per schooljaar.
- 4 keer per schooljaar evalueren van de lessen met directie en/of Kanjercoördinator (1 uur) = 4 uur per docent per schooljaar.
- Variabele urenbelasting voor de communicatie met ouders. Globale richtlijn: 5-10 uur per schooljaar.

Het digibordmateriaal en het KanjerVolg- en AdviesSysteem zijn gratis te gebruiken door scholen met een Kanjerlicentie.

Psycholoog in vastgelopen klas

- € 1.700,- voor een hele schooldag (incl. ouderavond vooraf, nagesprek en verslaglegging).
- € 1.050,- voor een halve schooldag (incl. ouderavond vooraf, nagesprek en verslaglegging).

Personele kosten: 10 uur

Psychologenpraktijk

Opleiding tot Kanjertrainer

- € 475,- voor 3-daagse basistraining
- 2 x 10 lessen op een psychologenpraktijk meelopen (gratis)

Kosten voor de ouders

€ 360,- voor 10 lessen, intakegesprek en indien gewenst twee extra gesprekken. Soms wordt dit vergoed door de Zorgverzekeraar.

Alle bedragen zijn gebaseerd op tarieven in september 2020 bij Stichting Kanjertraining.

3. Onderbouwing

Probleem

Kanjertraining wordt ingezet in veilige en onveilige klassen, bij kinderen en jongeren met en zonder problemen in de omgang met anderen. Er hoeft dus geen probleem te zijn, om toch de Kanjertraining te geven. De Kanjertraining richt zich op het voorkomen van sociale problemen (preventief) of het verminderen ervan (curatief) en het bevorderen van welbevinden. De sociale problemen kunnen zeer verschillend tot uiting komen: verlegen kinderen die geen aansluiting vinden bij leeftijdsgenoten, gepeste kinderen, kinderen die impulsief, onhandig of druk zijn waardoor ze in het sociale contact afgewezen worden of kinderen die intimideren, ruzie zoeken en agressief gedrag vertonen.

Sociale problemen komen meer voor bij jongeren met een lager schoolniveau en bij kinderen en jongeren met een niet-westerse migratieachtergrond. In het basisonderwijs ervoer in 2017 20% van de kinderen met een niet-westerse achtergrond sociale problemen en 13% van de kinderen met een Nederlandse achtergrond. In het VO is dit ongeveer gelijk: 21% en 12% (Stevens e.a., 2018). Deze kinderen en jongeren zijn te vinden in heel Nederland, er is geen specifieke spreiding.

In 2018 ervoer 1 op de 7 kinderen onvoldoende sociaal welbevinden (Monitor Sociale Veiligheid, 2018). In klassen waar veel gepest wordt, ligt het welbevinden veel lager dan in klassen waar minder gepest wordt (Orobio de Castro e.a., 2018).

Gevolgen

Wanneer een leraar in staat is een positief klassenklimaat te realiseren, is dat gunstig voor de onderlinge relaties, het welbevinden van kinderen en het voorkómen van gedragsproblematiek (Beld e. a., 2019; Thapa, Cohen, Guffey & Higgins-D'Alessandro, 2013). Bovendien blijkt dat op scholen waar men een goed antwoord heeft op moeilijk gedrag van leerlingen, minder verloop van personeel is (Sprick & Knight, 2018).

Sociaal functioneren heeft een sleutelrol in de geestelijke gezondheid van kinderen. Onderzoek laat zien dat vooral jongens met nog niet voldoende ontwikkelde sociale en emotionele vaardigheden als kleuter, op 8-jarige leeftijd meer bleven zitten, vaker een individueel gedragsplan hadden en vaker werden geschorst of verwijderd (Bettencourt, Gross & Ho, 2016). Het is dus van belang al op jonge leeftijd aandacht te besteden aan Sociaal Emotioneel Leren (SEL). Een ander onderzoek laat zien dat SEL-competenties, rond de leeftijd van 10 jaar, goede voorspellers zijn van geestelijke gezondheid en tevredenheid over het leven op latere leeftijd (Birdwell, Scott & Reynolds, 2015).

Oorzaken

Kindfactoren

Onderzoek laat zien dat jongens, kinderen met een moeilijk temperament (prikkelbaar en rusteloos, dwars, druk en snel afgeleid), kinderen met een zwakke intelligentie en taalontwikkeling, en kinderen die opgroeien in lagere sociale milieus een groter risico lopen om probleemgedrag te ontwikkelen (Van Steijn, De Winter & Reijneveld, 2014; Stevens e.a., 2018).

Sociale problemen kunnen ontstaan door een tekort aan sociale vaardigheden en/of emotionele competenties (Wicks-Nelson & Israel, 2015, zie Van den Bedem, 2020). Het komt echter nog vaker voor dat het kind de vaardigheid wel heeft, maar deze niet laat zien: het kind wil of kiest er niet voor in een bepaalde situatie (Wiley & Siperstein, 2015). Motivatie voor sociaal gedrag en verantwoordelijkheid nemen voor het kiezen van dat gedrag (autonome keuzes maken) zijn hierin dus ook belangrijke factoren (Ryan & Deci, 2017).

Onderzoek naar sociale informatieverwerking laat zien dat zowel agressieve als verlegen en depressieve kinderen sociale informatie eerder als bedreigend ervaren en reacties van anderen vijandig interpreteren (zie Van Dijk, 2017).

Zelfvertrouwen blijkt kinderen te kunnen beschermen tegen de impact van stressvolle gebeurtenissen op zowel emotionele en gedragsproblemen (de Moor, Hutteman, Korrelboom, & Laceulle, 2018). Zelfvertrouwen zorgt dus als het ware voor veerkracht in het leven. Kinderen met een realistisch zelfbeeld blijken minder kwetsbaar voor afwijzing door leeftijdsgenoten dan kinderen met een te positief of negatief zelfbeeld (Thomaes, Reijntjes, Orobio de Castro & Bushman, 2009).

Omgevingsfactoren

Leeftijdsgenoten

Het risico op sociale problemen is groter wanneer kinderen in dezelfde subgroep antisociaal gedrag laten zien of aanmoedigen (Salmivalli et al., 2011). Kinderen en jeugdigen die zich agressief gedragen of pesten worden (met name op de middelbare school) als populair ervaren door klasgenoten. Het dominante gedrag wordt hierdoor versterkt (Pouwels, 2018). Deze populariteit (status) is echter iets anders dan aardig gevonden worden.

School

Een goede leraar-leerlingrelatie blijkt positieve effecten te hebben op plezier op school en gedrag van kinderen (Bijstra e.a., 2019). Een meta-analyse (Lei, Cui en Chui, 2016) laat zien dat nabijheid, ondersteuning, vertrouwen en een warme relatie samenhangen met minder gedragsproblemen.

Het voorbeeldgedrag van de leraar is een belangrijke factor. Als de leraar zelf veel sociaal gedrag laat zien (complimenten geven, positieve opmerkingen) blijken leerlingen minder snel relationele agressie te laten zien zoals roddelen en buitensluiten (Weyns, 2015).

In een recent onderzoek (Bijstra e.a., 2019) is geobserveerd welk handelen van de leraar ertoe bijdraagt dat incidenten korter duren, of minder vaak optreden. Hieruit kwamen niet een top 5 met ideale handelingen (zoals verwacht). De onderzoekers concludeerden dat het voor een leraar de kunst is om te doen wat bij hemzelf past en bij de leerling.

Een professionele schoolcultuur (omgang tussen leraren, teamleider, schoolleiders, ouders en andere betrokkenen op een school) draagt bij aan het welbevinden en de sociale veiligheid van leerlingen (Galenkamp & Schut, 2018).

Ouders

Kinderen hebben de neiging het gedrag van hun ouders te kopiëren (Bandura, 1986). Daarnaast blijken de volgende opvoedstrategieën van groot belang voor het welbevinden en de mentale gezondheid van kinderen (zie Joussemet, Mageau, Larose, Briand, & Vitaro, 2018):

1. Een warme zorgzame en accepterende houding gericht op verbondenheid (in plaats van vijandigheid en afwijzing) kan als buffer fungeren bij aanwezigheid van risicofactoren. Een warme opvoedstijl van moeders beschermt bijvoorbeeld tegen emotionele- en gedragsproblemen wanneer een kind gepest wordt (Bowes et al, 2010).
2. Het toepassen van duidelijke en consistente verwachtingen en consequenties (grenzen stellen in plaats van toegeeflijkheid).
3. Autonomie bevorderend gedrag in plaats van te veel psychologische controle uitoefenen over je kind.

Tevens blijken opvattingen van ouders invloed te hebben op het gedrag van het kind op school. Als ouders bijvoorbeeld voorstander zijn van vechten, laten kinderen meer agressie zien (Farrell, Henry, Mays & Schoeny, 2011).

Aan te pakken factoren

Beïnvloedbare **kindfactoren** zijn sociale en emotionele vaardigheden, motivatie, sociale informatieverwerking, het gevoel invloed te hebben, zelfvertrouwen en een realistisch zelfbeeld. De volgende subdoelen van de Kanjertraining sluiten hierbij aan:

1. Kennis: kinderen hebben inzicht in hun eigen gedrag en de gevolgen hiervan voor anderen.
2. Vaardigheden: kinderen en jongeren laten verbeterde sociale en emotionele vaardigheden zien
3. Motivatie: De jongere is zich er bewust van rekening te willen houden met gevoelens van zichzelf en anderen
4. Verantwoordelijkheidsbesef: kinderen nemen meer verantwoordelijkheid in sociale situaties.
5. Houding ten opzicht van jezelf en de ander
 - Denken goed over zichzelf: hebben een positief en realistisch zelfbeeld.
 - Denken goed over anderen: interpreteren gedrag van anderen minder snel als vijandig.

Tevens grijpt de Kanjertraining in op het **groepsgedrag** van kinderen. Het doel dat hierbij aansluit is;

6. De veiligheidsbeleving en het onderlinge vertrouwen (tussen leerlingen en tussen leerling en leerkracht) is verbeterd.

Beïnvloedbare **schoolfactoren** zijn schoolcultuur en de houding, opvattingen en voorbeeldgedrag van de leerkracht en schooldirectie. De volgende subdoelen sluiten hierbij aan:

- Er is een veilige cultuur in het schoolteam en de directie bewaakt deze veiligheid
- **Iedereen op school spreekt Kanjertaal vanuit een Kanjerhouding.**
- In een vastgelopen klas: Directie en leraren weten hoe ze het vertrouwen kunnen terugzetten en hoe ze ouders en kinderen kunnen aanspreken op hun positieve en negatieve gedrag.

Beïnvloedbare **ouderfactoren** zijn voorbeeldgedrag, opvoedstrategie en opvattingen. De volgende subdoelen in de curatieve setting sluiten hierbij aan:

- Ouders zijn zich bewust van hun voorbeeldgedrag, kwaliteiten en leerpunten.
- Ouders kijken met een kanjerhouding naar hun kind en vertonen kanjeropvoedgedrag.
- Ouders kunnen met hun kind sociaal gedrag bespreken vanuit de visie van Kanjertraining.

Verantwoording

Het kind en zijn omgeving

Interventies gericht op brede risico- en beschermende factoren voor sociale problemen, blijken effectiever te zijn dan interventies gericht op specifiek probleemgedrag (Marchette & Weisz, 2017). Mogelijk zijn bredere processen verantwoordelijk voor verschillende internaliserende en externaliserende gedragsproblemen (Caspi et al., 2014). Kinderen en hun omgeving zijn voortdurend in wisselwerking met elkaar. Gedrag van kinderen lokt bepaalde reacties van de omgeving uit, die vervolgens weer voor bepaalde reacties bij het kind zorgen. Hierdoor kan een cyclus van positief óf negatief gedrag van het kind en de omgeving ontstaan (Lange e.a., 2018). Het precieze aandeel van het kind zelf en van de omgeving is moeilijk te bepalen. Vanuit deze gedachte richt Kanjertraining zich op het kind, de ouders, de klas en de school.

Gedragstherapeutische technieken, oefenen in een groep en oudertraining

Onderzoek wijst erop dat de meest effectieve manier om sociale problemen van kinderen aan te pakken een combinatie is van gedragstherapeutische technieken met cognitieve elementen, het oefenen van concrete sociale probleemsituaties in een groep met leeftijdsgenoten, en een corresponderende vorm van oudertraining (Carr, 2013; Department of Education 2018). Deze specifieke combinatie is een belangrijke basis voor de Kanjertraining.

Kortweg is Kanjertraining gebaseerd op de volgende theorie (Vliek, Weide & Schutte, 2011): om kanjergedrag te stimuleren, is het bevorderlijk dat het kind goed over zichzelf en de ander denkt (houding), de juiste vaardigheden heeft om het gedrag te kunnen vertonen, het verlangen heeft om zich prettig te gedragen (motivatie), weet wat de gevolgen zijn van verschillende oplossingsstrategieën en zo kan bepalen welke strategieën effectief zijn (kennis) en ten slotte moet het kind leren dat het zelf verantwoordelijkheid moet nemen voor zijn gedrag: je bent niet zelig, geen slachtoffer, jij bepaalt zelf hoe je reageert (kiezen). De subdoelen van 1.2 zijn hierop gebaseerd. In de onderwijssettings ligt een grotere nadruk op de veilige sfeer in de klas en de school. De veilige sfeer draagt bij aan vertrouwen en daarmee aan Kanjergedrag. In de curatieve varianten worden ouders actiever betrokken omdat zij een grote rol spelen in het gedrag en de opvattingen van kinderen en jongeren. De volgende elementen vormen de kern van de aanpak in alle settings:

Verbeterde sociale en emotionele vaardigheden door de vaardigheden te trainen in een groep

Sommige kinderen hebben een gebrek aan sociale en/of emotionele vaardigheden, waardoor zij problemen ervaren in de interactie met andere kinderen. Subdoel van Kanjertraining is het versterken van sociale en emotionele vaardigheden. Onderzoek laat zien dat kinderen minder agressie en opstandig gedrag laten zien, wanneer zij ander, sociaal geaccepteerd gedrag aanleren waarmee ze hun doelen kunnen bereiken (Sklad e.a., 2012). Tevens blijkt het oefenen van sociale en emotionele vaardigheden het welbevinden van kinderen te vergoten en een veilige leer- en leefomgeving binnen het onderwijs te stimuleren (zie Van Overveld, 2017; Department for Education, 2018). Omdat kinderen sociale vaardigheden vooral van elkaar leren (Von Salisch, 2018), kunnen deze vaardigheden het best in een groep worden aangeleerd. Kanjertraining wordt altijd in groepen aangeboden. Jeugdigen blijken het beste te leren door te doen: basisinstructie, oefenen en feedback op het handelen (Durlak e.a., 2011). Kanjertraining

vermindert en voorkomt sociale problemen en stimuleert sociaal gedrag door kinderen bewust te maken van hun gedrag en wat dat met de ander doet en in een groep te oefenen met sociale vaardigheden. Dit wordt gedaan door verschillende lesthema's in een vaste volgorde aan te bieden, en het geleerde te herhalen. Tijdens de lessen wordt gebruik gemaakt van de Kanjerpetten, Kanjerafspraken en rollenspellen. De leraar en ouders zorgen ervoor dat de geleerde vaardigheden worden toegepast in de praktijk, door kinderen met Kanjertaal aan te spreken, ook buiten de kanjerlessen om.

Pettentaal en oefeningen gericht op eigenheid en autonomie zorgen voor motivatie en kiezen voor sociaal gedrag

Sommige kinderen hebben de vaardigheden wel, maar laten toch in bepaalde situaties of op momenten geen sociaal gedrag zien. Er kunnen andere belangen spelen zoals erbij horen, groepsdruk, maar ook iets graag willen terwijl een ander hetzelfde speelgoed wil. Het kind wil of kiest er niet voor in een bepaalde situatie om het sociale gedrag te laten zien (Wiley & Siperstein, 2015). Kanjertraining heeft daarom als subdoelen motivatie en verantwoordelijkheidsbesef: kinderen zijn gemotiveerd om zich sociaal te gedragen, en nemen verantwoordelijkheid in sociale situaties. Uitgangspunt van Kanjertraining is dat (bijna) iedereen intrinsieke motivatie heeft het goede te doen voor zichzelf en de ander. Onderzoek laat zien dat baby's al heel jong morele keuzes maken (Hamlin, 2013): de mens is kennelijk van nature op zoek naar 'het goede' te doen, ook voor de ander. Dit werd bevestigd in een cross-culturele studie: in vijftien kleine gemeenschappen verdeeld over twaalf landen werd steeds gevonden dat mensen intrinsiek gemotiveerd waren om prosociaal gedrag te laten zien (Henrich, Boyd, Bowles, Camerer, Fehr, Gintis & McElreath, 2001). Ryan & Deci (2017) vonden dat mensen een natuurlijke drive hebben om zich te ontwikkelen. Dit zien zij als een intrinsieke motivatie tot groei. Om deze natuurlijke drive tot positieve ontwikkeling tot uiting te laten komen, moet in drie basisbehoeften worden voorzien: competentie, verbinding (erbij horen, hechting) en autonomie: het gevoel controle te hebben over je eigen gedrag. Kanjertraining richt zich expliciet op competentie, verbinding en autonomie (zie ook Vlieg, Overbeek & Orobio de Castro, 2019; de Mooij et al, in review). Autonomie kan worden bevorderd door respect te tonen voor de ideeën, gevoelens en initiatieven van het kind (Ryan & Deci, 2017). Kanjertraining is gericht op de ontwikkeling van Kanjergedrag (authentiek autonoom gedrag). Veel oefeningen zijn gericht op de ontwikkeling van eigenheid, bijvoorbeeld: kinderen gaan met elkaar in discussie, leren luisteren naar elkaar en respect te tonen voor de mening van een ander. In de Kanjertaal en met de petten wordt benadrukt: wees jezelf, maak je eigen keuzes.

Bewustwording van goede bedoelingen van anderen door training in sociale informatieverwerking door middel van smileyposter, leerkrachttaal, oefenen met grenzen aangeven

Agressieve kinderen, maar ook verlegen en depressieve kinderen blijken vaker intenties van anderen als vijandig te interpreteren (zie Van Dijk, 2017). Subdoel van Kanjertraining is om deze vijandige interpretaties te verminderen. Onderzoek laat zien dat kinderen minder vijandige attributies maken wanneer ouders sociale situaties uitleggen aan hun kind: "Het ging waarschijnlijk per ongeluk" (goedaardige interpretaties; Van Dijk, Poorthuis, Thomaes, & De Castro, 2018). Tevens kunnen volwassenen het kind helpen inzicht te krijgen in intenties en gedachten van anderen, door uit te leggen wat anderen denken, willen en voelen (Yuill & Little, 2018). In de

Kanjertraining staat centraal dat de meeste mensen te vertrouwen willen zijn en dus goede bedoelingen hebben. Met de Smileyposter wordt aan het begin van het schooljaar aan alle leerlingen gevraagd of zij te vertrouwen willen zijn (rekening willen houden met het gevoel van jezelf en dat van anderen). Kinderen ervaren dat zij zelf een keuze hebben in hun gedrag, en dat bijna alle tot alle klasgenoten willen kiezen voor prettig gedrag. Bij conflicten herinnert de leerkracht aan hun goede bedoelingen: 'was het je bedoeling om hem pijn te doen?'. De leerkracht en de ouders (in de curatieve setting) stimuleren kinderen verantwoordelijkheid te nemen, te kijken naar hun eigen gedrag en bij te dragen aan een oplossing, waardoor de kans op gedragsverandering wordt vergroot. Wanneer zij toch last hebben van een ander, leren ze rustig aan te geven dat ze ergens last van hebben en te vragen of de ander wil stoppen. De meeste kinderen zijn bereid te stoppen; zo ervaren kinderen dat het meeste 'gedoe' per ongeluk was.

Minder bekrachtiging door omstanders van storend gedrag door de oefening motor en benzinepomp

Mensen in een groep blijken elkaars negatieve gedrag te kunnen versterken door er aandacht aan te geven (Salmivalli et al., 2011). Subdoel is daarom: kinderen en jongeren ***zijn zich bewust van meeloopgedrag dat zich uit in aandacht geven aan (en lachen om) storend gedrag van een klasgenoot, en zijn hierop aanspreekbaar en te corrigeren.*** In de oefening motor en benzinepomp leren kinderen om geen benzine (aandacht) te geven aan gedrag dat storend of onprettig is (motor). Ze ervaren dat het storende gedrag dan minder wordt. Onderzoek laat zien dat gedragspatronen en relaties tussen kinderen inderdaad kunnen verbeteren door omstanders te leren storend gedrag minder te bekrachtigen (Salmivalli et al., 2011). De leerkracht leert dat hij/zij zelf de grootste benzinepomp is. De leerkracht leert om aandacht te geven aan prettig, fatsoenlijk gedrag, vervolgens omstanders ('benzinepompen') aan te spreken en daarna aandacht te geven aan storend gedrag.

Inzicht in eigen gedrag en gevolgen voor anderen, realistisch zelfbeeld door feedbackoefeningen

Agressieve kinderen worden gezien en zien zichzelf als populair in een groep (Pouwels, 2018). Deze populariteit (status) is echter iets anders dan aardig gevonden worden. Tevens blijkt dat kinderen met een realistisch zelfbeeld (realistisch beeld van hoe zij in de groep liggen) minder kwetsbaar zijn voor sociale afwijzing dan kinderen met een overdreven positief of overdreven negatief zelfbeeld (Thomaes, Reijntjes, Orobio de Castro & Bushman, 2009). In de Kanjertraining leren kinderen elkaar feedback te geven op gedrag. Ze geven aan hoe gedrag overkomt en welke tip ze hebben voor het gedrag. Kinderen krijgen zo een realistischer beeld van hoe ze werkelijk in de groep liggen, wat hen kan motiveren voor prettig gedrag en veerkrachtiger kan maken bij sociale afwijzing. Het ontvangen van feedback blijkt effectief te zijn (Foolen & Ince, 2013).

Schoolteam geeft het goede voorbeeld met veilige teamcultuur (alleen in onderwijssetting)

Een professionele schoolcultuur draagt bij aan het welbevinden en de sociale veiligheid van leerlingen (Galenkamp & Schut, 2018). Subdoel van Kanjertraining is: Er is een veilige cultuur in het schoolteam en de directie bewaakt deze veiligheid. De smileyposter geeft een duidelijk kader voor professioneel gedrag van het schoolteam:

- We zoeken naar oplossingen die goed zijn voor jezelf, leerlingen, ouders, de leraren en de school.

- De leerkrachten en directie zijn het gezag van het fatsoen. We weten hoe op te treden bij conflicten; durven grensstellend te zijn en spreken leerlingen aan op hun verantwoordelijkheid.

Deze punten komen overeen met de criteria van professioneel gedrag volgens Galenkamp en Schut (2018):

1. Het gedrag draagt bij aan de doelen van de organisatie.
2. Het gedrag leidt tot toename van het welbevinden van jezelf.
3. Het gedrag leidt tot toename van het welbevinden van anderen.

Wanneer gedrag plaatsvindt dat niet aan deze criteria voldoet, komt een vierde criterium in beeld:

4. In een professionele cultuur wordt alle gedrag dat strijdig is met één van de criteria (op vriendelijke en duidelijke wijze) effectief begrensd: 'Zo doen we dat hier niet!'

Een cultuurverandering kost tijd (Galenkamp & Schut, 2018). Daarom duurt het opleidingstraject vier jaar. Tijdens de opleiding voor leraren oefent het team zelf met de oefeningen van Kanjertraining. Hierdoor, en door zelf de lessen te geven in de klas, wordt het team zelf 'gekanjerd', en versterken leraren zelf hun sociale en emotionele competenties. Het bevorderen van sociale en emotionele competenties van de leraar blijkt bij te kunnen dragen aan betere leraar-leerling relaties en aan een positiever (leer)klimaat in de klas (The Aspen Institute National Commission on Social, Emotional and Academic Development, 2017).

De aanpak van Kanjertraining sluit aan bij bevindingen die zijn opgedaan bij het systematisch observeren en interviewen van succesvolle scholen (Bennett, 2017). Hieruit bleek dat scholen met een veilig schoolklimaat de volgende dingen deden. Tussen haakjes staat hoe Kanjertraining dat aanbiedt.

- Eenduidige visie in het team ten aanzien van normen en waarden (Smileyposter, afspraken, in trainingen aandacht hiervoor)
- Verantwoordelijkheid voor een veilig schoolklimaat ligt bij iedereen gezamenlijk: schoolleiders, leraren, leerlingen en ouders (hele school wordt opgeleid, ouderbetrokkenheid, kinderen verantwoordelijk maken voor hun gedrag).
- Heldere positieve verwachtingen van gedrag die voor iedereen te begrijpen zijn (de Kanjerafspraken, smileyposter).
- Weten waar probleemgedrag speelt en hiernaar handelen (KanjerVolg- en AdviesSysteem, ouders zien in de klas het gedrag van hun kind)
- Grondigheid in het uitvoeren van het schoolbeleid ten aanzien van regels en strategieën (Sociale Veiligheidsprotocol, de trainer stimuleert de school om leidertaal te spreken naar kinderen en ouders en laat hierin voorbeeldgedrag zien).

Duidelijkheid welk gedrag van ouders en kinderen op school wordt verwacht (in curatieve klasseninterventie)

Kinderen hebben de neiging gedrag van ouders te kopiëren (Bandura, 1986). En opvattingen van ouders hebben invloed op het gedrag van het kind op school (Farrell, Henry, Mays & Schoeny, 2011). De ouderavond van de klasseninterventie is daarom gericht op neuzen dezelfde kant op te krijgen: duidelijkheid voor ouders zodat ze weten wat er van hen en van hun kind wordt verwacht tijdens de interventie. Voor ouders moet helder zijn dat bijvoorbeeld ruzie tussen ouders geen invloed mag hebben op het leerklimate in de klas. Daarom worden deze principes uitgelegd op de ouderavond en

worden duidelijke omgangsregels afgesproken met de ouders. In het kort komt het erop neer dat ouders respectvol met elkaar en andermans kind omgaan, en niet op het schoolplein of op school mogen komen om ruzies uit te vechten. Ouders worden verzocht respectvol over andere kinderen en ouders te spreken. Ouders ervaren vervolgens in de klas de kernoefeningen en zien wat het aandeel is van hun eigen kind in de groep. Dit ervaren inzicht en de duidelijkheid over welk gedrag wel en niet gewenst is, zorgt ervoor dat ouders met hun kind sociaal gedrag kunnen bespreken vanuit de visie van Kanjertraining. Wanneer ouders andere opvattingen hebben over gewenst gedrag dan de school, zal de directie de ouders hierop aanspreken. Met respect voor de regels van thuis, zal de ouder het kind moeten vertellen dat er op school een aantal andere regels gelden.

Voorbeeldgedrag van ouders, opvoedvaardigheden en houding naar het kind (op psychologenpraktijken)

Kinderen hebben de neiging gedrag van ouders te kopiëren (Bandura, 1986). Subdoel in de curatieve setting is daarom: ouders laten voorbeeldgedrag zien. De lesthema's van de kinderen worden ook met ouders behandeld en geoefend. Zo leren ouders ook sociale en emotionele vaardigheden. Ouders krijgen huiswerk mee om het geleerde in de praktijk te brengen. In de training voor ouders worden de petten toegepast op het gedrag van de ouders. De witte pet staat voor vertrouwen en eigenheid (bijv. moeder wees moeder, geen vriendje van je kind). Ouders worden zich bewust van hun kwaliteiten en van hun leerpunten. Ze gaan in de training gericht aan de slag met hun leerpunten. De kwaliteiten van de petten sluiten aan bij drie effectieve opvoedstrategieën (zie Joussemet, Mageau, Larose, Briand, & Vitaro, 2018):

1. Een warme zorgzame en accepterende houding gericht op verbondenheid (wit-gele pet). In plaats van vijandigheid en afwijzing.
2. Het toepassen van duidelijke en consistente verwachtingen en consequenties (wit-zwarte pet). In plaats van toegeeflijkheid.
3. Autonomie bevorderend gedrag (wit-gele pet). In plaats van te veel psychologische controle uitoefenen over je kind.

De wit-rode pet staat voor humor, plezier, relativiseringsvermogen en speelsheid. Deze elementen kunnen bijdragen aan verbinding met het kind (Bijstra e.a., 2019).

In de training op de praktijk leren ouders ook positief naar hun kind te kijken. Ze leren het uitgangspunt van de Kanjertraining: kinderen willen zich goed gedragen, maar het lukt niet altijd. Ze leren kinderen op deze manier aan te spreken, waardoor kinderen zich meer bewust worden van hun intrinsieke motivatie om prosociaal gedrag te laten zien, en het daardoor eerder zullen vertonen.

4. Onderzoek

4.1 Onderzoek naar de uitvoering

Onderzoek 1

- a) Implementatie Kanjertraining: wat gaat goed en wat kan er beter? Splinter, L. & Vliek, L. (2011; herzien 2019). Interne publicatie.
- b) In een kwalitatief onderzoek zijn interviews afgenomen bij drie Kanjercoördinatoren en vragenlijsten bij veertien leraren, die een half jaar tot meerdere jaren met de Kanjertraining hadden gewerkt, op drie verschillende basisscholen. Deelonderwerpen waren: opleiding voor leraren, Kanjerlessen, Kanjertaal, en overige verbeteringsuggesties.
- c) Deelnemers waren erg positief over de gevolgde trainingdagen. Oefeningen voor in de klas, stappenplannen en casussen met bijbehorende tips werden als meest nuttig ervaren. M.b.t. Kanjerlessen waren deelnemers tevreden over: de aansprekende verhalen en oefeningen, de werkboeken, herhaling van de vijf Kanjerafspraken, en de mogelijkheid om lessen zelf in te delen. Positief aan de Kanjertaal vonden deelnemers: dat deze kort, bondig en helder is; eenvoudig te snappen en uit te voeren is; het gebruik van metaforen; de mogelijkheid om kinderen na te laten denken over gedrag en complimenten te geven op Kanjergedrag; de stappen om conflicten op te lossen en de zin "is het je bedoeling om ...".

Zie de tabel hieronder voor de verbeterpunten uit het onderzoek, en verbeteringen die hieruit zijn voortgekomen.

Verbeterpunten onderzoek 2011	Doorgevoerde verbeteringen 2011-2020
<i>Opleiding voor leraren</i>	
Meer afwisseling tussen theorie en werkvormen; werktempo trainingdagen hoger; irrelevante discussies tussen collega's	<ul style="list-style-type: none">• Meer en betere werkvormen in de trainingen; werktempo hoger
Rommelige trainingdagen; graag een hand-out	<ul style="list-style-type: none">• Hand-out voor basistrainingen.
<i>Kanjerlessen</i>	
Handleiding is onoverzichtelijk en onvolledig; verwijzing van voorleesboek naar handleiding ontbreekt; graag meer aandacht voor opbouw/structuur van een Kanjerles, bondige samenvatting van de lessen	<ul style="list-style-type: none">• Handleidingen zijn volledig herzien; gestructureerd en bondig gemaakt.• Digibordbegeleiding voor alle groepen, aansluitend bij voorleesboeken en werkboeken.
Sommige oefeningen door ruimtegebrek niet uitvoerbaar	<ul style="list-style-type: none">• Nieuw boek 'Kanjerkapper' met extra oefeningen waarvoor de klas niet verbouwd hoeft te worden.
Rollenspelen te moeilijk voor groep 1-2; graag prentenboeken van de petten; graag knutselactiviteiten	<ul style="list-style-type: none">• Korte verhalen voor kleuters en peuters, inclusief leskaarten met oefeningen en knutselactiviteiten.• Kanjertijgerknuffel, inclusief handleiding met lesideeën.

	<ul style="list-style-type: none"> • Handpoppen met petjes om rollenspelen voor te doen. • Nieuw prentenboek met de dieren vanuit de kwaliteiten van de petten
Kanjerlessen en werkboekopdrachten te makkelijk voor groep 8; graag voorleesboeken voor de bovenbouw	<ul style="list-style-type: none"> • Alle werkboeken zijn vernieuwd, voor groep 5 is een werkboek verschenen. • Extra lessen/verhalen voor de bovenbouw over gezonde levensstijl, internetgebruik, identiteit en (seksuele) diversiteit. • Boekenlijsten per groep per thema. • Kanjerkaarten (gevoelens, behoeftes, kwaliteiten en valkuilen) om in gesprek te gaan met ouders en leerlingen
Moeilijk een keuze te maken uit de oefeningen, welke wel en niet doen	<ul style="list-style-type: none"> • Adviesplanning met kernoefeningen.
<i>Kanjertaal</i>	
Aanspreken met 'pettentaal' te kinderachtig voor de bovenbouw; graag advies hoe de bovenbouw aan te spreken is	<ul style="list-style-type: none"> • Het gedachtegoed is doorontwikkeld; positieve kanten van de petten worden veel meer benadrukt. • Kanjerklapper bevat pagina's waarin Kanjerhouding en Kanjertaal kort en bondig worden uitgelegd. Deze taal is ook geschikt voor bovenbouw.
Moeilijk voor leraar om Kanjertaal eigen te maken	<ul style="list-style-type: none"> • Kanjerklapper. • Praktijkdag. • Personeelsposter met voorbeelden van Kanjerleraargedrag en -taal. • 'Smileyposter' als hulpmiddel om kinderen aan te spreken. • Document 'Handvatten voor grensoverschrijdend gedrag' met helder stappenplan hoe kinderen en ouders aan te spreken.
<i>Overige suggesties</i>	
Voorbeeldfilmpjes voor geven van lessen en aanspreken van kinderen op Kanjermanier	<ul style="list-style-type: none"> • Voorbeeldfilmpjes voor leraren over petten, smileyposter, oefenen met grenzen aangeven en pettenkwadrant.
Website met: informatie om te gebruiken bij de Kanjerlessen, extra lesmateriaal, extra oefeningen etc.	<ul style="list-style-type: none"> • Alle lessen zijn digitaal te gebruiken via het gratis KanVAS. Hier staat veel extra lesmateriaal.
Forum voor leraren; meelopen op een andere Kanjerschool	<ul style="list-style-type: none"> • Kanjercoördinatoren-forum. • Op de website: kaart met alle kanjerscholen om ideeën uit te wisselen, mee te lopen, etc.
Helpdesk (e-mail en telefonisch)	<ul style="list-style-type: none"> • Tijdens trainingen wordt duidelijker vermeld dat deelnemers telefonisch, per mail of chat contact op kunnen nemen met helpdesk.
Trainer die meeloopt en feedback geeft op een (Kanjers)les; of cursusdag in twee	<ul style="list-style-type: none"> • Standaard in basistraining: praktijkdag.

delen (ochtend theorie en middag praktijk in de eigen klas)	• Mogelijkheid tot coaching of begeleiding bij kanjerlessen geven.
---	--

Onderzoek 2

- a) Sterke kanten en verbeterpunten van de Kanjertraining volgens gebruikers. Van Vloten, M. (2019). Interne publicatie.
- b) Het betreft kwalitatief onderzoek, uitgevoerd onder bezoekers van de Nationale Onderwijstentoonstelling (NOT), die de Kanjertraining beursstand bezochten. De onderzoeksgroep (N=852) bestaat uit leraren, docenten, intern begeleiders, directieleden en kinderopvangmedewerkers die kort of lang met de Kanjertraining werken. Deelnemers is gevraagd schriftelijk antwoord te geven op twee open vragen: 1) Wat mij het meest aanspreekt in de Kanjertraining is (vul in) en 2) Ik zou er blij van worden als de Kanjertraining nog iets ontwikkelt dat aansluit bij (vul in). Antwoorden zijn in januari 2019, verspreid over vijf dagen verzameld.
- c) Gebruikers noemen veel sterke punten rondom de methode als geheel en het achterliggende gedachtegoed (45% van de antwoorden): o.a. de positieve, oplossingsgerichte benadering (17%), duidelijke regels (11%), en aandacht voor onderlinge verbinding (7%). Veel andere genoemde sterke punten hebben te maken met kernelementen van de Kanjertraining (26%): o.a. Kanjertaal (32%), petten (29%), vertrouwens oefeningen en rollenspelen (25%), de lessen (6%) en de kernoefeningen motor en benzinepomp en feedback (4%). Samenvattend zijn de belangrijkste sterke punten volgens gebruikers: de Kanjertaal, de positieve benadering (waarbij wordt uitgegaan van vertrouwen) en de petten als symbool voor gedrag.

Verbeterpunten van gebruikers hebben voornamelijk te maken met: toevoegen van lessen over een specifiek thema (22% van de antwoorden), en verbeteren van de aansluiting bij een specifieke doelgroep (18%) of specifiek gedrag (14%). Op basis van het onderzoek kunnen de volgende aanbevelingen voor doorontwikkeling vanaf 2019 worden gedaan. (Aanbevelingen met een * hebben de hoogste prioriteit, gebaseerd op de frequentie van antwoorden).

- Beter **onder de aandacht brengen van**: de sociale media lessen*, peuter-kleuterverhalen*, interventie meidenvenijn*, stappenplan grensoverschrijdend gedrag, trainingsmodule peuterspeelzalen/voorscholen, kleutermaterialen, materialen voor ouders*, oudercursus en (thema-) ouderavond*. Dit kan tijdens trainingdagen, via digitale berichtgeving en bij advisering van scholen (dit is in 2020 gerealiseerd d.m.v. een nieuwsbrief voor Kanjercoördinatoren).
- Verbeteren van de **vindbaarheid van materialen** in de digitale lesomgeving (KanVAS) (dit is in 2020 gerealiseerd d.m.v. een nieuwe lay-out).
- **Onderzoek naar specifieke gebruikerservaringen** met: de sociale media lessen*, trainingsmodule peuterspeelzalen/voorscholen, Kanjertraining op S(B)O-scholen, aansluiting bij de doelgroep ouders*.
- **Vernieuwen/uitbreiden van de bestaande lesmaterialen**: sociale media* (dit is in 2020 gerealiseerd), kleuterverhaal.
- Ontwikkelen van **nieuwe lesmaterialen** voor: werkhouding/executieve functies*, voorbereiding op het VO, doelgroep S(B)O en NT2.
- Ontwikkelen van **nieuwe trainingsmodules** over: specifieke behoeften van jongens en meisjes, preventie van meidenvenijn/jongensstrijd*; S(B)O en NT2-onderwijs.

Onderzoek 3

- a) Implementatie van Kanjertraining door leerkrachten: nut, competentiegevoel en mate van implementatie. Vlieg, L. (2019). Interne publicatie.
- b) In de periode 1 mei tot 3 juli 2019 is kwalitatief onderzoek uitgevoerd naar implementatie van Kanjertraining op scholen. Leraren (N=5269) vulden via het digitale volgsysteem (KanVAS) een korte vragenlijst in over het geven van de lessen, gebruik van Kanjertaal, competentiegevoel en nut.
- c) Van de leraren die de lijst invulden, blijkt de meerderheid (88%) Kanjertraining zinvol te vinden (55% 'erg zinvol', 33% 'best wel zinvol', 11% 'redelijk zinvol', 1% 'niet zo zinvol'). Daarnaast zegt de meerderheid (78%) de Kanjerlessen regelmatig of vaak te geven. Kanjertaal wordt over het algemeen intensiever gebruikt dan de lessen: 85% gebruikt het dagelijks, wekelijks of om de week. Er valt nog winst te behalen op het gebied van competentiegevoelens van de leraren: ongeveer de helft geeft aan zich competent te voelen bij het geven van de Kanjerlessen (8% 'ik ben er goed in', 43% 'ik kan het best goed'). De andere helft geeft aan er 'redelijk goed' (41%) of 'nog niet zo goed' (8%) in te zijn. Het is belangrijk om verder te onderzoeken wat de invloed is van het aantal jaren Kanjeropleiding, en hoe het competentiegevoel van deze leraren vergroot kan worden. Daarnaast is het relevant om leraren die de Kanjertraining niet zo zinvol vinden, verder te bevragen, te achterhalen wat hun behoeften zijn. Wellicht kan hier met de aanbevelingen uit de behoefteanalyse (Van Vloten, 2019) aan tegemoet gekomen worden.

4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten

Onderzoek 1

- Het onderzoek is in Nederland uitgevoerd. ja
 - Het onderzoek betreft de hier beschreven, Nederlandse interventie (en niet een andere, soortgelijke interventie of een buitenlandse versie of variant). ja
 - Het onderzoek is uitgevoerd in de praktijk. ja
 - Er is een voormeting. ja
 - Er is een nameting. ja
 - Er is een follow-up meting van minimaal 6 maanden na het einde van de interventie. nee
-
- a) Stimulating positive social interaction: What can we learn from TIGER ("Kanjertaining")? Vlieg, L., & Orobio de Castro, B. (2010).
 - b) Een quasi-experimentele studie vergeleek 11 problematische klassen (groep 5 tot 8, N=237), die getraind werden door een psycholoog, met 11 klassen (groep 5 tot 8, N=255) van dezelfde scholen. Een psycholoog, opgeleid als Kanjertrainer, gaf de training in de klas in tien lessen van 1,5 uur of in 3 volle schooldagen. Voor en na de training vulden kinderen van alle klassen twee gestandaardiseerde vragenlijsten in (Schoolvragenlijst en Kanjervragenlijst).
 - c) De getrainde klassen gingen significant meer vooruit dan de controleklassen op alle schalen: welbevinden, relatie met de leerkracht, sociaal aanvaard voelen, betrouwbaar sociaal gedrag, en zelfwaardering namen toe en agressie en depressieve gedachten namen af met effectgroottes (Cohen's d) tussen ,17 en ,37. In een lineaire regressie- analyse is gecorrigeerd voor verschillen op de voormeting.
Omdat de training werd gegeven aan klassen met leerlingen met verschillende

problematiek, is apart gekeken naar effectgroottes voor de kinderen die de training het hardst nodig hadden (25% laagst scorenden). De training bleek het grootste effect te hebben op de kinderen die het laagst scoorden. Voor agressie, relatie met de leerkracht en welbevinden lagen de effectgroottes (Cohen's d) tussen ,33 en ,50. Voor prosociaal gedrag, zelfwaardering, depressieve gedachten en sociaal aanvaard voelen door klasgenoten, lagen de effectgroottes tussen ,50 en ,78.

Onderzoek 2

- Het onderzoek is in Nederland uitgevoerd. ja
 - Het onderzoek betreft de hier beschreven, Nederlandse interventie (en niet een andere, soortgelijke interventie of een buitenlandse versie of variant). ja
 - Het onderzoek is uitgevoerd in de praktijk. ja
 - Er is een voormeting. ja
 - Er is een nameting. ja
 - Er is een follow-up meting van minimaal 6 maanden na het einde van de interventie. ja
- a) "I want to behave prosocially and I can choose to do so": Effectiveness of the TIGER training in 8-to 11-year-olds. Vlieg, L., Overbeek, G., & Orobio de Castro, B. (2014).
- b) In een quasi-experimenteel design werden kinderen tussen 8 en 11 jaar die op een psychologenpraktijk werden getraind (N=185) vergeleken met kinderen op de wachtlijst (N=39). De trainingen werden op verschillende praktijken in Nederland gegeven door twee psychologen / orthopedagogen in tien lessen van 1,5 uur aan de kinderen en hun ouders. Ouders gingen na een half uur naar een eigen groep met trainer. Voor, na, en een half jaar na de training vulden ouders de Child Behavioral Checklist (CBCL) in.
- c) Bij getrainde kinderen namen agressie, teruggetrokken-depressief gedrag en sociale problemen af met effectgroottes (Cohen's d) tussen ,33 en ,46. Aandachtsproblemen, angstig depressieve en somatische klachten namen eveneens af, zij het minder sterk in vergelijking met de controlegroep (effectgroottes tussen ,26 en ,30). Moderatie-effecten lieten zien dat het effect op internaliserende problemen veel groter was voor kinderen met 'klinisch' internaliserende problemen voor aanvang van de training (d=,87), dan voor kinderen zonder internaliserende problemen voor de training (d=,06). Het effect op externaliserende problemen was voor alle kinderen even groot (d=,33). Een derde van de ouders (N=63 van de 185) vulde een half jaar na de training de vragenlijst nogmaals in. De kinderen die uitvielen, verschilden niet van de follow-up kinderen qua voor- en nameting. Op alle schalen namen de problemen significant af van de voormeting naar de follow-up. Effectgroottes (het verschil in gemiddelde tussen follow-up en voormeting gedeeld door de SD van de voormeting) varieerden van ,45 (grensoverschrijdend gedrag) tot 1,42 (totale problemen). Deze ontwikkeling is niet vergeleken met een controlegroep, omdat deze groep in de tussentijd de training kreeg. Wel laten de resultaten zien dat de getrainde kinderen een half jaar na de training niet zijn teruggevallen en zelfs verder vooruit zijn gegaan.

Onderzoek 3

- Het onderzoek is in Nederland uitgevoerd. ja
- Het onderzoek betreft de hier beschreven, Nederlandse interventie (en niet een andere, soortgelijke interventie of een buitenlandse versie of variant). ja

- Het onderzoek is uitgevoerd in de praktijk. ja
 - Er is een voormeting. ja
 - Er is een nameting. ja
 - Er is een follow-up meting van minimaal 6 maanden na het einde van de interventie. nee
- a) Improving classroom climate: Effectiveness of Topper Training (Kanjertaining) in disruptive primary school classes. Vlieg, L., Overbeek, G., & Orobio de Castro, B (2015).
 - b) In een quasi-experimenteel design in de dagelijkse praktijk werden 14 problematische klassen (N=353) die getraind werden door een psycholoog, vergeleken met 14 klassen (N=343) van dezelfde scholen. De kinderen vulden voor en na de training twee gestandaardiseerde vragenlijsten in (Schoolvragenlijst en Kanjervragenlijst).
 - c) Multilevel analyses lieten zien dat getrainde klassen significant meer vooruitgingen op klassenklimaat dan controleklassen: relatie met de leerkracht ($d=,66$), sociaal aanvaard voelen ($d=,86$) en storend gedrag ($d=1,55$) verbeterden aanzienlijk. Op individueel niveau lieten getrainde kinderen een significante verbetering zien ten opzichte van de controlegroep op prosociaal gedrag ($d=,20$), depressieve gevoelens ($d=,31$), en zelfwaardering ($d=,41$). Er werden geen moderatie-effecten gevonden; de training had evenveel effect op meer of minder problematische klassen.

Onderzoek 4

- Het onderzoek is in Nederland uitgevoerd. ja
 - Het onderzoek betreft de hier beschreven, Nederlandse interventie (en niet een andere, soortgelijke interventie of een buitenlandse versie of variant). ja
 - Het onderzoek is uitgevoerd in de praktijk. ja
 - Er is een voormeting. ja
 - Er is een nameting. ja
 - Er is een follow-up meting van minimaal 6 maanden na het einde van de interventie. ja
- a) Effects of Topper Training on psychosocial problems, self-esteem and peer victimisation in Dutch children: A randomised trial. Vlieg, L., Overbeek, G., & Orobio de Castro, B. (2019).
 - b) In een gerandomiseerde studie (RCT) werden kinderen met milde tot ernstige psychosociale problemen (N=132) at random verdeeld over de interventie- en wachtlijstgroep. De interventiegroep kreeg de training bestaande uit tien lessen, in een groep met ouders en kinderen met verschillende problemen. De wachtlijstgroep kreeg de interventie na een half jaar. Voor, na en 6 maanden na de interventie werden vragenlijsten afgenomen bij de kinderen (Child Depression Inventory, CDI; Competentie Belevingsschaal voor Kinderen (CBSK); en Kanjervragenlijst), de ouders (Strengths and Difficulties Questionnaire, SDQ), en de leerkracht (SDQ).
 - c) Herhaalde metingen analyses lieten significante trainingseffecten zien op het gevoel gepest te worden ($d=,62$) en zelfwaardering ($d=,45$). Ouders ervoeren daarnaast significante trainingseffecten op emotionele symptomen ($d=,70$), problemen met leeftijdsgenoten ($d=,41$), en de impact van deze problemen op het leven van het kind ($d=,59$). De leraar zag deze effecten niet. Leraren ervoeren een afname in gedragsproblemen ($d=,42$). De afname in zelf pesten en

toename in pro sociaal gedrag waren niet significant vergeleken met de wachtlijstgroep. De kinderen die zich aanmeldden voor deze training bleken voornamelijk zelf gepest te worden en nauwelijks zelf te pesten; op dat gebied viel dus weinig winst te behalen.

Alle effecten bleven bestaan na een half jaar. Depressie nam significant af een half jaar na de training. Klinische relevantie: 47% van de kinderen met ernstige emotionele problemen (depressie/angst) en 64% van de kinderen met ernstige gedragsproblemen, verliet de training zonder deze problemen (ten opzichte van 16% en 13% zonder de training). Bij bijna de helft (47%) van de kinderen waarbij de problemen grote impact hadden op het leven, zorgde de training dat deze impact verminderde naar een normaal niveau (t.o.v. 13% zonder training). Van de kinderen met een lage zelfwaardering had 69% na de training een gezonde zelfwaardering (t.o.v. 17% zonder training).

Onderzoek 5

- Het onderzoek is in Nederland uitgevoerd. ja
 - Het onderzoek betreft de hier beschreven, Nederlandse interventie (en niet een andere, soortgelijke interventie of een buitenlandse versie of variant). ja
 - Het onderzoek is uitgevoerd in de praktijk. ja
 - Er is een voormeting. ja
 - Er is een nameting. ja
 - Er is een follow-up meting van minimaal 6 maanden na het einde van de interventie. nee
-
- a) Wat Werkt Tegen Pesten? Effectiviteit van kansrijke programma's tegen pesten in de Nederlandse onderwijspraktijk. Orobio de Castro et al. (2018).
 - b) In een gerandomiseerde studie (RCT) werden scholen die voor het eerst het door hen gekozen programma uitvoerden, vergeleken met scholen op een wachtlijst. Scholen werden op basis van loting ingedeeld in de interventie- of wachtlijst conditie. Bij de start (oktober) en het einde (juni-juli) van het schooljaar, werden vragenlijsten afgenomen bij kinderen en hun klasgenoten (Olweus zelfrapportageschalen, sociometrische nominatie procedure, klassenklimaatschaal, MODS, Social Phobia Screening Questionnaire, SDQ). Voor onderzoek naar de effectiviteit van Kanjertraining werden 10 scholen geworven, waarvan 7 scholen werden toegewezen aan de interventiegroep (31 klassen, N=615) en 3 scholen aan de controlegroep (13 klassen, N=272). Mate van uitvoering (programma-integriteit) is door Kanjertraining zelf per klas en per sessie geregistreerd.
 - c) In deze uitvoeringsvorm had Kanjertraining binnen het schooljaar (oktober tot juni-juli) een marginaal significant effect ($d=,19$) op gepest worden in klassen met veel conflicten. Wanneer ook de klassen zonder conflicten werden betrokken, werden geen significante effecten gevonden op pesten (zelfrapportage en nominaties), gepest worden (zelfrapportage en nominaties en nominaties) of de secundaire uitkomstmaten welbevinden, conflict, depressie, sociale angst en pro sociaal gedrag.
 - d) Stichting Kanjertraining geeft zelf aan dat te verwachten is dat de doelen pas bereikt worden wanneer de Kanjertraining volledig is geïmplementeerd op een school (na 4 jaar implementatie) en een (nieuwe) leerling minstens een jaar de training aangeboden heeft gekregen. Dit onderzoek duurde slechts een jaar en kon dit niet meten. Naar aanleiding van de resultaten zijn vernieuwingen in de methode doorgevoerd (o.a. meer en eerder in het schooljaar aandacht voor het onderwerp pesten) en is vervolgonderzoek ingezet naar het effect van

Kanjertraining op ervaren Kanjerscholen (zie onderzoek 6).

Onderzoek 6

- Het onderzoek is in Nederland uitgevoerd. ja
 - Het onderzoek betreft de hier beschreven, Nederlandse interventie (en niet een andere, soortgelijke interventie of een buitenlandse versie of variant). ja
 - Het onderzoek is uitgevoerd in de praktijk. ja
 - Er is een voormeting. ja
 - Er is een nameting. ja
 - Er is een follow-up meting van minimaal 6 maanden na het einde van de interventie. nee
- a) Minder kinderen gepest op ervaren Kanjerscholen: onderzoek naar langetermijneffecten. Vlieg, L (2019).
- b) Het percentage gepeste kinderen in controleklassen (N=2165), afkomstig van de studie "Wat werkt Tegen Pesten", werd vergeleken met het percentage gepeste kinderen in klassen op scholen die twee jaar of langer met de Kanjertraining werkten (N=7326). De controleklassen waren klassen die niet met een van de te onderzoeken methodes werkten, dus ook niet met Kanjertraining. Leerlingen uit groep 5 t/m 8 vulden vragenlijsten in aan het begin (september) en einde (juni) van het schooljaar. In controleklassen werd pesten gemeten d.m.v. de Olweus zelfrapportage-schalen en sociometrische technieken; in de interventieklassen werd pesten gemeten d.m.v. de Sociale Veiligheidslijst van Stichting Kanjertraining (SVSK). Vanwege de veronderstelde preventieve werking werd gemeten of klassen op ervaren Kanjerscholen bij de voormeting aan het begin van het schooljaar minder pesten rapporteren dan controleklassen. Daarnaast is gekeken naar het pestgedrag over tijd in de meest onveilige klassen op ervaren Kanjerscholen. Deze studie werd opgezet ter verkenning van de vraag: is er een mogelijk effect op pesten naarmate scholen langer met de Kanjermethode werken? Voor grotere bewijskracht is experimenteel onderzoek nodig.
- c) Op ervaren Kanjerscholen geeft 4% van de kinderen aan één of meerdere keren per week gepest te worden, terwijl 9% van de kinderen op controlescholen dit aangeeft ($p < ,001$, $OR = ,44$). De verschillen zijn het grootst in groep 5 (5% op Kanjerscholen; 14% op controlescholen) en het kleinst in groep 8 (4% gepest op Kanjerscholen; 5% gepest op controlescholen). In de 50% meest onveilige klassen op ervaren Kanjerscholen bleek 8% van de kinderen één keer per week of vaker gepest te worden. Opvallend is dat dit percentage lager ligt dan het percentage gepeste kinderen in de hele steekproef met schoolklassen waar geen Kanjertraining werd gegeven. Aan het eind van het schooljaar, bleek het percentage gepeste kinderen in deze onveiligste Kanjerklassen gedaald te zijn van 8% naar 4,6%; een significante daling ten opzichte van de controleklassen (van 10% op de voormeting naar 9,5% op de nameting).

Onderzoek 7

- Het onderzoek is in Nederland uitgevoerd. ja
- Het onderzoek betreft de hier beschreven, Nederlandse interventie (en niet een andere, soortgelijke interventie of een buitenlandse versie of variant). Ja, een zeer gecomprimeerde variant van 4 uur verspreid over 4 weken met alle kernoefeningen
- Het onderzoek is uitgevoerd in de praktijk. ja
- Er is een voormeting. ja

- Er is een nameting. ja
- Er is een follow-up meting van minimaal 6 maanden na het einde van de interventie. Nee, er is wel een follow-up na 3 maanden

a) Does affirming children's autonomy and prosocial intentions help? A micro-trial into intervention component effects to improve prosocial behavior. De Mooij, B., Fekkes, M., Van den Akker, A. L., Vlieg, L., Scholte, R. H. J., & Overbeek, G. (in review).

b) In deze studie werden kernelementen van Kanjertraining apart getoetst in een gerandomiseerde micro-trial. Er werden 3 condities vergeleken. Vijftien scholen werden at random ingedeeld in een controle conditie (N=379 leerlingen), een sociale vaardigheidsconditie (N157)) en een autonomie bevorderende sociale vaardigheden conditie. Deze autonomie-conditie was gericht op het bevestigen van prosociale intenties (goede bedoelingen) en verantwoordelijkheid voor het gedrag (N=243). De laatste conditie was volledig afkomstig van Kanjertraining en bevatte de taal en kernoefeningen van Kanjertraining (gecomprimeerd in 4 uur). De onderzoeksvraag was of deze laatste elementen een additioneel effect gaven bovenop het trainen van sociale vaardigheden. Op deze manier is veel specifiek te meten wat het effect binnen Kanjertraining veroorzaakt: zit het in deze kernoefeningen met kanjer taal? Is Kanjertraining effectiever dan een standaard sociale vaardigheidstraining? Dit is relevant omdat deze kernelementen in alle settings van de Kanjertraining aanwezig zijn: op de scholen preventief, op de scholen in vastgelopen klassen en op psychologen praktijken. De interventie modules werden wekelijks aangeboden door ervaren trainers in vier keer een uur in reguliere klassen van groep 6 t/m 8 van de basisschool. Er werd vier keer gemeten: twee keer voor de training, één keer erna en nog een keer 3 maanden erna.

c) Direct na de training werden geen effecten gevonden op sociaal gedrag, sociale vaardigheden, self-efficacy en alle andere uitkomstmaten. Drie maanden later werden wel significante effecten gevonden op internaliserend ($d = ,30$) en externaliserend gedrag ($d = ,30$). Dit nam af in de autonomie-conditie (de Kanjerconditie) gericht op prosociale intenties en verantwoordelijkheid n dit nam toe in de andere twee condities. Kennelijk zijn 4 weken te kort voor directe gedragsverandering, maar kunnen de kanjerelementen wel een verschil maken op de langere termijn in de reductie van internaliserend en externaliserend gedrag, zelfs wanneer deze maar vier keer een uur zijn aangeboden. Een mogelijke verklaring voor dit effect op de langere termijn is dat leerkrachten in de autonomie-conditie de taal gemakkelijk zelf konden voortzetten in de klas na de 4 uur training. In de gewone sociale vaardigheden conditie werd geen taal gebruikt die de leerkracht nog kon voortzetten na de training.

Omdat het onderzoek is uitgevoerd in een universele steekproef (en veel kinderen al sociaal goed functioneren en er dus weinig verbetering mogelijk is), is apart gekeken of de autonomie-conditie meer effect had voor kinderen met veel externaliserende problemen. Dit bleek het geval: sterk externaliserende kinderen gingen sterker vooruit op zelfwaardering en lieten een grotere afname zien in externaliserend gedrag dan de kinderen die voor de training weinig externaliserende problemen hadden. Ook deze effecten golden voor de lange termijn.

5. Samenvatting Werkzame elementen

Inhoudelijke elementen:

- Multimodale aanpak gericht op het kind, de groep, de ouders en de school
- Oefenen van sociale en emotionele vaardigheden
- Kanjertaal waarin intrinsieke motivatie en verantwoordelijkheid van het kind wordt benadrukt
- Gedachtengoed dat uitgaat van positieve intenties, met vertrouwen naar elkaar kijken (zit in Kanjertaal, petten, posters, oefeningen).
- Rollenspelen met petten die staan voor gedrag dat je kunt kiezen
- Leren wat de invloed is van omstanders, leren om storend gedrag niet te bekrachtigen (oefening motor en benzinepomp)
- Leerlingen spreken zich uit naar elkaar: ze geven elkaar feedback over hun gedrag
- Handvatten voor ouders en leraren om gedrag en conflicten te bespreken: petten, posters, afspraken, 'Kanjertaal', de vraag "Is het je bedoeling?"
- Werken aan een Kanjercultuur op school.
- Leerkrachten en directie opleiden om het Gezag van het fatsoen te zijn
- Duidelijke gedragsregels
- Positieve, oplossingsgerichte aanpak die uitgaat van kwaliteiten en vertrouwen

Praktische elementen:

- Trainen in een groep met diversiteit aan problematiek, leren van elkaar
- Universele interventie die zich richt op brede risico- en beschermende factoren voor sociale problemen met preventieve en curatieve varianten
- Aanstellen van één of meerdere coördinatoren voor implementatie en borging van de methode
- Ouderavond en praktijkdag door een trainer om een voorbeeld te geven aan de leraren.
- Stichting Kanjertraining heeft een Kenniscentrum van waaruit onderzoek wordt gedaan en contacten met diverse universiteiten en onderzoekers worden onderhouden.
- Het materiaal en de opleiding blijven voortdurend in ontwikkeling, afhankelijk van onderzoeksresultaten, praktijkervaringen en actuele ontwikkelingen in de samenleving.

6. Aangehaalde literatuur

Ajzen, I. (2005). *Attitudes, Personality and Behavior*, Open University Press.

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action*. NJ: Englewood Cliffs.

Beld, M. H. M., Heuvel, E. G. van den, Helm, G. H. P. van der, Kuiper, C. H. Z., Swart, J. J. W. de, Roest, J. J. & Stams, G. J. J. M. (2019). The impact of classroom climate on students' perception of social exclusion in secondary special education. *Children and Youth Services Review* 103, 127–134.

Bettencourt, A., Gross, D., & Ho, G. (2016). *The Costly Consequences of Not Being Socially and Behaviorally Ready by Kindergarten: Associations with Grade Retention, Receipt of Academic Support Services, and Suspensions/Expulsions*. Baltimore: Baltimore Education Research Consortium.

Bijstra, J., de Boer, A., Emans, van der Hoeven, J., Post, W., Tenback, C., & Wally, T. (2019). *Een praktijkonderzoek naar effectief handelen bij externaliserend leerlinggedrag*. Geraadpleegd op 14 april 2020 van <https://www.nro.nl/wp-content/uploads/2020/04/405-18-646-definitief-eindverslag-bijstra-et-al.pdf>

Birdwell, J., Scott, R. & Reynolds, L. (2015). *Character Nation. A demos report with jubilee center for character and virtues*. London: Demos.

Bowes, L., Maughan, B., Caspi, A., Moffitt, T. E., & Arseneault, L. (2010). Families promote emotional and behavioural resilience to bullying: Evidence of an environmental effect. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*, 51(7), 809-817.

Carr, A. (2013). *What works with children and adolescents? A critical review of psychological interventions with children, adolescents and their families*. New York: Routledge.

CASEL: Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (2012). *2013 CASEL Guide. Effective social and emotional learning programs. Preschool and elementary school edition*. Geraadpleegd op 26 mei 2020 van casel.org/wp-content/uploads/CASEL_Guide.pdf

De Mooij, B., Fekkes, M., Van den Akker, Vlieg, L., Scholte, R., & Overbeek, G. (in review). Does affirming children's autonomy and prosocial intentions help? A micro-trial into intervention component effects to improve prosocial behavior.

De Moor, E. L., Hutteman, R., Korrelboom, K., & Laceulle, O. M. (2018). Linking stressful experiences and psychological problems: the role of self-esteem. *Social Psychological and Personality Science*, 1-10. doi: 10.1177/1948550618795167

Department for Education (2018). *Mental Health and Behaviour in schools*. Geraadpleegd op 26 mei 2020 van https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/755135/Mental_health_and_behaviour_in_schools_.pdf

- Durlak, J. A., Taylor, R. D., Kawashima, K., e.a. (2007). Effects of positive youth development programs on school, family, and community systems. *Am J Community Psychol*, 39(3): 269-286. doi:10.1007/s10464-007-9112-5
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A., Taylor, R. D., & Schellinger, K. (2011). The Impact of enhancing students' social and emotional learning: a meta-analysis of school-based universal interventions. *Child development*, 82(1), 405-32.
- Farrell, A. D., Henry, D. B., Mays, S. A., & Schoeny, M. E. (2011). Parents as moderators of the impact of school norms and peer influences on aggression in middle school students. *Child development*, 82(1), 146-161.
- Foolen, N., & Ince, D. (2013), *Cognitieve gedragstherapie*. Nederlands Jeugd Instituut. Geraadpleegd op 28 november 2020 van [https://www.nji.nl/nl/Download-NJi/\(311053\)-nji-dossierDownloads-WatWerkt_CognitieveGedragstherapie.pdf](https://www.nji.nl/nl/Download-NJi/(311053)-nji-dossierDownloads-WatWerkt_CognitieveGedragstherapie.pdf)
- Galenkamp, H., & Schut, J. (2018). *Handboek professionele schoolcultuur. Focus op koers en gedrag*. Huizen: Uitgeverij Pica.
- Hamlin, J. K. (2013). Moral judgement and action in preverbal infants and toddlers. Evidence for an innate moral core. *Current Directions in Psychological Science*, 22(3), 186-193.
- Henrich, J., Boyd, R., Bowles, S., Camerer, C., Fehr, E., Gintis, H., & McElreath, R. (2001).
- In Search of Homo Economicus: Behavioral Experiments in 15 Small-Scale Societies. *The American Economic Review*, 91(2), 73-78. <http://www.jstor.org/stable/2677736>
- Joussemet, M., Mageau, G. A., Larose, M. P., Briand, M., & Vitaro, F. (2018). How to talk so kids will listen & listen so kids will talk: a randomized controlled trial evaluating the efficacy of the French How-to Parenting Program on children's mental health compared to a wait-list control group. *BMC Pediatrics*, 18(1), 257.
- Lange, M. de, W. Matthys, D. de Veld, N. Foolen, A. Addink, A. Menting en I. Bastiaanssen (2018), '*Richtlijn Ernstige gedragsproblemen voor jeugdhulp en jeugdbescherming*'. Utrecht, Beroepsvereniging van Professionals in Sociaal Werk/Nederlands Instituut van Psychologen/Nederlandse vereniging van pedagogen en onderwijskundigen.
- Lei, H., Cui, Y. & Chiu, M.M. (2016). Affective teacher—student relationships and students' externalizing behavior problems: a meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 7, article 1311, doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01311.
- Marchette, L.K, Weisz, J.R. (2017). Practitioner review: Emperical evolution of youth psychotherapy toward transdiagnostic approaches. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 58(9), 970–984. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12747> PMID: 28548291
- Monitor Sociale Veiligheid (2018). *Sociale Veiligheid in en rond scholen 2010-2018*. Nijmegen: Praktikon.
- Orobio de Castro, B., Mulder, S., Ploeg, R. van der, Onrust, S., Berg, Y. H.M. van den, Stoltz, S., Scholte, R. H. J., et al. (2018). *Wat werkt tegen pesten? Effectiviteit van*

kansrijke programma's tegen pesten in de Nederlandse onderwijspraktijk. Geraadpleegd van <https://www.nro.nl/wp-content/uploads/2018/05/wat-werkt-tegen-pesten-eindrapport.pdf>.

Pouwels, J. L. (2018). *The group process of bullying: developmental, methodological, and social-cognitive perspectives* (proefschrift, Radboud Universiteit Nijmegen). Ridderkerk: Ridderprint B.V.

Ruit, P. & Korthagen, F. A. J. (2013). *Developing core qualities in young students*. In F. A. J. Korthagen, Y. M. Kim, & W. L. Greene, *Teaching and Learning from Within: A Core Reflection Approach to Quality and Inspiration in Education* (pp. 131-147). New York/London: Routledge.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-Determination Theory. Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York: The Guilford Press.

Salmivalli, C., Voeten, M., & Poskiparta, E. (2011). Bystanders matter: Associations between reinforcing, defending, and the frequency of bullying behavior in classrooms. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 40(5), 668-676.

Sklad, M., Diekstra, R., Ritter, M. de Ben, J. & Gravesteyn, J. (2012). Effectiveness of school-based universal social, emotional, and behavioral programs: do they enhance students' development in the area of the skill, behavior, and adjustment? *Psychology in Schools*, (49)9, 892-909.

Sprick, R., & Knight, J. (2018). Involving teachers in schoolwide behavior policy. *Educational Leadership*, 76(1), 48-53.

Stevens, G., Van Dorsselaer, S., & Boer, M. (2018). *Gezondheid en welzijn van jongeren in Nederland*. Utrecht: Trimbos Instituut. <https://www.trimbos.nl/docs/9908351a-4e5e-4d80-b343-55e69086a1fb.pdf>

Thapa, A., Cohen, J., Guffey, S., & Higgins-D-Alessandro (2013). A review of School Climate Research. *Review of Educational Research*, 83(3), 357-385.

The Aspen Institute National Commission on Social, Emotional and Academic Development (2017). *Supporting the whole teacher Developing educators' social and emotional skills lays the foundation for success with students*. Geraadpleegd op 20 augustus 2020 van <https://assets.aspeninstitute.org/content/uploads/2018/01/SupportingWholeTeacherUpdate.pdf>

Thomaes, S., Reijntjes, A., Orobio de Castro, B., & Bushman, B. J. (2009). Reality bites - or does it? Realistic self-views buffer negative mood following social threat. *Psychological Science*, 20(9), 1079-1080.

Van den Bedem, N. (2020). *Emotions and the psychosocial development of children with and without Developmental Language Disorder* (Proefschrift). Universiteit Leiden, Leiden.

Van Dijk, A. (2017). "Everyone is mean to mean" *On the origins, consequences, and malleability of hostile attribution biases in young children* (Proefschrift). Universiteit Utrecht, Utrecht.

- Van Dijk, A., Poorthuis, A. M. G., Thomaes, S., & De Castro, B. O. (2018). Parent-child discussion of peer provocations. *Child Development*, 89(5), 1908-1920. <http://dx.doi.org/10.17605/OSF.IO/M4GS8>
- Van Overveld, K. (2017). *SEL. Sociaal emotioneel leren als basis*. Huizen: Uitgeverij Pica.
- Van Overveld, K. (2019). *Gedragso oplossingen voor de moeilijke groep. Hoe begeleid je uitdagende klassen in het primair onderwijs?* Huizen: Uitgeverij Pica.
- Van Steijn, L., De Winter, A., & Reijneveld, S. A. (2014). *Stabiliteit en verandering van psychosociale gezondheid en leefstijl bij adolescenten en mogelijkheden voor interventies*. Groningen: UMCG. <https://www.umcg.nl/NL/UMCG/Nieuws/Persberichten/Documents/rapportECA2014.pdf>
- Van Vloten, M. (2019). Procesevaluatie Kanjertraining. Sterke kanten en verbeterpunten van de Kanjertraining volgens gebruikers. Almere, Stichting Kanjertraining. <https://www.kanjertraining.nl/wp-content/uploads/2019/05/Procesevaluatie-NOT-2019.pdf>
- Vliek, L. (2015). *Effects of Kanjertraining (Topper Training) on emotional problems, behavioural problems and classroom climate* (Proefschrift). Universiteit Utrecht, Utrecht.
- Vliek, L. (2019). Minder kinderen gepest op ervaren Kanjerscholen: onderzoek naar langetermijneffecten. *Tijdschrift voor Orthopedagogiek*, 58(3), 38-43.
- Vliek, L. (2019). *Implementatie van Kanjertraining door leerkrachten: nut, competentiegevoel en mate van implementatie*. Almere: Stichting Kanjertraining. <https://www.kanjertraining.nl/wp-content/uploads/2019/07/Implementatie-van-Kanjertraining-door-leerkrachten.pdf>
- Vliek, L. & Orobio de Castro, B. (2010). *Stimulating positive social interaction: What can we learn from TIGER (Kanjertraining)?* In B. Doll, J. Baker, B. Pfohl en J. Yoon (red.). *Handbook of Youth Prevention Science*. New York: Routledge.
- Vliek, L., Overbeek, G., & Orobio de Castro, B. (2014). "I want to behave prosocially and I can choose to do so": Effectiveness of TIGER (Kanjertraining) in 8 to 11 year-olds. *European Journal of Developmental Psychology*, 11(1), 77-89. DOI: 10.1080/17405629.2013.811405
- Vliek, L., Overbeek, G., & Orobio de Castro, B. (2015). *Improving classroom climate: Effectiveness of TIGER (Kanjertraining) in primary school classes*. In L. Vliek, *Effects of Kanjertraining (Topper Training) on emotional problems, behavioural problems and classroom climate* (Proefschrift) (pp. 53-71). Universiteit Utrecht, Utrecht.
- Vliek, L., Overbeek, G., & Orobio de Castro, B. (2019). Effects of Topper Training on psychosocial problems, self-esteem and peer victimisation in Dutch children: A randomised trial. *PLoS ONE*, 14(11). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0225504>
- Vliek, L., & Splinter, L. (2011; herzien 2019). *Implementatie Kanjertraining: wat gaat goed en wat kan er beter?* Stichting Kanjertraining, Almere. https://www.kanjertraining.nl/wp-content/uploads/2019/05/Implementatie-onderzoek-2011_2019.pdf

Von Salisch, M. (2018). Emotional competence and friendship involvement: Spiral effects in Adolescence. *European Journal of Developmental Psychology, 15*, 678-693.

Weyns, T. (2015). *The role of teacher behavior in the development of students' relational aggression: a five-wave longitudinal study* (Scriptie) Leuven: KU Leuven.

Wicks-Nelson, R. & Israel, A. C. (2015). *Abnormal child and adolescent psychology. DSM-V Update* (8th Ed.). Amsterdam: Pearson.

Wiley, A. L. & Siperstein, G. N. (2015). *SEL for Students with High-Incidence Disabilities*. In J.A. Durlak, C.E. Domitrovich, R.P. Weissberg & T.P. Gullotta (Eds.), *Handbook of Social and Emotional Learning. Research and Practice* (pp. 213-228). New York, London: Guildford Press.

Yuill, N. & Little, S. (2018). Thinking or feeling? An exploratory study of maternal scaffolding, child mental stage talk, and emotion understanding in language-impaired and typically developing school-aged children. *British journal of Educational Psychology, 88*, 261-283.

Samenwerking erkenningstraject

Het erkenningstraject wordt in samenwerking uitgevoerd door het Nederlands Jeugdinstituut (Nji), het RIVM Centrum Gezond Leven (CGL), het Nederlands Centrum Jeugdgezondheid (NCJ), het Kenniscentrum Sport & Bewegen, Vilans, het Trimbos Instituut en MOVISIE. Door samen te werken aan het beoordelen van interventies volgens eenduidige criteria streven wij naar kwaliteitsverbetering in de betrokken werkvelden.



Nederlands
Centrum
Jeugdgezondheid



Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu
Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

