

## Interventie

# Kanjertraining

### Samenvatting

#### Doelgroep

De doelgroepen van de Kanjertraining zijn:

- . leerlingen van 4 tot 15 jaar in het regulier en speciaal basisonderwijs (groep 1 t/m 8), en klas 1 en 2 van alle typen voortgezet onderwijs;
- . sociaal vastgelopen klassen van het regulier en speciaal basisonderwijs (groep 1 t/m 8) en voortgezet onderwijs klas 1 en 2;
- . kinderen tussen 6 en 14 jaar die problemen ervaren in de omgang met anderen. Deze kinderen worden op Kanjerpsychologen praktijken getraind in groepjes met hun ouders.

De intermediaire doelgroepen zijn ouders, leerkrachten en schooldirectie.

#### Doel

De Kanjertraining heeft tot doel sociale problemen zoals pesten, conflicten, uitsluiting en sociaal teruggetrokken gedrag te voorkomen of te verminderen en het welbevinden te vergroten bij kinderen en jongeren.

Om deze doelen te bereiken wordt in de training gewerkt aan vier voorwaardelijke doelen:

1. Kennis: kinderen hebben kennis en inzicht in gedrag en de gevolgen hiervan voor de ander.
2. Vaardigheden: kinderen hebben meer sociale vaardigheden en vertonen minder meeloopedrag ('benzine geven').
3. Motivatie: kinderen zijn meer gemotiveerd om zich sociaal te gedragen.
4. Verantwoordelijkheidsbesef: kinderen zijn zich bewust dat je kunt kiezen hoe je je gedraagt en ervaren hierin meer zelfvertrouwen.

In het onderwijs heeft bovenstaande tot doel een veilige sfeer in de klas en op school te creëren, terwijl op de psychologen praktijk de kinderen leren zich zelfredzaam op te stellen in een groep.

#### Aanpak

De Kanjertraining wordt schoolbreed ingezet en bevat lessen die wekelijks of om de week gegeven kunnen worden gedurende het hele schooljaar. De aanpak van de Kanjertraining komt ook tot uiting in leerkrachtgedrag, schoolbeleid en ouderparticipatie. Op psychologen praktijken wordt de training gegeven in tien lessen van 1,5 uur aan groepen kinderen met hun ouders. De methodiek bestaat o.a. uit het oefenen van sociale vaardigheden waaronder het omgaan met pesten, rollenspelen met behulp van vier petten of handpoppen met petjes, feedback geven aan elkaar, en vertrouwensoefeningen. De petten staan voor vier typen gedrag. Kinderen verwerven inzicht in hun gedrag en dat van anderen en in de keuze die ze hierin hebben.

#### Materiaal

Als materiaal is beschikbaar:

- . docenthandleidingen voor het basisonderwijs en het voortgezet onderwijs,
- . draaiboek/handleiding voor psychologen op de praktijken,
- . voorleesboeken en werkboeken, digibord materiaal behorende bij alle werkboeken,
- . een boek voor ouders, leerkrachten en pabostudenten met alle uitgangspunten van de Kanjertraining,
- . het boek "Meidenvenijn",
- . een boek met 99 Kanjerspelletjes,
- . een leerlingvolg- en adviessysteem voor 4- tot en met 15-jarigen (de leerlinglijst is 'COTAN-proof'). Daarbij: vier petten, handpoppen van de diertypen met petjes, en posters met kanjerafspraken.

## Onderbouwing

Sociale problemen ontstaan vaak door een gebrek aan sociale vaardigheden, cognitieve vervormingen in de sociale informatieverwerking en door interacties met kinderen (in de klas) die probleemgedrag laten zien. De 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, te oefenen met sociale vaardigheden, cognitieve technieken en een aanpak waarbij de uitvoerder van de interventie (leerkrachten, ouders en psychologen) uitgaat van intrinsieke motivatie bij het kind en verantwoordelijkheid van het kind om positief gedrag te laten zien.

## Onderzoek

Er zijn vier onderzoeken naar de Kanjertraining uitgevoerd. Drie hebben een quasi-experimenteel design en één heeft een gerandomiseerd (RCT) design met een half jaar follow-up. Allen zijn uitgevoerd in de dagelijkse praktijk.

Vliek en Orobio de Castro (2010) vonden dat elf sociaal vastgelopen klassen (N=237) die de Kanjertraining kregen van een psycholoog, significant meer vooruitgingen dan 11 controleklassen (N=255) op zelfwaardering, emotioneel welbevinden, sociaal gedrag en relatie met de leerkracht. Tevens lieten de interventieklassen een significant grotere afname zien in agressie en depressieve gedachten dan de controleklassen. Effectgroottes (Cohen's d) varieerden van ,17 tot ,37 en van ,33 tot ,78 voor de 25% van de laagst scorende kinderen.

In een uitgebreidere studie met dezelfde opzet (Vliek, Overbeek, & Orobio de Castro, 2015, proefschrift) waarin 14 interventieklassen (N=353) werden vergeleken met 14 controleklassen (N=343) waren de effecten klein tot zelfs zeer groot: tussen ,20 en 1,55. De grootste effecten werden bereikt op klasniveau: sociaal aanvaard voelen, relatie met de leerkracht, en verstoring gedrag volgens de leerkracht. Op individueel niveau lieten getrainde kinderen een significante verbetering zien op prosociaal gedrag, depressieve gevoelens en zelfwaardering ten opzichte van de controlegroep.

In een derde studie (Vliek, Overbeek, & Orobio de Castro, 2013) bleek de Kanjertraining effectief op psychologen praktijken. De 185 kinderen die met hun ouders zijn getraind werden vergeleken met 39 wachtlijstkindern (allen tussen 8-11 jaar). Na tien lessen rapporteerden ouders een significante afname van zowel externaliserend als internaliserend gedrag bij hun kind. Zowel agressie, teruggetrokken-depressief gedrag als sociale problemen namen af met effectgroottes tussen ,33 en ,46 (middelgroot). Na een half jaar waren de problemen nog verder verminderd bij de getrainde kinderen (effectgroottes ,45 tot 1,42).

In een RCT (Vliek, Overbeek, & Orobio de Castro, 2015, proefschrift) werden 132 kinderen met milde tot ernstige internaliserende en/of externaliserende problemen at random verdeeld over interventie- en wachtlijstcontrolegroep. Na 10 lessen met ouders en kinderen in een groep, vonden we significante effecten in de verwachte richting (met effectgroottes tussen ,28 en ,64) op oudergerapporteerde emotionele problemen, problemen met leeftijdsgenoten en impact van deze problemen, op leerkrachtgerapporteerde gedragsproblemen, en door het kind gerapporteerde zelfwaardering, en het gevoel gepest te worden. We vonden geen effecten op pesten en prosociaal gedrag, hier bleek sprake van bodem effecten. Alle effecten bleven bestaan na een half jaar. Depressie nam zelfs significant af een half jaar na de training.

## Erkenning

Erkend door

Deelcommissie ontwikkelingsstimulering, onderwijsgerelateerd en jeugd welzijn d.d 11-10-2013

Oordeel: Effectief volgens sterke aanwijzingen

Toelichting:

De Kanjertraining is een breed programma met een uitgebreid systeem van training en implementatie. Op 10 december 2015 is De Kanjertraining beoordeeld op onderzoek. De studies geven sterke aanwijzingen dat deelname aan De Kanjertraining in het basisonderwijs of in een klinische setting leidt tot een afname van externaliserend en internaliserend gedrag bij kinderen van 8 tot 13 jaar. De interventie heeft positieve effecten op onder andere zelfwaardering, emotioneel welbevinden, depressieve gevoelens, agressie, verstoring en prosociaal gedrag, problemen met leeftijdsgenoten, het gevoel gepest te worden en de relatie met de leerkracht. Er zijn geen directe effecten gevonden op pesten.

De referentie naar dit document is:

L. Vliek

(december 2015). Databank effectieve jeugdinterventies: beschrijving 'Kanjertaining '.Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut.

Gedownload van [www.nji.nl/jeugdinterventies](http://www.nji.nl/jeugdinterventies)

## 1. Probleemomschrijving

## **1.1 Probleem**

Het programma richt zich op kinderen en jongeren die in meer of mindere mate problemen hebben in de omgang met anderen, en op hun klasgenoten. Deze sociale problemen kunnen zich zeer verschillend voordoen. Er zijn 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 en er zijn kinderen die intimideren, ruzie zoeken en agressief gedrag vertonen. Deze kinderen kunnen samen in één training terecht omdat ze allemaal problemen hebben in de omgang met andere kinderen (Prins, 2001).

## **1.2 Spreiding**

Voor de prevalentie van sociale problemen kan als richtlijn gekeken worden naar de volgende cijfers: vijf tot tien procent van de basisschoolkinderen heeft moeite met sociaal geaccepteerd te worden door leeftijdsgenoten en heeft hierdoor problemen in de sociale ontwikkeling (Boivin, 2005). Bij adolescenten ligt dit percentage zelfs tussen 10 en 20 procent (Scholte & Engels, 2005). Deze kinderen zijn te vinden in heel Nederland, er is dus geen specifieke spreiding.

## **1.3 Gevolgen**

Sociaal functioneren heeft een sleutelrol in de geestelijke gezondheid van kinderen. Wanneer sociale problemen niet aangepakt worden, kunnen deze leiden tot eenzaamheid, problemen op school, een psychische stoornis en delinquent gedrag. Problemen in de omgang met andere kinderen is daarom een belangrijk diagnostisch criterium bij veel psychische stoornissen (zie Prins, 2001). Uit meerdere studies blijkt dat kinderen die vroeg in de ontwikkeling gedragsproblemen vertonen, een grotere kans hebben deze te behouden tijdens de puberteit en jong volwassenheid (o.a. Van Lier, 2002).

## **2. Beschrijving interventie**

### **2.1 Doelgroep**

#### **Uiteindelijke doelgroep**

De Kanjertraining is bedoeld voor drie doelgroepen in drie settings:

1. Leerlingen van 4 tot 15 jaar in het regulier en speciaal basisonderwijs (groep 1 t/m 8), en in de eerste twee klassen van alle typen voortgezet onderwijs. De training wordt klassikaal gegeven door de leerkracht of docent. Omdat in deze setting niet altijd sprake is van sociale problemen, werkt de training hier tevens ontwikkelingsstimulerend voor sociaal vaardig gedrag en preventief ter voorkoming van sociale problemen.
2. De training in een intensievere vorm (gegeven door een psycholoog in de klas) is bedoeld voor sociaal vastgelopen klassen van groep 1 t/m 8 en de eerste en tweede klas van de middelbare school. De problematiek in de klas kan verschillend van aard zijn. De leerkracht kan de controle kwijt zijn, kinderen zijn bang voor elkaar of vertrouwen elkaar niet, er kan een groepje kinderen zijn die de sfeer in de klas verstoort, of er wordt onrust in de klas ervaren die blijkt voort te komen uit ruzie tussen ouders. In alle gevallen ervaart de school (leerkracht of directie) sociale problemen in de klas.
3. Kinderen tussen 6 en 14 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 internaliserende of externaliserende problemen. Deze kinderen worden op psychologen praktijken getraind in groepjes samen met hun ouders.

#### **Intermediaire doelgroep**

De intermediaire doelgroepen zijn leerkrachten, ouders en schooldirectie.

#### **Selectie van doelgroepen**

Iedere school kan ervoor kiezen de Kanjertraining in te voeren op school. De ervaring leert dat de training het beste werkt als de hele school wordt opgeleid om de training te geven, inclusief de directie. Het is van groot belang dat het beleid van de school ten aanzien van probleemgedrag schoolbreed wordt gedragen.

Indien een school een sociaal vastgelopen klas heeft, benadert de school het Instituut voor Kanjertrainingen. Als na telefonisch advies blijkt dat er meer hulp nodig is, wordt een klassentraining door een psycholoog geboden. Directie en leerkracht moeten hiervoor gemotiveerd zijn.

Op de psychologen praktijken kunnen kinderen en ouders zich aanmelden zonder verwijzing van de huisarts. Ouder(s) zijn verplicht om ook deel te nemen. Deze training heeft een aantal contra-indicaties. De training is niet geschikt in de volgende gevallen:

- . Er is sprake van een grote angst bij ouders of kind (bijv. niet kunnen slapen/te sterke lichamelijke stressverschijnselen);
- . Er is sprake van zo'n grote agressiviteit en gebrek aan zelfcontrole, dat er een bedreiging kan zijn voor anderen;

- . Er is sprake bij ouder of kind van een hoge mate van impulsiviteit die zich nauwelijks laat corrigeren door anderen;
- . Er is sprake van een zeer ernstige gedragsstoornis;
- . Ouders zijn niet gemotiveerd voor de training.

## **2.2 Doel**

### **Hoofddoel**

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

### **Subdoelen**

Om deze doelen te bereiken wordt in de training gewerkt aan de volgende subdoelen:

#### 1. Kennis:

- a. de jongere heeft kennis en inzicht in (het eigen) gedrag en de gevolgen hiervan voor de ander;
- b. de jongere heeft kennis van gewenst (houd rekening met je eigen gevoel en dat van de ander) en ongewenst sociaal gedrag.

#### 2. Vaardigheden:

- a. de jongere beheerst meer sociale vaardigheden en kan oplossingsgericht reageren in sociale situaties zoals conflicten en pesten; b. de jongere is zich bewust van het effect van 'benzine' geven (aandacht geven, lachen) en kan zich beter inhouden dit te doen.

#### 3. Motivatie:

- a. de jongere is meer gemotiveerd om zich sociaal te gedragen.

#### 4. Verantwoordelijkheidsbesef:

- a. de jongere ervaart zelfvertrouwen in het eigen kunnen op sociaal gebied; b. de jongere is zich ervan bewust dat je kunt kiezen hoe je je gedraagt.

Om deze subdoelen te bereiken wordt de context ook getraind. Hiervan zijn de subdoelen:

In alle settings:

- . leerkracht en ouders weten hoe positief gedrag te belonen en hoe op te treden bij conflicten;
- . leerkracht en ouders spreken kinderen aan op het geven van voeding aan vervelend gedrag;
- . leerkracht en ouders zijn zich bewust van hun voorbeeldgedrag en hebben meer vaardigheden om dit ook te laten zien;
- . leerkracht, ouder en psycholoog weten dat kinderen goed willen doen en laten dit merken in hun verwachting. Zij vragen o.a. naar bedoeling;
- . leerkracht, psycholoog en ouder spreken kinderen aan op eigen verantwoordelijkheid.

In de schoolsetting specifiek:

- . De directie draagt duidelijk schoolbeleid uit ten aanzien van fatsoenlijk gedrag.
- . Directie spreekt ouders aan over houding/attitude kind en ouder.

In het onderwijs is een veilige sfeer in de klas een extra doel zodat de klas weer tot leren komt.

Scholen zijn verplicht om invulling te geven aan de Wet Actief Burgerschap en Sociale Integratie. De Kanjertraining voldoet aan de eisen die deze wet stelt. In de handleiding wordt dit toegelicht.

## **2.3 Aanpak**

### **Opzet van de interventie**

### **Op school door de leerkracht**

Voordat de leerkracht de training in de klas geeft, worden zowel de leerkracht als de directie opgeleid. In deze opleiding wordt ook geadviseerd over het beleid van de school. Dit is tevens terug te vinden in de handleiding. Het programma heeft een doorgaande leerlijn van groep 1 van de basisschool tot en met de tweede klas van het voortgezet onderwijs. Er is verschillend materiaal voor ieder leerjaar bestaande uit lessen die wekelijks of tweewekelijks gegeven kunnen worden. De training wordt klassikaal gegeven door de leerkracht aan alle kinderen in de klas. Daarnaast maakt de leerkracht door de dag heen gebruik van 'kanjertaal' en voorbeeldgedrag en betreft ouders bij het gedrag van leerlingen. Voordat de training start worden ouders uitgenodigd op een ouderavond waar de psycholoog die de leerkrachten heeft getraind, de uitgangspunten en de aanpak van de training vertelt en laat ervaren. Ouders worden vervolgens jaarlijks bij een of twee lessen uitgenodigd in de klas om mee te doen.

### **Op school door een psycholoog**

Voorafgaand aan een klassentraining, gegeven door een psycholoog, vullen kinderen de Kanjervragenlijst (ontwikkeld door het Instituut voor Kanjertrainingen) en de Schoolvragenlijst (Smits & Vorst, 1990) in. De psycholoog gebruikt de uitslag in zijn aanpak in de klas. De Kanjertraining wordt gegeven in een tot drie hele schooldagen, afhankelijk van de problematiek en ervaring van de school met de interventie. De leerkracht is bij alle lessen aanwezig, de directie en intern begeleider zijn zoveel mogelijk bij de lessen aanwezig. De ouderavond voorafgaand aan de klassentraining is toegespitst op de problematiek die de klas ervaart. De psycholoog nodigt alle ouders van de kinderen uit om bij de training aanwezig en betrokken te zijn. De directie en leerkrachten krijgen adviezen met betrekking tot te voeren beleid bij probleemgedrag van kinderen en ouders. Ouders van opvallende kinderen krijgen gerichte adviezen.

### **Op psychologen praktijken**

Na aanmelding krijgen ouders gedragsvragenlijsten (Child Behavior Checklist: CBCL) thuisgestuurd voor de ouders en de leerkracht. Kinderen van 11 jaar en ouder vullen de lijst ook in. In het intakegesprek wordt de uitslag hiervan besproken. Daarna worden tien lessen gegeven van 1,5 uur. Het eerste half uur is gezamenlijk, daarna gaan ouders en kinderen in twee groepen uiteen. Er is een aparte Kanjertrainer voor de "oudergroep" en een voor de "kindgroep". Er zijn aparte groepen voor kinderen van 6 en 7 jaar (maximaal 10 kinderen per groep), 8 tot 12 jaar, en voor middelbare scholieren (beide maximaal 15 kinderen).

### **Lesopbouw**

De lessen in het onderwijs en op de psychologen praktijken hebben steeds ongeveer de volgende opbouw. Iedere les begint met het herhalen van de oefeningen uit voorgaande lessen. Daarna wordt het thema van de les geïntroduceerd aan de hand van een bij de leeftijd passend verhaal of situatie. In rollenspelen wordt geoefend met verschillende vormen van gedrag met behulp van vier petten (zie hierna). Daarna worden de sociale vaardigheden geoefend die passen bij het thema van de les. In groepsdiscussies worden gedachten van kinderen over sociale thema's en dilemma's besproken. Een les wordt meestal afgesloten met een fysieke vertrouwensoefening. Voorbeelden van thema's van lessen zijn: Jezelf voorstellen, aardige dingen zeggen, gevoelens, nee zeggen en omgaan met pesten, belangstelling tonen, vertrouwen, vriendschap, kritiek geven, zelfbeheersing en cyberpesten.

Op de psychologen praktijken wordt tijdens iedere les eerst het huiswerk besproken van de vorige keer: heb je geoefend met de vaardigheden? En aan het eind wordt huiswerk meegegeven in de vorm van oefeningen die in de les aan bod zijn gekomen. In de lessen worden met de ouders de eerder genoemde thema's besproken en geoefend, ervaringen uitgewisseld en geoefend met de kanjerhouding (kijk positief naar je kind, verwacht het goede) en pedagogisch handelen op een kanjermanier (o.a. geef het goede voorbeeld, blijf rustig, durf los te laten).

### **Locatie en uitvoerders**

De Kanjertraining wordt uitgevoerd: 1. in de klas door leerkrachten; 2. in de klas door psychologen, speltherapeuten of orthopedagogen; 3. Op psychologen praktijken door psychologen, speltherapeuten of orthopedagogen.

### **Inhoud van de interventie**

#### **Petten en kanjerafspraken**

Een belangrijk onderdeel van de Kanjertraining is het gebruik van de petten. De vier petten staan voor vier typen gedrag of coping strategieën. In de training wordt benadrukt dat je in verschillende situaties verschillend gedraagt en dat je kunt kiezen hoe je doet (welke pet je op hebt). Kinderen worden uitdrukkelijk niet ingedeeld in één van de vier petten: je bent niet een type, maar je gedraagt je op een bepaald moment in een bepaalde situatie zo. De zwarte pet (pestvogel) staat voor brutaal, agressief, dominant, te krachtig gedrag. De rode pet (aap) staat voor onverschillig, meeloop en uitlach gedrag. De gele pet (konijn) staat voor verlegen, bang, zielig gedrag. De witte pet (kanjer/tijger) staat voor authentiek, sociaal vaardig, betrouwbaar en oplossingsgericht gedrag.

In rollenspelen worden de vier vormen van gedrag uitgespeeld in verschillende situaties. Pestsituaties worden bijvoorbeeld in vivo nagespeeld, zodat de gepeste leert te reageren op de pester en omstanders leren om geen steun te geven aan de pester. Leerkrachten en ouders leren om ook buiten de training kinderen op hun gedrag aan te spreken met behulp van de petten: Welke pet heb je nu op? Welke pet zou je op willen? Wat zou je dan kunnen doen?

De sociale vaardigheden die iedere les worden geoefend, horen bij het witte petten gedrag of kanjergedrag. Op een poster staan de vijf kanjerafspraken die refereren naar het gedrag van de vier petten: we vertrouwen elkaar, we helpen elkaar, niemand speelt de baas, niemand lacht uit, niemand doet zielig.

### **Groepsoefeningen**

Er worden veel groepsoefeningen gedaan waarin kinderen elkaar beter leren kennen, elkaar leren vertrouwen en goed voor elkaar moeten zorgen, zoals masseren, iemand optillen en blindemannetje.

Er is een speciale oefening waarin kinderen ervaren dat vervelend gedrag sneller stopt wanneer je er geen aandacht aan geeft. Deze oefening heet motor en benzinepomp. In het kort: één kind speelt de motor door druk te doen, 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 te grappig kind om zich niet meer zo uit te sloven.

In het programma zit tevens het onderdeel feedback geven, waarin kinderen elkaar feedback geven op elkaars gedrag. Dit gebeurt door kinderen hun positie ten opzichte van een groepsgeenoot in te laten nemen en te vertellen waarom ze daar staan. Het kind krijgt complimenten en tips.

### **Discussiëren, mening delen**

Tijdens de lessen discussiëren kinderen over morele dilemma's zoals vriendschap, erbij horen, en jezelf zijn. Dit wordt bijvoorbeeld gedaan in de vorm van een stellingenspel waarbij kinderen hun mening geven door een positie in de klas in te nemen (eens links, oneens rechts) en vervolgens hierover te praten.

### **Houding trainer**

De trainer (leerkracht/psycholoog) laat zien dat hij verwacht dat kinderen sociaal vaardig gedrag willen vertonen (intrinsiek gemotiveerd zijn). De trainer is verbaasd wanneer een kind aangeeft zich te willen misdragen. De trainer stelt dan duidelijke grenzen. De houding van de trainer is warm en accepterend voor de eigenheid van het kind. Tevens maakt de trainer het kind verantwoordelijk voor zijn eigen gedrag en benadrukt hij dat het kind kan kiezen hoe het reageert. De trainer benoemt gedrag van kinderen, maakt het effect ervan op de ander inzichtelijk, vraagt naar de bedoeling van kinderen en naar alternatief gedrag. Hij raadpleegt hierbij de groep voor suggesties.

## **2.4 Ontwikkelgeschiedenis**

### **Betrokkenheid doelgroep**

De directe aanleiding tot het ontwikkelen van de Kanjertraining is een verzoek geweest van meerdere Almeerse ouders in 1996. Deze ouders zaten met de vraag: "We kunnen heel goed praten met de onderwijsgeevenden over ons kind zolang het gaat over cognitief disfunctioneren. Maar 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 behoefte aan hebben in het sociaal functioneren. Zo werd op een honderdtal aandachtspunten uitgekomen, zoals: met mes en vork leren eten, niet met volle mond praten, hoe ga ik met de bus mee, hoe stel ik mijzelf voor, hoe ga ik met kritiek om, enzovoort. Aan de ouders die met hun kinderen wilden deelnemen aan de nieuwe Kanjertrainingen, werden deze punten in een overzicht meegegeven met het verzoek met een cijfer "nut en noodzaak" aan te geven. De ouders beoordeelden de meeste gedragsaspecten als niet belangrijk, maar waardeerden een aantal onderwerpen met stip. Dit zijn de onderwerpen die in de training terecht zijn gekomen. De ouders werden uitgenodigd bij de trainingen aanwezig te zijn. Zo konden ouders direct hun mening geven als ze het met een bepaalde aanpak niet eens waren. Deze aanpak bleek goed te werken. De directe kritiek van de ouders leidde al snel tot een krachtige en directe trainingsvorm.

### **Buitenlandse interventie**

De Kanjertraining is in Nederland ontwikkeld.

## **2.5 Vergelijkbare interventies**

### **In Nederland uitgevoerd**

Vergelijkbare interventies zijn Plezier op school, Leefstijl, Taakspel en PAD. Deze zijn alle opgenomen in de databank Effectieve Jeugdinterventies.

### **Overeenkomsten en verschillen**

Plezier op school is een training gericht op het stimuleren van sociaal vaardig gedrag die net als de Kanjertraining gebruik maakt van cognitief gedragstherapeutische principes, een groepsaankpak en het betrekken van ouders. De doelgroep van Plezier op school zijn kinderen in de overgang van de basisschool naar de middelbare school. De Kanjertraining bevordert het sociaal gedrag terwijl kinderen op school zitten en gebruikt juist de klas waarin het kind functioneert.

Leefstijl wordt net als de Kanjertraining op scholen klassikaal gegeven. De doelstellingen komen grofweg overeen. De thema's van Leefstijl zijn algemener. De Kanjertraining lijkt directer te zijn door confronterende situaties uit te spelen, en Kanjertraining is een schoolbrede aanpak met ouderbetrokkenheid en beleid ten aanzien van omgaan met gedrag.

Taakspel heeft ongeveer dezelfde doelstelling als de Kanjertraining en maakt gebruik van een klassikale aanpak waarin het zelf opstellen van klassenregels centraal staat. De Kanjertraining werkt ook met duidelijke afspraken, maar die zijn van tevoren gedefinieerd. Bovendien maakt de Kanjertraining meer gebruik van vaardigheidstraining en worden de ouders intensief betrokken.

PAD heeft ongeveer dezelfde doelstelling als de Kanjertraining, wordt ook klassikaal gegeven en maakt vooral gebruik van cognitieve technieken om nieuwe denkstrategieën aan te leren. De Kanjertraining gebruikt naast cognitieve technieken de vier petten die juist over gedrag (i.p.v. denken) gaan. Bovendien wordt meer gebruik gemaakt van de groepsprocessen in een klas.

### **Toegevoegde waarde**

De Kanjertraining lijkt zich te onderscheiden van andere sociale vaardigheidstrainingen door confronterende situaties uit te spelen, het gebruik van de petten, de lessen waarin kinderen elkaar feedback geven, en het aanspreken van kinderen op hun intrinsieke motivatie en verantwoordelijkheid. De Kanjertraining erkent dat er problemen en vervelende situaties in het leven zijn en leert kinderen, ouders en leerkrachten hiermee om te gaan op een oplossingsgerichte manier. De Kanjertraining heeft bovendien een gratis leerling volg- en advies systeem dat past bij de methode en waarvan de leerlinglijst positief is beoordeeld door de COTAN. Indien kinderen hierop zorgwekkend scoren, kunnen kinderen worden doorverwezen naar een Kanjer psychologen praktijk. Dat betekent dat er een aanbod is voor sociaal gedrag van het onderwijs tot aan jeugdzorg. Bovendien is de Kanjertraining meer dan het geven van lessen. Het gaat om pedagogisch handelen in groepen, schoolbeleid, grenzen stellen, ouders betrekken etc. Dat betekent dat de interventie ook ingezet kan worden in de tussen- en buitenschoolse opvang, kerken, volwassen teams en in de sport. Met het gedachtegoed van de Kanjertraining worden Kanjerwijken gevormd waar alle professionals dezelfde visie op gedrag hanteren. In Steenwijk is dat nu al zo, en op het eiland St. Eustatius worden in augustus 2013 alle basisscholen en professionals in de jeugdzorg en GGD opgeleid volgens de principes van de Kanjertraining.

## **3. Onderbouwing**

### **3.1 Oorzaken**

Kind

Er is samenhang gevonden tussen de ontwikkeling van probleemgedrag en intelligentie (Farrington, 1995), geslacht (Birmaher, Ryan, Williamson, Brent & Kaufman, 1996) en temperament (zie Muris, 2008).

Sociale vaardigheden

Sociale problemen kunnen ontstaan door tekorten in bepaalde sociale vaardigheden en het uitvoeren van gedragsregels (Epstein, Atkins, Cullinan, Kutash & Weaver, 2008).

Sociale informatieverwerking

Agressieve kinderen blijken sociale informatie eerder als bedreigend te ervaren en reacties van anderen als vijandig te interpreteren. Verlegen en depressieve kinderen blijken informatie van anderen ook als vijandig te interpreteren maar genereren geen agressieve reactie maar juist een teruggetrokken reactie (Dodge, 2006; Quiggle, Garber, Panak, & Dodge, 1992). Bovendien hebben ze moeite om de gevolgen van hun gedrag te evalueren (Orobio de Castro, Merk, Koops, Veerman, & Bosch, 2005). Gevoel invloed te hebben

Wanneer kinderen het gevoel hebben weinig invloed te hebben: 'ik ben een slachtoffer, alles overkomt mij, ik kan hier niks aan doen' dan blijken interventies weinig effect te hebben en gedrag dus moeilijk te veranderen. Wanneer een kind leert om naar het eigen gedrag te kijken en zelf bij te dragen aan de oplossing van de moeilijkheden, zal een training meer effect hebben (Ringrose, 1993).

Leeftijdgenoten

In groepen, zoals in klassen op school, vormen kinderen spontane subgroepen. De kinderen in deze subgroepen blijken

elkaars gedrag te versterken: wanneer bijvoorbeeld een aantal kinderen uit de groep veel pesten of dat gedrag aanmoedigen, gaan andere kinderen in die groep dat gedrag ook vertonen (Salmivalli, Huttunen & Lagerspetz, 1997). Wanneer kinderen in een groep eenmaal een duidelijk rol hebben, blijkt het lastig die rol los te laten en een andere rol aan te nemen. Dit komt doordat andere kinderen dit gedrag van dat kind verwachten, dat belonen en ander gedrag afwijzen. Uit onderzoek blijkt dat agressieve kinderen hun dominante positie in een groep vaak verwarren met populariteit (Orobio de Castro, Brendgen, Van Boxtel, Vitaro, & Schaeppers, 2007). Dit versterkt het dominante gedrag.

Omgeving van het kind: ouders, leerkracht

Emotionele betrokkenheid, affectie en steun van ouders zijn beschermende factoren tegen een problematische ontwikkeling. Ouders die dit laten zien, ontwikkelen bij hun kinderen een hogere zelfwaardering en meer prosociaal gedrag (Rudolph & Asher, 2000). Risicofactoren voor agressie bij het kind zijn fysiek straffen, inconsistent gebruik maken van regels en de afwezigheid van 'monitoring' (zie Rutter, 2006). Risicofactoren voor angstig gedrag bij het kind zijn angstig opvoeden, te veel ouderlijke controle en afwijzing. Daarnaast fungeren ouders als model voor sociaal gedrag: kinderen zijn geneigd het gedrag van hun ouders na te doen (Bandura, 1986). De opvattingen van ouders over agressie op school blijken van invloed op het gedrag van een kind in de klas. Wanneer ouders voorstander zijn van vechten en niet van conflicten gewelddoos oplossen, dan blijken jeugdigen zich agressiever te gedragen (Farrell, Henry, Mays, & Schoeny, 2011). Ook leerkrachten fungeren als rolmodellen voor kinderen. Leerkrachten die zelf positief gedrag laten zien, dragen bij aan de ontwikkeling van positief gedrag van kinderen. De verwachting die een leerkracht van een kind heeft, blijkt van invloed te zijn op de prestaties van het kind in de klas. Een lage verwachting verlaagt de interesse en investering van de leerkracht en beïnvloedt hiermee het gedrag en de prestaties van het kind (Good & Brophy, 1978).

### 3.2 Aan te pakken factoren

Factoren die te beïnvloeden zijn in het kind zijn sociale vaardigheden, sociale informatieverwerking en het gevoel invloed te hebben. Hier sluiten de volgende subdoelen bij aan:

- . de jongere heeft kennis en inzicht in (het eigen) (gewenst en ongewenst) gedrag en de gevolgen hiervan voor de ander;
- . de jongere beheerst meer sociale vaardigheden en kan oplossingsgericht reageren in sociale situaties zoals conflicten en pesten;
- . de jongere is meer gemotiveerd om zich sociaal te gedragen;
- . de jongere ervaart zelfvertrouwen in het eigen kunnen op sociaal gebied en heeft een groter verantwoordelijkheidsbesef voor het daadwerkelijk laten zien van het gedrag.

Tevens grijpt de interventie op het groepsgedrag van kinderen. Doel dat hierbij aansluit is:

- . de jongere is zich bewust van het effect van 'benzine' geven (aandacht geven, lachen) en kan zich beter inhouden dit te doen.

Daarnaast richt de interventie zich ook op de omgeving van het kind, de houding en opvattingen van de ouder, leerkracht en schooldirectie. Doelen die hierbij aansluiten zijn:

- . leerkracht en ouders weten hoe op te treden bij conflicten en hoe positief gedrag te belonen;
- . leerkracht en ouders zijn zich bewust van hun voorbeeldgedrag en hebben meer vaardigheden om dit ook te laten zien;
- . leerkracht, ouder en psycholoog weten dat kinderen goed willen doen en laten dit merken in hun verwachting. Zij vragen o.a. naar bedoeling;
- . leerkracht, psycholoog, ouder spreekt kind aan op verantwoordelijkheid;
- . de directie draagt duidelijk schoolbeleid uit ten aanzien van fatsoenlijk gedrag.
- . directie spreekt ouders aan over houding/attitude kind en ouder.

### 3.3 Verantwoording

In het onderwijs en op de psychologenpraktijken gelden dezelfde werkzame principes. Het verschil is dat in de klas de klasgenoten, leerkrachten en het schoolbeleid worden meegenomen, terwijl dat op de praktijken de ouders zijn. Op de praktijken worden de kinderen in groepen getraind met verschillende problematieken bij elkaar, zodat ze van elkaar kunnen leren en de omgang met leeftijdsgenoten geoefend kan worden. De kinderen die op de praktijken de training volgen verschillen niet wezenlijk van de kinderen op de scholen: er is doorgaans geen sprake van een stoornis, er is alleen sprake van verhoogde sociale problemen. Daarom geldt voor alle doelgroepen dat kinderen zich bewust worden van hoe ze zich



gedragen, wat de invloed daarvan is op de ander en of ze dat willen. Ze leren vervolgens dat ze kunnen kiezen hoe ze doen. Dit 'model' van kennen, kunnen, willen en kiezen geldt in feite ook voor ouders, leerkrachten en directeuren. Zij worden allen bewust gemaakt van hun gedrag, leren nieuwe pedagogische vaardigheden en leren bewust te kiezen voor 'kanjer' gedrag. De Kanjertraining stoelt op een cognitief gedragstheoretische benadering, waarbij de intrinsieke motivatie voor sociaal vaardig gedrag en de verantwoordelijkheid van het kind voor dit gedrag als uitgangspunt worden genomen. De training maakt gebruik van een contextgerichte benadering, waarbij ouders, leerkrachten, school en leeftijdsgenoten intensief worden betrokken. Carr (2001) concludeert in een metastudie dat de combinatie van gedragstherapeutische technieken met cognitieve elementen, het oefenen van concrete problematische sociale situaties in een groep met leeftijdsgenoten en een bijpassende oudertraining de meest effectieve benadering van sociale problemen van kinderen is. Wanneer kinderen meer sociaal vaardig gedrag laten zien, zullen ze meer succeservaringen hebben in sociale interacties, wat ervoor zorgt dat ze hun sociale doelen bereiken (vrienden maken, samen spelen). Bovendien zullen ze zich competentier voelen in sociale interacties. Door deze ontwikkelingen zal het emotioneel welbevinden toenemen. Gedragsoefening en -instructie voor kennis en vaardigheden In deze doelgroep (zowel sociaal teruggetrokken als te agressieve kinderen) is vaak sprake van gebrek aan sociale vaardigheden. Om het gedragsrepertoire van deze kinderen uit te breiden worden iedere les sociale vaardigheden geoefend. Deze worden de lessen erna herhaald. Door middel van rollenspelen ervaren kinderen de gevolgen van hun gedrag. De ervaring van de doorgaans positieve reacties op positief gedrag zal het laatste versterken. Ouders en leerkrachten worden getraind om ook buiten de lessen dit gedrag te stimuleren en te bekrachtigen. Als hulpmiddel dienen daarbij de petten en de Kanjerafspraken. Door deze herhaling binnen en buiten de lessen wordt de consolidatie en generalisatie van de vaardigheden bevorderd. Uit onderzoek blijkt dat het oefenen van sociale vaardigheden een effectieve methode is bij zowel sociaal teruggetrokken als agressieve kinderen. Waarbij de eerste groep meer profiteert van de training dan de tweede groep (twee keer zo grote effectgrootte; zie voor een overzicht Prins, 2001). De generalisatie door alleen sociale vaardigheden te oefenen is zwak. Er wordt alleen een goede generalisatie bereikt indien gebruik wordt gemaakt van extensieve gedragstraining, bijvoorbeeld met operante technieken, modeling en coaching. Tevens benadrukt Prins (2001) dat in een typische sociale vaardigheidstraining onder andere te weinig aandacht is voor de motivatie van het kind om te veranderen. Aangezien de Kanjertraining het kind, de ouders, de leerkracht en de groepsgenoten actief coacht op deze vaardigheden, is te verwachten dat er een betere generalisatie plaatsvindt dan bij alleen het trainen van de sociale vaardigheden. Cognitieve technieken voor sociale cognities en verantwoordelijkheidsbesef Bij zowel sociaal teruggetrokken als te agressieve kinderen is vaak sprake van cognitieve vervormingen in de sociale informatieverwerking die zorgen voor het ten onrechte toeschrijven van vijandige bedoelingen aan anderen en beperkingen in het probleemoplossend vermogen. In de training wordt daarom ingegaan op de denkprocessen en overtuigingen van het kind die leiden tot zijn of haar reacties op anderen. Hiertoe wordt gebruik gemaakt van discussies waarin sociale begrippen worden geconcretiseerd. Ook wordt inzicht gegeven in het denken, voelen en willen van anderen: Wat denken anderen als je zo doet, wil je dat? Wat zou je anders kunnen doen? Kinderen worden zo getraind in probleemoplossend denken. De petten staan voor vier verschillende coping strategieën. Deze worden ingezet om bewustwording bij kinderen te bevorderen over hun eigen gedrag en gedachten en over de mate waarin ze zelf hun gedrag kunnen kiezen. Groepsaanpak: leren van elkaar, 'benzine' geven, feedback Sociale problemen manifesteren zich vaak in groepsinteracties en kunnen daarom het beste in groepen worden aangepakt (Salmivalli, 1999). Dit programma wordt in groepen aangeboden, om deze reden en omdat kinderen in deze leeftijd sociale vaardigheden vooral van elkaar leren (Verheij, 2005). Veel oefeningen zijn gericht op onderling contact en vertrouwen tussen kinderen die normaal gesproken niet met elkaar om zouden gaan. Hierdoor is er minder kans op het versterken van het probleemgedrag wat vaak ontstaat wanneer kinderen met gelijke problemen in een groep zitten (zie Rutter, 2006). Daarnaast vormen de kinderen een voorbeeld voor elkaar (modeling, Bandura, 1986). Gedrag waar aandacht naartoe gaat wordt versterkt omdat het vaak bekrachtigend werkt. Omdat kinderen vaak lachen om storend grappig gedrag, is dit grappige gedrag moeilijk af te leren: het wordt bekrachtigd. Tevens blijkt druk gedrag versterkt te worden wanneer andere kinderen hierop reageren. Om dit proces te doorbreken, leren kinderen om niet te lachen om gedrag dat ze eigenlijk storend vinden. Daarvoor wordt de oefening motor en benzinepomp gebruikt. Omdat sommige kinderen onterecht winst denken te halen uit het vertonen van agressief gedrag doordat ze denken hiermee populair te zijn (Orbio de Castro, et al., 2007), maakt de Kanjertraining inzichtelijk hoe kinderen over elkaar denken door sociogrammen visueel te maken. Dit wordt gedaan door groepsgenoten elkaar feedback te laten geven vanuit een positie achter het kind. Hiermee wordt bijvoorbeeld inzichtelijk dat veel kinderen het gedrag niet prettig vinden en wordt duidelijk dat het kind zelf verantwoordelijk is voor zijn gedrag. Het kind krijgt concrete tips van zijn groepsgenoten, zodat het kind weet wat hij kan doen om beter in de groep te liggen en zo gemotiveerd is om zich sociaal te gedragen. Trainen van ouders en leerkrachten Zowel voor agressieve als voor verlegen kinderen geldt dat leerkrachten en ouders leren om het sociaal vaardige gedrag te bekrachtigen. De leerkracht leert om in de klas (en de ouder thuis) veel aandacht te geven aan positief gedrag, dit gedrag te benoemen en complimenten te geven. Daarnaast fungeren leerkrachten en ouders als model (Bandura, 1986). Ze worden daarom ook zelf getraind om sociaal vaardig gedrag te laten zien. In de opleiding voor leerkrachten wordt veel aandacht besteed aan het beeld en de verwachting die leerkrachten hebben van kinderen. 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. Op de

psychologen praktijken komen overwegend kinderen met internaliserende problemen (somberheid, angst, teruggetrokkenheid). Daarom wordt bij ouders aandacht besteed aan het loslaten van hun kind (minder ouderlijke controle). Agressieve kinderen zijn geneigd grenzen te overschrijden. Daarom leren leerkrachten en ouders om het agressieve gedrag duidelijk te begrenzen door consistent gebruik te maken van regels, en instructie te geven voor alternatief gedrag. Als hulpmiddel worden hierbij de afspraken en de petten gebruikt. Op school wordt de directie geadviseerd hoe duidelijk beleid te maken. Op de ouderavond worden ouders bekend gemaakt met de uitgangspunten en methode van de Kanjertraining. Twee lessen per schooljaar kunnen ouders deelnemen aan de Kanjerles. Bij een intensieve klassentraining door een psycholoog moet voor ouders helder zijn dat bijvoorbeeld ruzie tussen ouders geen invloed mag hebben op het leerklimaat 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. Pesten Vanwege de vraag naar effectieve methoden op school tegen pesten, wordt hier apart de onderbouwing van de Kanjertraining als effectieve pestaanpak gegeven. Farrington & Ttofi (2009) hebben in kaart gebracht welke programma elementen belangrijk zijn voor het effectief voorkomen of verminderen van pesten. De Kanjertraining gebruikt veel van deze elementen: schoolbeleid tegen pesten, klassikale regels tegen pesten, opleiding voor leerkrachten, een klassikale aanpak waarbij veel aandacht is voor de meelopers, het stellen van duidelijke grenzen, en het actief betrekken van ouders. Uit onderzoek blijkt tevens dat er grote winst is te behalen wanneer op school een sfeer gecreëerd wordt waarin harmonie en respect centraal staan en pesten en ander agressief gedrag niet getolereerd worden (Lyznicki, McCaffree & Robinowitz, 2004). Uit een aantal studies blijkt dat ook het verbeteren van onderlinge relaties tussen leraren en leerlingen en tussen leerlingen onderling een positieve invloed kan hebben op het aantal leerlingen dat gepest wordt (Smith, Ananiadou, & Cowie, 2003). De Kanjertraining blijkt effectief de relatie tussen leerlingen en tussen leerkracht en leerlingen te verbeteren en agressie en depressie te verminderen (Vliek & Orobio de Castro, 2010; Vliek, Overbeek, & Orobio de Castro, in review). Het is aannemelijk dat hierdoor het pesten ook kan worden voorkomen of verminderd.

### **3.4 Werkzame elementen**

- . Oefenen van sociale vaardigheden (2.3, 3)
- . Aandacht voor intrinsieke motivatie van het kind (2.3, 3)
- . Rollenspelen met petten die staan voor gedrag dat je kunt kiezen (2,3, 3)
- . Groepsoefeningen: pesten uitspelen, motor benzinepomp en kritiek geven (2.3, 3)
- . Fysieke vertrouwensoefeningen (2.3, 3)
- . Trainen in groep met leeftijdsgenoten, leren van elkaar (2.3, 3)
- . Veel handvatten voor ouders en leerkrachten om gedrag en conflicten te bespreken: petten, afspraken, 'kanjertaal': "is het je bedoeling?" (2.3, 3)
- . Context actief betrekken: ouders, leerkracht, directie en schoolbeleid worden meegetraind (2.3, 3)

## **4. Uitvoering**

### **4.1 Materialen**

#### **Visie en uitgangspunten:**

- . Boek met de uitgangspunten van de Kanjertrainingen: Kanjerboek voor ouders, leerkrachten en pabo-studenten
- . Boek over Meidenvenijn

#### **Uitvoering:**

- . Handleiding voor leerkrachten en lesmateriaal (werk- en voorleesboeken) voor leerlingen van het basisonderwijs (voor de groepen 1-2, 3, 4, 5, 6, 7 en 8)
- . Digibord verhaal voor de bovenbouw over anders zijn en homo/biseksualiteit
- . Digibord begeleiding van alle boeken
- . Handleiding voor docenten en werkboeken voor leerlingen van het voortgezet onderwijs (voor 1e en 2e klas)
- . Lesbrieven voor de tweede klas van het voortgezet onderwijs met de thema's Discriminatie, Geweld, Relaties, Drugs, Cyber pesten, Verkering seks trouw en ontrouw, Sollicitatie, Alcohol, Conflictbeheersing en bemiddeling, en Agressie op school
- . Draaiboek/handleiding voor psychologen op de praktijken
- . Draaiboek voor psychologen in de klas

#### **Materialen groepsoverstijgend:**

- . Posters met de kanjerafspraken

- . 4 gekleurde petjes
- . 5 handpoppen met kleine verwisselbare petjes
- . Werkboek voor het integreren van de kanjermentaliteit in de sport
- . Prentenboek de Vogel, over jezelf zijn en er niet bij horen
- . 99 Kanjerspelletjesboek

#### **Evaluatie:**

- . Digitaal Kanjer volg- en adviessysteem (positief beoordeeld door de COTAN)

De materialen zijn te bestellen via de website [www.kanjertraining.nl](http://www.kanjertraining.nl)

De lesboeken en handleidingen (onder het kopje Uitvoering) zijn alleen te bestellen door scholen en leerkrachten die de kanjerlicentie hebben behaald.

## **4.2 Type organisatie**

De Kanjertraining wordt landelijk toegepast op en door ongeveer 1.700 basis- en middelbare scholen, op 37 psychologische praktijken en een aantal schoolbegeleidingsdiensten.

## **4.3 Opleidingen en competenties**

In het onderwijs geldt dat de Kanjertraining alleen kan worden uitgevoerd door leerkrachten van het basis- of voortgezet onderwijs die een kanjerlicentie hebben - behalve de eerste uitvoering gedurende de leerkrachtentraining. Een licentie wordt verkregen wanneer een leerkracht de tweedaagse training heeft gevolgd, met een aantal maanden later een derde trainingsdag, plus tien lessen in de klas gegeven heeft, en de directie van de betreffende school vindt dat de leerkracht de training naar behoren kan uitvoeren.

Daarna wordt in een periode van vier jaar twee keer een nascholingsdag georganiseerd. Daarna is de leerkracht volledig opgeleid en is de licentie onbeperkt geldig.

Als een leerkracht vragen heeft of vastloopt, kan hij per mail of telefoon ondersteuning vragen bij een psycholoog van het Instituut voor Kanjertrainingen of bij één van de schoolbegeleidingsdiensten.

De intensievere vorm van de Kanjertraining in de klas en op de psychologen praktijken wordt altijd gegeven door een psycholoog, speltherapeut of orthopedagoog die opgeleid is tot Kanjertrainer. Deze opleiding wordt verzorgd door het Instituut voor Kanjertrainingen in Almere en bestaat uit het volgen van de cursus voor leerkrachten, veel meelopen en verdieping in het materiaal.

## **4.4 Kwaliteitsbewaking**

Resultaten van de klasseninterventie, gegeven door de psycholoog, worden gemeten met de Schoolvragenlijst (Smits & Vorst, 1990) en met het Kanjer volg- en adviessysteem. De lijsten worden voorafgaand aan en na de training ingevuld door de leerlingen zelf. De school en de trainer ontvangen een verslag met de resultaten van de training.

De scholen waar de leerkrachten zelf de training geven, kunnen ook gebruik maken van het Kanjer volg- en adviessysteem. Tevens bevat het systeem een signaleringsfunctie, waarmee de directie een mail ontvangt indien kinderen of een hele klas zeer laag scoren. De directie van de school kan op deze manier de kwaliteit van de training bewaken en op tijd ingrijpen indien kinderen zich negatief ontwikkelen. Er wordt ook een mail gestuurd indien een klas in zijn geheel gemiddeld zeer hoog scoort. Deze klas kan dan als voorbeeld fungeren voor andere klassen.

Leerkrachten vullen na de opleiding van drie dagen en na de nascholingsdagen een evaluatieformulier in hoe zij de opleiding ervaren hebben.

## **4.5 Randvoorwaarden**

Er moet voldoende draagvlak zijn bij leerkrachten en directie om de Kanjertraining schoolbreed te implementeren. Het blijkt in de praktijk dat de training het beste werkt als alle leerkrachten, intern begeleider en directie zijn opgeleid.

## **4.6 Implementatie**

De aanpak van Kanjertraining vraagt veel van leerkrachten en directie. Zij moeten zich een nieuwe kijk op kinderen eigen maken (kinderen willen goed doen) en een andere pedagogische houding (positief, duidelijk, rustig, voorbeeld geven), en ouders meer betrekken dan zij misschien gewend zijn. Daarom wordt de Kanjertraining geïmplementeerd in een vierjarig traject, waarvan het trainen van leerkrachten en ervaring opdoen met het geven van de lessen de belangrijkste onderdelen vormen.

Na de basistraining van twee dagen, gaan leerkrachten de lessen geven in de klas. Na drie maanden vindt een terugkomdag plaats waarin de afgelopen periode wordt geëvalueerd en waarin de laatste thema's worden uitgelegd en geoefend, waaronder elkaar feedback geven in de klas. Leerkrachten krijgen nu een licentie om de Kanjertraining twee jaar op de eigen school te geven. Na twee jaar vindt een nascholingsdag plaats, en twee jaar daarna weer. Deze dagen zijn gericht op intervisie, het uitdiepen van de kernthema's, en op nieuwe ontwikkelingen (bijvoorbeeld nieuw materiaal). Daarna is de licentie van de leerkracht definitief.

Er is voor leerkrachten een opleiding tot Kanjer-coördinator. Deze coördinator helpt de school om de Kanjertraining goed te implementeren. Deze zet bijvoorbeeld Kanjertraining op de agenda van de vergadering en ondersteunt leerkrachten in het geven van de lessen. In de handleiding staat het stappenplan voor het implementeren van de boeken: in alle groepen wordt begonnen met het kleuterboek, en zo wordt toegewerkt naar het eigen boek.

#### **4.7 Kosten**

##### **SCHOOLBREDE INTERVENTIE**

###### *Kosten voor de aanbieder*

Trainerskosten voor de 5 dagen samen (totale opleiding)

Training 9 uur per dag à € 70 per uur, incl. reistijd € 3.150

Ouderavond 4 uur à € 70 per uur, incl. reistijd € 280

Vorbereidingstijd 1 uur per dag € 350

Begeleiding per mail en telefoon, gem. 3 uur per school € 210

Administratiekosten € 300

Diversen (telefoon, briefpapier, e.d.) € 200

Ontwikkeling, onderzoek, materiaal € 500

Totale kosten schooltraining: € 4.990

###### *Kosten voor de school*

Een leerkrachtenteam met maximaal 20 leerkrachten dat op de eigen school wordt getraind: € 5.300,00 incl. boekenpakket ter waarde van € 575,00 (incl. BTW en verzendkosten).

De 4e en 5e trainingsdag (nascholingsdagen) kosten € 1.700,00 per dag incl. de handleiding ter waarde van € 112,00 (incl. BTW en verzendkosten).

Losse leerkrachten die de training in Almere volgen betalen € 475,- voor de driedaagse training, en € 150,- voor een nascholingsdag (inclusief lunch).

##### **PSYCHOLOOG IN DE KLAS**

###### *Kosten voor de aanbieder*

Afhankelijk van het aantal dagen dat getraind wordt:

Training 8 uur p/d à €80 p/u, incl. reistijd

Ouderavond 4 uur à 80 € p/u, incl. reistijd € 320

Vorbereidingstijd 1 uur p/d à €80 p/u

Verslag vragenlijst 2 uur à € 70: € 140

Administratiekosten (incl. invoeren vragenlijsten): € 330

Diversen (telefoon, briefpapier, e.d.) € 200

Werkboek (vanaf groep 5) 25 x € 3 = € 75

Petjes 4 x € 3 = € 12

Poster € 2,-

###### *Kosten voor de school*

Bovenbouwklassen (groep 7 en 8, heel soms groep 6 einde schooljaar): Ouderavond samen met de kinderen € 350,-

Klassentraining 1e uur alleen met de ouders, gevolgd door de klassentraining de hele dag: € 1.350,-

Klassentraining ouderavond apart en 1 dag trainen in de klas: € 1.700,-

Bovenstaande trainingen alleen op de Kanjerscholen, en afhankelijk van de problematiek, gesignaleerd in Kanvas en Sociogram en Leerkrachtenlijst

Op niet-Kanjerscholen standaard:

1 ouderavond met 3 dagen training in de klas: € 4.500,-

De leerkracht moet de training ook zelf volgen, zodat het beleid voortgezet kan worden: € 475,-

##### **PSYCHOLOGENPRAKTIJK**

###### *Kosten voor de aanbieder*

Trainerskosten per groep van 15 kinderen

Intake 20 uur à € 70 (door uitval) € 1.400  
Training (2 trainers) 20 x 1,5 uur à € 70 € 2.100  
Vorbereiding, evaluatie, gesprekken met ouders  
10 x 1 uur à € 70 € 700  
Informatie geven op de administratie 8 uur à € 30 € 240  
Administratie (CBCL lijsten, boekhouding, dossiervorming)  
8 uur à € 30 € 240  
Werkboek per kind € 3 x 15 kinderen € 45  
Diploma € 1 x 15 kinderen € 15  
Catering € 10 x 15 kinderen €150  
(groep ouders en kinderen)  
Totale kosten van de training: € 4.890

#### *Kosten voor de ouders*

Het totaalbedrag per kind voor de 10 lessen met intakegesprek en indien gewenst twee extra gesprekken is 360,- euro.

#### OVERIG MATERIAAL

Prijsindicatie van het materiaal: Handleidingen € 106,-; voorleesboeken € 59,-; werkboeken basisonderwijs 3,75 (bij aantal > 30); werkboeken voortgezet onderwijs 10,50 (bij aantal > 30); digibord begeleiding bij aanschaf werkboeken: gratis; 99 Kanjerspelletjes: 20,-; set van 4 petten 14,40,-; posters 2 euro; handpoppen € 59,29 .  
Scholen hebben gratis toegang tot het Kanjer volg- en adviessysteem.  
Alle bedragen zijn gebaseerd op tarieven in augustus 2013 bij het Instituut voor Kanjertrainingen in Almere. Dit instituut heeft geen winstoogmerk.

### **5. Onderzoek naar praktijkervaringen**

Er is geen onderzoek naar de praktijkervaringen gedaan.

### **6. Onderzoek naar effectiviteit**

#### **6.1 Onderzoek in Nederland**

Er zijn vier onderzoeken uitgevoerd naar de effecten van de Kanjertraining in het onderwijs en op de psychologen praktijken. Allen hadden positieve resultaten in de dagelijkse praktijk.

#### **Vliek & Orobio de Castro (2010)**

In een quasi-experimenteel design in de dagelijkse praktijk werden 11 problematische klassen (groep 5 tot 8, N=237) die getraind werden door een psycholoog vergeleken met 11 klassen (groep 5 tot 8, N=255) van dezelfde scholen. De groepen waren gelijk qua leeftijd, geslacht en etniciteit. De training werd gegeven door een psycholoog die is opgeleid als Kanjertrainer. Deze gaf de training in de klas in tien lessen van 1,5 uur of in drie volle schooldagen. Voor en na de training vulden kinderen van alle klassen twee gestandaardiseerde vragenlijsten in. In een lineaire regressie analyse is gecorrigeerd voor verschillen op de voormeting. De getrainde klassen gingen significant meer vooruit dan de controleklassen op alle schalen. Het welbevinden, de relatie met de leerkracht het 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. Omdat de training werd gegeven aan klassen met leerlingen met verschillende problematiek, is apart gekeken naar de effectgroottes voor de kinderen die de training het hardst nodig hadden (25% laagst scorenden). De sfeer in de klas kan al verbeteren als die kinderen vooruitgaan. De training bleek het grootste effect te hebben voor de kinderen die het laagst scoorden en dus de training het hardst nodig hadden. Voor agressie, relatie met de leerkracht en welbevinden lagen de effectgroottes (Cohens d) tussen 0,33 en 0,50. Voor prosociaal gedrag, zelfwaardering, depressieve gedachten en zich sociaal aanvaard voelen door klasgenoten lagen de effectgroottes tussen 0,5 en 0,78. Opvallend was dat voor zelfwaardering en emotioneel welbevinden de groep kinderen die net onder het gemiddelde scoorde op de voormeting een grote effectgrootte had: groter dan 0,8.

#### **Vliek, Overbeek & Orobio de Castro (2013)**

Er is een quasi-experimenteel onderzoek in de dagelijkse praktijk gedaan met 185 kinderen tussen 8 en 11 jaar die op een psychologen praktijk werden getraind. Deze kinderen zijn vergeleken met 39 wachtlijst kinderen. De groepen waren gelijk qua leeftijd, geslacht, sociaal economische status en mate van problemen voor de training. De tijd tussen voor en nameting was langer in de trainingsgroep. Hiervoor is gecorrigeerd in de analyses. Er bleek geen relatie tussen het effect en de lengte van dit interval. De training werd op verschillende praktijken in Nederland gegeven door twee psychologen of orthopedagogen in tien lessen van 1,5 uur. 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. Bij getrainde kinderen namen agressie, teruggetrokken-depressief gedrag en sociale problemen af met effectgroottes tussen ,33 en ,46. Aandachtsproblemen, angstig depressieve en somatische klachten namen eveneens af, zij het minder sterk in vergelijking met de controlegroep (met 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 ( $d = ,33$ ). Aanvullend: Een derde van de ouders ( $N = 63$  van de 185) vulde een half jaar na de training de CBCL vragenlijsten nogmaals in. De reden van de uitval is onbekend, maar 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 ( $d =$  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 controle groep omdat deze groep in de tussentijd de training kreeg. Toch laten de resultaten wel zien dat de getrainde kinderen een half jaar na de training niet zijn teruggevallen en zelfs verder vooruit zijn gegaan.

### **Vliek, Overbeek & Orobio de Castro (2015a)**

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. Groepen verschilden niet qua geslacht, etniciteit en scores op de individuele maten. De trainingsgroep was gemiddeld een half jaar jonger dan de controle groep. De getrainde klassen scoorden voor de training lager op ervaren sociale acceptatie en relatie met de leerkracht en hoger op storend gedrag volgens de leerkracht dan de controle klassen. Hiervoor is gecorrigeerd in de analyses. De kinderen vulden voor en na de training twee gestandaardiseerde vragenlijsten in. Multilevel analyses lieten zien dat getrainde klassen significant meer vooruit gingen op het klassen klimaat dan controle klassen: 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 op prosociaal gedrag ( $d = ,20$ ), depressieve gevoelens ( $d = ,31$ ), en zelfwaardering ( $d = ,41$ ) ten opzichte van de controlegroep. Er zijn geen moderatietoestanden gevonden: de training had evenveel effect op meer of minder problematische klassen.

### **Vliek, Overbeek & Orobio de Castro (2015b)**

In een gerandomiseerde studie (RCT) in de dagelijkse praktijk zijn 132 kinderen met milde tot ernstige psychosociale problemen at random verdeeld over de interventie- en wachtlijstgroep. De groepen waren gelijk qua leeftijd, geslacht en sociaal economische status. De interventiegroep kreeg hierna 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. Op drie meetmomenten werden vragenlijsten afgenomen bij de kinderen, de ouders en de leerkracht. Herhaalde metingen analyses lieten significante trainingseffecten zien op het eigen gevoel gepest te worden (Effectgrootte:  $d = ,64$ ) en zelfwaardering ( $d = ,46$ ). Ouders ervoeren daarnaast significante trainingseffecten op emotionele symptomen ( $d = ,60$ ), problemen met leeftijdsgenoten ( $d = ,28$ ), en de impact van deze problemen op het leven van het kind ( $d = ,56$ ) (de leerkracht zag deze effecten niet). De leerkrachten ervoeren een afname in gedragsproblemen ( $d = ,35$ ). De afname in zelf pesten en toename in prosociaal gedrag waren niet significant vergeleken met de wachtlijstgroep. De kinderen die zich aanmeldden voor deze training bleken voornamelijk gepest te worden en nauwelijks zelf te pesten, daar viel dus ook weinig winst te behalen. Alle effecten bleven bestaan na een half jaar. Depressie nam zelfs 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 gaat na 10 lessen Kanjertraining, zonder deze problemen weer de deur uit (zonder training was dit 16% en 13%). Bij bijna de helft (47%) van de kinderen waarbij de problemen grote impact op het leven hadden, zorgt de training dat deze impact vermindert naar een normaal niveau (zonder training was dit 13%). 69% van de kinderen met een lage zelfwaardering heeft na de training een gezonde zelfwaardering (zonder training was dit 17%).

## **6.2 Onderzoek naar vergelijkbare interventies**

Er is geen onderzoek gedaan naar vergelijkbare interventies.

## **7. Overige informatie**

### **7.1 Ontwikkeld door**

Stichting Kanjertraining  
Edvard Munchweg 41  
1328 MB Almere  
Email: [info@kanjertraining.nl](mailto:info@kanjertraining.nl)  
Telefoon: 036 - 548 94 05

### **7.2 Websites**

[www.Kanjertraining.nl](http://www.Kanjertraining.nl)

## 8. Aangehaalde literatuur

- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Birmaher, B., Ryan, N., Williamson, D., Brent, D., & Kaufman, J. (1996). Childhood and adolescent depression: a review of the past 10 years. Part II. *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 35, 1575-1583.
- Boivin, M. (2005). The origin of peer relationship difficulties in early childhood and their impact on children's psychosocial adjustment and development. In R. E. Tremblay, R. G. Barr and R. D. V. Peters (red.), *Encyclopedia on early childhood development* (pp. 1-7). Montreal: Center of Excellence for Early Childhood Development.
- Carr, A. (2001). *What works with children and adolescents? A critical review of psychological interventions with children, adolescents, and their families*. New York: Routledge.
- Dodge, K. A. (2006). Translational science in action: Hostile attributional style and the development of aggressive behavior problems. *Development and Psychopathology*, 18, 791-814.
- Epstein, M., Atkins, M., Cullinan, D., Kutash, K., & Weaver, R. (2008). *Reducing Behavior Problems in the Elementary School Classroom: A Practice Guide*. Washington: National Centre for Education Evaluation and Regional Assistance, Institute of Education Sciences, U.S. Department of Education.
- Farrell, A. D., Henry, D. B., Mays, S., & Schoeny, M. E. (2011). Parents as moderators of impact of school norms and peer influences on aggression in middle school students. *Child Development*, 82, 146-161.
- Farrington, D. P. (1995). The challenge of teenage antisocial behavior. In M. Rutter (red.), *Psychosocial disturbances in young people: challenges for prevention* (pp. 83-130). Cambridge: University Press.
- Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2009). School-based programs to reduce bullying and victimization. *Campbell Systematic Reviews*, 6 (First published: 15 December 2009; Last updated: 8 March 2010)?
- Good, T., & Brophy, J. (1978). *Looking in classrooms*. New York: Harper & Row.
- Lier, P. A. C. van (2002). *Preventing disruptive behavior in early elementary school children*. Rotterdam: Optima Grafische Communicatie.
- Lyznicki, J. M., McCaffree, M. A., Robinowitz, C. B. (2004). Child-hood bullying: implications for physicians. *American Family Physician*, 70 (9), 1723-1728.
- Muris, P. (2008). Angst en angststoornissen. In P. Prins and C. Braet (red.), *Handboek Ontwikkelingspsychologie* (pp. 353-376). Bohn Stafleu van Loghum: Houten.
- Orobio de Castro, B., Brendgen, M., Van Boxtel, H., Vitaro, F., & Schaeppers, L. (2007). "Accept me or else ..." Overestimation of own social competence predicts increases in proactive aggression. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 35(2), 165-178.
- Orobio de Castro, B., Merk, W., Koops, W., Veerman, J. W., & Bosch, J. D. (2005). Emotions in social information processing and their relations with reactive and proactive aggression in referred aggressive boys. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 34, 105-116.
- Prins, P. (2001). Sociale vaardigheidstraining bij kinderen in de basisschoolleeftijd; programma's, effectiviteit en indicatiestelling. In A. C. d' Es-cury-Koenings, T. Snaterse & E. Mackaay-Cramer (red.), *Sociale vaardigheidstrainingen voor kinderen* (pp. 65-82). Lisse, Swets & Zeitlinger Publishers.
- Quiggle, N. L., Garber, J., Panak, W. F., & Dodge, K. A. (1992). Social information processing in aggressive and depressed children. *Child Development*, 63, 1305-1320.
- Ringrose, H. J. (1993). Sociale incompetentie bij kinderen. Diagnostiek en behandeling. In P. J. M. Prins (red.), *Gedragstherapie bij kinderen en jeugdigen* (pp. 207-245). Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.
- Rudolph, K. D., & Asher, S. R. (2000). Adaptation and maladaptation in the peer system. *Developmental processes and outcomes*. In A. J. Sameroff, M. Lewis & S. M. Miller (red.), *Handbook of Developmental Psychopathology* (pp.157-175). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Rutter, M. (2006). *Genes and behavior: nature-nature interplay explained*. Oxford: Blackwell.
- Salmivalli, C., Huttunen, A. and Lagerspetz, K. M. J. (1997). Peer networks and bullying in schools. *Scandinavian Journal of Psychology*, 38, 305-312.
- Salmivalli, C. (1999). Participant role approach to school bullying: implications for interventions. *Journal of Adolescence*, 22(4), 453-459.
- Scholte, D., & Engels, R. (2005). Psychosociale ontwikkeling: de invloed van leeftijdsgenoten. In J. de Wit, W. Slot & M. van Aken (red.), *Psychologie van de adolescentie* (pp. 94-109). Baarn: HB uitgevers.
- Smith, P. K., Ananiadou, K., Cowie, H. (2003). Interventions to reduce school bullying. *Canadian Journal of Psychiatry*, 48 (9), 591- 599.
- Smits, J. A. E., & Vorst, H. C. M. (1990). *Schoolvragenlijst (SVL)*. Nijmegen / Lisse: Berhout/Swets & Zeitlinger.
- Verheij, F. E. A. (2005). *Integratieve kinder- en jeugdpsychotherapie*. Assen, van Gorcum.
- Vliek, L. & Orobio de Castro, B. (2010). Stimulating positive social interaction: What can we learn from TIGER (Kanjertaining)? 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. (2013). "I want to behave prosocially and I can choose to do so": Effectiveness of TIGER (Kanjertaining) in 8 to 11 year-olds. *European Journal of Developmental Psychology*, DOI: 10.1080/17405629.2013.811405

Vliek, L., Overbeek, G., & Orobio de Castro, B. (2015a). 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. (2015b). A randomized trial of parent-child Topper Training: Effects on psychosocial problems, self-esteem and victimization. In L. Vliek, *Effects of Kanjertraining (Topper Training) on emotional problems, behavioural problems and classroom climate (Proefschrift)* (pp. 89-119). Universiteit Utrecht, Utrecht.

Vliek, L. (2015). *Effects of Kanjertraining (Topper Training) on emotional problems, behavioural problems and classroom climate (Proefschrift)*. Universiteit Utrecht, Utrecht.



## 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 Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB) en MOVISIE. Door samen te werken aan het beoordelen van interventies volgens eenduidige criteria streven wij naar kwaliteitsverbetering in de betrokken werkvelden.

