

Van desperado tot volwaardig groepslid

Non agressiecontracten in het Onderwijs

door Jan Ruigrok

*"Oh, you're a hard one
I know that you got your reasons
These things that are pleasin' you
Can hurt you somehow"*
The Eagles, Desperado

Krijn ligt er uit bij zijn tafelgroepje. De drie anderen hebben Karin, hun mentor gevraagd Krijn uit hun groep te zetten. "Eigenlijk het liefst een andere klas, of misschien zelfs een andere school." Het lukt Krijn van geen kant tijdens de stilteblokken van 20 minuten stil en rustig te werken. "Binnen de kortste keren praat hij de oren van je hoofd en zit hij geen seconde stil. We worden er helemaal gek van!"

Krijn voelt zich in de klas en op school steeds meer buitengesloten en ontwikkelt de houding van een desperado: "Iedereen heeft de pest aan me. Ik doe het nooit goed en mij maakt het ook allemaal niks meer uit."

In een rustig gesprek vertelt Krijn, na tien minuten in tranen, hoe het hem onmogelijk lukt stil te zitten en zijn mond te houden. Het branieschoppertje verandert in een eenzaam jongetje dat er bij wil horen. Net zo als iedereen.

Karin spreekt met Krijn af dat hij de komende tijd in oplopende intervallen rustig en stil werkt. "Eerst een week 5 minuten, de week daarop 7 en de week daarop 10. Daarna kijken we verder. Na jouw stilteperiode mag je de gang op om lekker even te bewegen. Na de stilteperiode van de klas, komt Jeffrey je vertellen dat het stilteblok voorbij is." Krijn wijst Ellen aan als degene die hem waarschuwt wanneer anderen last van hem hebben. Zij waarschuwt hem zo nodig met een tikje op zijn schouder. Na een tikje wordt Krijn rustig, of gaat hij rustig de gang op. Krijn is judoka. Wanneer hij de afspraken overtreedt die hij met Karin en zijn groepje maakt, moet hij voor 'straf' de anderen uit het groepje een van zijn judogrepen leren.

De afspraken die Krijn met Karin, en de leden van zijn tafelgroepje maakt, bevatten elementen die het werken met non-agressiecontracten in het onderwijs succesvol maken. De resultaten op scholen die er mee werken zijn veelbelovend. De ideeën achter non-contracten zijn in Nederland door Maarten Kouwenhoven ontwikkeld in de psychiatrie en hulpverlening¹ en worden momenteel in samenwerking met KPC Groep vertaald naar het onderwijs.ⁱⁱ

Dit artikel zet de succesfactoren van non-agressiecontracten op een rij.

Ongewenst gedrag

Degene die het non-contract afsluit, de contractant, heeft gedrag waar hij in de eerste plaats zelf, en meestal ook zijn omgeving, last van heeft. Een basisvoorwaarde is dat de contractant zelf het gedrag als problematisch ervaart. Bij Krijn is duidelijk dat zowel hij als zijn groepsleden last van zijn gedrag hebben.

Een leerling die steeds agressief gedrag vertoont, ervaart dat vaak ook zelf als een probleem:

'Ik merk heus wel dat de halve klas niks meer met me te maken wil hebben. En natuurlijk ik baal er van dat ik dit jaar al twee keer drie dagen ben geschorst en steeds zinloos strafwerk zit te maken.'

Een onvervulde behoefte.

Aan ongewenst gedrag ligt vrijwel altijd een onvervulde behoefte ten grondslag. Wie werkt met non-contracten gaat met de contractant daarnaar op zoek. Wanneer je die boven tafel hebt, kun je zoeken hoe die op een voor iedereen acceptabele manier vervuld kan worden.

'Ik ga over de rooie wanneer ze niet naar me luisteren. Ik wil serieus genomen worden!'

Als je mensen vraagt waarom ze ongewenst gedrag willen stoppen, zullen ze in eerste instantie vrijwel altijd zeggen wat ze niet willen:

- 'Ik wil stoppen met roken want ik wil geen longkanker';
- 'Ik wil stoppen met tikken uitdelen aan medeleerlingen omdat ik dan geen vrienden overhoud en steeds geschorst wordt';
- 'Ik wil stoppen met druk zijn omdat ik niet steeds de klas uitgestuurd wil worden.'

Het vervelende is dat wanneer je je richt op wat je niet wilt, daar alle aandacht naar toe gaat en je uiteindelijk precies krijgt wat je niet wilt.

In een Amerikaans stadje richtte een groep alcoholisten een zelfhulpgroep op die zo succesvol was, dat er binnen een jaar in de wijde omgeving geen alcoholist meer te bekennen was. Wegens eclatant succes kon de club worden opgeheven. Uit verveling zat de helft van de leden binnen een jaar weer aan de fles.

Bij Krijn, ging de aandacht niet naar het stoppen van zijn drukke gedrag, maar naar wat hij wel wilde. Zijn belangrijkste behoeften waren contact met klasgenoten en de ruimte om ongestoord zijn drukke gedrag een plek te geven. De tranen kwamen toen zijn eenzaamheid en afwijzing door de anderen ter sprake kwam. Daar zat de spanning. En waar spanning zich voordoet, valt winst te behalen.

Ook achter het gedrag van overagressieve leerlingen zit een onvervulde behoefte. Wie alle aandacht richt op het stoppen met agressief gedrag, boekt hooguit schijnsuccessen. Onderdrukking van agressief gedrag dat voorbijgaat aan de achterliggende behoefte, kan uiteindelijk leiden tot depressie en gedrag waarmee de leerling zichzelf geweld aandoet. Antidepressiva en andere drugs overschrijden in gevangenissen niet voor niets zelden de uiterste gebruiksdatum.

Wie met agressieve leerlingen zoekt naar de onvervulde behoefte achter hun gedrag zet alleen al daardoor een grote stap in de goede richting. Ze zijn gewend dat er alleen maar gekeken wordt naar wat er niet goed gaat; nu is er iemand die met hen praat over wat ze willen! De erkenning die daarin zit is een gedeeltelijke vervulling van de behoefte. Dat is niet alleen groeibevorderend voor leerling, maar ook uitermate prettig voor de begeleider. Begeleiders die met leerlingen non-agressiecontracten afsluiten zie je intensief, maar vaak ook lachend en ontspannen met een leerling aan het werk. Zij zijn niet normatief en bestraffend bezig, maar zoeken met de leerling naar een oplossing voor het probleem dat zij samen hebben en waarbij de leerling haarfijn aanvoelt dat van hem het meeste werk wordt verwacht.

Probleemoplossende sancties

Krijn beloofde dat wanneer hij in de fout zou gaan hij de anderen judoles zou geven. Dat vond hij prachtig om te doen; daar was hij goed in! Het is een paradoxale sanctie. Voor 'straf' moet Krijn doen, wat hij wat hij in feite het liefste wil: judoën met vrienden. Het idee zal duidelijk zijn: Krijn zijn behoefte aan contact en erkenning is niet vervuld. Hij spreekt af een extra inspanning te verrichten om aan zijn behoefte tegemoet te komen en daarmee zijn probleem aan te pakken. De desperado verandert in een gewaardeerd groepslid.

Sancties in non-agressiecontracten dienen meerdere doelen die in elkaars verlengde liggen:

- 1) De leerling moet de schade die hij heeft aangericht herstellen.
- 2) Hij moet een actie ondernemen in iets waarin hij goed is en waar anderen, vooral de groepsleden die hij heeft benadeeld, van genieten.
- 3) De sanctie levert een bijdrage aan het vervullen van de achterliggende behoefte en is daarmee probleemoplossend.

Het eerste doel sluit aan bij de ideeën van herstelrechtⁱⁱⁱ. Iemand heeft door zijn gedrag anderen schade berokkend en krijgt de kans die te herstellen. Hiermee zorg je ervoor dat iemand volwaardig lid kan blijven van de groep en niet naar de marge ervan wordt verbannen om als desperado zijn schooltijd uit te zitten. Eventuele schuld die de dader voelt, en van waaruit hij nog meer ellende kan aanrichten, wordt omgezet in constructieve actie.

Het tweede doel draagt er toe bij dat de leerling actie onderneemt die waardering oproept met het gevolg dat de groepsleden genieten en zich inspannen de desperado binnen de groep te houden. Je kunt een leerling voor straf een schoolplein laten vegen; je kunt hem ook als sanctie opdragen een rap te schrijven om die op de schoolavond ten uitvoer te brengen.

Tijdens de uitvoering van een sanctie waarbij leerlingen affiches voor het vak Duits voor de open dagen van de school maken, verzucht Asha bij het inleveren tegen de docent: 'U bent de enige die ons nog ziet zitten.'

Uit Asha's verzuchting spreekt de bijdrage die de sanctie heeft aan het vervullen van de behoefte. Op een diepere laag vindt Asha bij haar docent erkenning voor het feit dat ze bestaat en de behoefte is duidelijk: 'Ik wil dat mensen me zien zitten; ik wil gezien worden op een positieve manier'.

Shamir en Jeffrey, twee leerlingen die elkaar steeds in de haren zitten, maken de afspraak dat wie het eerst handtastelijk is, als sanctie een dag lang de tas van de ander draagt. De docent: "Die tas weegt niks, en ze wisselen maar twee keer per dag van lokaal, maar het effect is enorm. Ze lopen lachend van het ene lokaal naar het ander. In feite betuigt de dader ten opzichte van de hele school respect aan de ander. En dat is ook waar ze steeds om vragen en waar het fout op loopt".

Concrete afspraken en sancties

Krijn maakt afspraken voor de komende drie weken om het contract daarna bij te stellen met Karin. De afgesproken tijd geeft vrijheid: hij hoeft gelukkig niet de rest van zijn leven rustig te zijn op school: "Laten we eerst eens met drie weken beginnen en dan nog in overzienbare tijdseenheden." De opluchting van de tijdsbeperking geeft, geeft Krijn vrijheid volmondig 'ja' te kunnen zeggen tegen het contract.

Naast de afspraken moeten ook de sancties concreet zijn.

Een goed contract, of het nu afgesloten wordt door een volwassene of een leerling, is te begrijpen door een kind van 8 jaar. Deze voorwaarde dwingt concreet te zijn. Een goed contract voldoet aan de Smartcriteria. Afspraken en sancties zijn:

Specifiek (je weet precies waar het over gaat);

Meetbaar (je weet wat er uitgevoerd moet worden en wat er gelaten gaat worden);

Acceptabel (voor contractant zowel als zijn omgeving);

Realistisch ("Ik zal nooit meer onvriendelijk zijn tegen leraren en klasgenoten", is weinig realistisch.);

In Tijd uitgezet. (Je weet wanneer je klaar bent en het contract af is.)

Groepsverantwoordelijkheid

Krijn schakelt groepsleden in bij de uitvoering van zijn contract. De groep vindt hiermee erkenning voor haar probleem: "We nemen jullie serieus." Daarnaast krijgt ze een taak en verantwoordelijkheid bij de uitvoering van het contract. Het drukke gedrag van Krijn is voor

ieder een probleem dus iedereen kan worden aangesproken op het terugdringen ervan. De groepsleden, hebben ook het recht om een sanctie te 'innen': zij ondervinden schade en hebben dus recht op herstel.

Nadat Krijn na een week met veel succes een sanctie ten uitvoer had gebracht, vroeg Raymond, een jongen uit een ander groepje, of hij de volgende judoles van Krijn mocht bijwonen. "Nee", zei Karin, "dat kan alleen als je last van Krijn hebt gehad". De volgende dag sloop Krijn, ook de beroerdste niet, stilletjes achter Raymond om vervolgens hard 'boe! Te roepen'. Toen Raymond van schrik van zijn stoel veerde had hij volgens Krijn voldoende last van hem gehad om de volgende judoles bij te mogen bijwonen. Krijn had op school nog nooit zo genoten.

Formele en informele non-agressiecontracten

Non-contracten kun je op vele manieren afsluiten. Er zijn informele en formele contracten. Een zeer informeel contract is bijvoorbeeld: 'Wie naar het toilet wil, steekt zijn vinger op en krijgt toestemming'.

Hoe ongewenster en lastiger het gedrag, hoe formeler het contract. Soms volstaat een knipoog, op andere momenten worden uitgebreide contractbesprekingen gevoerd met klasgenoten, ouders en docenten. Formele contracten kennen de volgende opzet:

- 1) De contractant verklaart welk gedrag hij wil stoppen.
- 2) Hij verduidelijkt de achterliggende reden (de onvervulde behoefte).
- 3) Hij vertelt wat hij gaat doen om te voorkomen dat het misgaat. (preventie) Vaak komt dit neer op acties in de richting van het vervullen van de behoefte.
- 4) Beschrijving van de sancties.
- 5) Geldigheidsduur van het contract.
- 6) Plaats en datum van opmaak van het contract.
- 7) Handtekeningen van de contractant, de begeleider en in veel gevallen de groepsleden.
Soms ook worden de handtekeningen van ouders meegenomen.

Beperkingen en randvoorwaarden

Het werken met non-agressiecontracten is voor veel mensen een omslag in het denken. Jarenlang is zij ongewenst gedrag benaderd van een repressief, disciplinerend standpunt: het gedrag van de leerling is een probleem en dat moet aangepakt worden. De leerling staat voor de keuze: aanpassen of wegwezen.

De nieuwe aanpak is een verbindende, motiverende: de leerling met probleemgedrag is voor zichzelf en voor zijn omgeving een probleem en we gaan dat aanpakken door hem te steunen en ervoor te zorgen dat de klasgenoten het fijn vinden dat hij deel uitmaakt van de groep. We dragen daar gezamenlijk verantwoordelijkheid voor.

Het structureel werken met non-agressiecontracten op scholen vindt plaats nadat de schoolleiding zich ervoor heeft uitgesproken en mogelijkheden in geld en tijd schept om er uitvoering aan te geven.

Belangrijkste voorwaarde voor het slagen van het werken met non-agressiecontracten is het positieve beeld dat leraren en begeleiders hebben van zichzelf en van hun leerlingen. Niets is zo aanstekelijk als dat.

Jan Ruigrok is trainer/adviseur bij Rigardus in Rotterdam.

ⁱ M. Kouwenhoven *Transaktionele Analyse in Nederland, deel I en II* (resp. ISBN: 90-8001-29-39 en 90-90001931)

ⁱⁱ Met dank aan docenten en schoolleiding van s.g. Melanchton in Rotterdam en s.g. Weredi in Valkenswaard.

ⁱⁱⁱ *Als team op twee lijntjes komen* (Hans Oostrik en Jan Ruigrok) *Excuus omzetten in actie* (Jan Ruigrok) in resp. Tijdschrift voor Leerlingbegeleiding (wat een prachtblad was dat toch.) 27:5 en 26:6