

Rots en Water NL / Gadaku Institute

Procesevaluatie Rots en Water Basis

Onderzoek naar gebruik en waardering

Daniël van Eldik MSc
Jelline Ykema MSc
Juni 2018

Intern rapport: Rots en Water procesevaluatie
Projectnummer: RW2018-1

Disclaimer:

Bij de samenstelling van deze publicatie is de grootst mogelijke zorgvuldigheid in acht genomen. Het Gadaku Institute aanvaardt echter geen verantwoordelijkheid voor eventuele, in deze uitgave voorkomende, onjuistheden of onvolkomenheden.

Overname van tekst of gedeelten van deze tekst is toegestaan, mits met de juiste bronvermelding. Indien tekst gebruikt wordt voor commerciële doelstellingen dient altijd vooraf schriftelijke toestemming verkregen te zijn.

Inhoudsopgave

1.	Algemene Inleiding.....	5
1.1	Interventie	5
1.2	Aanpak R&W op scholen	5
1.3	Procesevaluatie	6
2.	Doel van het onderzoek	7
2.1	Vraagstelling	7
3.	Procesevaluatie: de 3-daagse Basistraining	8
3.1	Inleiding en methode	8
3.2	Resultaten.....	9
3.2.1	Onderwijstype en begeleidingsvorm.....	9
3.2.2	Leeftijdsgroep en setting.....	9
3.2.3	Waardering.....	10
3.2.4	Sterke kanten	10
3.2.5	Verbeterpunten.....	11
3.3	Aanbevelingen.....	13
3.4	Samenvatting.....	15
4.	Uitvoerders interventie op school.....	17
4.1	Inleiding en methode	17
4.2	Resultaten.....	19
4.2.1	Algemene gegevens.....	19
4.2.2	Uitvoering	22
4.2.3	Klassikale uitvoering	23
4.2.4	Videomateriaal	24
4.2.5	Veiligheid, ontwikkeling en plezier.....	26
4.2.6	Materialen en R&W taal.....	27
4.2.7	Effect leerlingen	27
4.2.8	Professionele ontwikkeling	28
4.2.9	Uitvoering praktijkboek.....	29
4.2.10	Ouder participatie	30
4.2.11	Ouderavond.....	30
4.2.12	Doelgroep en doelstelling	31
4.2.13	Problemen en advies.....	32

4.2.14 Succes- en faalfactoren	33
4.3 Samenvatting en aanbevelingen	36
5. Doelgroep: leerlingen Voortgezet Onderwijs.....	40
5.1 Inleiding en methode	40
5.2 Resultaten.....	42
5.2.1 Algemene gegevens doelgroep/leerlingen	42
5.2.2 Waardering.....	42
5.2.3 Veiligheid	43
5.2.4 Effect en ervaring	44
5.2.5 Verbeterpunten en suggesties	46
5.2.6 Succesfactoren	46
5.3 Samenvatting en aanbevelingen	48
6. Algemene conclusie en nawoord	50
7. Dankwoord	51
8. Bijlagen	52
8.1 Bijlage 1 – evaluatieformulier 3-daagse basistraining	52
8.2. Bijlage 2 – vragenlijst uitvoerders scholen.....	53
8.3 Bijlage 3 – vragenlijst brugklas Sondervick College.....	63
8.4 Bijlage 4 – antwoorden open vraag deelnemers 3-daagse basistraining.....	67
8.5 Bijlage 5 – antwoorden open vragen uitvoerders scholen	75
8.6 Bijlage 6 – antwoorden open vragen Sondervick College	89

1. Algemene Inleiding

1.1 Interventie

Het Rots en Water basisprogramma is een programma dat reeds jarenlang breed wordt ingezet in het basisonderwijs, het voortgezet onderwijs en het speciaal onderwijs en heeft als doel het bevorderen van het welbevinden van kinderen en jongeren en het voorkomen en/of verminderen van sociale problemen zoals pesten, conflicten, uitsluiting, meeloopgedrag en, voor leerlingen van 13 jaar en ouder, seksueel grensoverschrijdend gedrag. Dit wordt bereikt door in elke les via fysieke oefeningen en (rollen)-spelen sociale vaardigheden in te trainen en deze af te wisselen met momenten van zelfreflectie, kringgesprekken, en verwerkingsopdrachten i.v.m. de bevordering van een goede transfer van de oefensituatie naar het dagelijkse leven. Leerlingen krijgen meer inzicht in sociale situaties en de impact van hun eigen gedrag door o.a. het leren werken met de begrippen rots (hard, focus, ik) en water (zacht, meegaand, wij). Het basisprogramma richt zich op kinderen en jongeren vanaf 9 jaar. Naast het basisprogramma zijn er diverse specialisaties ontwikkeld die echter buiten de scope van deze procesevaluatie vallen. (Voor meer informatie zie www.rotsenwater.nl).

1.2 Aanpak R&W op scholen

Leerkrachten, en eventueel ook onderwijsondersteunend personeel, worden middels de 3-daagse basistraining tot gecertificeerd Rots en Water basistrainer opgeleid. Onderwijsondersteunend personeel en leraren die de lessen niet daadwerkelijk geven kunnen ook via de Een Dag Introductie Training (EDIT) worden opgeleid. De EDIT informeert over de inhoud, werkwijze en doelstellingen van het programma en voorziet in training van de basisbeginselen zodat Rots en Water deel kan worden van de gehele schoolcultuur.

De 3-daagse basistraining wordt op diverse locaties in Nederland door het Rots en Water Instituut NL georganiseerd en gepresenteerd door hiervoor opgeleide Master trainers. Na het volgen van de basistraining, die op drie opeenvolgende dagen plaatsvindt, zijn de deelnemers bevoegd om de Rots en Waterlessen te onderwijzen binnen de pedagogische setting waarin zij zijn opgeleid en zoals weergegeven in het R&W-praktijkboek. Het programma wordt zowel in het PO als VO klassikaal aangeboden met in het PO en S(V)O bij voorkeur een opzet waarin leerlingen elk jaar Rots en Water lessen ontvangen. Sommige scholen beperken hun Rots en Wateractiviteiten tot een geselecteerde groep leerlingen. Andere scholen verzorgen én klassikale trainingen én trainingen aan een geselecteerde groep leerlingen. Selectie van leerlingen vindt over het algemeen plaats, afhankelijk van het schooltype, door de IB'er, groepsleerkracht, schoolpsycholoog, in samenspraak met ouders/verzorgers.

De Rots en Waterlessen mogen alleen worden verzorgd door een gecertificeerde Rots en Waterbasistrainer. In het PO bij voorkeur door de groepsleerkracht of de docent lo of de intern begeleidster, en in het VO door de docent lo en/of de mentor. Het is ook mogelijk dat de lessen worden gegeven door een van buitenaf aangetrokken gecertificeerde Rots en Watertrainer. In het PO is het wenselijk dat de groepsleerkracht bij de training aanwezig is om een optimale transfer van oefensituatie naar het dagelijks schoolgebeuren door Rots en Watertaal – begrippen- en vaardigheden toe te passen en de functie van rolmodel daarin optimaal te vervullen. Daarnaast kan de groepsleerkracht zorgdragen voor het goed uitvoeren van de verwerkingsopdrachten.

In het VO is het, indien mogelijk, wenselijk dat de mentor bij de training aanwezig is om een completer beeld te krijgen van de sociaal-emotionele ontwikkeling van zijn leerlingen en daarin een bijdrage te kunnen leveren.

1.3 Procesevaluatie

Om de hierboven beschreven aanpak en uitvoering van het Rots en Water basisprogramma te evalueren en te optimaliseren is besloten om een grootschalige procesevaluatie te starten waarin de wijze van uitvoering en de mate van tevredenheid over het programma worden onderzocht. Voor het onderzoek is gebruik gemaakt van digitale en schriftelijke vragenlijsten. Er is zowel een kwantitatieve als kwalitatieve methode van data verzamelen gebruikt om hierover inzicht te verkrijgen. Tussen oktober 2017 en januari 2018 zijn er vragenlijsten ingevuld door:

1. Uitvoerders: deelnemers aan de 3-daagse Rots en Water basistraining hebben direct na afloop de training schriftelijk geëvalueerd.
2. Uitvoerders: gecertificeerde Rots en Water trainers, die de interventie binnen hun school uitvoeren, hebben het programma en de uitvoering geëvalueerd.
3. Doelgroep: leerlingen uit de brugklas van het Sondervick college, die Rots en Water les hebben ontvangen, hebben digitaal een evaluatieformulier ingevuld waarin hun ervaringen met de lessen en de impact ervan op het eigen, persoonlijk functioneren werd bevraagd.

Door deze drie partijen in de procesevaluatie te betrekken ontstaat een breed overzicht vanaf de basisopleiding tot en met implementatie en waardering van het programma. In dit document worden de drie onderzoeksgroepen eerst afzonderlijk besproken, daarna volgt een algemene conclusie.

2. Doel van het onderzoek

Het doel van dit onderzoek is om inzicht te krijgen in het gebruik en de waardering van het Rots en Water basisprogramma door zowel de uitvoerders als (een gedeelte van) de doelgroep. Afhankelijk van de resultaten kunnen er met behulp van dit onderzoek conclusies worden getrokken en aanbevelingen worden gedaan om de uitvoering van de interventie verder te optimaliseren.

2.1 Vraagstelling

Het doel van deze procesevaluatie wordt bereikt aan de hand van een aantal onderzoeksvragen. Deze vragen worden, indien van toepassing, zowel voor de uitvoerders als de doelgroep behandeld:

1. Wat zijn de kenmerken van de uitvoerders en de doelgroep?
2. Zijn de uitvoerders in staat geweest om de interventie uit te voeren en hoe hebben zij dit gedaan?
3. Onder welke omstandigheden en (rand)voorwaarden wordt de interventie uitgevoerd?
4. Welke materialen worden gebruikt?
5. Worden ouders/verzorgers bij de interventie betrokken en op welke wijze?
6. Wordt de interventie als veilig beschouwd?
7. Hoe wordt de interventie gewaardeerd?
8. Wat zijn de ervaringen en het effect van de interventie op de doelgroep?
9. Heeft de interventie bijgedragen aan de professionele ontwikkeling van de uitvoerders?
10. Wat zijn de succes- en faalfactoren van de interventie?

3. Procesevaluatie: de 3-daagse Basistraining

3.1 Inleiding en methode

Na afloop van de 3-daagse basistraining zijn de deelnemers gecertificeerd trainer en kunnen zij met de lessen aan de slag gaan binnen de pedagogische setting waarin hij of zij is opgeleid. De deelnemers aan de 3-daagse basistraining krijgen direct na afloop van de training een evaluatieformulier uitgereikt en vullen dit aansluitend schriftelijk en eventueel anoniem in. In dit hoofdstuk worden de belangrijkste uitkomsten van de evaluaties beschreven.

In het evaluatieformulier krijgen de nieuwe gecertificeerde Rots en Water trainers de mogelijkheid om de inhoud van de training en de presentatie van de Master trainer(s) te beoordelen. Tevens kunnen zij aangeven bij welke doelgroepen zij RW willen inzetten. Ook is er de mogelijkheid om feedback te geven over de training en eventuele sterke punten aan te geven. Het evaluatieformulier bestaat uit 6 gesloten vragen en 2 open vragen (zie bijlage 1). In dit onderzoek zijn de evaluaties van 5 trainingen op diverse locaties in Nederland en van verschillende Master trainers meegenomen. De trainingen vonden plaats in oktober en november 2017. In totaal hebben 164 van de 175 deelnemers de vragenlijst ingevuld (94%). Mogelijk ligt het responspercentage hoger, omdat deelnemers van dezelfde organisatie soms samen één evaluatieformulier invullen. Van de vijf trainingen vonden er drie plaats in Utrecht (n = 106), één in Heeze (n = 33) en één in Weerselo (n = 25). Het invullen van de vragenlijst nam circa 5 minuten in beslag. Door dit onderzoek wordt gepoogd antwoord te krijgen op de volgende vragen:

- 1.) **Onderwijstype en begeleidingsvorm:** Waar zijn de deelnemers aan de R&W basistraining werkzaam?
- 2.) **Leeftijdsgroep en setting:**
 - a. Aan welke leeftijdsgroep willen de deelnemers het R&W programma gaan geven?
 - b. In welke setting willen de deelnemers het R&W programma gaan inzetten?
- 3.) **Waardering**
 - a. Hoe wordt de cursusinhoud gewaardeerd?
 - b. Hoe wordt de presentatie van de Master trainer gewaardeerd?
 - c. Raden de deelnemers de R&W training aan collega's aan?
- 4.) **Sterke kanten:** Wat vonden de deelnemers de sterke kanten van de basistraining?
- 5.) **Verbeterpunten:** Wat vonden de deelnemers verbeterpunten van de basistraining?

Onder de noemer resultaten worden de hierboven genoemde vragen per kopje één voor één in een afzonderlijke paragraaf behandeld. Vervolgens zullen de hieruitvoortvloeiende aanbevelingen worden besproken en wordt er afgesloten met een samenvatting.

3.2 Resultaten

3.2.1 Onderwijstype en begeleidingsvorm

Het grootste gedeelte van de deelnemers is werkzaam in het onderwijs (70%). In tabel 19 is te zien dat deelnemers voornamelijk in het regulier basisonderwijs werkzaam zijn (33%). De optie 'Anders, namelijk' is door 59 deelnemers aangevinkt. De belangrijkste uitkomsten die de deelnemers hierbij hebben ingevuld zijn:

- Jeugdhulpverlening en jongerenwerk (24x)
- MBO (8x)
- Onderwijs- anders dan genoemd (zoals impulsklasbegeleider, ROC, Beroepsonderwijs) (7x)
- Sportdocenten (5x)
- Overige (zoals gehandicaptenzorg, doof-blindenzorg, buitenschoolse opvang) (14x)

U bent werkzaam op/in: (n= 164)	Aantal	% van totaal
Anders, namelijk:	59	36%
Regulier basisonderwijs	54	33%
Speciaal (basis en voortgezet) onderwijs	29	18%
Regulier voortgezet onderwijs	21	13%
Geestelijke gezondheidszorg, psychiatrie	14	9%
Justitiële instelling jeugd / volwassenen	3	2%

Tabel 19: resultaten vraag "U bent werkzaam op/in?". Meerdere antwoorden waren mogelijk.

3.2.2 Leeftijdsgroep en setting

In het evaluatieformulier hebben de deelnemers aangegeven voor welke leeftijdsgroep zij het programma in willen gaan zetten (tabel 20). De doelgroep die het meest werd aangevinkt betrof leerlingen van 9-12 jaar oud: 100 van de 164 deelnemers (61%) gaf aan dit te willen gaan doen. Verder gaven 74 (45%) deelnemers aan het programma in te willen zetten voor jongeren van 13 tot 18 jaar. Zo'n 44% geeft aan dat zij met kinderen van 4 jaar tot 9 jaar willen gaan werken. Een deel van deze laatste groep gaf aan het programma ook voor leerlingen van 9 tot 12 jaar oud in te willen zetten. Dit heeft waarschijnlijk te maken met het feit dat veel deelnemers aan deze driedaagse trainingen werkzaam zijn op basisscholen waardoor er overlap ontstaat. Dezelfde overlap komt sterk naar voren in de categorie 13-18 jaar en 19+. Als er niet naar de overlap wordt gekeken blijkt dat 88% van de deelnemers met de leeftijdsgroep van 9-18 jaar wil gaan werken.

Aan welke leeftijdsgroep wilt u het programma inzetten? (n=164)	Aantal	% van totaal:
9-12 jaar	100	61%
13-18 jaar	74	45%
4-9 jaar	72	44%
19+	32	20%

Tabel 20: uitkomsten van de vraag 'Aan welke leeftijdsgroep wilt u het programma inzetten?' Meerdere antwoorden waren mogelijk.

In welke setting wilt u het programma inzetten? (n = 164)	Aantal	% van totaal:
jongens & meisjes samen	128	78%
meisjes	34	21%
jongens & meisjes apart	30	18%
jongens	29	18%

Tabel 21: uitkomsten van de vraag 'In welke setting wilt u het programma inzetten?' Meerdere antwoorden waren mogelijk.

Het grootste deel van de deelnemers (78%) geeft aan het Rots en Water programma in te willen zetten voor jongens & meisjes samen (zie tabel 21). De opties alleen jongens, alleen meisjes of jongens & meisjes apart zijn bijna even vaak aangevinkt, respectievelijk 18%, 21%, en 18%. In principe wordt het RW programma op school klassikaal aangeboden. In bepaalde situaties en leeftijdsgroepen, deels afhankelijk van het onderwerp dat aan de orde komt, is het aan te raden het programma geheel of gedeeltelijk seksespecifiek aan te bieden. Vanwege de mogelijkheid om meerdere antwoorden aan te vinken, is er veel overlap in de antwoorden. Zo kan bijvoorbeeld een deelnemer aangeven dat hij met jongens en meisjes samen in een groep wil gaan werken, maar het programma onder bepaalde omstandigheden ook alleen aan jongens aan zou willen bieden.

3.2.3 Waardering

De beoordeling van de cursus inhoud en de presentatie van de trainer(s) is zeer positief (tabel 22). Bijna alle deelnemers vonden de cursus inhoud en de presentatie van de Master trainer goed of zeer goed (respectievelijk 99% en 100%). 100% van de deelnemers zouden de training aanraden aan een collega (tabel 23).

Beoordeel a.u.b. het volgende:	Onvoldoende / matig	Voldoende	Goed / zeer goed	Gemiddelde
Cursus inhoud (n=164)	0%	1%	99%	4,67
Presentatie trainer (n=164)	0%	0%	100%	4,89

Tabel 22: uitkomsten beoordeling inhoud en presentatie.

* Gemiddelde score op vijfpuntschaal waarbij 1 = onvoldoende en 5 = zeer goed

	Nee	Ja
Zou u de training aanraden aan een collega? (n=162)	0%	100%

Tabel 23: uitkomst aanraden training.

3.2.4 Sterke kanten

Op het evaluatieformulier stonden twee open vragen. Deelnemers konden daarin aangeven wat zij de kracht van de training (eyeopeners) vonden en zij konden eventuele opmerkingen of feedback kwijt. Vanwege het open karakter van de vragen zijn de antwoorden zeer divers en geven deelnemers vaak meerdere antwoorden. Dit maakt het lastig om de antwoorden te categoriseren. Echter komen bepaalde antwoorden vaker terug en deze zijn dan ook in verschillende categorieën

geplaatst. Hieronder worden de belangrijkste resultaten kort besproken en wordt aangegeven hoe vaak een bepaald antwoord in een categorie wordt genoemd.

Kracht van de training (eyeopeners)

Sterke punten die genoemd worden zijn:

- *Veel deelnemers ervaren dat zij zich in de training meer bewust van hun eigen kracht worden, zowel op het fysieke als mentale vlak (38x).* Zij geven o.a. aan dat zij een sterke persoonlijke ontwikkeling hebben doorgemaakt en met meer zelfvertrouwen terug zullen gaan naar de werkvloer en voor hun leerlingen een beter rolmodel kunnen zijn.
- *Het zelf ervaren van de oefeningen (17x).* Door tijdens de training zelf de oefeningen te ervaren, merken de deelnemers de werking ervan en weten zij ook welk leerproces hun leerlingen door kunnen maken. Ook geven deelnemers aan dat door het ervaren, informatie beter binnenkomt waardoor het leerproces verbeterd.
- *De rust, veiligheid, het vertrouwen en het wederzijds respect tijdens de training (15x).* Iedereen kan én mag meedoen en kan er ook voor kiezen om niet aan een oefening mee te doen. Bovendien is er tijdens de training ruimte voor inbreng.
- *Afwisseling van theorie en praktijk (12x).* Daarbij vinden de deelnemers vooral het koppelen van de fysieke oefeningen aan de theorie een sterk punt.
- *Ademhaling (11x).* De kracht en de rust die een goede ademhaling bewerkstelligt.
- *De Rots en Water taal / referentiekader (7x).* De Rots en Water taal biedt deelnemers naast inzicht in het gedrag van leerlingen ook inzicht in hun eigen gedrag en de gevolgen die dat heeft op hun leerlingen en anderen.

Overige punten die worden genoemd zijn de goede toepasbaarheid, de eenvoud van het concept, de verschillende spellen, het effect van de oefeningen en de opbouw van het programma. Voor alle uitgeschreven antwoorden zie bijlage 4.

3.2.5 Verbeterpunten

Naast het aangeven van de sterke punten hebben de deelnemers aanvullende opmerkingen of feedback geven. Verbeterpunten die genoemd worden zijn:

- *Duur en aanvangstijdstip training (9x).* Een aantal deelnemers geeft aan liever later te beginnen dan 8:30 uur in verband met de spits. Verder gaven een aantal deelnemers aan het fijner te vinden als de dagen iets korter zouden zijn.
- *Andere stoelen voor de theoriegedeeltes (3x).*
- *Meer informatie/instructie en oefenen van een les(programma) (3x).* Één deelnemer geeft aan behoefte te hebben aan een terugkomdag om zelf te oefenen met het geven van een les. Één deelnemer had iets meer informatie willen hebben over de opbouw van een lesprogramma. En één deelnemer vraagt zich af of een deelnemer die geen docent is behoefte zou hebben aan meer instructie.
- *Uitleg andere R&W trainingen (2x).* Er werd volgens twee deelnemers (iets) te veel tijd besteed aan uitleg over andere R&W trainingen (specialisaties die deelnemers na afloop van de 3-daagse basistraining kunnen en mogen volgen).
- *Nog meer theorie en verdieping (2x).* Dit vinden deelnemers interessant en bruikbaar.

Andere verbeterpunten die werden genoemd zijn: (1) een uitgebreider voorstelrondje (2) starten met een lichamelijke activiteit en tijdens het theoriegedeelte ook een korte plaspauze/looppauze in te lassen voor degene die niet lang stil kunnen zitten, (3) niet te veel specifieke aandacht te richten een enkele, individuele deelnemer (4) meer praktische uitleg bij bepaalde oefeningen en praktijksituaties. (5) Geen negatieve voorbeelden gebruiken (6) meer gebruik maken van filmmateriaal. In totaal hebben 29 deelnemers (18%) enige vorm van feedback gegeven, 48 deelnemers hadden geen feedback (29%) en 87 deelnemers gebruikten deze vraag om aanvullende positieve opmerkingen te geven (53%). Voor alle uitgeschreven antwoorden zie bijlage 4.

3.3 Aanbevelingen

Lestijden: Bij de vraag naar opmerkingen en feedback kwam het vaakst naar voren dat deelnemers liever andere begin- en eindtijden zouden willen hebben (9x) in verband met files of de dagen liever wat korter zouden zien in verband met vermoeidheid.

Reactie Rots en Water Instituut (RWI): Er is door het RWI bewust gekozen voor drie lange dagen (8:30-17:15 uur) in plaats van voor vier kortere dagen. De voorkeur van de meeste scholen en deelnemers gaat hier ook naar uit in verband met het zoeken van vervangend personeel. In de brief met informatie die voor de training naar deelnemers wordt opgestuurd staat dat het lange en intensieve dagen zijn en dat hiermee rekening gehouden dient te worden. Deelnemers die ver moeten reizen naar de locatie van de training nemen dan ook geregeld een hotel, waarmee het probleem van de spits ook direct vermeden wordt. Om de deelnemers hier enigszins in tegemoet te komen worden er inmiddels op vijf verschillende locaties in Nederland de driedaagse basistraining aangeboden (Utrecht, Leek, Terschelling, Weerseloo en Heeze). Overigens is reeds geëxperimenteerd met 9:00 uur als begintijd, dit gaf echter alleen nog meer problemen met het verkeer. Op dit punt lijkt het dus niet haalbaar om iedereen tevreden te stellen. Bij een incompany training is het echter wel mogelijk om andere tijden af te spreken.

Stoelen: Verder werd er door een aantal deelnemers als feedback gegeven om andere stoelen te gebruiken tijdens het theoriegedeelte (3x).

Reactie RWI: Op een aantal locaties bestond al de mogelijkheid om een ander soort stoel te gebruiken indien deelnemers hier de voorkeur aan gaven, inmiddels is deze mogelijkheid op alle locaties doorgevoerd.

Nascholing: Een aantal deelnemers (3x) gaf aan meer behoefte te hebben aan een terugkomdag en/of het zelf oefenen van een les(programma).

Reactie RWI: Ieder jaar vinden er echter reeds op verschillende locaties in Nederland nascholingsdagen plaats waarin ook ruimte is om op specifieke hulpvragen in te gaan. Ook kunnen scholen of organisaties een ééndaagse Consulttraining aanvragen met daarin de mogelijkheid op de specifieke hulpvragen van het schoolteam en de individuele leraar in te gaan. Het team ontvangt dan tevens informatie en instructie toegesneden op de school over implementatie van het programma. Informatie over deze dagen, data en plaats, wordt verspreid door een nieuwsbrief, via de Rots en Water website en tijdens de driedaagse training.

Mogelijk dat dit niet duidelijk genoeg naar voren is gekomen in de driedaagse training die deze deelnemers hebben gevolgd. Wat echter opvalt is dat er twee andere deelnemers aangeven dat er juist teveel aandacht was voor uitleg en PR van andere specialisatie trainingen. Het zou kunnen dat het moment van de uitleg van specialisatie trainingen en opfris/verdiepingsdagen beter tot zijn recht komt wanneer dit op de derde, laatste dag van de training wordt gedaan wanneer de deelnemers meer kennis van het programma hebben en beter weten waar zij nog meer informatie over zouden willen ontvangen. Dit punt zal het Rots en Water Instituut onder de aandacht van de Mastertrainers brengen.

Verder certificeert en beperkt het Rots en Watercertificaat de deelnemers tot het verzorgen van Rots en Waterlessen, zoals deze zijn opgenomen en beschreven in het praktijkboek, binnen de pedagogische setting waarin zij zijn opgeleid. Vrijwel alle deelnemers aan de driedaagse training

beschikken over een pedagogisch-didactische achtergrond en hebben ervaring op het gebied van lesgeven. De driedaagse training richt zich daarom *wel* op *hoe* het programma kan worden onderwezen maar is niet gericht om de deelnemers te leren lesgeven, alhoewel er wel adviezen worden gegeven hoe bepaalde lesonderdelen kunnen worden geïntroduceerd. Daarnaast wordt het nieuwe praktijkboek gekenmerkt door een zeer duidelijke, gestructureerde opbouw van het volledige lesprogramma en bevat het talloze adviezen en uitgeschreven voorbeelden van hoe lesthema's kunnen worden geïntroduceerd en besproken.

Tijd voor reflectie: Eén deelnemer geeft aan dat hij/zij liever meer tijd had gehad om bepaalde oefeningen na te bespreken.

Reactie RWI: Bij een aantal oefeningen wordt hier de tijd voor genomen, bij andere minder. Bij elke training is echter een co-trainster aanwezig die in het geval dat een deelnemer meer behoefte heeft aan het nabespreken en uitwisselen van de gedachten en gevoelens bij een oefening aan deze behoefte kan worden voldoen.

Zweverig: Eén deelnemer geeft aan sommige oefeningen zweverig te vinden.

Reactie RWI: Dat lijkt in tegenstelling te zijn tot het praktische, fysieke karakter van het programma. Echter, als een deelnemer een oefening niet ervaart zoals de rest van de groep kan dit deze reactie oproepen. Vandaar ook de aanwezigheid van de co-trainster: Op het moment dat een deelnemer een oefening niet voelt of begrijpt kan hij/zij dit met de co-trainster bespreken en nog eens oefenen, zodat het doel van de oefening wel duidelijk wordt.

Theorie: Ook geeft één deelnemer aan liever nog meer theorie te krijgen, omdat hij/zij dit 'super interessant' vond.

Reactie RWI: Wederom zijn hiervoor specialisatie trainingen en kan bij vragen altijd met het Rots en Water Instituut contact worden opgenomen.

Overige: De overige feedbackpunten werden slechts door één deelnemer genoemd. Deze opmerkingen zijn met de Mastertrainers besproken. Hieruit kwam naar voren dat het betreffende onderdeel wel degelijk duidelijk aan bod is gekomen, of er een duidelijke reden voor was om het op een bepaalde manier aan te bieden. Bijvoorbeeld: het geven van negatieve voorbeelden en vraagstelling wordt juist gedaan omdat in de praktijk leerlingen met deze vragen op de proppen komen (Bijvoorbeeld: 'Wat als ze je een duw geven? En wat als ze je nog een duw geven?' en 'Wat als je stop zegt en ze luisteren niet?') Zowel tijdens de training als in het praktijkboek worden hier duidelijke antwoorden op gegeven.

Naar aanleiding van een paar specifieke opmerkingen is met de betreffende Mastertrainer contact gezocht waaruit naar voren kwam dat zaken zoals een uitgebreider voorstelrondje aan het begin van de training, de verdeling van aandacht over alle deelnemers of een korte bespreking over hoe de oefeningen kunnen worden ingezet bij jongeren en/of volwassenen beter hadden gekund. Hier zal in de toekomst meer aandacht aan besteed worden.

3.4 Samenvatting

De 164 deelnemers aan de driedaagse Rots en Water basistraining zijn (zeer) positief over het programma, de training en de presentatie van de Mastertrainers. De cursusinhoud wordt door 99% van de deelnemers met goed tot zeer goed gescoord (gemiddelde 4,67 van de 5) en de Mastertrainers kregen van alle deelnemers (100%) een waardering van goed tot zeer goed (4,89 van de 5). Verder zou 100% van de deelnemers de training aanraden aan een collega. Veruit het grootste gedeelte van de deelnemers is werkzaam in of verbonden met het onderwijs, en zij zijn van plan om met de interventie te gaan werken met jongens en meisjes samen (78%) in de leeftijd van 9 tot 18 jaar (88%).

18% van de deelnemers gaf bij de evaluatie een verbeterpunt aan. Het verbeterpunt dat het meest naar voren kwam is dat deelnemers liever andere begin- en eindtijden zouden willen hebben in verband met files, of de dagen liever wat korter zouden zien in verband met vermoeidheid (9x).

Er is door het Rots en Water Instituut bewust gekozen voor drie lange dagen (8:30-17:15 uur) in plaats van voor vier kortere dagen. De voorkeur van de meeste scholen en deelnemers gaat hier ook naar uit in verband met het zoeken van vervangend personeel. Bij een incompany training is het wel mogelijk om andere tijden in te plannen.

De meeste feedback kon direct worden doorgevoerd, zoals de stoelkeuze bij de theoriegedeelten, op dag 2 nogmaals herhalen waarvoor de co-trainster aanwezig is (extra hulp, uitleg en nabespreken van oefeningen) en op dag 3 (pas) informatie geven over R&W specialisatie trainingen. Verder waren enkele opmerkingen gericht op de specifieke Mastertrainer. Deze opmerkingen zijn besproken waaruit naar voren kwam dat in de meeste gevallen de Mastertrainer in het vervolg anders met de situatie om zou gaan (bijvoorbeeld een uitgebreider voorstelrondje, het beter verdelen van de aandacht, kort bespreken hoe een oefening ingezet zou kunnen worden bij jongeren, meer praktische uitleg en meer gebruik van filmmateriaal).

De succesfactoren die het meest genoemd worden door deelnemers, en tevens kenmerkend zijn voor de R&W trainingen, zijn:

1. het ervaren en bewust worden van de eigen kracht, zowel fysiek als mentaal en het hierdoor vergroten van het zelfvertrouwen (38x).
2. Het zelf ervaren van de oefeningen waardoor de deelnemers weten hoe het voor leerlingen is of kan zijn (17x).
3. De rust, veiligheid, vertrouwen en het onderling respect dat bij de oefeningen naar voren komt (15x).
4. De afwisseling van theorie en praktijk tijdens de training en de afwisseling van actie, zelf-reflectie, en praten tijdens de lessen met leerlingen (12x).
5. Het belang van een goede ademhaling (11x)
6. Het R&W referentiekader, oftewel de R&W taal (7x).

7. Overige punten die worden genoemd zijn de goede toepasbaarheid, de simpelheid, de verschillende spellen, het effect van de oefeningen en de opbouw van het programma.

Samenvattend kan worden geconcludeerd dat de deelnemers erg tevreden zijn over de basistraining en dat hetgeen zij als sterke punten van R&W aanhalen, ook belangrijke en kenmerkende factoren van het programma zijn. Het is goed om te horen dat dit met elkaar overeen komt. Verder hebben er, aan de hand van de verbeterpunten, een aantal (kleine) wijzigingen plaatsgevonden waardoor de training verder geoptimaliseerd is.

4. Uitvoerders interventie op school

In dit hoofdstuk worden de belangrijkste resultaten van de procesevaluatie onder de uitvoerders van het programma op scholen beschreven.

4.1 Inleiding en methode

Uitvoerders van het Rots en Water programma op scholen zijn ondervraagd door middel van een online vragenlijst. De uitvoerders zijn werkzaam op school, zijn gecertificeerde Rots en Water trainers (oftewel: hebben de 3-daagse Rots en Water basistraining gevolgd) en geven gedurende het schooljaar (klassikaal) Rots en Water lessen op hun school. In eerste instantie zijn de uitvoerders benaderd via Facebook. De vragenlijst is via social media verspreid in de Rots en Water trainers Facebook groep. Ten tijde van het 'delen' van de vragenlijst waren 1.130 mensen lid van de groep. In tweede instantie zijn de uitvoerders benaderd via de jaarlijkse nieuwsbrief in januari 2018.

In deze vragenlijst zijn o.a. vragen gesteld over de uitvoering van het programma, de succes- en faalfactoren volgens de uitvoerders, in hoeverre de interventie volgens plan is uitgevoerd, hoe de interventie is verlopen en of zij gebruik maken van het beschikbare materiaal. Onder de uitvoerders werden 3 cadeaubonnen verloot om de respons van de vragenlijst te verhogen. De vragenlijst bestond uit 28 meerkeuze vragen, 6 stellingen, 3 numerieke en 10 open vragen (zie bijlage 2). Niet alle uitvoerders hebben alle vragen beantwoord, omdat het stellen van enkele vragen afhankelijk was van antwoorden op eerdere vragen. De vragenlijst kon, indien gewenst, anoniem worden ingevuld. De vragenlijst is 29 december 2017 open gesteld, in totaal hebben 142 Rots en Water trainers de vragenlijst ingevuld en de gemiddelde invulduur bedroeg circa dertien minuten. Van de 142 ondervraagden bleken er twee uitvoerders de interventie uit te voeren in het buitenland (België). Omdat het hier om een Nederlandse procesevaluatie gaat, zijn de resultaten van die twee uitvoerders uit de resultaten verwijderd en blijven er 140 uitvoerders over (n=140). Door dit onderzoek wordt gepoogd antwoord te krijgen op de volgende vragen:

1.) Algemene gegevens uitvoerders: Wat zijn de kenmerken van de uitvoerders?

- a. Geslacht
- b. Leeftijd
- c. Opleidingsniveau
- d. Functie
- e. Soort onderwijs
- f. Provincie woonachtig
- g. Ervaring met R&W

2.) Uitvoering: Hoe wordt de interventie uitgevoerd?

- a. Hoe worden de R&W lessen gegeven? (klassikaal, in groepjes met hulpvraag, één op één)
- b. Wie zijn er betrokken bij de selectie van de leerlingen?
- c. Hoeveel leerlingen telt de klas?
- d. Hoeveel R&W lessen krijgen de leerlingen per schooljaar?
- e. Hoelang duren de R&W lessen gemiddeld?
- f. Waar worden de R&W lessen gegeven?
- g. Aan welke groepen/klassen wordt R&W les gegeven?

- h. Wordt er gebruik gemaakt van een co-trainer/collega bij het geven van de R&W lessen?

3.) Videomateriaal: Wordt het videomateriaal ingezet?

4.) Veiligheid, ontwikkeling en plezier: In welke mate zijn de uitvoerders het eens met de volgende stellingen?

- a. Het geven van de R&W lessen was leuk om te doen.
- b. Door het geven van de R&W lessen kan ik leerlingen beter begeleiden in hun sociaal-emotionele ontwikkeling.
- c. Tijdens de R&W lessen voelden de leerling zich veilig.
- d. R&W heeft een positieve invloed op de sociale veiligheid op school.
- e. Het pesten in de klas(sen) is door de R&W lessen afgenomen.

5. Materialen en R&W taal: Van welke R&W materialen wordt er gebruik gemaakt?

6. Effect leerlingen: Welk effect hadden de R&W lessen op de leerlingen?

7. Professionele ontwikkeling: Heeft R&W bijgedragen aan uw professionele ontwikkeling?

8. Uitvoering praktijkboek: Wordt de interventie uitgevoerd zoals beschreven in het praktijkboek?

9. Ouderparticipatie: Hoe worden de ouders/verzorgers betrokken bij de R&W lessen?

10. Ouderavond:

- a. Hoeveel procent van de leerlingen wordt vertegenwoordigd door tenminste één ouder/verzorger?
- b. Welke R&W componenten komen op een ouderavond aan bod?

11. Doelgroep en doelstelling:

- a. Sluit het R&W programma aan bij de doelgroep?
- b. Wordt de beoogde doelstelling met de R&W lessen behaald?

12. Problemen en advies:

- a. Wordt er bij de voorbereiding of uitvoering van de training tegen problemen aangelopen?
- b. Hebben de uitvoerders tips voor andere om (mogelijke) problemen tegen te gaan?

Succes- en faalfactoren:

- a. Wat zijn de succesfactoren van de interventie?
- b. Wat zijn de (mogelijke) faalfactoren van de interventie?

Onder de noemer resultaten worden de hierboven genoemde vragen per kopje één voor één in een afzonderlijke paragraaf behandeld. Er wordt afgesloten met een samenvatting waarin ook de aanbevelingen worden besproken.

4.2 Resultaten

4.2.1 Algemene gegevens

Van de 140 deelnemers was 109 vrouw (78%) en 31 man (22%). Een overzicht van de verdeling van de leeftijdsgroepen is weergegeven in diagram 4. De grootste groep uitvoerders is tussen de 30 en 40 jaar oud.

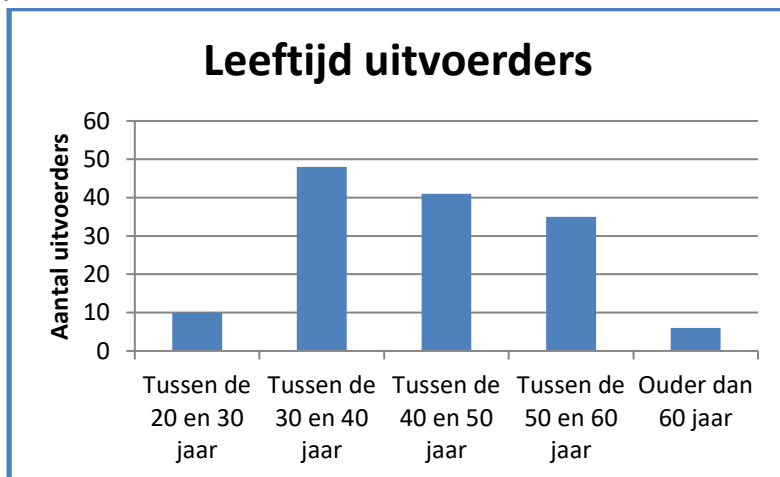


Diagram 4: leeftijdsopbouw uitvoerders.

Diagram 5 geeft het opleidingsniveau van de uitvoerders aan. Veruit de grootste groep heeft HBO als hoogst genoten afgeronde opleiding. 95% van de ondervraagde uitvoerders op scholen beschikt over een afgeronde opleiding op minimaal HBO-niveau.

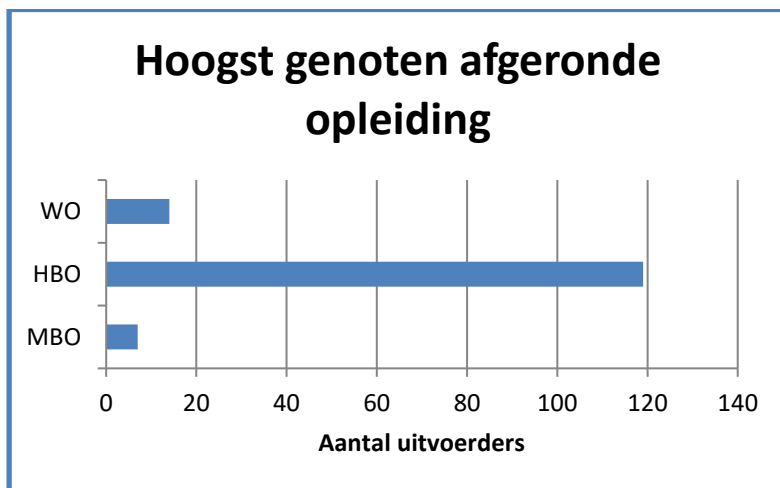


Diagram 5: opleidingsniveau uitvoerders.

In diagram 6 is een overzicht weergegeven in welk soort onderwijs de uitvoerders werkzaam zijn. Wat opvalt is dat veruit de grootste groep ondervraagden (circa 59%) werkzaam is in het reguliere primair onderwijs. Dit percentage ligt hoger dan het percentage dat is gemeten in het onderzoek van de 3-daagse basistraining (zie hoofdstuk 4.3.). Daarin geeft slechts 33% aan werkzaam te zijn in het reguliere primair onderwijs. Het lijkt er derhalve op dat deze groep eerder geneigd is tot het invullen van dergelijke vragenlijsten dan andere groepen.

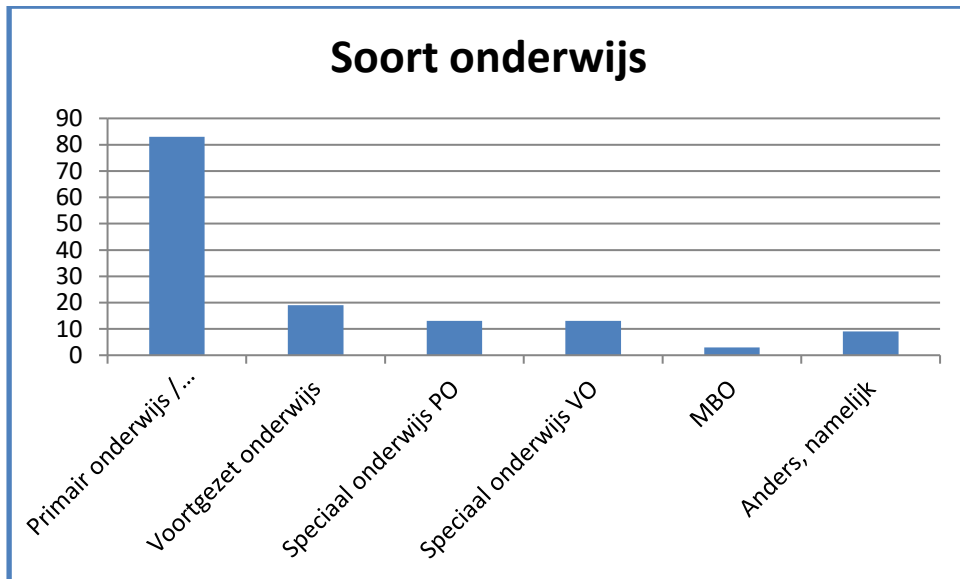


Diagram 6: soort onderwijs uitvoerders.

Als andere opties gaven de ondervraagden onder andere het volgende aan:

- Praktijkonderwijs
- Begeleidend Passend Onderwijs
- Alle soorten scholen
- Sportschool

In welke provincie staat de school waar u werkzaam bent? (n=140)	Aantal keer	% van totaal
Zuid-Holland	29	21%
Noord-Brabant	27	19%
Noord-Holland	21	15%
Gelderland	15	11%
Overijssel	15	11%
Utrecht	11	8%
Limburg	7	5%
Flevoland	5	4%
Friesland	3	2%
Groningen	3	2%
Zeeland	3	2%
Drenthe	1	1%

Tabel 4: verdeling uitvoerders over provincies.

In tabel 4 staat weergegeven in welke provincies de uitvoerders werkzaam zijn. De meeste uitvoerders zijn werkzaam op een school in Zuid-Holland (21%), gevolgd door Noord-Brabant (19%) en Noord-Holland (15%).

In welke functie bent u werkzaam op de school? (n=140)	Aantal keer	% van totaal
Leerkracht	86	61%
Anders, namelijk	32	23%
Leraar bewegingsonderwijs	20	14%
Intern begeleider	18	13%
Onderwijsondersteunend	10	7%
Leidinggevend (directie)	3	2%
Leraar bewegingsonderwijs (extern)	3	2%

Tabel 5: uitkomsten functie uitvoerders. Meerdere antwoorden waren mogelijk.

In tabel 5 is een overzicht gegeven van de functie van de uitvoerders binnen de school. Veruit de grootste groep is werkzaam als leerkracht binnen de school (61%). 14% van de uitvoerders geeft aan te werken als leraar bewegingsonderwijs en 13% van de ondervraagden is intern begeleider. Andere functies die uitvoerders opgaven zijn onder andere:

- (Onderwijs)coach of kindercoach (9x)
- ZZP-er (6x)
- Ambulant hulpverlener/jongerenwerker/begeleider (4x)
- Gedragsspecialist (3x)
- Remedial teacher (2x)
- Schoolmaatschappelijk werker (2x)

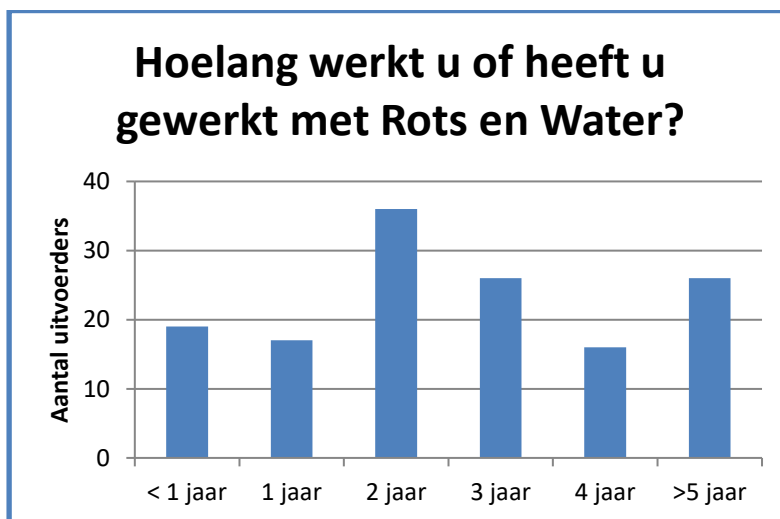


Diagram 7: uitkomsten op de vraag "Hoelang werkt u of heeft u gewerkt met Rots en Water?"

Diagram 7 geeft aan hoelang mensen met het Rots en Water programma werken of hebben gewerkt. De grootste groep uitvoerders werkt al 2 jaar of heeft 2 jaar met de interventie gewerkt. Van de 140 deelnemers geven zeven deelnemers aan de laatste 4 jaar niet meer met het Rots en Water programma te hebben gewerkt.

4.2.2 Uitvoering

Deze paragraaf beschrijft de resultaten van de vragen naar de uitvoering van de interventie. De vragenlijst is verspreid onder Rots en Water trainers op scholen en is bedoeld voor trainers die de interventie klassikaal aanbieden, echter zijn er ook trainers die daarnaast de interventie op andere manieren aanbieden. In tabel 6 is de verdeling te zien. 86% van de ondervraagden geeft de lessen klassikaal (al dan niet opgedeeld in 2 delen).

Hoe geeft u de Rots en Water lessen? (n=140)	Aantal keer	% van totaal
Klassikaal (al dan niet opgedeeld in 2 delen)	120	86%
In groepjes met een hulpvraag	58	41%
1 op 1	29	21%
Anders, namelijk	4	3%

Tabel 6: uitkomsten op de vraag "Hoe geeft u de Rots en Water lessen?" Meerdere antwoorden waren mogelijk.

Andere opties die de uitvoerders in de vragenlijst hebben ingevuld zijn:

- Alle soorten hulpvragen.
- Als een naschoolse activiteit in samenspraak met ouders en kinderen. De groepen zijn niet groter dan 12 leerlingen en twee of drie docenten.
- Ik word ingehuurd door een orthopedagogisch centrum binnen het SBO.
- In de toekomst is het de bedoeling om met sub groepen te gaan werken, geselecteerd door IB, leerkracht en vanuit het leerling volgsysteem Zien. Hierbij zullen de ouders worden betrokken.

Indien de uitvoerder afweek van het klassikaal lesgeven of naast het klassikaal lesgeven ook in groepjes of 1 op 1 werkt, werd gevraagd wie er betrokken zijn bij deze keuze en bij de selectie van de leerlingen. In tabel 7 zijn de resultaten op die vraag weergegeven. In veel gevallen gaat het in samenspraak met de intern begeleider (IB-er) en/of met de ouders van de leerlingen. Uit de overlap van de verschillende antwoorden blijkt dat uitvoerders die de lessen niet klassikaal geven, vaak meerdere partijen betrekken in de selectie of keuze van de leerlingen.

Indien u de lessen niet klassikaal geeft: wie zijn er dan betrokken bij die keuze en bij de selectie van de leerlingen? (n= 140)	Aantal keer	% van totaal
Ik geef de lessen alleen klassikaal	58	41%
Intern begeleider	56	40%
Ouders	40	29%
Anders, namelijk...	27	19%
(School)psycholoog	17	12%

Tabel 7: uitkomsten op de vraag "Indien u de lessen niet klassikaal geeft: wie zijn er dan betrokken bij die keuze en bij de selectie van de leerlingen?" Meerdere antwoorden waren mogelijk.

Andere mogelijkheden die meermaals worden genoemd zijn:

- De groepsleerkracht (11x)
- Collega's (5x)
- De mentor (4x)

- Op verzoek van het kind zelf (3x)
- De directie (2x)

4.2.3 Klassikale uitvoering

In de vragenlijst zijn een aantal vragen opgenomen die alleen zijn gesteld aan uitvoerders die de lessen klassikaal op school hebben gegeven. In totaal hebben 120 deelnemers (86%) aangegeven dit te doen, echter zijn vijf deelnemers in verband met een fout in het digitale vragenformulier niet in staat geweest om de vragen te beantwoorden. In tabel 8 zijn de resultaten van die vragen weergegeven.

	Minimum	Maximum	Mediaan	Gemiddelde
Hoeveel leerlingen telt uw klas als u Rots en Water geeft (gemiddeld)? (n=115)	7	31	24	21
Hoeveel Rots en Water lessen krijgen de leerlingen (gemiddeld) per schooljaar? (n=115)	1	40	10	13
Hoelang duren de Rots en Water lessen gemiddeld? (in minuten, n=114)	15	120	50	53

Tabel 8: uitkomsten numerieke vragen over klassikale uitvoering.

De Rots en Water lessen, die klassikaal gegeven worden, duren gemiddeld 53 minuten met een mediaan van 50 minuten (gelijk aan een regulier lesuur). De klassen tellen gemiddeld 21 leerlingen met een minimum van 7, een maximum van 31 en een mediaan van 24. Gemiddeld worden er 13 Rots en Water lessen per schooljaar gegeven, met een minimum van 1 les, een maximum van 40 lessen en een mediaan van 10 lessen. Wat opvalt is dat de Rots en Water klassen in het speciaal onderwijs gemiddeld 13 leerlingen tellen, in het primair onderwijs gemiddeld 24 en in het voortgezet onderwijs 20. Verder komt duidelijk naar voren dat herhaling erg belangrijk is in het Speciaal onderwijs. Dit komt naar voren in het verschil in het aantal lessen. In het Speciaal onderwijs worden meer Rots en Water lessen gegeven dan in het regulier onderwijs. Gemiddeld 20 lessen van 47 minuten in het Speciaal onderwijs tegenover 12,5 les van 49 minuten in het Primair onderwijs en 8 lessen van 74 minuten in het Voortgezet onderwijs.

Zoals in tabel 9 is weergegeven geven de meeste uitvoerders aan dat de Rots en Water lessen in een gymlokaal (67%) of een speellokaal (51%) plaatsvinden. Andere locaties die worden genoemd zijn een aula, buiten, of een dojo. Ook is te zien dat de Rots en Water lessen het vaakst aan leerlingen uit de groepen 6, 7 en 8 worden gegeven. Dit heeft met name te maken met het feit dat de meeste uitvoerders die de vragenlijst ingevuld hebben werkzaam zijn in het PO. Ook bij deze vraag is er veel overlap in de antwoorden. Zo geven ondervraagden bijvoorbeeld aan dat zij groep 1 t/m 8 of vanaf groep 4 en hoger Rots en Water lessen geven. De Rots en Water lessen worden op een basisschool regelmatig door 1 of 2 Rots en Water trainers gegeven, hierdoor onderwijzen zij al snel meerdere groepen en/of klassen. Onder de 'Anders, namelijk' optie wordt veelal de onderbouw van het PO (groep 1 t/m 5) en jongeren tussen de 12 en 20 jaar genoemd.

Waar worden de Rots en Water lessen gegeven? (n= 115)	Aantal keer	% van totaal
Gymlokaal	77	67%
Speellokaal	59	51%
Klaslokaal	23	20%
Anders, namelijk	8	7%
Aan welke groep(en) / klas(sen) geeft u Rots en Water les? (n = 115)		
Groep 6	61	53%
Groep 7	54	47%
Anders, namelijk	49	43%
Groep 8	48	42%
1e klas	23	20%
2e klas	14	12%
3e klas	5	4%
MBO klas (tot en met 18 jaar)	3	3%

Tabel 9: uitkomsten vragen over klassikale uitvoering. Meerdere antwoorden waren mogelijk.

Op de vraag “Geeft u de Rots en Water lessen alleen of samen met een co-trainer / collega?” antwoordden 62 ondervraagden (54%) dat zij de lessen alleen geven. 70 ondervraagden (61%) gaven aan de interventie samen met iemand anders te geven. Ook bij deze antwoorden was er derhalve enige overlap; zeventien uitvoerders geven lessen zowel alleen als samen. Aan de uitvoerders die de interventie samen met iemand anders hebben uitgevoerd, is een vervolgvraag gesteld: “Indien samen met iemand anders, met wie?”. In tabel 10 staan de resultaten van die vervolgvraag. Indien de training met iemand anders werd gegeven, is dit vaak een collega (in 87% van de gevallen). Andere personen die worden genoemd zijn o.a. de leerkracht (indien de Rots en Water trainer extern is), de mentor van de klas of een andere Rots en Water trainer.

Indien samen met iemand anders, met wie? (n=70)	Aantal keer	% van totaal
Een collega	61	87%
Anders, namelijk...	11	16%
De schoolpsycholoog	2	3%
De intern begeleider	1	1%
Een oudere leerling	0	0%
Een ouder	0	0%

Tabel 10: uitkomst vervolgvraag: “Indien samen met iemand anders, met wie?”. Meerdere antwoorden waren mogelijk.

4.2.4 Videomateriaal

In de vragenlijst zijn vragen opgenomen over het gebruik van het beschikbare videomateriaal. Dit videomateriaal bestaat uit negen scènes rondom de verschillende thema's die in de lessen worden behandeld (bijvoorbeeld pesten, groepsdruk etc.) en twee instructiefilms met oefeningen voor zowel

docent als leerling. Het materiaal wordt op een USB-stick na elke 3-daagse Rots en Water basistraining beschikbaar gesteld aan de uitvoerder. De resultaten van de vraag “Heeft u gebruik gemaakt van het beschikbare videomateriaal?” zijn weergegeven in diagram 8. Zoals uit de diagram blijkt, maakt het merendeel van de ondervraagde uitvoerders geen gebruik van het videomateriaal. 108 van de 140 uitvoerders (77%) gebruiken het videomateriaal niet, 14 van de 140 uitvoerders (10%) gebruikt slechts een gedeelte en 18 van de 140 deelnemers (13%) gebruikt het videomateriaal wel. Aan de ondervraagden die het videomateriaal niet of slechts gedeeltelijk gebruikt, is een vervolgvraag gesteld: “Waarom heeft u geen of slechts gedeeltelijk gebruik gemaakt van het beschikbare videomateriaal?”. De resultaten van de redenen waarom (een gedeelte van) het videomateriaal niet wordt gebruikt zijn weergegeven in tabel 11.

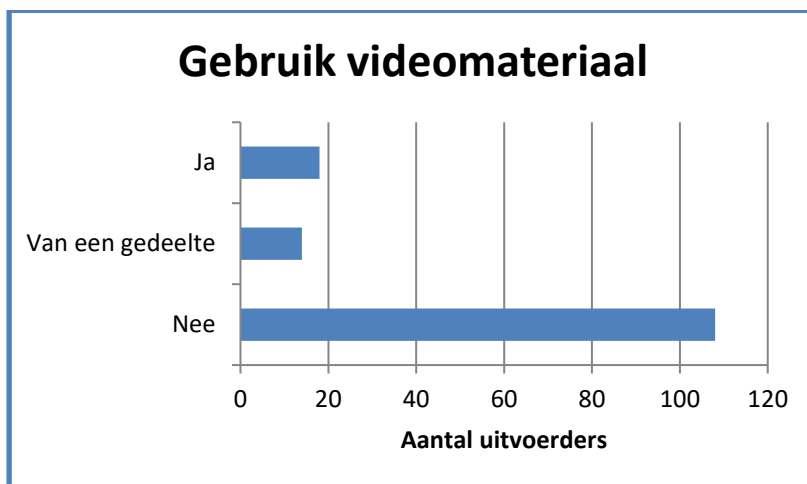


Diagram 8: uitkomst vraag naar gebruik van videomateriaal.

Waarom heeft u geen of slechts gedeeltelijk gebruik gemaakt van het beschikbare videomateriaal? (n=122)	Aantal keer	% van totaal
Ik beschik niet over het materiaal	36	30%
Het materiaal is niet geschikt voor mijn doelgroep	33	27%
Het materiaal is verouderd	32	26%
Er was geen tijd voor	26	21%
Anders, namelijk...	17	14%

Tabel 11: uitkomst vervolgvraag videomateriaal. Meerdere antwoorden waren mogelijk.

Zoals in tabel 11 is te zien zijn de uitvoerders verdeeld over de redenen waarom er geen gebruik van het videomateriaal wordt gemaakt. 30% van de uitvoerders geeft aan niet te beschikken over het materiaal. Dit wekt enige verbazing, omdat iedere deelnemer aan de 3-daagse basistraining het beschikbare videomateriaal ontvangt. Dit impliceert dat een relatief hoog aantal deelnemers het videomateriaal kwijt is. 26% van de uitvoerders geeft aan het materiaal verouderd te vinden. Ook geeft 27% van de uitvoerders aan dat het materiaal niet geschikt blijkt te zijn voor hun doelgroep. Andere redenen die worden genoemd zijn:

- In de gymzaal is het niet handig/praktisch om video's te laten zien
- Niet aan gedacht of geheel vergeten
- Ik heb voldoende aan het basisboek en/of de 3-daagse basistraining
- Niet elke oefening is geschikt voor 1 op 1

- Moet daar nog mee starten
- Wel ter info voor groepsleerkracht
- Wil voornamelijk praktisch oefenen
- Videomateriaal nog niet in onze lessen opgenomen

4.2.5 Veiligheid, ontwikkeling en plezier

De resultaten van de stellingen in de vragenlijst zijn weergegeven in tabel 12. De uitvoerders zijn over het algemeen erg positief over het geven van Rots en Water en wat dit bijdraagt op school en in de klas. Bij alle stellingen is de gemiddelde score ruim boven de 3,00.

Alle ondervraagde uitvoerders geven aan het (helemaal) eens te zijn met de stelling “Het geven van Rots en Water was leuk om te doen”. Met een gemiddelde score van 4,81 is dit ook direct de hoogst scorende stelling van de vragenlijst. Ook zijn de meeste uitvoerders het (helemaal) eens met de stelling “Door het geven van de Rots en Water lessen kan ik leerlingen beter begeleiden in hun sociaal-emotionele ontwikkeling” (98%). 2% van de uitvoerders geeft aan hier neutraal in te staan (niet mee eens / niet mee oneens).

Maar liefst 95% van de deelnemers is het (helemaal) eens met de stelling dat de leerlingen zich veilig voelden tijdens de Rots en Water lessen. De overige deelnemers staan hier neutraal in. De uitvoerders zouden bij een score van 1 of 2 een vervolgvraag krijgen: “Waarom voelden de leerlingen zich niet veilig?”. Echter niemand heeft de stelling met een 1 of 2 beantwoord, derhalve is geen enkele keer de vervolgvraag gesteld en beantwoord. Van de 140 deelnemers is 91% het (helemaal) eens met de stelling “Rots en Water heeft een positieve invloed op de sociale veiligheid op school”. Circa 9% staat hier neutraal in.

Ongeveer 51% van de uitvoerders is het (helemaal) eens met de stelling “Het pesten in de klas(sen) is door de Rots en Water lessen afgenomen”. De andere 49% heeft een neutraal standpunt (niet mee eens / niet mee oneens). Geen enkele deelnemer is het (helemaal) oneens met de stelling.

n=140	Helemaal mee oneens	Mee oneens	Niet mee eens / niet mee oneens	Mee eens	Helemaal mee eens	Gemiddelde*
Het geven van Rots en Water lessen was leuk om te doen.	0%	0%	0%	19%	81%	4,81
Door het geven van de Rots en Water lessen kan ik leerlingen beter begeleiden in hun sociaal-emotionele ontwikkeling.	0%	0%	2%	35%	63%	4,61
Tijdens de Rots en Water lessen voelden de leerling zich veilig.	0%	0%	5%	56%	39%	4,34
Rots en Water heeft een positieve invloed op de sociale veiligheid op school.	0%	0%	9%	48%	43%	4,34
Het pesten in de klas(sen) is door de Rots en Water lessen afgenomen.	0%	0%	49%	45%	6%	3,58

Tabel 12: uitkomsten stellingen.

* Gemiddelde score op vijfpuntschaal waarbij 1 = helemaal mee oneens en 5 = helemaal mee eens

4.2.6 Materialen en R&W taal

In tabel 13 staan de resultaten van de vraag waar de uitvoerder op zijn of haar school gebruik van maakt. De belangrijkste resultaten zijn dat er het meest gebruik gemaakt wordt van de Rots en Water taal (66% van de uitvoerders) en dat er veel gebruik wordt gemaakt van de leerling-certificaten en diploma's (51%). Minder vaak worden de Rots en Water sleutelhangers gebruikt (slecht in 6% van de gevallen). Een ander opvallend resultaat is dat 19% van de uitvoerders geen gebruik maakt van de gegeven opties.

Vink aan waar u op school gebruik van maakt (n=140):	Aantal keer	% van totaal
Rots en Water taal (Bijvoorbeeld: in de klas, voor een toets, op het schoolplein of in een conflictsituatie)	92	66%
Rots en Water leerlingcertificaten / diploma's	72	51%
Rots en Water leerlingboekjes	34	24%
Rots en Water posters	28	20%
Geen van bovenstaande	26	19%
Rots en Water sleutelhangers	8	6%

Tabel 13: uitkomst gebruik Rots en Water op school. Meerdere antwoorden waren mogelijk.

4.2.7 Effect leerlingen

In tabel 14 staan de resultaten van de vraag "Welk effect hebben de Rots en Water lessen volgens u op uw leerlingen gehad?". De drie effecten die het vaakst worden aangevinkt zijn: ze hebben meer zelfvertrouwen (77%), ze zijn zich meer bewust van hun eigen gedrag (70%) en ze hebben meer zelfbeheersing (64%). Van de opties die in de vragenlijst worden gegeven wordt het effect "Ze zijn rustiger in de klas" het minst vaak aangevinkt (16%). Eén uitvoerder geeft aan geen van de gegeven effecten te merken bij zijn/haar leerlingen. Andere effecten die worden genoemd zijn:

- Zij zijn beter in staat keuzes te maken die goed voor henzelf zijn en niet ten koste van anderen gaan + meer bij zichzelf kunnen blijven
- Beter inzicht in hun eigen handelen bij probleemsituaties thuis en op het werk
Door aanwezigheid van de leerkracht van de groep zie ik dat deze de positieve benadering overneemt en weer met plezier voor de groep staat.

Welk effect hebben de Rots en Water lessen volgens u op uw leerlingen gehad? (n=140)	Aantal keer	% van totaal
Ze hebben meer zelfvertrouwen	108	77%
Ze zijn zich meer bewust van hun eigen gedrag	98	70%
Ze hebben meer zelfbeheersing (ze kunnen beter met hun emoties omgaan en weer tot rust komen)	90	64%
Ze kunnen beter omgaan met sociale situaties	78	56%
Er is een betere sfeer in de klas ontstaan	75	54%
Ze kunnen beter hun grenzen aangeven	71	51%
Ze komen vaker voor elkaar op	60	43%
Er is meer respect voor elkaar	60	43%
Er wordt gebruik gemaakt van de Rots en Water taal	59	42%
Ze kunnen zich beter concentreren	53	38%
Ze werken beter samen	42	30%
Ze zijn rustiger in de klas	23	16%
Anders, namelijk...	3	2%
Geen van bovenstaande	1	1%

Tabel 14: effect Rots en Water op leerlingen. Meerdere antwoorden waren mogelijk.

4.2.8 Professionele ontwikkeling

In de vragenlijst is er gevraagd of Rots en Water heeft bijgedragen aan de professionele ontwikkeling van de uitvoerder. De resultaten zijn weergegeven in tabel 15. Op de vraag “Op welke manier heeft Rots en Water bijgedragen aan uw professionele ontwikkeling” antwoordde circa 78% van de uitvoerders dat zij zich meer bewust zijn van hun eigen gedrag (wanneer ben ik Rots, wanneer ben ik Water). Een groot deel van de ondervraagde uitvoerders (70%) geeft aan dat ze meer tools hebben gekregen om hun leerlingen beter te kunnen ondersteunen in hun sociaal-emotionele ontwikkeling. Ten slotte geeft 58% aan zich meer te gronden, centreren en te focussen als ze voor de klas staan. Geen enkele uitvoerder gaf aan dat Rots en Water niets heeft bijgedragen aan zijn of haar professionele ontwikkeling. De drie ondervraagden die Anders hebben aangevinkt gaven als antwoord:

- In contact met collega's voel ik mij sterker. Rots en Water is mijn specialiteit waardoor ik veel contact heb met collega's bij de ondersteuning van kinderen in hun sociale ontwikkeling
- Ik kan collega's en ouders makkelijker meenemen in hoe belangrijk bewegen en contact maken is.
- Het hele leven is een Rots en Water spel, speel het!

Op welke manier heeft Rots en Water bijgedragen aan uw professionele ontwikkeling?	Aantal keer	% van totaal
Ik ben me meer bewust van mijn eigen gedrag (wanneer ben ik Rots, wanneer ben ik Water)	109	78%
Ik heb tools gekregen om mijn leerlingen beter te kunnen ondersteunen in hun sociaal-emotionele ontwikkeling	98	70%
Ik grond, centreer en focus meer als ik voor de klas sta	81	58%
Ik heb meer handvatten gekregen om de sfeer in de klas te verbeteren	70	50%
Bewegen is een grotere rol in mijn lessen gaan spelen	55	39%
Anders, namelijk....	3	2%
Rots en Water heeft niets bijgedragen voor mij	0	0%

Tabel 15: uitkomst bijdrage professionele ontwikkeling. Meerdere antwoorden waren mogelijk.

4.2.9 Uitvoering praktijkboek

Eén van de onderzoeksvragen van dit onderzoek is of de interventie wordt uitgevoerd zoals beschreven in het praktijkboek. Van de 140 deelnemers die de interventie uitvoeren op scholen, geeft 76% aan de lessen te geven zoals beschreven in het praktijkboek. Circa 24% van de uitvoerders geeft aan af te wijken van het praktijkboek. Deze 34 deelnemers hebben in de vragenlijst een vervolgvraag gekregen: “Wat zijn daarvoor de belangrijkste redenen?”.

Het merendeel van de 34 uitvoerders gaven aan aanpassingen te hebben gedaan naar aanleiding van bepaalde omstandigheden en (rand)voorwaarden. Omstandigheden die ervoor zorgen dat ze afwijken van het praktijkboek en die (meermaals) worden genoemd zijn:

- De doelgroep (21x):
 - Niveau en vaardigheden
 - Hulpvraag
 - Leeftijd
 - Behoeft(e)s van de groep
 - Grootte van de groep;
- Beschikbare tijd voor de lessen (3x);
- Omstandigheden en thema's die leven op school of in de klas (en wat er speelt) (3x);

Uitvoerders passen hun lesprogramma aan de doelgroep aan. Dit doen zij door bijvoorbeeld oefeningen weg te laten of aan te passen. Ook besteden ze meer tijd en aandacht aan thema's die spelen of aan bepaalde behoeftes van de groep. Andere redenen die worden genoemd voor het afwijken van het handboek is dat er gedeeltes en onderdelen uit het boek worden gebruikt, maar niet alles. Zo gebruiken enkele uitvoerders onderdelen uit het praktijkboek samen met onderdelen uit het Rots en Water schoolbreed boek (verkregen na het volgen van de Rots en Water specialisatietraining Basisschool Schoolbreed), gebruiken zij elementen naast andere methodes (zoals Methode A of mindfulness kinderyoga) of geven zij aan dat ze zelf hun lessen samen stellen omdat niet elke oefening bij hem of haar past. Voor de volledig uitgeschreven (letterlijke) antwoorden zie bijlage 5.

4.2.10 Ouder participatie

Een belangrijk aspect van het Rots en Water basisprogramma is de betrokkenheid van de ouders. In de vragenlijst is naar deze betrokkenheid gevraagd. In tabel 16 staan de resultaten beschreven.

De meeste uitvoerders (67%) brengen ouders en/of verzorgers op de hoogte van de Rots en Water lessen middels een brief. Circa 45% organiseert een ouderavond. Het minst vaak zijn de opties “Er kwam een verslag van de lessen op de website / in schoolkrant” en “Middels huiswerkopdrachten” aangevinkt, respectievelijk 41 en 39 keer. Andere antwoorden die zijn gegeven zijn:

- Per e-mail (6x);
- Ouders worden (nog) niet betrokken (5x);
- Via klasbord (3x);
- Bij de intake met de ouders en het kind wordt uitgelegd dat het een Rots en Water school betreft (2x);
- Wekelijkse samenvatting of nieuwsbrief (2x).
- Via de open dag (1x);
- Er wordt een korte rapportage per kind geschreven, die in de oudergesprekken door mentoren terug gekoppeld wordt (1x).

Hoe betreft u de ouders/verzorgers bij de Rots en Water lessen? Vink aan: (n=140)	Aantal keer	% van totaal
Middels een brief	94	67%
Door het organiseren van een ouderavond	63	45%
Ouders/verzorgers mochten één van de lessen bijwonen / meedoen	47	34%
Er kwam een verslag van de lessen op de website / in de schoolkrant	41	29%
Middels huiswerkopdrachten	39	28%
Anders, namelijk...	23	16%

Tabel 16: resultaten ouderparticipatie. Meerdere antwoorden waren mogelijk.

4.2.11 Ouderavond

De uitvoerders die de vraag “Hoe betreft u de ouders/verzorgers bij de Rots en Water lessen?” antwoordden met “Door het organiseren van een ouderavond” kregen twee vervolgvragen (n=63).

De resultaten van deze vragen zijn weergegeven in diagram 9 en tabel 17.

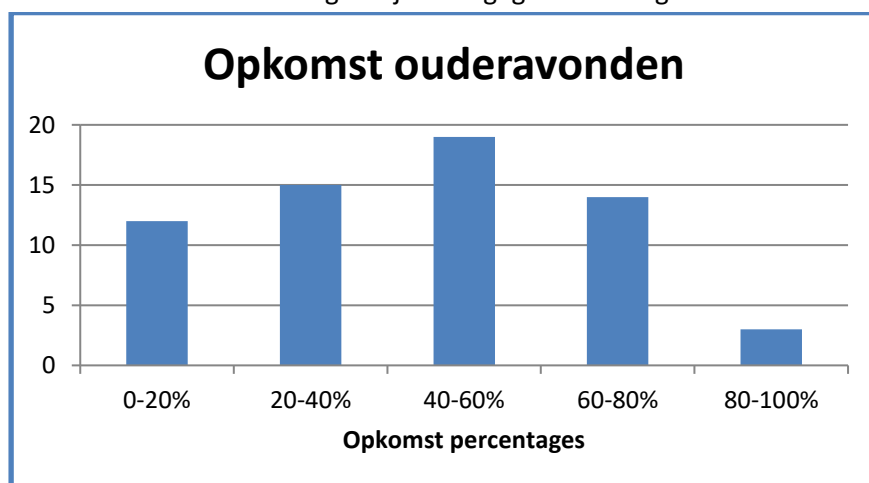


Diagram 9: resultaten opkomstpercentages ouderavonden.

In diagram 9 staan de resultaten van de vraag “Hoeveel procent van de leerlingen was vertegenwoordigd door tenminste één ouder / verzorger (gemiddeld)?”. Uit de resultaten blijkt dat op de meeste ouderavonden 40 tot 60% van de leerlingen is vertegenwoordigd door tenminste één ouder / verzorger. In 27% van de gevallen is 60 tot 100% van de leerlingen vertegenwoordigd. In 19% van de gevallen is de opkomst slechts tussen de 0 en 20%.

Als u ouderavonden heeft georganiseerd, welke componenten zijn op die avonden aan bod gekomen? (n = 63)	Aantal keer	% van totaal
Inhoud en werkwijze	60	95%
De ouders/verzorgers zelf oefeningen laten ervaren	50	79%
Een aantal Rots en Water oefeningen voordoen (bijv. 'Sterk staan', 'Chinees boksen')	46	73%
Rots en Water taal (uitleg en gebruik)	45	71%
Rots en Water groet	38	60%
Bespreken Rots en Water huis	28	44%
4 confrontatieregels (“Uitademen voordat je...”)	10	16%
Anders, namelijk	4	6%

Tabel 17: resultaten componenten ouderavond. Meerdere antwoorden mogelijk.

Van de uitvoerders die ouderavonden organiseren geeft 95% aan dat de inhoud en werkwijze van Rots en Water aan bod zijn gekomen. Ook laten de meeste uitvoerders (79%) de ouders / verzorgers zelf de oefeningen ervaren en doen zij een aantal Rots en Water oefeningen voor (73%). De optie die het minst vaak wordt aangevinkt is uitleg over de “4 confrontatieregels” (10 keer). Vier uitvoerders hebben de optie “Anders, namelijk...” aangevinkt. De antwoorden die zij gaven waren:

- Rots en Water is kort uitgelegd omdat het een algemene ouderavond was;
- Ouders uitgenodigd om altijd een les mee te doen;
- Op laatste moment is eerste ouderavond niet doorgegaan vanwege te weinig belangstelling;
- Foto en film materiaal.

4.2.12 Doelgroep en doelstelling

In het onderzoek is aan de uitvoerders gevraagd of zij vinden dat het Rots en Water programma aansluit bij hun doelgroep.

In tabel 18 staan de resultaten weergegeven van de stelling “Rots en Water sluit aan bij mijn doelgroep”. Circa 97% van de uitvoerders geeft aan het (helemaal) eens te zijn met de stelling. Slechts 3% is neutraal (niet eens / niet mee oneens).

(n = 140)	Helemaal mee oneens	Mee oneens	Niet mee eens / niet mee oneens	Mee eens	Helemaal mee eens	Gemiddelde*
Rots en Water sluit aan bij mijn doelgroep.	0%	0%	3%	39%	58%	4,56

Tabel 18: resultaten stelling doelgroep.

*Gemiddelde score op vijfpuntschaal waarbij 1 = helemaal mee oneens en 5 = helemaal mee eens

Indien de vraag met een score van 1 of 2 (mee oneens of helemaal mee oneens) werd beantwoord, kregen zij een vervolgvraag. Er is echter onder de 140 uitvoerders geen enkele uitvoerder die het oneens is met de stelling. Om deze reden is de vervolgvraag waarom het programma niet aansluit bij hun doelgroep aan niemand voorgelegd.

Op de vraag “Doel van het Rots en Water programma is: “Het bevorderen van het welbevinden van kinderen en jongeren en het voorkomen en/of verminderen van sociale problemen zoals pesten, conflicten, uitsluiting, meeloopgedrag en, voor de leerlingen van 13 jaar en ouder, seksueel grensoverschrijdend gedrag” Heeft u het idee dat met de Rots en Water lessen de beoogde doelstelling kan worden behaald?” heeft 99% van de uitvoerders geantwoord met Ja. Twee uitvoerders hebben de vraag met Nee beantwoord. De vervolgvraag die zij kregen (“Zo niet, waarom niet?”) is beantwoord met:

- “Seksueel grensoverschrijdend gedrag *verminderen* wordt gehaald in de zin dat leerlingen nee durven leren te zeggen. Maar of ze het kunnen toepassen?”
- “Doelgroep is toch geen 13 jaar”. Deze ondervraagde heeft de vraag foutief geïnterpreteerd.

4.2.13 Problemen en advies

In de vragenlijst is de open vraag “Bent u bij de voorbereiding of uitvoering van de training tegen problemen aan gelopen?” met een subvraag “Heeft u tips voor andere uitvoerders om deze problemen tegen te gaan?” opgenomen. Antwoorden liepen erg uiteen en zijn daarom gecategoriseerd in de categorieën ‘Nee’, ‘Ja’ en ‘Eventuele tips’. 56 uitvoerders (40%) geeft aan niet tegen problemen zijn aan gelopen, 50 uitvoerders (36%) geeft aan wel eens tegen problemen te zijn aangelopen, en 34 uitvoerders (24%) geven advies. Voor de volledig uitgeschreven antwoorden zie bijlage 5.

Problemen

Een aantal problemen zijn te wijten aan (rand)voorwaarden, de organisatie van de interventie of omstandigheden waaronder de lessen zijn uitgevoerd. De belangrijkste problemen waar de ondervraagde uitvoerders tegenaan liepen zijn:

- *Tijd(stip)* (10x). Een probleem waar enkele uitvoerders tegenaan lopen is dat ze te weinig tijd hebben, zowel voorbereidingstijd als tijd voor de lessen zelf. Het is erg belangrijk dat er tijd vrij wordt gemaakt voor de Rots en Water lessen. Ze geven verder aan dat de interventie niet ten koste moet gaan van andere lessen, zoals de gymles of de pauze, en dat het inroosteren van Rots en Water lessen lastig kan zijn.
- *Weerstand van leerlingen* (8x). Enkele uitvoerders vinden het lastig om de Rots en Water lessen te geven bij leerlingen die in de weerstand zitten of opstandig zijn. Deze kinderen pikken de onderliggende gedachten en de bedoeling van de oefeningen minder snel op. Uitvoerders zouden graag meer handvatten krijgen hoe zij hier mee om moeten gaan.
- *Grootte van de groep* (7x). Diverse uitvoerders geven aan dat de groep waaraan ze les geven soms te groot is. Er wordt aangegeven dat het beter gaat als de klas in tweeën wordt verdeeld, ook al is dit organisatorisch lastig.
- *Organisatie* (7x). Uitvoerders ondervinden hinder in hun uitvoering doordat bijvoorbeeld de ruimte niet geschikt is, de gymzaal niet beschikbaar is of andere randvoorwaarden zoals genoeg voorbereidingstijd of het in orde hebben van materialen.

- *Lesopbouw (7x)*. Een aantal uitvoerders geeft aan dat het praktijkboek en de lessen als te uitgebreid worden ervaren, anderen missen leerlingenboekjes. Er is bij een enkeling behoefte aan meer korte praktische spelvormen/oefeningen. Eén uitvoerder vindt het een probleem dat Rots en Water op haar school alleen beperkt blijft tot haar lessen en nog onvoldoende in de school wordt doorvertaald.
- *Aanpassingen doelgroep (6x)*. Enkele uitvoerders vinden het lastig om de interventie aan te moeten passen aan hun doelgroep. Dit kan bijvoorbeeld met de leeftijd of de vaardigheden van de doelgroep te maken hebben. Het lukt derhalve niet altijd om alle oefeningen met alle klassen te doen. Deze uitvoerders zien dit wel als een uitdaging.

Advies

Een aantal uitvoerders hebben tips gegeven over wat ze een andere trainer zouden aanraden om te doen. Tips die genoemd worden zijn:

- *Aanpassingen: Het aanpassen van de lessen en/of oefeningen aan de groep, het thema, de beschikbare tijd, je eigen kwaliteit of als je merkt dat iets niet goed verloopt. Gebruik het praktijkboek als richtlijn (12x)*.
- *Betrek andere leerkrachten en ouders (7x)*. Bijvoorbeeld: Sparren met collega's en Rots en Watertaal op schoolniveau afspreken, vooraf de lessen met andere leerkrachten bespreken of ze lessen laten bijwonen. Eén uitvoerder geeft advies om de leerkrachten verplicht mee te laten doen aan een training.
- *Breng structuur aan en ontwikkel lessenplan (4x)*.
- *Volg de Rots en Water specialisatietraining 'Basisschool Schoolbreed' (2x)*. Uitvoerders merken dat ze lesmogelijkheden en handvatten hebben na het volgen van deze training.
- *Het vernieuwen van het videomateriaal (met social media) (1x)*.

Voor alle uitgeschreven antwoorden en voor de overige punten zie bijlage 5.

4.2.14 Succes- en faalfactoren

Een belangrijk doel van de procesevaluatie is inzicht te krijgen in de succes- en faalfactoren van een interventie. Dit is in de vragenlijst opgenomen door de volgende twee directe vragen te stellen: (1) "Wat zijn volgens u de succesfactoren van de interventie?" en (2) "Wat zijn volgens u de mogelijke faalfactoren van de interventie?". Vanwege het open karakter van de vraagstelling zijn er veel verschillende en uitgebreide antwoorden gegeven. Er is gepoogd om de antwoorden zo nauwkeurig mogelijk te categoriseren. Voor de volledigheid zijn alle uitgeschreven antwoorden in bijlage 5 toegevoegd. In deze paragraaf worden de belangrijkste resultaten beknopt beschreven.

Succesfactoren

De belangrijkste succesfactoren die worden genoemd zijn:

- *Een nieuwe (psychofysieke) methode: leren door fysiek te ervaren, te doen en te bewegen (43x)*. Dit is de zogeheten Rots en Water psychofysieke didactiek. Door op een fysieke manier bezig te zijn worden volgens een aantal uitvoerders de sociale competenties van de leerlingen vergroot en zijn leerlingen enthousiast over de methodiek. Veel uitvoerders geven aan het belangrijk te vinden dat leerlingen sociale vaardigheden fysiek beleven en het niet alleen blijft bij (erover) praten. Door fysieke oefeningen en (rollen)spelen ervaart de leerling

wat zijn eigen reactiepatronen zijn, hetgeen hem handvatten in andere situaties geeft. Door het fysiek doen leren kinderen zich bewust te worden van hun eigen kracht en verantwoordelijkheid en ervaren zij volgens de uitvoerders hun eigen grenzen en die van een ander.

- *De bewustwording van eigen gedrag (zelfbewustzijn)* (26x). Volgens relatief veel uitvoerders leren leerlingen door de interventie hun eigen gedrag te herkennen. Ze zijn zich hierdoor meer bewust van hun eigen gedrag en de gevolgen daarvan in relatie tot de ander. Ook geven uitvoerders aan dat leerlingen zich meer bewust zijn van hun eigen grenzen en lichaam.
- *De gemeenschappelijke Rots en Water taal* (17x). Volgens uitvoerders begrijpen de kinderen de begrippen Rots en Water en leren ze hierdoor sneller inzicht te krijgen in hun eigen gedrag en leren ze sociale situaties en reactiepatronen te herkennen. Ook vinden uitvoerders dat de taal en het referentiekader gemakkelijk buiten de lessen om te gebruiken is, zowel op school als in thuissituaties.
- *Samenwerking, respect en plezier in de groep* (12x). Door het onderlinge respect wat leerlingen krijgen en het plezier dat de leerlingen ervaren ontstaat er volgens verschillende uitvoerders door de interventie een sterk groepsgevoel in de klas.
- *Toepasbaarheid van het programma* (10x). Verschillende uitvoerders vinden de brede toepasbaarheid van het programma een succesfactor. Volgens hen kan je het programma overal inzetten; het biedt handvatten op school, het schoolplein en bij leerlingen thuis. Door het nabootsen van bijna echte situaties wordt er volgens uitvoerders ervaringsgericht geleerd en kunnen de oefeningen gemakkelijk worden gelinkt aan concrete situaties.
- *Leerlingen krijgen meer zelfvertrouwen* (9x). Het krijgen van meer zelfvertrouwen is volgens verschillende uitvoerders het directe gevolg van fysieke weerbaarheid en het durven opkomen voor jezelf.

Overige succesfactoren die vaak worden genoemd zijn het leren gronden, centreren en focussen (leerlingen leren sterk en stevig te staan) (5x), de fysieke activiteiten (5x) en de afwisseling tussen fysieke oefeningen en (kring)gesprekken (5x). Zie bijlage 5 voor de volledig uitgeschreven antwoorden.

Faalfactoren

47 uitvoerders (34%) geven aan geen faalfactoren van de interventie te weten. De overige 66% geeft mogelijke faalfactoren aan. De belangrijkste mogelijke faalfactoren die worden genoemd zijn:

- *Het ontbreken van betrokkenheid van leerkrachten, collega's en ouders* (16x). Verschillende uitvoerders geven aan dat het succes van de training afhangt van deze betrokkenheid. Uitvoerders merken dat er minder kan worden bereikt als ouders niet meewerken of als leerkrachten er naast de reguliere Rots en Water lessen niets mee doen. Een schoolbrede aanpak of het bijscholen van het hele schoolteam is volgens die uitvoerders nodig om het maximale uit de interventie te halen. Als dit niet gebeurt hebben zij het gevoel dat de Rots en Water training slechts binnen de muren van de gymzaal blijft. Diverse uitvoerders missen nog handvatten voor andere leerkrachten over hoe er in de dagelijkse praktijk gebruik kan worden gemaakt van het programma.
- *Tekort aan tijd en lessen* (9x). Er wordt volgens enkele uitvoerders op scholen te weinig tijd vrij gemaakt voor Rots en Water lessen. Als voorbeeld wordt genoemd dat er soms slechts

ruimte is voor 10 weken of 10 Rots en Water lessen. Dit vinden een aantal uitvoerders te weinig: zij vinden het succes van het programma afhangen van herhaling.

- *Omgaan met niet-meewerkende of kinderen in de weerstand (9x).* Sommige uitvoerders vinden dat groepen of klassen wel aan bepaalde startprincipes moeten voldoen (klassenmanagement). Zonder dit startpunt vinden zij het moeilijk om het programma uit te voeren. Enkele uitvoerders missen in het programma antwoorden op de vraag: “Wat als de interventie niet aanslaat?”.
- *Het niet goed kunnen overbrengen van de essentie van het programma (8x).* Enkele uitvoerders geven aan het soms lastig te vinden om het doel en essentie van het programma concreet te maken. Ze vinden het vooral lastig als leerlingen de oefeningen als spelletjes blijven zien en de geleerde vaardigheden niet in dagelijkse situaties toepassen.
- *De grootte van de groep (7x).* Enkele uitvoerders vinden de groepen aan wie zij Rots en Water lessen geven vaak te groot. Doordat er te veel leerlingen zijn, vinden uitvoerders dat zij te veel bezig zijn met de orde en de rust in plaats met de (individuele) leerlingen. Ook geeft één uitvoerder aan dat door een te grote groep de beschikbare ruimte al snel te klein wordt.
- *Aanpassen aan de doelgroep (4x).* Een aantal uitvoerders geven aan dat elke (leeftijds)groep een andere benadering nodig heeft en dat elke groep andere behoeftes heeft. Wanneer een uitvoerder dit niet doet kan dit een faalfactor zijn.

Twee uitvoerders vinden het materiaal van het programma niet altijd bruikbaar: één zegt de posters niet aansprekend genoeg te vinden, de ander vindt de lesmaterialen verouderd en heeft vooral behoefte aan (nieuwe) video's. Zie bijlage 5 voor de overige antwoorden en de volledig uitgeschreven antwoorden.

4.3 Samenvatting en aanbevelingen

De 140 uitvoerders op scholen die de vragenlijst hebben ingevuld zijn voornamelijk vrouwen (78%). De populatie van dit onderzoek geeft derhalve een goede weerspiegeling van de man/vrouw verhouding in het hedendaagse basisschoolonderwijs en kan als representatief worden beschouwd. Circa 95% van de uitvoerders van het Rots en Water basisprogramma op scholen heeft een afgeronde opleiding op HBO-niveau. Het grootste gedeelte van de uitvoerders geeft het programma binnen het primair onderwijs, met name in groep 6, 7 en 8. Scholen uit alle provincies zijn in dit onderzoek vertegenwoordigd.

De meeste uitvoerders van het Rots en Water programma binnen scholen zijn werkzaam als leerkracht of leraar bewegingsonderwijs. Het grootste gedeelte van de uitvoerders geeft de Rots en Water lessen klassikaal (86%). Indien zij de lessen niet klassikaal geven, wordt met behulp van met name de Intern Begeleider en/of de ouders bepaald welke leerlingen de lessen zullen volgen en in welke groep. De klassikale Rots en Water lessen duren gemiddeld 53 minuten, tellen gemiddeld 21 leerlingen en worden gemiddeld 13 keer per schooljaar gegeven. Uit verdere analyse kan men concluderen dat er meer herhaling plaatsvindt in het Speciaal Onderwijs, iets hetgeen ook in het programma zelf wordt aangeraden. Als de uitvoerders de training met iemand anders uitvoeren is dit in veel gevallen met een collega (87%).

Uit de resultaten van de stellingen kan worden geconcludeerd dat de uitvoerders erg positief zijn over het programma. Alle ondervraagden waren het eens met de stelling “Het geven van Rots en Water was leuk om te doen”. Ook zijn de meeste uitvoerders het (helemaal) eens met de stelling “Door het geven van de Rots en Water lessen kan ik leerlingen beter begeleiden in hun sociaal-emotionele ontwikkeling” (98%). Maar liefst 95% van de deelnemers is het (helemaal) eens met de stelling dat de leerlingen zich veilig voelden tijdens de Rots en Water lessen (score van 4,34 van de 5). Geen enkele uitvoerder was van mening dat er leerlingen waren die zich onveilig voelden tijdens de lessen.

Volgens de meeste uitvoerders hebben leerlingen na hun Rots en Water lessen meer zelfvertrouwen (77%), zijn ze zich meer bewust van hun eigen gedrag (70%) en hebben zij meer zelfbeheersing (64%). Tevens kunnen ze beter omgaan met sociale situaties (56%). Ook over de eigen professionele ontwikkeling zijn de uitvoerders erg tevreden. Zo geeft 78% van de uitvoerders aan dat ze zich meer bewust zijn geworden van hun eigen gedrag, geeft 70% aan dat zij tools hebben gekregen om hun leerlingen beter te kunnen ondersteunen in hun sociaal-emotionele ontwikkeling en geeft 58% aan dat ze beter voor de klas staan (door te gronden, centreren en te focussen). Er kan naar aanleiding van deze resultaten geconstateerd worden dat de doelstelling en de subdoelen van Rots en Water volgens de uitvoerders in veel gevallen worden behaald. Dit blijkt ook uit de stelling dat met Rots en Water volgens 99% van de uitvoerders de beoogde doelstelling wordt behaald.

Uit het onderzoek blijkt dat het grootste deel van de uitvoerders (76%) niet afwijkt van het praktijkboek, een aantal uitvoerders wijkt wel af. De voornaamste reden is het verzorgen van passend onderwijs, met andere woorden: de oefeningen worden aan de behoefte en ontwikkelingsniveau van de klas aangepast. Klassen kunnen verschillen in niveau, vaardigheden, hulpvragen, leeftijd, grootte en bij aanvang meer of minder veilig zijn. Tijdens de driedaagse basistraining wordt passend onderwijs geadviseerd en worden hiervoor adviezen verstrekt. Desalniettemin geeft 97% van de uitvoerders aan het eens te zijn met de stelling dat Rots en Water

aansluit bij zijn of haar doelgroep. Geen enkele uitvoerder is het met deze stelling oneens. Naar aanleiding van deze procesevaluatie is besloten om voor de uitvoerders ter extra ondersteuning nog meer aanvullende adviezen en richtlijnen op papier te zetten met name voor het werken in het speciaal onderwijs en het werken met moeilijke groepen.

Uit de open vragen blijkt dat de (nieuwe) psychofysieke lesmethode, de bewustwording van het eigen gedrag (zelfbewustzijn) en de gemeenschappelijke Rots en Water taal worden gezien als de drie grootste succesfactoren van de interventie. Verder wordt bij herhaling genoemd: de onderlinge samenwerking, respect en plezier, de toepasbaarheid van het programma, en toegenomen zelfvertrouwen. Zie paragraaf 4.2.14 en bijlage 5 voor een overzicht van alle genoemde succesfactoren.

Ofschoon elke Rots en Watertrainer tijdens de driedaagse training Rots en Water videomateriaal (momenteel op USB stick) tot zijn beschikking krijgt blijkt dat slechts 23% hier (gedeeltelijk) gebruik van maakt. Het videomateriaal is belangrijk omdat het de transfer van de oefeningen naar de dagelijkse praktijk versterkt, iets wat later terugkomt in de eventuele verbeterpunten van de interventie. De instructievideo kan de trainers tevens helpen bij een goede uitvoering van de oefeningen. De uitvoerders geven als reden voor het niet gebruiken van het videomateriaal dat ze hier niet meer over beschikken, dat ze het materiaal niet geschikt vinden voor hun doelgroep en/of dat ze het materiaal verouderd vinden. Aanbevelingen zouden derhalve zijn om het materiaal te vernieuwen en meer toegankelijk te maken voor alle leeftijden van de doelgroep. Op het moment van de procesevaluatie was het Rots en Water Instituut al in de afrondende fase van dit proces. Het videomateriaal is inmiddels vernieuwd: nieuwe scènes zijn toegevoegd voor met name de jongere doelgroep, oude scènes zijn vernieuwd, en er is extra instructiemateriaal toegevoegd. Het materiaal is beschikbaar gesteld op USB-sticks en is per 1 februari 2018 voor de gecertificeerde trainer te verkrijgen via de website en wordt bij deelname aan de R&W 3-daagse basistraining aan elke deelnemer verstrekt.

Er wordt nog weinig gebruik gemaakt van de overige, het leerproces ondersteunende, lesmaterialen. Zo gebruikt slechts 20% van de uitvoerders de Rots en Water posters en maakt slechts 6% gebruik van de Rots en Water sleutelhangers. Een aanbeveling is om tijdens de basistrainingen meer aandacht aan doel en wijze van inzet te besteden en posters specifiek voor het PO te ontwikkelen.

Uit de resultaten blijkt dat ouders en/of verzorgers van de leerlingen (nog) meer bij de lessen kunnen worden betrokken. In 45% van de gevallen wordt er een ouderavond georganiseerd waarbij het opkomstpercentage vaak rond de 40-60% ligt. Alhoewel een dergelijk opkomstpercentage bij ouderavonden gebruikelijk is en ouders niet kunnen worden verplicht om aanwezig of meer betrokken te zijn, blijkt uit de antwoorden op de open vragen wel dat uitvoerders (grotendeels werkzaam in het PO) merken dat het succes van het programma vaak groter is als de ouders en/of de omgeving van de leerlingen bij het leerproces betrokken zijn. Tijdens de basistraining en in het praktijkboek wordt aanbevolen om de ouders altijd op de hoogte te stellen van de Rots en Water lessen en worden verschillende gradaties van ouderparticipatie beschreven om dit te bewerkstelligen. Om het organiseren en vormgeven van een ouderavond voor de uitvoerder te faciliteren kunnen verschillende documenten hiervoor op het R&W forum worden gedownload waaronder: een standaard ouderbrief, een powerpointpresentatie, een selectie aan oefeningen en

bijbehorende tekst. Mogelijk dat de Mastertrainers hier tijdens de basistraining nog meer de aandacht op kunnen vestigen.

De beschikbare tijd, de organisatie (inclusief de grootte van de groep) en het tijdstip waarop de trainingen moeten worden gegeven zijn de meest genoemde problemen waar uitvoerders bij het geven van de Rots en Water lessen tegenaan lopen. Een aanbeveling is om hier tijdens de basisopleiding aandacht aan te besteden en adviezen hieromtrent te verstrekken. Voorts is het aan te raden om de voorbereidingstijd van de R&W-lessen ook in de normjaartaak van de uitvoerders op te nemen. Verder dienen scholen hier zelf verstandige keuzes in te maken.

Een ander probleem waar uitvoerders tegenaan lopen is de weerstand waar sommige leerlingen blijk van geven. Redenen van weerstand, die vaak al aanwezig zijn voordat het programma wordt geïntroduceerd, kunnen velerlei zijn en kunnen een mogelijke faalfactor van het programma zijn. Echter, juist vanwege het speelse, fysieke karakter is Rots en Water vaak beter en sneller in staat om aanvankelijke weerstand om te buigen tot begrip en coöperatie. Een andere faalfactor kan zijn dat leerlingen de essentie van het programma niet begrijpen. Om begrip en motivatie te vergroten zijn recentelijk de R&W- leerlingwerkboekjes ontwikkeld waarin de leerlingen zelf concrete leerdoelen kunnen aanvinken en zich via een ingevuld contract met de Rots en Waterlessen committeren. Ook kan door middel van gerichte vragen de transfer naar het dagelijkse leven worden versterkt. De leerlingwerkboekjes, waar dit ook duidelijk in is verwerkt, zijn per 1 februari 2018 via het R&W Instituut beschikbaar en worden reeds bij elke driedaagse basistraining uitgedeeld.

Een aanbeveling is ook om (nog) meer richtlijnen en adviezen op te stellen voor het werken in het Speciaal Onderwijs en hoe om te gaan met leerlingen in de weerstand. Het RWI zal hier de komende periode mee aan het werk gaan.

Het werken met te grote groepen zorgt volgens een aantal uitvoerders ook voor problemen. In het praktijkboek en tijdens de basistraining wordt daarom geadviseerd om in het regulier onderwijs met groepen van ongeveer 16 leerlingen te starten, daarbij geassisteerd door een co- trainer. Als dit niet mogelijk is, wordt er aanbevolen om de groep in tweeën te delen. Het kan soms ook raadzaam zijn de meisjes en jongens een aantal Rots en Waterlessen apart te trainen en later weer samen te voegen. Het is aan de Mastertrainers tijdens de 3-daagse basistraining om dit nog meer te benadrukken.

Een mogelijke faalfactor die het meest door de uitvoerders wordt genoemd is het ontbreken van betrokkenheid van andere leerkrachten, collega's en ouders. Uitvoerders geven aan dat het succes van het programma minder groot is als deze betrokkenheid er niet of nauwelijks is. Een aanbeveling is dat de uitvoerders nog meer worden gewezen op de mogelijkheid van een EDIT (Eén Dags Introductie Training) binnen hun organisatie. Via de EDIT wordt het R&W programma aan het gehele schoolteam geïntroduceerd en worden basisoefeningen- en begrippen gepresenteerd en getraind zodat het team het Rots en Water programma binnen de school in woord en daad kan ondersteunen.

Ook bestaat er voor scholen de mogelijkheid om Rots en Water school te worden met als specifieke voorwaarden dat alle leraren een Rots en Watertraining hebben gevolgd, alle leerlingen elk jaar Rots en Water lessen ontvangen, en het programma in het leerplan is opgenomen.

Een ander probleem dat uitvoerders aangeven is dat de lessen in het praktijkboek te lang en te uitgebreid zijn. Om deze reden is het praktijkboek inmiddels herschreven waarbij het programma is opgedeeld in 48 kortere (50 minuten durende) en 24 langere (90 minuten durende) lessen. In het algemeen passen de langere lessen beter in het VO en de kortere in het PO.

Bovendien zijn de samenvattingen en vragen in het praktijkboek verbeterd. Ze zijn korter en eenvoudiger gemaakt voor de doelgroep en nog meer gericht op het stimuleren van een goede transfer van de les naar de dagelijkse praktijk.

5. Doelgroep: leerlingen Voortgezet Onderwijs

Dit hoofdstuk beschrijft de belangrijkste uitkomsten van de evaluatie van (een gedeelte van) de doelgroep van de interventie.

5.1 Inleiding en methode

Leerlingen tussen de 11 en 14 jaar aan het Sondervick College hebben meegewerkt aan de procesevaluatie van het Rots en Water programma bij hen op school. Deze leerlingen zitten in de brugklas van het VMBO en mavo XL en hebben 12 Rots en Water lessen van 45 minuten gehad van ervaren Rots en Water trainers. Door middel van een online vragenlijst zijn 90 leerlingen uit vijf brugklassen ondervraagd. Zij hebben deze vragenlijst op school ingevuld. In deze vragenlijst zijn vragen gesteld over de waardering van het Rots en Water programma (Wat vonden de leerlingen goed? Wat vonden de leerlingen minder goed?). Onder de leerlingen werden drie cadeaubonnen verloot om de respons van de vragenlijst te verhogen. De vragenlijst bestond uit totaal acht open vragen, acht stellingen en zeven gesloten vragen (zie bijlage 3). Niet alle leerlingen hebben alle vragen beantwoord, omdat het stellen van enkele vragen afhankelijk was van antwoorden op eerdere vragen. De vragenlijst kon, indien gewenst, anoniem worden ingevuld. De vragenlijst is 20 december 2017 open gesteld en de gemiddelde invulduur bedroeg circa zes minuten. In totaal hebben 90 leerlingen de vragenlijst ontvangen en op school ingevuld. Twaalf leerlingen gaven in de vragenlijst aan dat zij drie of meer Rots en Water lessen hebben gemist, voornamelijk omdat zij op dat moment een andere les dienden te volgen. De resultaten van deze twaalf leerlingen zijn niet meegenomen in de resultaten ($N = 78$), omdat zij meer dan 25% van de lessen hebben gemist en zodoende de interventie niet goed kunnen beoordelen. Door dit onderzoek wordt gepoogd antwoord te krijgen op de volgende vragen:

- 1.) **Algemene gegevens doelgroep:** Wat zijn de kenmerken van de leerlingen?
 - a. Geslacht
 - b. Leeftijd
- 2.) **Waardering:** Hoe wordt de interventie gewaardeerd door de doelgroep?
 - a. Hoe worden de R&W lessen gewaardeerd?
 - b. Hoe wordt de duur van de R&W lessen gewaardeerd?
 - c. Hoe wordt de afwisseling tussen actie en gesprek gewaardeerd?
- 3.) **Veiligheid:** Wordt de interventie als veilig beschouwd door de doelgroep?
- 4.) **Effect en ervaring:**
 - a. In welke mate zijn de leerlingen het eens met de volgende stellingen?
 - Door R&W heb ik meer zelfvertrouwen gekregen
 - Door R&W heb ik meer zelfbeheersing gekregen
 - Door R&W is er een betere sfeer in de klas ontstaan
 - Ik denk dat je door de R&W lessen beter kan omgaan met pesterijen
 - De R&W lessen vond ik duidelijk
 - De R&W lessen vind ik bruikbaar
 - a. Wat hebben de leerlingen door R&W geleerd?
- 5.) **Verbeterpunten en suggesties:** Wat zijn de verbeterpunten van de interventie?
- 6.) **Succesfactoren:** Wat zijn de succesfactoren van de interventie?

Onder de noemer resultaten worden de hierboven genoemde vragen per kopje één voor één in een afzonderlijke paragraaf behandeld. Er wordt afgesloten met een samenvatting waarin ook de aanbevelingen worden besproken.

5.2 Resultaten

5.2.1 Algemene gegevens doelgroep/leerlingen

Er zijn in totaal 38 meisjes (49%) en 40 jongens (51%) meegenomen in de resultaatbespreking die ten tijde van de afname van de vragenlijst in de brugklas van het VMBO en mavo XL zaten. In diagram 1 is de leeftijdsopbouw van de leerlingen weergegeven.

Om na te gaan hoe de leerlingen de Rots en Water lessen hebben ervaren en waarderen, is aan de leerlingen gevraagd wat zij van de lessen hebben geleerd, hoe zij deze waarderen en wat zij van bepaalde aspecten van de uitvoering vonden. In onderstaande tabellen en diagrammen is dit weergegeven.

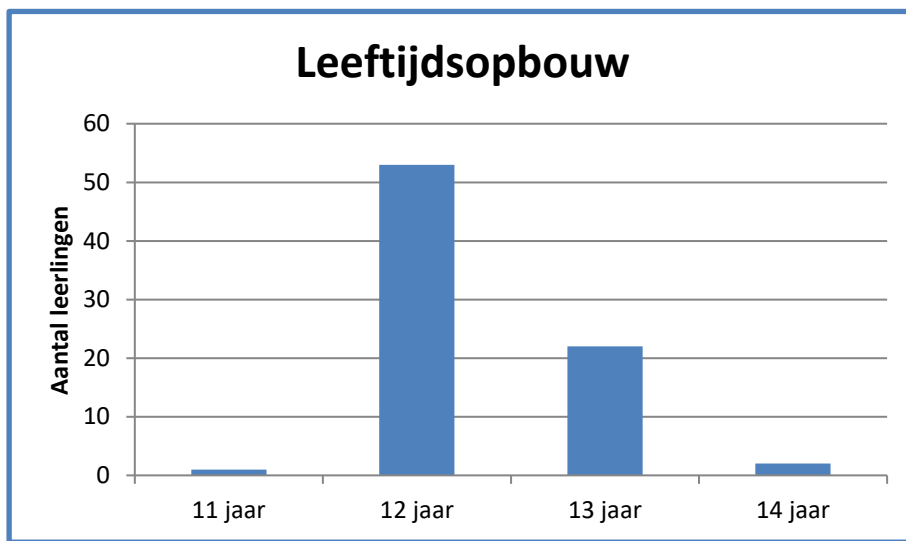


Diagram 1: leeftijdsopbouw onderzoek doelgroep.

5.2.2 Waardering

Tabel 1 geeft weer hoe de leerlingen de Rots en Water lessen waarderen. Over het algemeen waarderen de leerlingen de Rots en Water lessen positief, met een gemiddelde score van 3,82 op een schaal van 1 tot 5.

	Onvoldoende / Ze onvoldoende	Gemiddeld	Goed / Zeer goed	Gemiddelde*
Hoe waardeer jij de Rots en Water lessen? (n=78)	4	20	54	3,82

Tabel 1: uitkomsten waardering.

* Gemiddelde score op vijfpuntschaal waarbij 1 = zeer onvoldoende en 5 = zeer goed

Zoals in diagram 2 en 3 is te zien wordt ook de duur van de lessen en de afwisseling tussen actie en gesprek door de leerlingen gewaardeerd. Maar liefst 73% van de leerlingen geeft aan de afwisseling tussen actie en gesprek in het huidige programma goed te vinden. 26% van de leerlingen zou liever

meer actie/oefeningen in de lessen willen hebben. Eén leerling gaf aan geen mening te hebben. Geen enkele leerling zou liever meer gesprekken hebben gehad.

42 van de ondervraagde leerlingen (54%) gaven aan dat de duur van de Rots en Water lessen precies goed was, 15 leerlingen (19%) vonden de lessen te kort en de overige 21 (27%) vonden de lessen te lang duren.

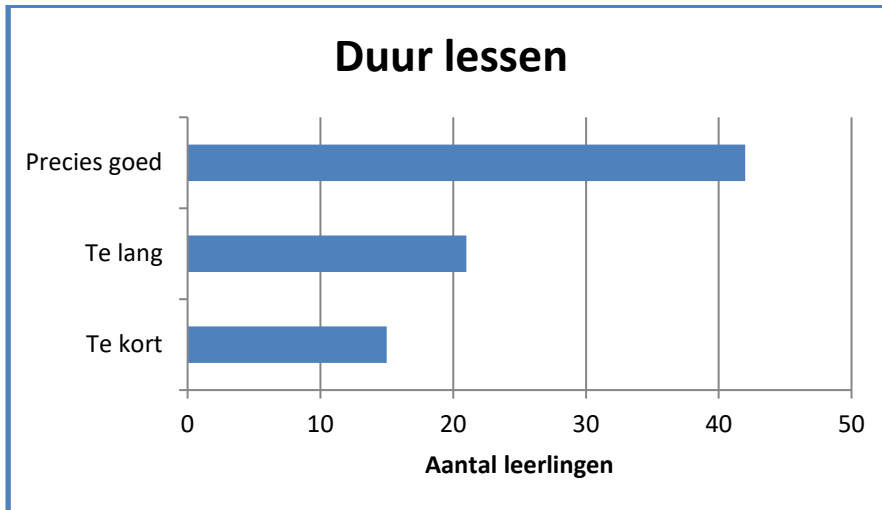


Diagram 2: uitkomst duur lessen.

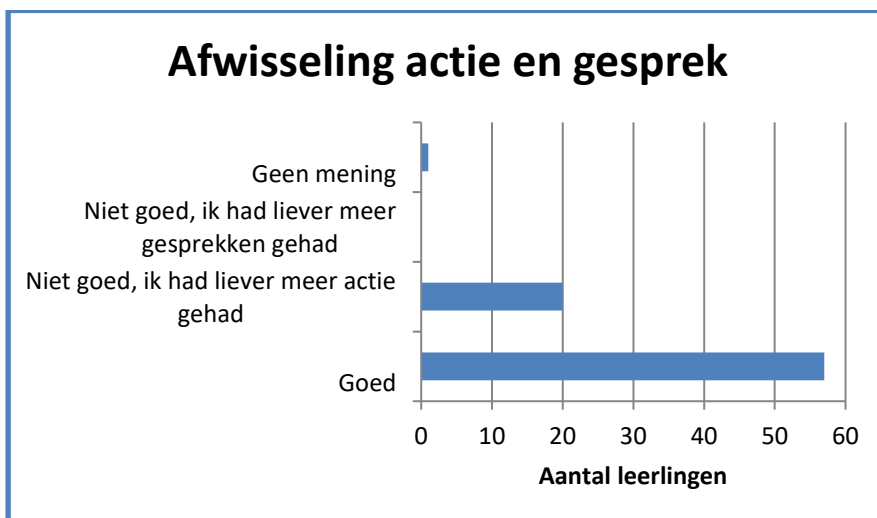


Diagram 3: uitkomst afwisseling actie en gesprek.

5.2.3 Veiligheid

Bij de Rots en Water lessen staat veiligheid centraal. De Rots en Water trainers worden opgeleid om dit gedurende de lessen continu te monitoren. De leerlingen dienen zich tijdens de Rots en Water lessen te allen tijde veilig te voelen.

De ondervraagde leerlingen voelden zich over het algemeen veilig tijdens de Rots en Water lessen. In tabel 3 is te zien dat veiligheid erg positief is beoordeeld met een gemiddelde score van 4,22. In totaal gaven 55 leerlingen (74%) aan dat ze het eens zijn met de stelling “Tijdens de Rots en Water lessen voelde ik me over het algemeen veilig” (score 4 of 5).

Indien de stelling over veiligheid met oneens werd beantwoord (score 1 of 2) kregen de leerlingen drie vervolgvragen over veiligheid. Zes leerlingen gaven een score van 1 of 2, echter bleek uit de antwoorden van de vervolgvragen dat vier van de zes zich wel degelijk veilig voelde. Zij beantwoordden de vervolgvragen bijvoorbeeld met: “Nergens voelde ik me onveilig” en “Hoezo voelde ik mij niet veilig?”. Zij hadden de vraag foutief ingevuld en derhalve zijn deze vier antwoorden uit de resultaten verwijderd.

De overige twee leerlingen, die een score van 2 gaven, hebben de vervolgvragen wel beantwoord. Eén leerling gaf aan dat het “niet per se om een aantal oefeningen of lessen gingen”, maar dat zij “bang was om iets voor de klas voor te moeten doen”. De andere leerling gaf aan dat zij zich onveilig voelde tijdens een aantal oefeningen, maar dat de leerling niet meer wist welke oefeningen dat waren en ook dat de leerling niet meer wist hoe het kwam dat zij zich onveilig voelde.

5.2.4 Effect en ervaring

De effecten van de Rots en Water lessen die de leerlingen zelf ervaren zijn over het algemeen positief. Bij de stellingen over meer zelfvertrouwen, meer zelfbeheersing, een betere sfeer in de klas en het beter kunnen omgaan met pesterijen is de gemiddelde score steeds boven de 3,00.

55% van de leerlingen geeft aan dat ze na de Rots en Water lessen beter om kunnen gaan met pesterijen. 13% was het oneens met de stelling dat zij na de lessen beter met pesterijen om kunnen gaan. 40% van de leerlingen was het eens met de stelling dat zij door de Rots en Water lessen meer zelfvertrouwen hebben gekregen en 41% van de leerlingen gaf aan het eens te zijn met de stelling dat door de Rots en Water lessen zij meer zelfbeheersing hebben gekregen.

De laagste gemiddelde score, echter nog steeds met een gemiddelde score van 3,01, gaven de leerlingen aan de stelling dat er een betere sfeer in de klas zou zijn ontstaan. 55% van de leerlingen gaven aan een neutrale mening te hebben.

Over het algemeen vonden de leerlingen de Rots en Water lessen duidelijk, met een gemiddelde score van 3,88. 63% van de leerlingen was het eens met de stelling “De Rots en Water lessen vond ik duidelijk”. 41% van de leerlingen gaf aan dat zij de Rots en Water lessen bruikbaar vonden, met een gemiddelde score van 3,24. Zie tabel 2 voor de resultaten.

	Oneens	Neutraal	Eens	Gemiddelde*
Tijdens de Rots en Water lessen voelde ik me over het algemeen veilig (n=74)**	3%	23%	74%	4,22
Door Rots en Water heb ik meer zelfvertrouwen gekregen (n=78)	23%	37%	40%	3,23
Door Rots en Water heb ik meer zelfbeheersing gekregen (n=78)	24%	35%	41%	3,19
Door Rots en Water is er een betere sfeer in de klas ontstaan (n=78)	21%	55%	24%	3,01
Ik denk dat je door de Rots en Water lessen beter kan omgaan met pesterijen (n=78)	13%	32%	55%	3,62
De Rots en Water lessen vond ik duidelijk (n=78)	5%	32%	63%	3,88
De Rots en Water lessen vind ik bruikbaar (n=78)	23%	36%	41%	3,24

Tabel 2: uitkomsten stellingen.

* Gemiddelde score op vijfpuntschaal waarbij 1 = oneens en 5 = eens

** missing data

In tabel 3 is te zien dat de meeste leerlingen aangeven dat zij hebben geleerd om sterk te staan (73%), dat zij door Rots en Water beter hebben leren concentreren/focussen (67%) en dat zij weerbaarder zijn geworden (zelfverdediging (62%) en voor zichzelf hebben leren opkomen (56%)). Omgaan met een bedreigende groep en lichaamstaal zijn relatief gezien het minst vaak aangevinkt door de leerlingen, echter nog steeds in respectievelijk 32% en 21% van de gevallen. Eén leerling gaf aan niks van de Rots en Water lessen te hebben geleerd.

Vink aan wat je in de Rots en Water lessen hebt geleerd (n=78):	Aantal	% van totaal
Sterk leren staan	57	73%
Concentreren/focus	52	67%
Zelfverdediging	48	62%
Voor mezelf leren opkomen	44	56%
Eigen keuzes leren maken	34	44%
Grenzen (leren stellen en accepteren)	34	44%
Ademkracht inzetten	29	37%
Leren opkomen voor een ander	28	36%
Omgaan met een bedreigende groep	25	32%
Lichaamstaal (tunnelhouding/strandhouding)	16	21%
Anders...	1	1%

Tabel 3: uitkomsten 'Vink aan wat je in de Rots en Water lessen hebt geleerd'. Meerdere antwoorden mogelijk.

5.2.5 Verbeterpunten en suggesties

In de vragenlijst konden de leerlingen middels een tekstvak aangeven wat zij minder goed aan de Rots en Water lessen vonden. De antwoorden zijn achteraf ingedeeld in categorieën. Achter elke categorie staat vermeld hoe vaak een dergelijk antwoord is gegeven. De belangrijkste resultaten zijn:

- *Meer actie en oefeningen, minder praten* (21x). Bijvoorbeeld: ‘Er werd meer uitgelegd dan er werd gedaan’ of ‘Het werd af en toe (een beetje) saai’;
- *Ik vond alles goed* (14x);
- *Meer of langere lessen* (6x);
- *Meer of minder aandacht besteden aan bepaalde zaken* (6x):
 - “Misschien iets meer hebben over opkomen voor jezelf”
 - “Ze moeten alles iets beter duidelijker maken”
 - “Iets meer omgaan met zelfverdediging”
 - “We hadden meer aandacht mogen besteden aan sommige dingen”
 - “Dat we iedere keer die paar zinnen moesten zeggen...die tijd konden we beter gebruiken (ik maak van mijn linkerhand een vuist...)”
 - “Er kan meer aandacht aan de drukte besteed worden”;
- *Er was te veel herhaling* (4x);
- *Meer groepsoefeningen* (2x).

Voor de volledig uitgeschreven antwoorden van de leerlingen zie bijlage 6. Rots en Water wordt gekenmerkt door de continue afwisseling tussen actie en gesprek, echter kwam uit de antwoorden vaak naar voren dat leerlingen van mening waren dat er nog steeds te veel gepraat werd. Hierdoor gaven zelfs een aantal leerlingen aan de lessen (soms) als saai te beschouwen. Verder vonden zes leerlingen de Rots en Water lessen te kort duren. Het antwoord dat alles goed was aan de training kwam veertien keer voor.

De leerlingen kregen in de vragenlijst ook de mogelijkheid om suggesties te doen voor het verbeteren van de lessen. De belangrijkste suggesties zijn:

- *Geen suggesties* (55x);
- *Meer actie en/of stoot- en trapoefeningen* (5x);
- *Langere lessen* (2x);
- *Betere uitleg* (2x);
- *Betere omstandigheden in de klas* (2x); door rustigere omgeving en meer aandacht van trainer voor de drukte.

5.2.6 Succesfactoren

Daarnaast zijn de leerlingen gevraagd wat zij goed vonden aan de Rots en Water lessen, om zo de succesfactoren van de lessen in kaart te brengen. Belangrijke sterke punten die genoemd worden zijn:

- *Het krijgen van meer zelfvertrouwen* (13x);

- *Het leren omgaan met moeilijke situaties.* (8x) Leerlingen geven aan over meer zelfbeheersing te beschikken en ze worden rustiger door de Rots en Water lessen;
- *Alles was goed* (7x);
- *Het leren opkomen voor jezelf* (6x);
- *Het krijgen van zelfverdedigingslessen* (6x);
- *De lessen waren leuk* (4x);
- *De oefeningen* (4x);
- *Het leren omgaan met elkaar* (3x);
- *Sterker leren staan* (2x);
- *Grenzen leren aangeven* (2x).

Voor de volledig uitgeschreven antwoorden van de leerlingen zie bijlage 6. Twaalf leerlingen laten uit hun antwoord blijken meer zelfvertrouwen te hebben gekregen. Dit bleek ook al uit de stelling over zelfvertrouwen. Verdere vinden ze een sterk punt van het programma dat zij leren omgaan met (moeilijke) situaties. Zeven leerlingen gaven aan alles goed te vinden.

5.3 Samenvatting en aanbevelingen

Uit de resultaten blijkt dat leerlingen de Rots en Water lessen positief waarderen met een gemiddelde score van 3,82 (op een schaal van 1 tot 5). Onder de 78 leerlingen geven de meeste leerlingen aan dat zij na het volgen van de Rots en Water lessen sterk hebben leren staan (73%), hebben leren concentreren en focussen (67%) en dat ze weerbaarder zijn geworden (het leren van zelfverdediging (62%) en het voor zichzelf opkomen(56%)). Wat aan de resultaten opvalt is dat de toename van zelfvertrouwen in verschillende vragen (zowel als stelling en als open vraag) telkens positief naar voren komt.

Uit de open vragen kwam ook naar voren dat veel leerlingen beter hebben leren omgaan met moeilijke situaties. Het verbeteren van de zelfbeheersing speelt hier een grote rol in. Het grootste gedeelte van de groep geeft in de open vraag aan belangrijke doelstellingen van het Rots en Water programma te hebben behaald. Uit de resultaten van de stellingen kwam tevens naar voren dat leerlingen de Rots en Water lessen duidelijk vinden (score van 3,88 van de 5), dat de leerlingen denken dat je door de Rots en Water lessen beter om kan gaan met pesterijen (score van 3,62 van de 5) en dat ze zich veilig voelden (4,22 van de 5). Laatstgenoemde is voor het Rots en Water programma erg belangrijk en één van de eerste criteria waaraan een Rots en Water les moet voldoen. Uit de vraag naar veiligheid blijkt dat één leerling bang was dat ze naar voren geroepen zou worden om een oefening voor te doen. Het is belangrijk dat leerlingen weten dat zij te allen tijde mogen weigeren (dit wordt in het praktijkboek en tijdens de 3-daagse basistraining duidelijk vermeld). Een aanbeveling zou kunnen zijn dat leerlingen voorafgaand aan een Rots en Water les mogen aangeven bij de leerkracht of ze wel of niet naar voren geroepen willen worden.

26% van de leerlingen gaf in de vragenlijst aan dat ze meer actie en oefeningen zouden willen doen. Nu kenmerkt het Rots en Water programma zich al door haar fysieke aanpak, echter zou voor de trainers een aanbeveling kunnen zijn om de beschikbare tijd nog meer in het voordeel van actie te kunnen verdelen. Ook op de vraag of de leerlingen suggesties hadden kwam dit meerdere malen naar voren. Het grootste gedeelte van de leerlingen vond de verhouding van oefeningen/gesprek echter wel goed (73%).

Een ander punt dat zowel in de open vragen als in de stelling naar voren kwam, is dat een aantal leerlingen liever meer of langere lessen zou willen hebben (19%). Daartegenover staat dat 54% de duur en aantal van de lessen goed vond en 26% juist te lang. De groep is dus erg verdeeld over de duur en frequentie van de lessen. Een aanbeveling zou kunnen zijn dat er extra lessen worden aangeboden aan de leerlingen die dit graag willen en nodig hebben.

Dit sluit tevens aan op de laatste suggestie, namelijk dat sommige leerlingen juist meer aandacht willen besteden aan bepaalde lesonderdelen (6x) en andere leerlingen juist minder herhaling wensen (4x). Waarschijnlijk zal de motivatie van de leerlingen verbeteren wanneer de leerkracht de focus van de oefeningen en de frequentie aanpast aan de doelen en de wensen van de leerlingen. Een hulpmiddel wat hier voor gebruikt kan worden zijn de RW-leerlingboekjes, waardoor de leerkracht meer inzicht verkrijgt in de persoonlijke leerdoelen van de leerling. Per 1 maart 2018 zijn er leerlingboekjes beschikbaar waarin o.a. een leerlingcontract is opgenomen met een scala van leerdoelen waaruit de leerlingen een keuze maken. Dit ingevulde contract versterkt enerzijds de motivatie en focus van de leerling en geeft anderzijds de docent meer inzicht in wat de leerling zelf

wil leren. Het boekje bevat tevens samenvattingen van de lessen, vragen (waaronder reflectievragen) en verwerkingsopdrachten om de transfer van de les naar de praktijk te versterken. Verder lijkt het een goede oplossing te zijn om wat minder herhaling in de reguliere lessen te laten plaatsvinden en extra lessen aan te bieden aan leerlingen die dit nodig hebben.

6. Algemene conclusie en nawoord

Uit de drie onderzoeken die in dit document zijn uitgewerkt kan worden geconcludeerd dat de interventie Rots en Water door zowel de deelnemers aan de 3-daagse basistraining, de uitvoerders en de leerlingen erg positief wordt gewaardeerd. Elke groep heeft de ruimte voor feedback gekregen waaruit een aantal aanbevelingen zijn voortgekomen.

Het RWI staat in nauw contact met de uitvoerders middels het Rots en Water Forum, RW Facebook en de jaarlijks plaatsvindende opfris- en verdiepingsdagen. Mede gevoed en geïnspireerd door deze contacten voert het RWI voortdurend verbeteringen door om de uitvoering en kwaliteit van het programma te optimaliseren. Een aantal belangrijke aanbevelingen die uit de procesevaluatie naar voren komen waren daarom al in ontwikkeling of zelfs in de afrondende fase op het moment van de procesevaluatie. Voorbeelden hiervan zijn een vernieuwd praktijkboek, vernieuwd videomateriaal, en een R&W-leerlingboekje met leerdoelen en een leerlingcontract.

Enkele aanbevelingen voortkomend uit de procesevaluatie hebben het Rots en Water Instituut tevens doen besluiten om bepaalde ontwikkelingen nog sneller door te voeren, zoals het geven van aanpassingen en tips voor het werken in het speciaal onderwijs en adviezen hoe om te gaan met leerlingen met weerstand of een moeilijke groep. Voorts zijn er nog enkele kleine aanpassingen gedaan aan zowel de R&W- basistraining als het praktijkboek om de interventie verder te optimaliseren.

7. Dankwoord

Onze dank gaat uit naar alle uitvoerders die de lessen hebben verzorgd en hun ervaringen met ons hebben willen delen. Dank ook aan de leerlingen uit de brugklas van het Sondervick college die de Rots & Waterlessen hebben ontvangen en deze na afloop hebben geëvalueerd. Een speciaal woord van dank gaat uit naar Henry van den Bogert en het Sondervick College die aan deze procesevaluatie alle medewerking hebben verleend. Allen hartelijk dank!

8. Bijlagen

8.1 Bijlage 1 – evaluatieformulier 3-daagse basistraining



Evaluatie formulier

Driedaagse Rots & Watertraining



Naam (optioneel): _____ Organisatie: _____
 Locatie: _____ Datum: _____

U bent werkzaam op/in:

- | | |
|--|--|
| ☐ Regulier basisonderwijs | ☐ Speciaal (basis en voorgezet) onderwijs |
| ☐ Regulier voortgezet Onderwijs | ☐ Justitiële instelling jeugd/ volwassenen |
| ☐ Geestelijke gezondheidszorg, psychiatrie | ☐ Anders, namelijk: _____ |

Aan welke leeftijdsgroep en in welke setting wilt u het programma inzetten?

- ☐ 4 - 9 jaar
 ☐ 9-12 jaar
 ☐ 13-18 jaar
 ☐ 19 +
☐ jongens
 ☐ meisjes
 ☐ jongens & meisjes apart
 ☐ jongens & meisjes samen

Beoordeel a.u.b. het volgende:

Cursus Inhoud:

Zeer goed	Goed	Voldoende	Matig	Onvoldoende
☐	☐	☐	☐	☐

Presentatie trainer:

Zeer goed	Goed	Voldoende	Matig	Onvoldoende
☐	☐	☐	☐	☐

Zou u de training aanraden aan een collega?

☐ ja ☐ Nee

Wat was voor jou de kracht van de training (eye-openers)?

Eventueel aanvullende opmerkingen/feedback:

8.2. Bijlage 2 – vragenlijst uitvoerders scholen



U heeft in het verleden de Rots en Water 3-daagse basistraining volbracht. Wij voeren momenteel een onderzoek uit naar het **klassikaal** gebruik van het basisprogramma van Rots en Water op scholen en de waardering ervan. Graag willen wij uw mening hierin mee nemen. Het invullen van de vragenlijst kan direct online, en neemt maximaal 15 minuten in beslag. Door mee te doen maakt u kans op één van de drie bol.com bonnen t.w.v. € 30,-.

De antwoorden worden indien gewenst anoniem verwerkt door het Rots en Water Instituut. Het is belangrijk dat u alle vragen invult. Namens het Rots en Water Instituut alvast hartelijk dank voor uw medewerking.

Start

toets 6/11/2016

1 → Heeft u de 3-daagse Rots en Water basistraining gevolgd? *

Wanneer u dit niet heeft gedaan, hoeft u de vragenlijst niet verder in te vullen

☐ Ja

☐ Nee

2 → Heeft u de afgelopen 4 jaar op uw school met het Rots en Water basisprogramma gewerkt? *

☐ Ja

☐ Nee

3 → Hoelang werkt u of heeft u gewerkt met Rots en Water? *

- ☐ A < 1 jaar
- ☐ B 1 jaar
- ☐ C 2 jaar
- ☐ D 3 jaar
- ☐ E 4 jaar
- ☐ F > 5 jaar

4 → Wat is uw leeftijd? *

- ☐ A Jonger dan 20 jaar
- ☐ B Tussen de 20 en 30 jaar
- ☐ C Tussen de 30 en 40 jaar
- ☐ D Tussen de 40 en 50 jaar
- ☐ E Tussen de 50 en 60 jaar
- ☐ F Ouder dan 60 jaar

5 → Wat is uw geslacht? *

- ☐ A Man
- ☐ B Vrouw

6 → Wat is uw hoogst genoten afgeronde opleiding? *

- ☐ A MBO
- ☐ B HBO
- ☐ C WO
- ☐ D Anders, namelijk...

7 → Op wat voor soort school bent u werkzaam? *

- ☐ A Primair onderwijs / basisonderwijs
- ☐ B Voortgezet onderwijs
- ☐ C Speciaal onderwijs PO
- ☐ D Speciaal onderwijs VO
- ☐ E MBO
- ☐ F Anders, namelijk...

8 → In welke provincie staat de school waar u werkzaam bent? *

- ☐ A Noord-Holland
- ☐ B Gelderland
- ☐ C Groningen
- ☐ D Overijssel
- ☐ E Friesland
- ☐ F Limburg
- ☐ G Zeeland
- ☐ H Utrecht
- ☐ I Zuid-Holland
- ☐ J Drenthe
- ☐ K Noord-Brabant
- ☐ L Flevoland

9 → In welke functie bent u werkzaam op de school? *

Meerdere antwoorden mogelijk

- ☐ A Leerkracht
- ☐ B Onderwijsondersteunend
- ☐ C Leidinggevend (directie)
- ☐ D Intern begeleider
- ☐ E Leraar bewegingsonderwijs
- ☐ F Leraar bewegingsonderwijs extern
- ☐ G Anders, namelijk...

10 → Hoe geeft u de Rots en Water lessen? *

Meerdere antwoorden mogelijk

- ☐ A Klassikaal (al dan niet opgedeeld in 2 delen)
- ☐ B In groepjes met een hulpvraag
- ☐ C 1 op 1
- ☐ D Anders, namelijk...

11 → Indien u de lessen niet klassikaal geeft: wie zijn er dan betrokken bij die keuze en bij de selectie van de leerlingen? *

Meerdere antwoorden mogelijk

- ☐ A Ouders
- ☐ B Intern begeleider
- ☐ C (School)psycholoog
- ☐ D Ik geef de lessen alleen klassikaal
- ☐ E Anders, namelijk...

12 → **LET OP: De overige vragen gaan over het klassikaal aanbieden van de Rots en Water lessen: Hoeveel leerlingen telt uw klas als u Rots en Water geeft (gemiddeld)? ***

13 → Hoeveel Rots en Water lessen krijgen de leerlingen (gemiddeld) per schooljaar? *

14 → Hoelang duren de Rots en Water lessen gemiddeld? (in minuten) *

15 → Waar worden de Rots en Water lessen gegeven? *

Meerdere antwoorden mogelijk

☐ Gymlokaal

☐ Klaslokaal

☐ Speellokaal

☐ Anders, namelijk...

16 → Aan welke groep(en) / klas(sen) geeft u Rots en Water les? *

Meerdere antwoorden mogelijk

☐ Groep 6

☐ Groep 7

☐ Groep 8

☐ 1e klas

☐ 2e klas

☐ 3e klas

☐ MBO klas (tot en met 18 jaar)

☐ Anders, namelijk...

17 → Geeft u de Rots en Water lessen alleen of samen met een co-trainer / collega? *

Meerdere antwoorden mogelijk

☐ Alleen

☐ Samen met iemand anders

18 → Indien samen met iemand anders, met wie? *

Meerdere antwoorden mogelijk

- ☐ A Een collega
- ☐ B Een ouder
- ☐ C Een oudere leerling
- ☐ D De intern begeleider
- ☐ E De schoolpsycholoog
- ☐ F Anders, namelijk...

19 → Heeft u gebruik gemaakt van het beschikbare videomateriaal? *

- ☐ A Ja
- ☐ B Nee
- ☐ C Van een gedeelte

20 → Waarom heeft u geen of slechts gedeeltelijk gebruik gemaakt van het beschikbare videomateriaal? *

Meerdere antwoorden mogelijk

- ☐ A Er was geen tijd voor
- ☐ B Het materiaal is verouderd
- ☐ C Ik beschik niet over het materiaal
- ☐ D Het materiaal is niet geschikt voor mijn doelgroep
- ☐ E Anders, namelijk...

21 → Stelling: Het geven van de Rots en Water lessen was leuk om te doen. *

- ☐ A Helemaal mee eens
- ☐ B Mee eens
- ☐ C Niet mee eens / niet mee oneens
- ☐ D Mee oneens
- ☐ E Helemaal mee oneens

22 → Stelling: Door het geven van de Rots en Water lessen kan ik leerlingen beter begeleiden in hun sociaal-emotionele ontwikkeling. *

- ☐ A Helemaal mee eens
- ☐ B Mee eens
- ☐ C Niet mee eens / niet mee oneens
- ☐ D Mee oneens
- ☐ E Helemaal mee oneens

23 → Stelling: Tijdens de Rots en Water lessen voelden de leerlingen zich veilig. *

- ☐ A Helemaal mee eens
- ☐ B Mee eens
- ☐ C Niet mee eens / niet mee oneens
- ☐ D Mee oneens
- ☐ E Helemaal mee oneens

24 → Waarom voelden de leerlingen zich niet veilig? *

Om een paragraaf toe te voegen, druk op SHIFT + ENTER

25 → Vink aan waar u op school gebruik van maakt: *

Meerdere antwoorden mogelijk

- ☐ A Rots en Water taal (Bijvoorbeeld: in de klas, voor een toets, op het schoolplein of in een conflictsituatie)
- ☐ B Rots en Water posters
- ☐ C Rots en Water leerlingboekjes
- ☐ D Rots en Water leerlingcertificaten / diploma's
- ☐ E Rots en Water sleutelhangers
- ☐ F Geen van bovenstaande

26 → Stelling: Rots en Water heeft een positieve invloed op de sociale veiligheid op school. *

- ☐ A Helemaal mee eens
- ☐ B Mee eens
- ☐ C Niet mee eens / niet mee oneens
- ☐ D Mee oneens
- ☐ E Helemaal mee oneens

27 → Welk effect hebben de Rots en Water lessen volgens u op uw leerlingen gehad? *

Meerdere antwoorden mogelijk

☐ A	Ze komen vaker voor elkaar op
☐ B	Ze hebben meer zelfvertrouwen
☐ C	Ze hebben meer zelfbeheersing (ze kunnen beter met hun emoties omgaan en weer tot rust komen)
☐ D	Er is een betere sfeer in de klas ontstaan
☐ E	Er wordt gebruik gemaakt van de Rots en Water taal
☐ F	Ze kunnen beter omgaan met sociale situaties
☐ G	Ze kunnen zich beter concentreren
☐ H	Ze zijn zich meer bewust van hun eigen gedrag
☐ I	Ze zijn rustiger in de klas
☐ J	Er is meer respect voor elkaar
☐ K	Ze kunnen beter hun grenzen aangeven
☐ L	Ze werken beter samen
☐ M	Geen van bovenstaande
☐ N	Anders, namelijk...

28 → Op welke manier heeft Rots en Water bijgedragen aan uw professionele ontwikkeling? *

Meerdere antwoorden mogelijk

☐ A	Ik grond, centreer en focus meer als ik voor de klas sta
☐ B	Ik ben me meer bewust van mijn eigen gedrag (wanneer ben ik Rots, wanneer ben ik Water)
☐ C	Ik heb meer handvatten gekregen om de sfeer in de klas te verbeteren
☐ D	Ik heb tools gekregen om mijn leerlingen beter te kunnen ondersteunen in hun sociaal-emotionele ontwikkeling
☐ E	Bewegen is een grotere rol in mijn lessen gaan spelen
☐ F	Rots en Water heeft niets bijgedragen voor mij
☐ G	Anders, namelijk...

- 29 → Stelling: Het pesten in de klas(sen) is door de Rots en Water lessen afgenomen.*

☐ A Helemaal mee eens

☐ B Mee eens

☐ C Niet mee eens / niet mee oneens

☐ D Mee oneens

☐ E Helemaal mee oneens

- 30 → Geeft u de Rots en Water lessen zoals beschreven in het praktijkboek?*

☐ A Ja ☐ B Nee

- 31 → Indien u bent afgeweken van het praktijkboek, wat zijn daarvoor de belangrijkste redenen?*

Om een paragraaf toe te voegen, druk op SHIFT + ENTER

- 32 → Bent u bij de voorbereiding of uitvoering van de training tegen problemen aan gelopen?*

Heeft u tips voor andere uitvoerders om deze problemen tegen te gaan?

Om een paragraaf toe te voegen, druk op SHIFT + ENTER

- 33 → Hoe betreft u de ouders/verzorgers bij de Rots en Water lessen? Vink aan:*

Meerdere antwoorden mogelijk

☐ A Middels een brief

☐ B Door het organiseren van een ouderavond

☐ C Ouders/verzorgers mochten één van de lessen bijwonen / meedoen

☐ D Er kwam een verslag van de lessen op de website / in de schoolkrant

☐ E Middels huiswerkopdrachten

☐ F Anders, namelijk...

- 34 → Als u ouderavonden heeft georganiseerd, hoeveel procent van de leerlingen was vertegenwoordigd door tenminste één ouder/verzorger (gemiddeld)?*

☐ A 0-20%

☐ B 20-40%

☐ C 40-60%

☐ D 60-80%

☐ E 80-100%

35 → Als u ouderavonden heeft georganiseerd, welke componenten zijn op die avonden aan bod geweest? *

Meerdere antwoorden mogelijk

☐ A	Inhoud en werkwijze
☐ B	Bespreken Rots en Water huis
☐ C	4 confrontatieregels ("Uitademen voordat je ...")
☐ D	Een aantal Rots en Water oefeningen voordoen (bijv. Sterk staan, Chinees Boksen)
☐ E	De ouders/verzorgers zelf oefeningen laten ervaren
☐ F	Rots en Water groet
☐ G	Rots en Water taal (uitleg en gebruik)
☐ H	Anders, namelijk...

36 → Wat zijn volgens u de succesfactoren van de interventie? *

Waardoor denkt u dat Rots en Water werkt?

|

Om een paragraaf toe te voegen, druk op SHIFT + ENTER

37 → Wat zijn volgens u de mogelijke faalfactoren van de interventie? *

Wat vond u minder goed aan de interventie of wat mist u? Wat kan er volgens u worden verbeterd aan de interventie?

|

Om een paragraaf toe te voegen, druk op SHIFT + ENTER

38 → Stelling: Rots en Water sluit aan bij mijn doelgroep. *

☐ A	Helemaal mee eens
☐ B	Mee eens
☐ C	Niet mee eens / niet mee oneens
☐ D	Mee oneens
☐ E	Helemaal mee oneens

39 → Indien oneens, waarom niet? *

Om een paragraaf toe te voegen, druk op SHIFT + ENTER

40 → Doel van het Rots en Water programma is: "Het bevorderen van het welbevinden van kinderen en jongeren en het voorkomen en/of verminderen van sociale problemen zoals pesten, conflicten, uitsluiting, meeloopgedrag en, voor de leerlingen van 13 jaar en ouder, seksueel grensoverschrijdend gedrag"
Heeft u het idee dat met de Rots en Water lessen de beoogde doelstelling kan worden behaald? *

☐ A	Ja
☐ B	Nee

41 → Zo niet, waarom niet? *

|

Om een paragraaf toe te voegen, druk op SHIFT + ENTER

42 → Heeft u deelgenomen aan een Rots en Water opfris- / verdiepingsdag of een Rots en Water specialisatietraining gevolgd? *

☐ Ja

☐ Nee

☐ Anders, namelijk...

43 → Om in aanmerking te komen voor één van de bol.com waardebonnen, hebben wij uw contactgegevens nodig. Wenst u in aanmerking te komen voor een bol.com waardebon t.w.v. € 30,-? Uw gegevens worden vertrouwelijk behandeld. *

☐ Ja

☐ Nee

44 → Vul hieronder uw voor- en achternaam in. Uw gegevens worden vertrouwelijk behandeld. *

45 → Vul hieronder uw e-mailadres in. Uw gegevens worden vertrouwelijk behandeld. *

|

46 → Mogen wij u per e-mail benaderen indien wij specifieke vragen hebben over uw antwoorden? *

☐ Ja

☐ Nee

47 → Vul hieronder uw e-mailadres in. Uw gegevens worden vertrouwelijk behandeld. *

|

8.3 Bijlage 3 – vragenlijst brugklas Sondervick College



Evalueer jouw Rots en Water lessen en maak kans op 1 van de 3 bioscoopbonnen t.w.v. 10 euro!

Welkom bij de Rots en Water evaluatie! Het beantwoorden van de vragen kost slechts enkele minuten. Met de antwoorden zal door het Rots en Water Instituut vertrouwelijk worden omgegaan en zullen worden gebruikt ter verbetering van het programma.

start

toets toets toets

1 → In welke klas zit je? (bijvoorbeeld ma1a of kb1b)*

2 → Hoe oud ben je?*

☐ 10 jaar

☐ 11 jaar

☐ 12 jaar

☐ 13 jaar

☐ 14 jaar

3 → Ben je een jongen of een meisje?*

☐ Jongen

☐ Meisje

4 → Vink aan wat je in de Rots en Water lessen hebt geleerd: *

Kies er zoveel als je wilt

☐ A Sterk leren staan
☐ B Concentreren/focus
☐ C Zelfverdediging
☐ D Ademkracht inzetten
☐ E Eigen keuzes leren maken
☐ F Omgaan met een bedreigende groep
☐ G Leren opkomen voor een ander
☐ H Voor mezelf op leren komen
☐ I Lichaamstaal (tunnelhouding/strandhouding)
☐ J Grenzen (leren stellen en accepteren)
☐ K Anders

5 → Hoe waardeer jij de Rots en Water lessen? *

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Zeer onvoldoende Gemiddeld Zeer goed

6 → Tijdens de Rots en Water lessen voelde ik me over het algemeen veilig. *

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Oneens Neutraal Eens

7 → Ik voelde me niet veilig: *

☐ A Tijdens 1 bepaalde oefening
☐ B Tijdens een aantal oefeningen
☐ C Tijdens 1 bepaalde les
☐ D Tijdens een aantal lessen
☐ E Tijdens alle lessen
☐ F Anders

8 → Tijdens welke oefening(en) voelde jij je niet veilig? *

Om een paragraaf toe te voegen, druk op SHIFT + ENTER

9 → Hoe kwam het dat jij je niet veilig voelde? *

10 → Door Rots en Water heb ik meer zelfvertrouwen gekregen. *

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Oneens Neutraal Eens

11 → Door Rots en Water heb ik meer zelfbeheersing gekregen. *

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Oneens Neutraal Eens

12 → Door Rots en Water is er een betere sfeer in de klas ontstaan.*

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Oneens Neutraal Eens

13 → Ik denk dat je door de Rots en Water lessen beter kan omgaan met pesterijen.*

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Oneens Neutraal Eens

14 → De afwisseling actie/oefeningen en (kring)gesprekken vond ik:*

☐ A Goed

☐ B Niet goed, ik had liever meer actie gehad

☐ C Niet goed, ik had liever meer gesprekken gehad

☐ D Anders

15 → De duur van de Rots en Water lessen vond ik:*

☐ A Te kort

☐ B Te lang

☐ C Precies goed

16 → De Rots en Water lessen vond ik duidelijk.*

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Oneens Neutraal Eens

17 → De Rots en Water lessen vind ik bruikbaar.*

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Oneens Neutraal Eens

18 → Wat vind je minder goed aan de Rots en Water lessen?*

Wat denk jij dat beter kan? Of waar meer aandacht aan besteed kan worden?

|

Om een paragraaf toe te voegen, druk op SHIFT + ENTER

19 → Wat vind jij goed aan de Rots en Water lessen?*

Waarom denk jij dat het werkt?

Om een paragraaf toe te voegen, druk op SHIFT + ENTER

20 → Hoeveel Rots en Water lessen heb je gemist? *

☐ A 0

☐ B 1

☐ C 2

☐ D 3 of meer

21 → De reden dat ik lessen heb gemist is omdat ik: *

|

Om een paragraaf toe te voegen, druk op SHIFT + ENTER

22 → Heb je nog suggesties voor de Rots en Water lessen?

|

23 → Wat is je naam? *

Door het invullen van je naam maak je kans op 1 van de 3 bioscoopbonnen. Je persoonlijke antwoorden worden niet gedeeld met school of derden.

Ok ✓ toets toets toets

8.4 Bijlage 4 – antwoorden open vraag deelnemers 3-daagse basistraining

Wat was voor jou de kracht van de training (eye-openers)?

Deelnemers ervaren dat zij zich in de training meer bewust van hun eigen kracht worden, zowel op het fysieke als mentale vlak en een persoonlijke ontwikkeling doormaken

- Het effect van focus. Kracht , zowel fysiek als mentaal
- Gebruik eigen kracht/ zekerder worden en dit aan leerlingen kunnen doorgeven
- eigen kracht voelen en vasthouden op een hele concrete manier. - verbindend werken tussen en met alle mensen
- bewustwording over eigen grenzen en krachten. Meer in zelf geloven. Verschillende visies (rots en water) meenemen in hoe situaties zal benaderen en ervaren
- je leert ook zoveel over jezelf, zeer goede trainer, goede oefeningen, veel geleerd en onthouden
- De kracht in jezelf. Focus houden. Zelfbewustheid door kunnen geven. Veel doen
- Focus / de kracht van het centreren, focussen en gronden
- Focus , gronden, kracht, samen, grenzen
- Innerlijke kracht, Kwetsbaarheid
- Het krijgen van zelfvertrouwen en kracht, zelfbeheersing
- Dat je eerst in je eigen kracht moet staan voordat je iemand anders in zijn kracht kunt zetten
- Je eigen kracht ontdekken, ervaren en inzetten. Herkennen en erkennen wanneer ben ik meer rots, wanneer meer water en dat dat goed is. Te ervaren dat je een keuze hebt. Dat je de keuze maakt die voor jou goed is. Heel inspirerend!
- Voor mij was dit een eyeopener qua kracht. Ik merkte dat ik veel krachtiger ben in situaties dan ik aanvankelijk dacht, mentaal. Erg prettig de opbouw van de gehele training
- Net een stukje doorzetten waardoor je je eigen kracht ontmoet. De kracht van je ademhaling ontdekken
- Eigen keuzes maken in elke situatie. De kracht in jezelf vinden
- Betere zelfkennis + Kennis voor de lessen
- De kracht in jezelf ontdekken. Dit zal voor kinderen erg goed zijn.
- De kracht die in je zit en om te zetten naar oefeningen. Energiek, fysiek echt op!!
- Inzicht, in je kracht zetten, vertrouwen in je lichaam, gericht op de begeleiding van kinderen
- Op mijzelf focussen is ook belangrijk. Goed gronden zorgt voor meer (innerlijke) kracht + fysieke kracht. Meer bewegen met de kinderen waar ik mee werk
- Jezelf vinden kracht/grenzen (persoonlijk). Handreikingen/organisatie vormen hoe aan te bieden aan de groep
- Eigen kracht ontmoeten. Jezelf leren kennen. Mooie mensen ontmoeten. Voor jezelf opkomen. Grenzen stellen. Samenwerken.
- Om vanuit je kracht te zijn!
- Inzicht in eigen kunnen (inlaten zien)
- Bewustwording van de kracht in mijzelf en dit overbrengen op de kids waar ik mee werk
- Dat als je in je kracht gaat staan je ook heel krachtig bent. Ik dacht/ben waterig maar kan ook goed in rots staan.
- Met en vanuit je eigen kracht kun je alles
- Bewustwording van mijn eigen rots en water en de momenten waarin ik het meer of minder kan/mag inzetten. Eyeopner, het in mijn eigen kracht komen door de centreren oefeningen. Ik vond het echt top!
- De kracht van gronden als basis
- Beleving van eigen kracht, lot in eigen hand door soms hele simpele 'stappen'.
- Je kan meer dan je denkt te kunnen
- Het ontdekken van mijn eigen kracht in combinatie met een goede beheersing

- Focus houden opent kracht
- Hoeveel kracht ik heb. Leerlingen ruimte geven om zelf tot oplossingen te komen
- Dat wat ik wil, kan ik ook bereiken!
- Eigen focus houden, centeren en dat ik veel kracht heb. Mindset is heel belangrijk
- Het door middel van vertrouwensoefeningen ervoor zorgen dat er zo snel een groepsgevoel komt, top! Alles mag / het hoeft niet, je mag bij jezelf blijven. Je eigen kracht ervaren.
- Gebruik eigen kracht / zekerder worden en dit aan leerlingen kunnen doorgeven

Zelf ervaren van de oefeningen

- Zelf doen! Ervaren wat kinderen ervaren tijdens het volgen van R&W
- Ervaren, verbinden, reflectie, liefdevol. Merci
- Rots en Water , geen van beide is fout.
- In een veilige vertrouwde sfeer met leuke mensen grenzen ontdekken, plezier en lol maken, heel veel kennis + ervaring over omgaan met elkaar en met de doelgroep
- De trainers! Voelen van je eigen fysieke/mentale kracht. Doen/ervaren waardoor de informatie binnenkomt en daar blijft.
- Openheid, enthousiasme, vertaalslag. Door ervaring op te doen voel je dat het werkt.
- Ervarend leren, grenzen kunnen verleggen.
- Heel veel ervarings momenten op een super positieve en enthousiaste manier!
- Praktijkvoorbeelden, PO SBO & VO top! Lekker praktisch! Je hebt een keuze die maak je omdat jij je daarbij prettig voelt. Het oog hebben voor elkaars gevoel kun je bij iedereen op verschillende manieren zien/waarnemen.
- Leren door ervaren
- Ervaren door te doen!
- Ervarend, leren, eerst jezelf begrijpen en je grenzen voordat je het goed kunt overbrengen op anderen
- Zelf ervaren
- Het zelf mogen ervaren van de oefeningen. DE vele mogelijkheden aan oefeningen bijna waar iedereen aan deel kan nemen. Jezelf af en toe kwetsbaar op kunnen stellen
- Zelf kunnen ervaren door 'doen' dat je meer kunt als je denkt. En vooral te voelen hoe krachtig je dat maakt.
- Veel oefenen, maar ook de theorie (nieuwe informatie). Grenzen leren voelen. Super leerzaam in totaal!
- Doen en ervaren dat iets zo wel werkt

Rust veiligheid, vertrouwen en wederzijds respect

- Respect, rust, veiligheid, goede trainers
- Handvatten voor bekende zaken, veiligheid, rust
- Creëren van veiligheid binnen een groep. Zelfbewustwording
- Respect
- Rust, vertrouwen, veiligheid
- Geloof in elkaar en in jezelf
- Altijd de rust bewaren
- Rust, energie en de verbondenheid die het geeft. Bewust zijn van jezelf
- Openheid naar elkaar toe, respect. Iedereen kan/mag meedoen. Ruimte voor inbreng. Hele positieve ervaring, veel geleerd!
- Rust. Ademkracht. Groepsvertrouwen
- De rust en het enthousiasme van de trainers en de veelzijdigheid van het programma
- Realisatie qua hormonen vs. Ontwikkeling kind. Rust, focus en durf maakt een krachtiger mens
- Opbouw van de oefening, starten met lichaams bewustzijn. Veiligheid inbouwen

- Meer rust nemen en ademen. Niet teveel water
- Kracht vanuit rust

Afwisseling theorie en praktijk

- Kracht van bewegen / groeps building en dat het je ook persoonlijke inzichten en tools geeft.
- afwisseling van theorie en oefenen. Het oefenen maakte je bewust van focus, ademhaling en krachtcentrum
- Fysiek ervaren en koppeling naar de theorie
- Relatie denken en doen, oefenen, kracht van het positieve denken, trainer Bart complimenten, super!
- Afwisseling
- Het fysieke stuk, nooit geweten dat je dan zoveel kon opnemen. Hele goede combi met theorie gedeelte.
- tot mezelf komen, sterker door focus (centreren), de bevestiging dat jongens meer testosteron hebben. dus meer beweging.afwisseling binnen de lesdag
- oefenen van fysieke opdrachten en deze zinvol omzetten naar mentale vaardigheden.
- Herhaling en uitbreiding in verschillende werkvormen
- De afwisseling van actie / rots en water - oefeningen, fysiek / mind-oefeningen. De inspirerende, rustige manier van communicatie van de 2 'leiders'. De open fijne vertrouwde sfeer van in de groep. Inhoud plus beleving.
- Fijne afwisseling theorie/praktijk. Er zat vaart in! Timing effectieve invulling, niet wachten op elkaar maar alles op tijd! Tijd is tijd. Helder kort krachtig taalgebruik
- Actief aan de slag! Combinatie theorie en praktijk!

Ademhaling

- Ademhaling, kracht, jongens vs meisjes, fysieke insteek
- dat ademhaling en oogcontact zo belangrijk is
- Ademhaling, oogcontact, tja eigenlijk aaneengesloten genoten. Inspirerend, leuk, super, fantastisch
- Tijd om rust te nemen voor een beslissing. Ademcontrole
- ademkracht en focus zorgen voor sterker zijn
- Adem!! Als je deze goed gebruikt kun je zoveel meer! Ben je zoveel sterker. Bedankt...
- Dat je d.m.v. ademhaling je eigen kracht kunt vergroten
- Ademhaling / rust. Grenzen aangeven, maar daarvoor centeren
- fysiek contact, verbinding en ademhaling
- De kracht van ademhaling
- Bouw rust in! Haal adem!

De Rots en Water taal / referentiekader biedt deelnemers naast inzicht in het gedrag van leerlingen ook inzicht in hun eigen gedrag en de gevolgen daarvan

- Meer rots kunnen zijn!
- Mentale kracht en de kracht van water!
- Dat water me een sterker gevoel geeft, minder frustratie, meer rust en focus. Leerzame tips die onze jeugd goed kunnen gebruiken!
- Rots is niet altijd verkeerd maar water is niet zwak
- Balans. Wisselen tussen gedrag
- Steeds terug naar de basis. Te waterig werkt soms verwarrend, MAAR heeft vele positieve kanten. Goede training, goed voorbeeld. Ik houd graag de controle maar heb veel van deze wijze van training geleerd. Zeer positief is dat je op zaken terug komt!
- bewustwording dat rots en water beiden van belang zijn in verschillende situaties

Zelfbewustzijn

- praktisch aan de slag, zelfbewustzijn
- Zelfbewustzijn, zelfbeheersing. Rots en Water 'manier'. Zelf fysiek ervaren
- gevoel, ontwikkeling, zelfbewustzijn, eenheid, iedereen kon zichzelf blijven terwijl er een groep ontstond!
- Zelfbewustzijn, Zelfbeheersing, Veiligheid
- Zelfbewustzijn. Rust vinden. Mijn eigen houding
- 1. Bewustwording 2. Samenwerking 3. Spel als middel 4. Stiptheid

Zelfbeheersing

- Zelfbeheersing zien als ultieme kracht
- Zelfbeheersing, focus vergroten, kracht, zelfbewustzijn, leuke oefeningen
- Het leren van zelfbeheersing en het aanleren van zelfbeheersing!
- Beheersing / Veiligheid

Aangeven eigen grenzen

- Dat het goed voelt om mijn grenzen te bewaken en het resultaat zelfs beter is. Dat positief denken werkt en helpt!
- Jezelf verdedigen, grenzen aangeven, De theorie heb ik eerder gehad bij sensomotorische ontwikkeling maar het was een goede herhaling en bevestiging van wat ik dus eerder leerde. Heerlijk.
- grenzen aangeven, verbondenheid, belang van bewegen
- Grenzen aangeven
- Waarde van menselijk contact & grenzen altijd aangeven
- Persoonlijke grenzen. De combinatie Nick en Loeki is heel goed.
- Het aangeven van grenzen om daar elke keer bij stil te staan. Focus houden. Wat rots en wat water is.

Theoretische onderbouwing

- De theoretische onderbouwing en de noodzaak om te bewegen voor een evenwichtige ontwikkeling!
- Dat je jongens anders moet benaderen. Dat ik meer praktische dingen + afwisseling moet doen tijdens de lessen
- Theorie jongens, kracht van sterk staan, veel oefeningen

Inspiratie trainer

- Trainer is een inspirator. Goede voorbeelden. Afspiegeling van de werkelijkheid (samenleving. Goede verdeling theorie en praktijk
- Het enthousiasme en de rust, het respect en de humor zorgden ervoor dat ik me kon focussen. En dat je met zo'n kleine handeling (focus) alles kan veranderen of in beweging zetten.
- inspirerend leuk toepasbaar
- De bruikbaarheid, inspiratie, afwisseling, omgaan met agressie van mijn doelgroep door lichaamsbesef en bewustzijn
- Veiligheid, veel inspiratie, ademhaling en balans

Overige punten

- Verschillende manieren van handelen en de verschillende spellen, goed toepasbaar
- Veel praktijk oefeningen geoefend en dus in te zetten. Variatie in kracht/verbale oefeningen. Enthousiasme. Hoe reageer ik vaak en hoe wil ik reageren.
- Hoe je de dingen brengt en de groep verbindt. Eye-opener Krachtcentrum maakt heel sterk. Stop zeggen maakt ook heel sterk.
- Inzichten in geduld, concentratie, flexibiliteit, zin om dit met kinderen te oefenen!

- Het effect van de oefeningen
- De verantwoording en de diepgang die Bart aan de oefeningen gaf was een voorbeeld(functie) voor mij!
- Samen doen sta je sterk!
- Aandacht voor centrum
- Inzicht eigen centrum, mentale kracht, fysiek bezig ipv alleen luisteren
- Rust in de rots, jongenspatroon
- De methodische opbouw
- Voelen dat ik eigenlijk een rots ben, positief (smiley)
- Energie, praktisch, voelbaar
- Het was vooral confronterend. Er zijn zoveel voorbelenden die herkenbaar zijn. Soms kwam dit wel aan. Ik merk dat ik in deze 3 dagen al gegroeid ben.
- opbouw van het hele programma, alle elementen hebben een sterke opbouw en verloop
- Rots en Water zijn allebei "krachten". Je mentale kompas is heel belangrijk
- Simpel houden, goede keus om te doen.(en nog iets onleesbaars)
- De simpelheid met hoe hij de training bracht, open, duidelijk, kalmte
- De kracht van verschillende perspectieven, context en concretisering van waarde naar gedrag via lichamelijk bewustzijn
- Meerdere malen kijken voordat je een oordeel hebt!
- Gewoon top! Op meerdere vlakken veel geleerd als mens, docent, collega.
- Rekening houden met de emoties die los kunnen komen
- Samen werken met mensen die ik wel en niet als eerste zou kiezen, daardoor zelf groepsvorming door de training ervaren.
- De manier waarop Nick het heeft gepresenteerd! Door zijn enthousiasme heb ik veel activiteiten enthousiast uitgevoerd.
- Trainer is een inspirator. Goede voorbeelden. Afspiegeling van de werkelijkheid (samenleving. Goede verdeling theorie en praktijk
- Je wordt weer mooi aan het denken gezet.
- Opening zoeken voor lastige doelgroepen
- Door veel oefeningen te doen wordt het eigen.
- De realisatie waarop de maatschappij nu kinderen/jongeren behandelt versus de manier waarop dat anders zou kunnen
- Werken met 'cliffhangers' human brain.
- Positief aanraken. Contact maken met je eigen lijf en relatie/verbinding maken met de ander
- Je doel bereiken!
- Nieuwe inzichten en oefeningen om toe te passen in de les
- Aanvullende opmerkingen bij de oefeningen, hoe maakt dat zo'n oefening iemand weerbaarder maakt/meer zelfvertrouwen geeft.
- Fysieke ervaring van kracht en grenzen e.a. zaken die abstract klinken.
- Enthousiaste trainer(s), het vele oefenen omzetten van theorie naar praktijk
- Bewustwording

Eventuele aanvullende opmerkingen of feedback

Duur en aanvangstijdstip

- meer filmmateriaal/visuele ondersteuning. Graag later tijdstip starten
- De aanvang van de lesdag zou iets later mogen, maar verder fantastische en inspirerende 3 dagen gehad! Op naar de volgende bijeenkomst!
- Misschien wat later beginnen ivm de reisafstanden. Verder prima zo. Erg leuke training die me veel inspiratie en energie geeft. Bart je bent een topper!
- Iets kortere dagen misschien. Prima! Dankjewel!

- Tips, buiten de spits beginnen
- De dagen zijn wel lang. Top: iedereen wordt in zijn waarde gelaten, ga je even naar de kant dan wordt dat volledig geaccepteerd. Ook met weerstand wordt goed omgegaan. Ook daar niet teveel aandacht aangeven. Fijne dagen gehad. Thanks.
- 3 dagen op zich wel lang
- Iets langer pauze hebben.
- Super boeiend, alleen ik merkte focus verlies bij mezelf halverwege dag 3

Andere stoelen

- Andere stoeltjes voor de theorie
- Andere stoelen
- andere stoelen, daardoor soms focus weg

Meer informatie/instructie en oefenen van een les(programma)

- Wellicht een terugkomdag met oefenen van het geven van een les om het gevoel te krijgen (afhankelijk van de groep) bij veel leerkrachten wellicht niet nodig.
- Misschien iets meer info over opbouw van een lesprogramma. Het werkt heel fijn dat jullie als trainers eigen ervaringen met ons delen, dat verbindt! Was tof!
- Echt heerlijke balans ontwikkeld. Mogelijk voor niet docenten extra aandacht aan instructie geven

Nog meer theorie en verdieping

- Voor mij had nog meer theorie gemogen, daar is nog veel meer over te vertellen, super interessant
- Soms mocht er voor mij meer verdieping/onderzoek in - om zelf meer te onderzoeken hoe de werkvorm uitgebreid kan worden of wat het met je doet even te bespreken met eventuele partner

Overige

- Uitgebreider voorstelrondje aan het begin
- Tijdens de theorie misschien een korte plaspauze / looppauze (voor de niet goed stil zittende deelnemers) Bedankt!
- Het is nu vooral gericht op kinderen, ben benieuwd hoe dit is te integreren bij bijvoorbeeld +- 25 jaar.
- Aandacht soms teveel gericht op bepaalde personen
- Blijf oog houden voor het benoemen van grenzen. Je mag Rots zijn, maar nooit ten koste van anderen. Dit mag wel tijdens oefenen om het te voelen/ervaren, maar in de uitleg moet duidelijk zijn dat dit het doel is en niet het rots zijn op zich ten koste van anderen.
- Voor mij af en toe te zweverig
- Idee om te starten van de dag met een korte lichamelijke activiteit. Ook de eerste dag een cooling down doen.
- Misschien meer ruimte voor het bespreken van praktijk situaties. Bijvoorbeeld, wat doe je als iemand wel doorslaat terwijl de ander al stop heeft gezegd.
- negatieve voorbeelden, bijvoorbeeld duwen in peetsituatie, zou ik weglaten en veel meer nadruk leggen op eigen krachten. Een positief (sociaal) en veilig klimaat
- Theorie 2e dag na pauze was moeilijk om de focus te houden, misschien op een ander tijdstip van de dag

Positieve opmerkingen

- Een goede, inspirerende trainer, bedankt ga zo door!!
- Ik vond het fantastisch!
- lunch was heerlijk dank namens een vegetarier
- Rust in uw buik, rust in uw hoofd en rust in uw vuist!
- goed georganiseerd, top!
- Ontzettend bedankt voor deze inspirerende fijne en veilige training!
- De passie die jullie erin stoppen wil ik (proberen) over te brengen op anderen
- Bedankt.
- Bedankt voor de inspirerende 3 dagen!
- was ook heel leuk
- Mooi, bedankt voor de mooie dagen
- Top!
- Heel erg bedankt
- Echt een topper, Geweldig, zeer inspirerend en vooral hee leuk
- Bedankt!
- geweldige training echt een verreiking
- zeer prettige en vakkundige begeleiding
- Het was echt heel leuk
- Ik vond het 3 fantastische dagen Bedankt!
- Bart en Ingeborg bedankt voor de leuke dagen
- Respect voor je presentatie en energie, Ingeborg fijn dat je er was. Merci allebei!
- Dank voor de veiligheid en het gevarieere aanbod!
- Leuke / goede cursus
- Bedankt! Ik ga met veel energie en inspiratie naar huis. Heb al veel zin om het in de praktijk te brengen!
- Ik heb 3 dagen volop genoten! Dank aan allebei Ingeborg en Bart
- Inspirerend en fijne docententeam. Hartelijk dank voor deze leerzame dagen!
- Ongelofelijke, onvergetelijke leerzame dagen. Bedankt hiervoor!! Ook door jullie input!
- Super bedankt voor de fijne leerzame 3 dagen
- Leuk en gezellig
- Bedankt voor alles!
- Heel erg bedankt!
- Bart heeft het super gedaan!
- Bedankt en tot gauw
- Fantastische trainers
- Bedankt Bart en Ingeborg!
- Dankjewel Bart en Ingeborg!
- Bedankt!
- Nvt
- mooi om dit te mogen overdragen aan een nieuwe generatiedie het goed kan gebruiken. Een pracht om tieners te mogen zien groeien
- Superdank!
- Zeer inspirerend! Bedankt!
- Heel enthousiast om te gaan starten en zeker graag de opfrisdag gaan volgen
- Fijn dat ik, ondanks de brace om ijn voet, kon meedoen!
- Ik heb super veel genoten en geleerd. Zie graag uit naar de opfriscursus!
- Thanks en respect!

- Bedankt!
- Nick, fantastische humor!
- Bedankt
- Bedankt, Nick en Loeki jullie zijn toppers!
- Inspirerende cursus, waarbij ik ook de groep zeer positief heb ervaren
- Dankjewel!
- Bedankt voor de ervaringen en de 3 super leuke dagen!
- Dankbaar dat ik deze training mocht ervaren zoals die ging!
- compliment: fijne sfeer en diepgang, tijd voor persoonlijke inbreng
- Het was voor mij een krachtige ervaringen duidelijke aanrader
- Ga vooral door en overtuig onderwijzend Nederland dat dit nodig is! Bedankt!
- Bedankt!
- Heel erg bedankt voor deze toffe en inspirerende driedaagse! Ik heb er van genoten!
- Mooi team! Loeki en Nick
- Loeki en Nick zijn fantastische inspirerende vakmensen. Heb genoten en veel geleerd Thanks.
- Erg enthousiast, dankjewel!
- Super training! Toegankelijk en toepasbaar door en voor iedereen!
- Dankje!
- Top training, Loeki en Nick zijn super!
- Bedankt!
- nvt
- Bedankt, het was een super leuke 3daagse!
- Ik hoop elkaar in een volgende training weer te ontmoeten
- Leuk hoe de training gegeven wordt!
- Top! Met veel humor, openheid, kracht, duidelijkheid, leuke oefeningen etc!
- Geen
- Het persoonlijke contact met de trainer voelde als een aanvulling, daardoor werd mijn betrokkenheid groter.
- Bedankt!
- Hartelijk dank, het had voor mij wel 2 dagen langer mogen duren.
- Bedankt voor deze geweldige 3 daagse! Hopelijk tot ziens!
- Bedankt voor de geweldige cadeaus!
- Bedankt voor deze mooie training. Mooie mensen, nieuwe bagage, super om ook met mijn collega samen te doen
- Positieve benadering! Werken met veel verschillende mensen. Fijne veilige groep. Dank jullie wel.
- Ik heb zowel van jullie als de training genoten, Bedankt!
- Drie zeer geslaagde dagen veel inspiratie ook voor mijn eigen judolessen opgedaan
- Het was zeer inspirerend. Een ervaring die ik niet snel vergeet
- Bedankt!
- Bedankt
- Thanks en respect!
- Genoten van jullie leiderschap en spelbegeleiding. Veel dank!
- Wat een fantastische trainers!! Petje af! Wat een mooie groep mensen om mee te werken. Goede organisatie!!
- Leuke / goede cursussen

8.5 Bijlage 5 – antwoorden open vragen uitvoerders scholen

Indien u bent afgeweken van het praktijkboek, wat zijn daarvoor de belangrijkste redenen?

Aanpassingen - doelgroep

- Het praktijkboek blijft mijn bron, maar de leerlingen mijn doel.
- Aanpassen aan tijd en doelgroep
- Ik pas het aan aan de kinderen de omstandigheden en voeg er dingen bij die ik ook belangrijk vind
- Aanpassen op niveau v vasrdigheden en hulpvraag
- Aanpassingen gedaan aan doelgroep
- Aanpassingen aan de leeftijd en wat van belang is binnen de school
- aansluiten bij de behoefte van de groep en niet elke oefening past even goed bij mezelf
- De doelgroep: leerlingen met een verstandelijke beperking. Het inzichtelijk maken van eigen gedrag is vaak te moeilijk. Accent ligt voor op lichamelijk bewustzijn en rots en water gedrag tov de ander.
- Elke groep, elke leerling is anders daarom pas ik mijn lessen aan. Soms is een onderwerp belangrijk om daarin te verdiepen waardoor andere oefeningen komen te vervallen
- Omdat ik de training geef aan jongeren met een LVB
- Aanpassen aan de doelgroep en van 12 lessen een 2 jaar vullend programma maken
- Eigen invulling en (hulp)vraag van de groep
- Elke groep heeft een andere aanpak nodig! Je bespreekt het met de leerkracht voor de groep! En hier pas ik de lessen op aan. Wanneer je lessen geeft aan grotere groepen is vooral het samenwerken heel belangrijk!
- aanpassen aan de leeftijd, dagelijkse realiteit, beginsituatie,
- ik pas de lessen aan aan het niveau (bv in kleinere groepjes, of meer in stapjes)
- De doelgroep (zmlk) en ingaan op 'wat er speelt'
- Niveau verschillen per groep. Altijd aanpassing nodig.
- De lessen zijn niet voldoende gericht op basisschoolkinderen
- Ik voel aan en leef mij in wat de groep nodig heeft.
- Minder tijd en andere leeftijdsgroep dus we passen onderdelen uit praktijk en schoolbreed samen voor een passend aanbod
- veel lessen zijn voor oudere leerlingen, wel onderdelen uitgehaald voor onderbouwleerlingen

Gebruik gedeeltes/onderdelen van het boek

- Ik geef de trainingen samen met een ervaren co-trainer. We doen wel de Rots en Water oefeningen, maar de volgorde meer naar eigen inzicht wat de klas op dat moment nodig heeft. Het boek met lessen is een leidraad, waar we licht vanaf wijken.
- Heb onderdelen uit het boek gekozen en zelf de lessen samengesteld.
- Ik gebruik wel elementen maar stel zelf de les samen. Bedenk ook oefeningen met eigen materiaal. Ik heb nog wel behoefte aan meer ideeën. Ik wil niet in herhaling vallen. En het moet fris en uitdagend blijven ook als ze straks al een paar jaar r en w hebben gehad. Zoek ook elders maar fijne ontspanning oefeningen om de les mee af te sluiten. In de 3-daagse kwamen ook veel ideeën voorbij. Helaas niet alles onthouden
- Ik werk intuïtief. Ik gebruik de oefeningen uit de boeken maar bedenk er ook zelf of pas ze aan. Wanneer je de rw benadering gebruikt kun je alles transformeren naar rots en water. Ik kijk naar wat de groep nodig heeft.
- Veel lessen zijn voor oudere leerlingen, wel onderdelen uitgehaald voor onderbouwleerlingen

Aanpassingen - tijd

- Tijd gebrek. Kortere lestijd korter programma
- Aanpassen aan tijd en doelgroep

- Minder tijd en andere leeftijdsgroep dus we passen onderdelen uit praktijk en schoolbreed samen voor een passend aanbod

Aanpassingen - omstandigheden en thema's

- Ik pas het aan aan de kinderen de omstandigheden en voeg er dingen bij die ik ook belangrijk vind
- Aanpassingen aan de leeftijd en wat van belang is binnen de school
- Ik pas de lessen aan aan de thema's die leven en sfeer in de klas. Put ook uit eigen ervaring. Hanteer het boek wel als leidraad en inspiratie.

Overige

- Programma voor gr 1-8 , werk op maat, voeg mindfulness kinderyoga en onderlinge kindermassage toe en andere zaken die raakvlak hebben
- Maak ook gebruik van basisschool breed
- Ook gebruik gemaakt van boek methode A omdat het kleuters betrof
- Voor de lagere groepen gebruik ik oefeningen uit het boek: schoolbreed, groene spelen en activiteiten uit mijn eigen LO ervaring
- Ik maak ook gebruik van het boek dat ik gekregen heb n.a.v. de training basisschoolbreed.
- Antwoordt is ja en nee, praktijkboek gebruik ik wel, maar ik heb ook andere oefeningen, ideeën waar ik vaak ook gebruikt.
- Voor de groep 3 heb ik een serie van 3 lessen ontwikkeld waarin de leerlingen een RW-avontuur beleven vanuit de verbeelding d.m.v. een fantasieverhaal over een muis en zijn klasgenoten. Elke les staan er 2 kwaliteiten centraal. Deze lessen worden in het speellokaal gegeven en het verhaal loopt als een rode draad door de RW-oefeningen(niet allemaal uit het boek). Ervaringen zijn positief.
In groep 4 krijgen de leerlingen 10 lessen en die bestaan uit de thema's die ik geleerd heb bij de cursus en met de oefeningen uit het boek, maar ook voor gr.4 veel nieuwe oefeningen bedacht en bij elke les verdiepingen in de klas.

Bent u bij de voorbereiding of uitvoering van de training tegen problemen aan gelopen?

Tijd(stip)

- Kost veel tijd
- Veel zoekwerk
- De lessen zijn heel uitgebreid er is niet altijd genoeg tijd
- Het is belangrijk dat er tijd vrij wordt gemaakt voor de lessen. Voor zowel de leerkracht die het moet geven als voor de leerling. Het moet niet ten koste gaan van andere lessen of tijd.
- Ik wil teveel in 8 lessen doen
- Concrete tijd om de rots en water lessen in te roosteren. We zijn 2 trainers die alle groepen rots en waterles geven. Schoolbreed. Nu krijgen we subsidie van de gemeente om dit uit te voeren. Schoolbreed. We gaan voor een sociaal veilige school, plaats en gemeente.
- Het zijn veel opdrachten voor 1 les. Ik heb niet alle opdrachten uitgevoerd, maar zelf een selectie gemaakt.
- Het speellokaal is voor oudere leerlingen bij ons op school gauw te klein. De tijd van drie kwartier is vaak net te kort.
- Kinderen vinden het niet leuk als je de training onder de Gymles plant. Kinderen kunnen de training als straf ervaren als deze wordt ingezet als de sfeer in de klas niet goed is door pestgedrag.
- Omdat ik klassikaal lesgeef op een mytyschool loop ik uiteraard tegen veel hobbels aan. Ik probeer alle oefeningen met iedereen te doen, maar dat lukt niet altijd. Ook de verstandelijke beperking in combinatie met een lichamelijke beperking geeft uitdagingen. We komen altijd tot oplossingen. Het groepsproces heeft daarom bij mij veel aandacht. Ik kom helaas niet veel toe aan extra individuele aandacht.

Weerstand van leerlingen

- Weerstand van leerlingen
Het inroosteren van de training op school
- Ja sommige kinderen zijn erg opstandig en vragen zich het nut af van een rots en water les.
- Kinderen zien de oefeningen vaak als spelletjes en vinden het soms lastig om de bedoeling erachter te zien/ervaren.
- Kinderen die in de weerstand zitten. Hoe krijg je die mee.
- In 'onveilige' groepen vind ik het moeilijk om positief te blijven en niet boos te worden. Oudere kinderen in gr 6 7 8 letten zo erg op elkaar, ook of het wel 'stoer' is om mee te doen met de oefeningen, dat ik nog moeite heb om de oefening interessant genoeg te brengen en de kinderen ook hun ademhaling goed in te laten zetten.
- Veel kinderen die op de basisschool rots en water hebben gehad, vinden het saai
- Ja, leerlingen die aangeven niets te voelen in hun lichaam. En dit blijven aangeven, lastig hoe je ze het toch kan laten ervaren.
Hoe leerlingen de transfer naar de praktijk kunnen maken. Onze leerlingen, cluster 2 onderwijs, vinden dit erg lastig.
- ja, lastig voor meisjes die geen sociale aansluiting vinden

Grootte van de groep

- De groep is te groot
- groeps grootte
- Grote groep, nu met halve klassen is beter.
- lastig om halve klassen les te geven wat doet de andere helft? Kost formatie, directie niet blij mee
- Grote klas lastig
- -soms te grote groepen en te onveilig;
-weerstand van oudere kinderen die geen rots en water willen doen;
-groepen waar kinderen in zitten die veel stress hebben tijdens de lessen en hierdoor bijzonder gedrag vertonen (clownesk, materiaal weggooien, respectloos naar docent en andere kinderen, etc);
-dat rots en water zich op de school alleen beperkt tot mijn lessen en nog onvoldoende in de school wordt doorvertaald;
-dat groepen slecht bewegingsonderwijs krijgen en daardoor tijdens mijn lessen niet gewend zijn aan structuur en de boel afbreken;
-geen overwicht van leerkrachten;
-slecht functionerende leerkrachten, waardoor rots en water geen tot weinig effect heeft.
- sommige groepen zijn eigenlijk te groot, maar splitsen lukt niet altijd omdat ik de groepsleerkracht bij de R&W les wil hebben.

Organisatie

- Soms organisatorisch. Wanneer in de gymzaal etc.
- Het goed thematisch opbouwen van de lessen.
- Niet elke oefening slaat aan en daarom laat ik die soms weg. Niet elke ruimte is bijvoorbeeld geschikt voor tikspelletjes e.d.. Ik heb ook een aantal Mindfulness elementen geïntroduceerd en meestal besteed ik meer aandacht aan de reflectiemomenten dan in het boek aangegeven staan
- Ik werk graag op matten, het duurde lang voordat dat geregeld was.
- ja, duidelijke afspraken maken over reserveren ruimte (gymzaal), assistentie door leerkracht en wat zijn/haar rol is, dat tijd van R&W les niet tijdens pauze valt: boze leerlingen
- Heb wat moeite gehad geschikte plankjes te vinden voor de jongere kinderen. Uiteindelijk met gipsplankjes gedaan voor de meest jonge kinderen. Dit was een tip vanuit het Facebook forum Rots & Water.
- Randvoorwaarden; zoals genoeg voorbereidingstijd, overlegtijd, urenvergoeding, uit-of omroosteren van eigen vaklessen voor het geven van de R&W lessen. Zorg dat ze vooraf goed afgesproken worden met de leiding om misverstanden en teleurstellingen te voorkomen.

Lesopbouw

- Het maken van een goede lesopbouw vind ik moeilijk.
- Een nuttige doorgaande lijn krijgen om elke week les te geven aan de groepen 4 tot en met 8 was best lastig. Ook de jongste groepen de diepere laag te laten begrijpen is lastig.
- Ik mis doelen op papier waar leerlingen aan willen/kunnen werken.
De leerlingboekjes waar jullie over schrijven lijken mij handig.
- Heel erg zoeken hoe ik een programma samenstellen... Fijn dat het nieuwe boek uit komt. In praktijk is het voor veel kinderen al heel moeilijk om te focussen en naar uitleg te luisteren. (Schilderswijk) ze vonden het snel saai
- Het basisboek is te complex. Te veel leeswerk. Het boek Schoolbreed is heel overzichtelijk.
- altijd een te kort een oefeningen, met name speelse activiteiten voor de middenbouw
- Uitwerken van een plan was voor de groepen 1-8 was veel en intensief werk. Een voorbeeld voor een doorlopende lijn was handig geweest. Nu moest ik het wiel zelf uitvinden. Alle lessen aan de thema's koppelen.

Aanpassingen doelgroep

- Het programma aanpassen op de groep is een uitdaging.
- Veel aan moeten passen voor de kinderen
- Reflectievragen zijn soms niet toepasbaar op de doelgroep. Tip: altijd je eigen gevoel volgen en lessen en overdracht aanpassen aan de kinderen.
- Niet alle oefeningen zijn geschikt voor de doelgroep bij ons op school. Wij hebben lessen aangepast.
- De lessen zijn voor het SBO te vol. We delen de lessen op . Tussen de lessen door de uitleg vergt in het begin te veel van de leerlingen op het SBO. Eerst werken aan gronden en concentratie, daarna pas meer tijd voor uitleg tussen de lessen door. Kinderen met autisme hebben tijd nodig om te leren aanraken en aangeraakt te worden. Deze leerlingen hebben vooraf concreet nodig wat we gaan doen. Zelf een lesopzet inzichtelijk maken voor deze leerlingen is dus noodzaak.
- Bij 1 groep was het nodig om eerst veel samenwerkings oefeningen te doen. Refereren kort en krachtig. Ze willen in de zaal bewegen. Kun je in de klas wel dieper op ingaan

Overige

- Ja maar we kunnen elk jaar verbeteren
- Ik gaf het aan kinderen van groep 3 en 4 , dus sommige oefeningen waren wat moeilijk voor ze.
- Het verschil in hoe jongeren de training oppikken is soms erg groot. Dit vergt een goede voorbereiding zodat het voor de jongeren die meer tijd nodig hebben om te begrijpen waar het om gaat die tijd ook krijgen maar tegelijkertijd de jongeren die het snel oppakken des 'saai' gaan ervaren.
- Ik leer het beste door alle oefeningen te voelen en te zien. Lastig om lezend een voorstelling van de oefeningen.
- We vinden het soms lastig bij kinderen met autisme. Wat kun je wel doen en wat niet? Daar willen we een verdiepingscursus voor gaan volgen.

Heeft u tips voor andere uitvoerders om deze problemen tegen te gaan? (Adviezen)

Aanpassingen

- Pas, indien nodig, de les aan als je merkt dat een oefening niet loopt. Houd je niet teveel vast aan wat je in je hoofd hebt
- Ik heb met collega's de training zoveel mogelijk aangepast aan de LVB doelgroep
- Het is een maatwerk programma en iedere les bij iedere groep is weer anders.
- Ga ook in op de behoeftes van de kinderen.

- Geen problemen wel indeling lessen soms gewijzigd naar mate de groep het nodig had, ook meer per thema samengevoegd: lessen over gronden of juist over samenwerken etc. Werkt voor mij heel prettig en voor de leerkrachten die erbij zijn ook duidelijker hoe ze kunnen aansluiten in de klas.
- We geven drie x per jaar trainingen, Max 10 kids. We passen het programma nog zeer regelmatig aan, ook naar aanleiding vd groep
- Wij passen oefeningen aan omdat sommige oefeningen te moeilijk zijn voor onze leerlingen. (ZMLK)
- ik heb mijn eigen lesstof die aansluit op de doelgroep waarmee de leerling gaat werken en gebruik ook veel uit het praktijkboek
- In het begin gaf ik de trainingen precies volgens de voorgeschreven lessen. Na het volgen van rots en water schoolbreed ben ik hier meer mee gaan spelen. Dit geeft mij meer handvatten om het toe te passen aan de groep en leeftijd die ik heb.
- Soms werkt een oefening niet zoals gehoopt, maar pas het dan terplekke aan
- We zijn nu voor de tweede jaar bezig en elke groep is anders. We bespreken elke week de lessen en passen ze aan de groep en tijd aan. Bijvoorbeeld voor een toetsweek of iets anders. We nemen dat mee in de lessen.
- Het is erg nadenken en de juiste oefeningen uitzoeken, nadenken over wat als deze oefening niet lukt, wat doe je dan. Kunnen differentiëren en anticiperen is belangrijk.

Betrek andere leerkrachten en ouders

- Ik vind het lastig om een complete les uit te werken. Wanneer er meer handvatten zijn / je met collega's kunt sparren, ontstaat er meer zelfvertrouwen en lukt het beter
- Sparren met collega-trainers
- De groepsleerkracht 'verplicht' ik inmiddels om mee te doen met de training, zodat deze hetzelfde ervaart en leert als de leerlingen en dezelfde taal spreekt als de training is afgelopen.
- Ja vooral het samenwerken met een leerkracht, als je 1 x per week bij een groep komt is het heel belangrijk dat een leerkracht mee gaat in het proces van Rots en water!
- Het samenstellen van een jaarprogramma is niet eenvoudig. Spreek Rots&Watertaal op schoolniveau af!
- Goede intake is belangrijk in mijn werk, betrekken van leerkrachten en ouders.
- Ja, oudertraining en ouder-kind training zijn een cruciale toevoeging

Aanbrengen structuur en lessenplan

- Ik heb na de trainingen een lesplan gemaakt voor mijn school. De leerkrachten hadden hier behoefte aan, als houvast. Wij hebben het onderverdeeld in 4 levels: groep 1 en 2, 3 en 4 etc. Het jaar hebben we verdeeld in r&w Ik, Ik en de ander, ik en de groep en r&w buiten de klas. Werkt heel fijn!
- Niet dat ik weet. Ik ben wel van mening dat je zelf structuur en lijn aan moet brengen in de lessen. Er wordt wel een basis meegegeven, maar het moet uiteindelijk een levenscyclus worden die bij jou past. Maar dit heeft vooral op ruimte om de trainingsinhoud passend per groep te maken. Hier zitten namelijk ook verschillen in, kijkend naar groepsdynamiek.
- Ik heb een lessenreeks ontwikkeld en een werkboek voor de leerlingen en ben aan de slag gegaan. De lessen worden bij ons (Zwijsen College) binnen het vak Leefstijl gegeven.
- Het is belangrijk om de lessen zorgvuldig voor te bereiden. Tijdens de lessen kun je je dan heel goed, op een ontspannen manier, richten op wat er gebeurt, wat je ziet en hoe hiermee verder te gaan. Het wordt dan een heel mooi continu proces.

Volg de RW-specialisatie training 'Basisschool schoolbreed'

- Eerst de 2 daagse schoolbreed volgen, dit praktijkboek geeft veel lesmogelijkheden
- Ik haal mijn lessen voornamelijk uit het boek basisschoolbreed voor po. Dat is vrij beperkt. Ik zoek zelf naar variatie. Ik kijk dan ook uit naar de nieuwe versie van dit boek

Overige

- Probeer tijdens de lessen dicht bij jezelf te blijven
- Ja, mijn collega's hadden vorig jaar een werkboekje samengesteld en ik heb dit jaar gekozen om dit niet te doen.

- (Nog) meer korte praktische spelvormen
- Zorg dat de kinderen echt op tijd zijn zodat je de volledige tijd ook kunt gebruiken.
- Meer richten op het didactische onderdeel tijdens de training
- Ik geef sinds dit schooljaar voor het eerst de rots en Watertraining. Ik maak nu voor mij zelf een kleine uittreksel van de lessen als spiekbriefje. Het boek is dan te groot en niet handig om bij mij te houden tijdens de les.
- we geven nu ook Rots & Water aan de meisjes
- Vernieuw het videomateriaal, misschien ook meer met Social media verwerken
- De lestijd vloog voorbij, niet teveel oefeningen erin stoppen, En toch ook vooral veel doen.

Wat zijn volgens u de succesfactoren van de interventie?

Een nieuwe (psychofysieke) methode: leren door fysiek te ervaren, te doen en te bewegen

- Lichamelijk ervaren en kinderen zijn enthousiast over de methodiek.
- Fysieke oefeningen (Ervaren is leren) in combinatie met de bewustwordingsvragen.
- Door vooral fysiek en praktisch te worden en ervaren de kinderen hun eigen grenzen en die van anderen.
- Leren door te doen en dus zelf te ervaren.
- Door ervaring
- De leerlingen ervaren dingen door ze te doen
- Kinder ervaren zelf door het uitoefenen van de verschillende oefeningen . Hierdoor worden ze gemotiveerd om te werken aan de doelen die we vooraf door hen op papier laten omcirkelen.
- Je leert kinderen bewust te worden van hun eigen kracht en hun eigen verantwoordelijkheid. Niet door steeds te praten maar door te ervaren en te doen!!
- Door het fysiek trainen, ervaren en beleven van sociale vaardigheden
- Bewegen/leren voelen/middels spel grenzen leren (ver)kennen.
- Combinatie bewegen en praten. Ervaren.
- Door de kinderen fysiek te laten ervaren hoe het is om hun grens aan te geven, hoe het voelt als ze gespannen zijn. Etc.
- doorgaande lijn in de school
- Het ervaren door te doen
- situaties nabootsen en door te doen i.p.v. alleen over te praten
- Het ervaringsgericht en reflecterend leren. Kinderen doen in de praktijk succeservaringen op en leren hierdoor met een andere bril naar (sociale) situaties te kijken.
- Het psychofysieke is belangrijk, doen en ervaren.
- Door een spel ervaar je fysiek hoe het voor jou werkt.
- Leerlingen voelen wat iets met ze doet, zodat ze het niet bij anderen doen.
- Door de oefeningen ervaren de kinderen echt waar je het over hebt
- Zelf ervaren met je lijf en gevoel werkt
- Doen en daardoor ervaren
- Kinderen doelgerichte handvatten geven en door te leren doen ervaren
- Doen, voelen en ervaren.
- Het doen en letterlijk voelen wat er met je lijf doet.
- Betrekken ouders. Concrete taal. Ervarend leren.
- Samen op een fysieke manier bezig zijn met het vergroten van de sociale competenties van kinderen, de onderlinge verstandhoudingen en de sfeer in de groep.
- concreet, vooral door het te doen, spreken van dezelfde taal
- Fysieke activiteiten; middels oefeningen voelen wat iets met je doet.
- Sociale vaardigheden aanleren dmv bewegen

- Rots en water laat je speels inzicht krijgen in je eigen handelen
- Met je lijf praktisch bezig zijn en ervaren wat je eigen krachten zijn.
- Het vele doen in de lessen, weinig theorie en veel oefenen.
- Veel bewegen, ervaren en doen ipv veel theorie en schrijfwerk bij sociale programma's.
- Ook dat de oefeningen fysiek zijn en ik steeds een vertaalslag maak naar de praktijk
- De leerlingen zijn vooral ook fysiek bezig in combinatie met hun mentale vaardigheden.
- Veel actie-veel bewegen maar ook goed uitleggen waarvoor je het doet. Wanneer kan je het gebruiken. Kinderen leren zelf te reflecteren.
- Leerlingen vinden het prettig om te bewegen en leren door middel van bewegen.
- meer vanuit lichamelijk oefening kunnen terugkoppelen naar mentaal
- Dit aanleren door letterlijk 'in beweging te zijn' is in mijn ogen het sterke punt van Rots en Water.
- Het is een activiteit die afwijkt van de andere lessen, andere talenten komen naar voren. (Niet de zoveelste 'praatles') Kinderen voelen zich gehoord en gezien, ze komen vaak na de lessen iets in vertrouwen vertellen.
- Dat er juist dmv veel bewegen de vertaling wordt gemaakt naar gevoel en eigen gedrag. Gouden driehoek. Dat het afgestemd is op jongentjes. Dat het kinderen helpt in de social emotionele ontwikkeling.
- Reflecteren op eigen gedrag en dat van de ander. Lichaam/beweging als ingang

De bewustwording van eigen gedrag (zelfbewustzijn)

- Kinderen kunnen gedragingen van andere kinderen herkennen en plaatsen. Vervolgens kunnen ze een bewuste keuze maken voor hun eigen gedrag
- De kracht van Rots en Water is bewustwording van jezelf, de ander en de groepsdynamiek
- Bewustwording
- Bewustwording
- Kinderen zijn zich bewuster van zichzelf en hun eigen lichaam en kunnen daardoor beter reageren in sociale situaties en conflicten.
- Bewustwording van gedrag en de keuze daarvan.
- Je leert kinderen bewust te worden van hun eigen kracht en hun eigen verantwoordelijkheid. Niet door steeds te praten maar door te ervaren en te doen!!
- Door een grotere bewustwording van jezelf, je eigen kracht, je grenzen, keuze voor je gedrag kun je het gedrag van een ander ook beter begrijpen.
- Bewustwording
- Bewustwording van acties na de (fysieke en emotionele) ervaring.
- De oefeningen de kinderen echt bewustwording geeft van wat een bepaald gedrag kan doen en aanvoelen bij een ander.
- Kinderen zijn op een positieve manieren bezig om hen eigen grenzen en die van een ander te verkennen.
- bewustwording van eigen gedrag en de reactie van anderen daarop
- Bewustwording van hun eigen gedrag in relatie tot de ander.
- Bewustwording
- Bewustwording van lichamelijkheid.
- Stik staan bij je gedrag en houding
- Leerlingen zijn zich zelfbewuster
- aandacht en bewustwording
- De samenwerking en dat een kind zich echt bewust wordt van eigen keuzes en handelen!
- bewustwording van eigen lichaam/gedrag/handelen
- We zijn met de leerlingen bewuster bezig met het er mogen zijn. Bewust worden van het hele lijf, gronden, centreren, adem, focussen. Daardoor meer zelfvertrouwen ontwikkelen bij de leerlingen. Ze leren door bewegen en spelvormen omgaan met elkaar en met de leerkrachten. Tonen respect voor elkaar, durven emoties te tonen, leren vertellen waarom emoties optreden. Leren vooral ook veel samenwerken en kunnen samen trots zijn op goed gelukte oefeningen. Kortom, iedere Rots en Water les is voor hen en mij een feest.

- Omdat het van je eigen gedrag uitgaat. De baas zijn van jezelf en eigen keuzes durven maken.
- Luisteren naar je eigen lichaam, meer besef van jezelf en daardoor ook de relatie met de ander
- Door de wetenschap dat ze een keuze hebben hoe te reageren. Inzicht in gedrag
- Kinderen leren dat het eigen gedrag van invloed is. Ze kunnen het gedrag van andere kinderen niet altijd veranderen en daar worden ze zich bewust van.

De gemeenschappelijke Rots & Water taal

- Door het schoolbreed aan te bieden wordt het ook echt schooltaal en kun je in alle situaties erop terug vallen
- Door het gebruik van Rots en Water taal krijgen de kinderen meer inzicht in eigen gedrag
- Kinderen snappen de begrippen rots en water en kunnen situaties herkennen.
- Duidelijke taal
- Doordat je dezelfde taal spreekt.
- Als de leerkracht de oefeningen van de training ook blijft benoemen in (conflict) situaties en elke dag de rots en water taal spreekt.
- De Rots&Watertaal en concept is goed buiten de lessen bruikbaar.
- op een positieve manier benaderd worden met positieve taal door volwassenen
- Ieder spreekt dezelfde taal.
- praten in Rots & Watertaal
- Rots en water zijn duidelijke begrippen voor kinderen.
- de R&W taal is erg fijn een aansprekend, in veel situaties toe te passen
- door de Rots en Water taal gaan ze het overal toepassen!
- Verbinding school en thuis. Spreken van dezelfde taal.
- Gemeenschappelijke taal.
- concreet, vooral door het te doen, spreken van dezelfde taal
- We spreken dezelfde taal; ook thuis bruikbaar

Begrip en respect voor elkaar, samenwerking en plezier

- Kinderen meer begrip voor elkaar
- Kinderen zijn super enthousiast. Het mooiste vind ik de samenwerking en plezier
- Samen bezig.
- Je ervaart het met je lijf. Samenwerken en elkaar helpen
- De samenwerking en dat een kind zich echt bewust wordt van eigen keuzes en handelen!
- Plezier afgewisseld met bewustwording.
- De oefeningen geven de kinderen plezier
- goede sfeer in de groep
- Respect voor elkaar in de groep
- Het sociaal bezig zijn met elkaar, inleven, groeien van respect voor elkaar, het zelfvertrouwen wat het brengt. Groepsgevoel ontstaat.
- Leerlingen vormen een klas en krijgen meer respect voor elkaar.
- Samen op een fysieke manier bezig zijn met het vergroten van de sociale competenties van kinderen, de onderlinge verstandhoudingen en de sfeer in de groep.

Toepasbaarheid van het programma

- de link naar de maatschappij en hoe je daar instaat is dan makkelijk gelegd.
- in de les getrainde vaardigheden worden toegepast in de praktijk
- Toepasbaarheid in praktijk

- Het maakt jezelf en de kinderen attent op zaken waar je niet meer bij stil staat (luisteren naar je lichaam, centreren, gronden, focussen en de tijd nemen voor zaken). Je kunt het overal gebruiken, autorijden, lesgeven, aanraken, luisteren enz.
- Het is breed toepasbaar.
- Het is praktisch, leuk en herkenbaar
- Het geeft handvatten die op school én thuis gemakkelijk toepasbaar zijn.
- Oefeningen verbinden aan concrete situaties in de klas/plein/thuis.
- Herkenbaarheid door de gehele school, omdat alle leerlingen nu R&W lessen krijgen.
- Door het feit dat je met behulp van je lichaam (bewustzijn , kracht en rustcentrum) het altijd kunt toepassen.

Zelfvertrouwen

- Vertrouwen, rust, sfeer, kracht
- Meer zelfvertrouwen.
- Leerlingen krijgen meer zelfvertrouwen
- Het fysieke weerbaarheid stuk geeft kinderen ook zelfvertrouwen.
- Daarnaast ook het ontwikkelen van meer zelfvertrouwen en respect voor de ander
- Het geeft een kind echt zelfvertrouwen
- Ik zie dat de kinderen meer zelfvertrouwen krijgen
- hebben meer zelfvertrouwen en komen beter voor zichzelf op
- De wat stillere kinderen laten nu meer van zich horen en durven voor zichzelf op te komen.

Gronden, centreren en focussen (sterk staan)

- gronden centreren en focus.
- Meer focus door gronden.
- Het gronden/centreren.
- Focus, sterk staan
- Leerlingen stevig laten staan

Bewegen / fysieke activiteiten

- Fysiek bezig zijn
- Bewegen!!!! Geeft inzicht lol en interactie
- Fysieke factor vinden kinderen prettig.
- De spelvorm is leuk om te doen.
- Dat kinderen actief en fysiek bezig zijn.

Afwisseling fysiek + feedback + reflectie

- De fysieke ingang afwisselen met feedback en momenten van reflectie. Ruimte voor het gesprek.
- Door de afwisselende manier waarop de R&W principes steeds weer terugkomen.
- Door de combinatie van de fysieke opdrachten en de reflectievragen. Het lijflijk ervaren van Rots en Water.
- Bewegen combineren met gesprekken
- Combinatie bewegen en praten. Ervaren.

Collega's, ouders, leerkrachten hebben hetzelfde doel

- Als collega's, ouders voor t zelfde doel gaan
- Alle collega's zijn op de hoogte en gebruiken het ook regelmatig in hun lessen.
- Cursist, ouders, leerkracht en trainer vormen een cirkel

Eigen grenzen aangeven

- Kinderen zijn op een positieve manier bezig om hen eigen grenzen en die van een ander te verkennen.
- Ze ontdekken grenzen en leren deze aangeven.

Kinderen komen in hun kracht

- kinderen komen in hun kracht.
- Kinderen ervaren dat ze sterk zijn en gaan dit toepassen bij andere situaties zoals opkomen voor jezelf, maar ook bij toetsen

Overige

- Je raakt het innerlijk weten van de mens!
- zie ik bij mijn studenten van hun gedrag, feedback van andere docenten over studenten, ook studenten zelf
- Je geeft levenslessen, waar elk kind en ouder wat aan heeft!
- een paar lessen die in de klas worden gegeven zijn m.i een waardevolle aanvulling omdat het soms lastig is voor kinderen om de transitie vanuit de zaal naar de klassensituatie te maken.
- Praktijk, betrokken ouders
- Het werkt wanneer er volledig vertrouwen is tussen docent-leerling en leerlingen onderling.
- De "rotsige" kinderen hebben meer beheersing in hun gedrag gekregen
- Dichter bij jezelf blijven.
- Leeftijdsgenoten in een kleine veilige setting waarin ze leren elkaar beter te begrijpen. Gedragingen van een leerling in de klas of op school dat eerder gezien werd als 'vreemd' of 'irritant', kan door middel van de training gedrag veranderen maar ook meer begrip kweken bij andere leerlingen wanneer zij de redenen van dit gedrag leren kennen en begrijpen.
- Oogcontact, aanraken, samen lol/emotie delen.
- Ik denk niet dat het werkt, ik zie dagelijks dat het werkt!
- De leerlingen kunnen veel bewegen, elke activiteit is te vertalen naar kwaliteiten. Dagelijkse situaties kun je snel aanpakken tijdens lessen
-
- X
- .
- duidelijk en gevoelsmatig heel goed
- Wij starten direct bij het begin van het schooljaar als de klassen elkaar nog niet kennen.
- het werkt rust gevend voor de kinderen
- Ze creëren en veilige ongedwongen setting.
- Als leerkracht zie je enorm veel. Door op een veilige manier hierop aan te sluiten, bereik je het kind. En dat is toch wat we als leerkrachten willen. Hiermee kun je dan samen (leerkracht én kind) aan de slag.
- Om leren gaan met moeilijke situaties die op dat moment ook spelen in de groep.
- het geeft woorden aan gevoel en gedrag
- Tools die ze kunnen inzetten bij verlies van zelfcontrole
- Als leerkracht en en ouders er een follow-up aan geven
- Herhaling
- Tijd nemen om bij te sturen tijdens de les.
- goed overleg met de leerkracht.
- positieve manier van het benaderen van kinderen
- Opnemen in het lessenprogramma
- Vanwege werken aan: sociale cohesie in de groep, respect, zelfverzekerd zijn, beheersing impulsen, opkomen voor de ander, eigen grens laten voelen en de grens van de ander accepteren.
- Degene die Rots en Water training volgt krijgt duidelijke handvatten om richting aan zijn leven te geven.

- Praten over,nadenken over
- Terughouden van kinderen en ouders hoe ze het gebruiken
- Ik zie kinderen groeien tijdens de lessen. Ook de reacties van omgeving van de kinderen merken positieve veranderingen.
- Leerlingen de extra aandacht geven vinden ze fijn. Maar vooral de leerlingen zelf worden opener en geven mee aan. Persoonlijk contact is belangrijk en dat mis ik soms in een klas situatie. . Leerlingen voelen zich gehoord en gezien en leren daar zelf ook van
- Doordat het als wekelijks vak gegeven wordt ipv een training van 8 of 12 weken. Door de herhaling gaat t beklijven bij onze leerlingen
- Groepsgevoel en verantwoordelijkheidsgevoel wordt ontwikkeld
- Praktijk oefeningen

Wat zijn volgens u de mogelijke faalfactoren van de interventie?

Het ontbreken van betrokkenheid van leerkrachten, collega's en ouders

- Ik wil dat de leerkracht aanwezig is zodat hij/zij in de klas ook terug kan pakken na de training.
- Als de leerkracht zelf niet in RW gelooft, zal het niet zijn doel bereiken, ondanks een goede training. Zijn nu bezig om de groepsleerkrachten nog meer input te geven zodat ze door kunnen pakken in de klas.
- Als er niet wordt teruggepakkt op de lessen. Als het alleen in het gymlokaal blijft. Evt. Handvatten voor leerkrachten over hoe je het naar dagelijkse praktijk kunt vertalen wanneer het door externe wordt gegeven.
- Betrokkenheid van ouders moet groter wil het een kans van slagen hebben en leerkracht van bewuste groep moet echt vanuit gevoel achter de training staan en ook doortrekken naar dagelijkse situatie (transfer). Dit laatste is van groot belang. Is dit niet het geval dan is het effect gegarandeerd minder effectief. Ik ben er steeds strenger op geworden dat de leerkracht achter de training moet kunnen staan en ook actief deelneemt.
- Enkel de training aanbieden is als een zandkorrel in de woestijn. Na de training moet er vervolg zijn op school door de groepsleerkrachten.
- Ouders wel betrekken bij de lessen.
- Leerkrachten die de les mee volgen, maar er niet in geloven. Dit is nog wel eens het geval bij extreem onveilige groepen waar de problematiek zo groot is dat rots en water ook nog ondersteund moet worden met coaching.
- Niet schoolbreed
- Dat (nog)niet het hele team is bijgeschoold. Nu alleen de leerkrachten vd desbetreffende groepen en 2 duo trainers binnen de school.
- Interesse van ouders is minimaal, niet al mijn collega's zijn even enthousiast
- Groepsleerkracht die niet actief meedoet met de lessen.
Ik word door de school ingehuurd
- geen goede samenwerking met docent of school- een onveilige groepsfeer
- De afstemming qua tijd en ruimte zorgt ervoor dat we niet altijd adquaat kunnen inzetten. Wanneer ouders er niet achter staan is het moeilijker werken met een leerling en bereiken we minder.
- Succes valt of staat met de inzet van de groepsleerkrachten op dit gebied naast de trainingen die er gegeven worden. En of en hoe ouders dit thuis oppakken.
- Meer betrekken van leerkracht. Schoolbreed kennen van de taal.
- Ik mis op school de doorgaande lijn

Tekort aan tijd en lessen

- 10 lessen zijn niet voor iedereen voldoende. Herhaling of verrijking is nodig.
- Te weinig tijd, soms is 10 lessen genoeg, soms zou je het hele jaar door willen gaan. Ik heb in mijn werk geen ruimte meer om lln individueel of in een klein groepje te versterken, voor, tijdens of na de training. Dat is soms nodig.
- Cursus v 8 lessen, eigenlijk hebben ouders hier een grote rol in, Door regelmatig te herhalen

- Tijd dat de school ervoor vrij maakt. We krijgen beide een paar uur en moeten veel in vrije tijd doen en dat geldt ook voor de leerlingen. Het zou vast in het rooster moeten komen, want leerlingen zijn graag ook een keer op tijd uit.
- Vaak is er maar 10 weken de tijd voor in het jaar en de kracht zit vaak in herhaling. Ons advies is om er eens in de zoveel tijd ook weer een gymles aan te besteden, maar in welke mate dit daadwerkelijk wordt gedaan?
- Te weinig trainingsmomenten. Te snel door de oefeningen heen gaan.
- De manier waarop Rots en Water wordt gegeven is heel belangrijk (kwaliteit). Ik denk dat het daarmee staat of valt. Maar ook de frequentie van het aanbieden is belangrijk. Wanneer Rots en Water te weinig wordt gegeven gaat het niet beklijven bij de leerlingen. Te veel is ook weer niet goed.
- Kost veel tijd. Implementeren is lastig.
- Het systeem meenemen behoeft veel (meer) aandacht.

Omgaan met niet-meewerkende kinderen of kinderen in de weerstand

- Sommige kinderen vinden het moeilijk rustig en serieus te blijven. Deels uit enthousiasme natuurlijk...
- Wat ik mis is een interventie voor als kinderen zich misdragen...wat zijn de mogelijkheden om deze kinderen aan te pakken..
Daarnaast moet je soms accepteren dat een klas veranderen in 10 lessen niet altijd mogelijk...het heeft tijd nodig..
- Wat als het niet werkt? De werkboeken gaan uit van de meest ideale situatie. In mijn geval zijn de kinderen zo ver verwijderd van zichzelf dat veel oefeningen niet aanslaan.
- Kinderen die echt niet willen
- Er gaat iets voor aan de rots en waterlessen en dat is klassenmanagement. Het is moeilijk in een groep waarin dit niet goed loopt de rots en waterlessen op een goede manier te geven.
- leerlingen moeten m.i. wel voldoen aan een aantal startprincipes zoals kunnen luisteren en regels accepteren.
- zoals ik al eerder beschreef is het lastig voor meisjes die sociaal geen aansluiting hebben. genegeerd worden door de "populaire meisjes".
- Ruimte niet veilig.
Er is een leerling die negatief d3 boel beïnvloedt
- Te drukke en storende kinderen kunnen de groepstraining verstoren.

Het niet goed kunnen overbrengen van de essentie van het programma

- Sommige oefeningen vind ik wat dromerig, niet concreet genoeg voor onze doelgroep.
- Het is te abstract voor sommige doelgroepen.
- Maak het niet te 'zweverig'. Houd het dicht bij de kinderen (ps. in de vraagstelling moet 'verbeterd' met een d ;)
- Sommige kinderen vinden het wat zweverig. Soms lastig om mee om te gaan
- R&W-lessen lopen het risico te veel als 'alleen' spellessen gezien, die vooral leuk moeten zijn. Terwijl R&W met name zinvol wordt door de reflectie. En de kinderen die R&W minder leuk vinden zijn vaak degenen die ze het hardst nodig hebben.
- Soms is het moeilijk voor kinderen om de situatie toe te passen. Het blijft dan bij leuke bewegingslessen
- Als er niet gemindset wordt, blijven de oefeningen alleen leuke spelletjes en als het dan alleen bij de training blijft dan zullen de kinderen het niet gaan toepassen.
Ik heb voor groep 4 korte lessen voor in de klas gemaakt die het thema van de training verdiepen. Ook heb ik het gekoppeld aan voorlees verhalen. Elke dag lezen we de kinderen voor en het is mooi dat het thema ook zo versterkt wordt.
- transfer naar het dagelijkse leven

De groepsgrootte + ruimte

- Te grote groep
- Mogelijkheid om ook in kleinere groepen aan de slag te gaan
- Klassikaal was lastig. Het waren te veel kinderen en ik vond het vervelend dat ik de kinderen niet meer aandacht kon geven.

Ik miste de stootkussens. De oefeningen die daarbij hoorden waren echt super geweest voor heel veel kinderen.

- Te grote groep, teveel bezig met orde en rust
- groepsgrootte
- Het aantal deelnemers
- De groepen zijn vrij groot en de ruimte is bij ons te klein.

Aanpassen aan de doelgroep

- ga niet zomaar de lessen geven zoals in een voorbeeld staat. Probeer te personaliseren, kijk wat bij jou en de groep past en wat de groep nodig heeft. Is lang niet bij elke groep hetzelfde. Het is niet zomaar een methode die je 'afdraait'
- Te snel willen. Het is belangrijk om te blijven sluiten aan de behoeften van de groep maar ook individueel. Per keer maatwerk bespreken. Kinderen met autisme kunnen moeilijk de vertaalslag maken. Raken snel geïrriteerd van bepaalde oefeningen en hebben moeite met transfer. Momenteel zoeken naar de juiste ingang om oefeningen op maat te bieden. Kinderen die onveilig gehecht zijn hebben moeite met bepaalde oefeningen en haken snel af. Dan ontbreekt de kennis en vaardigheid om hen veiligheid te verschaffen en succes ervaring op te laten doen. Opbouw van de les kan nog beter worden voorbereid door het laten zien van beeldmateriaal/voorbeeldgedrag. Concrete oefeningen in de klas voor transfer. Nu geven we als gespecialiseerde leerkrachten deze training. We zoeken naar mogelijkheden hoe de groepsleerkracht de kracht en de kern van de oefeningen zelf de rest van de week kan inzetten in de groep.
- Voor ZMLK zijn sommige oefeningen te moeilijk. Maar wij proberen het zoveel mogelijk passend te maken voor elke leerling.
- Het te star willen toepassen van de lessen. Belangrijk blijft het kijken naar de leerlingen. Wat hebben ze nodig, wat kunnen ze (nog) aan. De vertaalslag van de lessen naar de praktijk vormt voor mij een niet te missen onderdeel. De groepsleerkrachten moeten voor mij die vertaalslag maken en elke mogelijkheid aangrijpen dit te doen. Ik eis dat die er bij is. We spreken de les vooraf en achteraf door. Daarbij help ik zoeken naar die vertaalslag en spreek af dat de leerkracht dit gaat toepassen.

Posters/materiaal

- De posters vind ik voor de basisschool niet heel aansprekend.
- De lesmaterialen zijn verouderd, ik werk op een internationale school en daar zijn geen video's voor, nieuw recent materiaal zou erg fijn zijn

Overige

- meer aansluiten op leerlingen tussen 16 en 20
- Het ligt vooral aan de groepsdynamiek en hoe je er als trainer mee omgaat. De interventie is top
- Ik mis verwerkingsopdrachten gericht op jongeren (16 - 20 jaar).
- Zou mooi zijn als de rots en water oefeningen (ook voor jongere kinderen) afgestemd kunnen worden op de verschillende fasen (groepsvorming) die een groep ieder jaar na een vakantie/onderbreking met elkaar doorloopt: storming, vorming, norming etc.
- Ik zou graag willen weten hoe ik dit meer toe kan passen bij jongere kinderen. Daarom ga ik nu de basisschoolbreed volgen.
- Ik kijk uit naar het basisschoolboek.
- Je moet maatwerk kunnen leveren
- De interventie kan verbeterd worden door aspecten voor (jong) volwassenen aan te bieden, zij hebben ook zeker baat bij deze training
- Ik miste zelf heel erg de houvast en waar ik moest beginnen. Ik heb de training alleen gedaan en kwam dus ook 'alleen' terug op school. Hoe je dan moet beginnen en hoe je een curriculum vorm moet geven, vind ik erg lastig.
- Voor jonge kinderen zouden sommige opdrachten misschien net iets anders, of spelenderwijs kunnen. Het plankje doorslaan was lastig omdat sommigen nog zo klein en iel zijn. Alhoewel het bij 6 van de 8 leerlingen wel lukte. Die andere 2 heb ik het met de voet door laten trappen.
- Ik vind het nogal lastig om verschillende type kinderen bij elkaar te hebben.

- De spellen zijn in kleine groepjes moeilijk uitvoerbaar. Ik geef daar een eigen draai aan.
- Kinderen met psychiatrische beelden en te hoge verwachtingen van ouders/scholen.
- Ik denk dat het opzetten van een goed plan dat gedragen wordt door iedereen cruciaal is voor het slagen van de interventie
- Structureel programma cyclisch voor alle groepen per groep meer aandacht voor groepsklimaat (wij oefeningen)
- Niet te jong beginnen
- Vooraf heb ik jaarlijks met een klein groepje 'christelijke' ouders te maken die bezwaar maken. Nadat ik in gesprek ben geweest met deze ouders, krijg ik het vertrouwen om de training alsnog aan te bieden aan hun kind/kinderen.
- Ik zou graag een instrument willen waarmee je rots en water binnen school kan meten. Om te ontdekken of rots en water ook echt werkt.
- Tijd om te evalueren en bij ons op school de middelen om de trainers in te kunnen zetten. Te weinig formatie.
- Te veel praten, soms kinderachtig
- Vaak weten de pubers wel hoe het moet maar doen ze het in de praktijk niet altijd.
- Rots en water ook bij keluters inzetten en aansluiting op VO.
- Dat leerlingen het niet als een gymles zien en hier tegen 'in opstand' komen omdat ze liever een 'echte' gymles willen.
- Er zijn wat klassen met opgroeiende leerlingen (13-18 jaar) die moeite hebben met de woorden Rots en Water. Als dat speelt beginnen we met te vertellen dat we leuke spellen gaan spelen in de gymzaal. De taal van R&W brengen we spelenderwijs in gedurende de les.
- Wat ik wel merk is dat er door lessen op de basis school een soms wat negatief vooroordeel is ontstaan bij met namen jongens. Ze vonden het programma op de basisschool dan te saai, niet genoeg stoten tegen het stoot kussen, te veel praten en te weinig actief. Wij hebben ons programma daarom op de introductie in klas 1 aangepast. Hoger tempo waar kan en rust waar het moet. Daarnaast genoeg activiteiten om even actief bezig te zijn, zoals dribbelen en even rennen tussendoor met bijvoorbeeld een tikspel. Uiteraard genoeg tijd om even te stoten.
- Korte gesprekje tussen door om het naar de schoolsituatie om te zetten
- Vanwege de bekende personele problemen is het moeilijk om met twee leerkrachten de lessen te geven.
- Valkuilen van persoonlijkheid
- Concurrentie voor zzpers indammen door landelijk vaste tarieven te handhaven in ieder geval.
- Daarin zou gedifferentieerd kunnen worden met een digitaal programma, ik gebruik hier een werkboek voor, werkt ook prima.
- ik zou het heel fijn vinden als het boek voor de school digitaal beschikbaar zou worden om de lessen door te geven aan de leerkracht.
- We zijn net schoolbreed begonnen met rots en water. Ik zou het graag op de Cotán lijst zien verschijnen. Goedgekeurd.
- Dat kinderen bepaalde oefeningen op de verkeerde manier gaan gebruiken ter verdediging.
- Bij ons op school loopt het goed maar ik vind het een gevaar dat mensen zonder onderwijservaring na een 3 daagse gecertificeerd trainer zijn
- Rots en water werkt alleen als het standaard in het lesprogramma is opgenomen.
- Nog meer leuke en uitdagende lesideeën, ook voor de onderbouw van het basisonderwijs
- Meer handvatten om oefeningen en kringgesprek bij elkaar te brengen
- Het zweverige imago dat door de zelfstandige praktijken wordt gecreëerd.

8.6 Bijlage 6 – antwoorden open vragen Sondervick College

In de vragenlijst konden de leerlingen middels een tekstvak aangeven wat zij minder goed aan de Rots en Water lessen vonden:

Meer actie en oefeningen, minder praten.

- Meer oefeningen en minder praten.
- iets meer doen want er werd soms meer uitgelegd dan gedaan.
- meer dingen doen in 1 les anders verveelt het. Af en toe werd er ook meer uitgelegd dan er werd gedaan.
- het was een beetje saai
- iets meer doen
- Te veel praten
- Ik vind het saai en dat ze dan meer grappen maken ofzo
- Meer actie en minder praten.
- meer actie en minder praten
- saai
- te veel gepraat
- praten
- er mag iets minder gepraat worden
- ik vind er minder gepraat moet worden want ik ben nogal actief dus ik wil heel graag bewegen tijdens de rots en water lessen
- de gesprekken duurde best lang
- veel te gepraat
- niks maar ik vind het saai
- soms is het saai
- een beetje te lang in de kring
- meer actie
- saai

Ik vond alles goed

- niks
- ik vond alles goed.
- niets
- alles was wel goed
- niks
- niks
- niks
- eigenlijk vond ik alles gewoon goed
- niets
- eigenlijk niks
- niet zo veel
- niks ik vond alles leuk
- Niks
- Niks

Meer of langere lessen

- meer lessen het was te kort voor mij
- er moet een blokuur van worden gemaakt
- LANGERE ROTS EN WATER LESSEN
- dat er soms tijd te kort is
- langer
- Langer

Meer of minder aandacht besteden aan bepaalde zaken

- iets meer omgaan met zelfverdediging
- misschien iets meer hebben over opkomen voor jezelf
- We hadden meer aandacht mogen besteden aan sommige dingen
- ze moeten alles iets beter duidelijker maken
- Dat we iedere keer die paar zinnen moesten zeggen ... die tijd konden we beter gebruiken(ik maar van mijn linker hand een vuist...)
- er kan meer aandacht aan de drukte besteed worden

Er was te veel herhaling

- sommige spellen kwamen te vaak voor en het was dan leuker geweest om iets andere te doen
- sommigen spelen kwamen te vaak voor
- het was steeds een beetje hetzelfde
- steeds hetzelfde

Meer groepsoefeningen

- Meer oefeningen met de hele groep
- meer met de groep samen

Overige

- ik denk dat we iets eerder voor de bel moeten stoppen want bij wiskunde moesten heel veel mensen 8 uur melden
- Aan de sfeer in de klas
- Sommige oefenen bijvoorbeeld dat springen of stokken
- ik snapte het nut ervan niet
- het zelf standig werken
- Dat onze klas niet altijd mee deed dus hadden we ook minder tijd om rots en water te doen
- Ja kan er je zelfverdediging ook gebruiken voor andere dingen
- nee
- het is lang, en ik voel de grond niet.
- Oefeningen met stop want je zegt tegen iemand geen stop als hij naar jou toe komt
- dat je op blote voeten doen
- het duurde allemaal te lang
- mijn concentratie
- soms vond ik het onzin
- niet stil kunnen zitten
- wn
- ?
- 2 uur was wel lang

- ...
- minder goed veel te lange lessen
- ?
- over de verhalen
- soms doen sommige elkaar toch een beetje pijn.
- je doet te veel kinder spellen
- zelfverdediging

Daarnaast kregen de leerlingen in de vragenlijst de mogelijkheid om suggesties te doen voor het verbeteren van de lessen:

Geen suggesties (55x)

Meer actie en/of stoot- en trapoefeningen

- Meer actie
- meer stoten en trappen
- Meer aandacht besteden aan de actieve dingen, dat brengt onze klas vaak samen
- Meer met slaan opdrachten
- meer doen anders hebben kinderen er geen zin in.

Langere lessen

- langere tijden
- langer maken

Betere uitleg

- Duidelijker uitleggen
- iets meer doen dan uitleg.

Betere omstandigheden in de klas

- rustig in de les zijn.
- misschien aandacht hebben voor de drukte

Overige

- niet zo veel herhalen
- minder lessen
- dat mensen ook moeten leren om met elkaar om te gaan als vrienden als we dat nog niet hadden gehad
- iets meer groeps opdrachten
- meer focussen op de serieuze dingen in plaats van in de kring gaan staan en houd je rechter hand op j hart dat is echt onzin
- weet niet
- wat is een suggestie
- ja
- ?
- Wn

In de vragenlijst konden de leerlingen ook middels een tekstvak aangeven wat zij goed aan de Rots en Water lessen vonden:

Het krijgen van meer zelfvertrouwen

- zelfvertrouwen krijgen
- dat je sterker in de schoenen staat
- dat ik nu meer zelfvertrouwen heb
- je kan veel zelfvertrouwen krijgen en ik voel me daar heel veilig
- dat je er zelfvertrouwen van krijgt
- je krijgt meer zelfvertrouwen
- Het gaf sommige kinderen meer zelfvertrouwen zonder dat ze het zelf merkte
- je staat beter in je schoenen door de rots en water lessen
- het zelfvertrouwen meer opbouwen
- zelfvertrouwen
- meer zelfvertrouwen
- bescherming zelfvertrouwen
- je leert hoe je moet omgaan met pesterijen.
en je leert zelfbeheersing en zelfvertrouwen.

Het leren omgaan met moeilijke situaties.

- je leert hoe je moet omgaan met pesterijen.
en je leert zelfbeheersing en zelfvertrouwen.
- goed leren zelfbeheersing
- omdat je alles leert om rustig te blijven in moeilijke situaties
- dat je er rustig van word
- dat je leert om met dingen om te gaan
- betere zelfbeheersing
- om gwn door telopen als er iets spannends is
- Leren met situaties omgaan.

Alles was goed

- alles
- alles
- alles
- alles
- alles
- alles
- eigenlijk bijna alles

Het leren opkomen voor jezelf

- Omdat je leert voor jezelf op te komen.
- je leert hoe je voor jezelf op moet komen en als iemand een gevecht wil hoe je daar om mee moet gaan.
- dat je leert voor je zelf op te komen
- dan leren de kinderen voor zich zelf opkomen
- dat je kan leren om voor je zelf op te komen
- dat je leert voor je zelf op komt

Het krijgen van zelfverdedigingslessen

- ik vind de zelfverdediging goed
- Ik krijg meer zelfverdediging
- sommige mensen vinden het moeilijk om zichzelf te verdedigen die mensen leren dat
- Je leert zelfverdediging
- de zelfverdedigings lessen
- Dat leert zelf verdedigen

De lessen waren leuk

- LEUK
- ik vond het wel leuk
- Het is leuk
- Leuk

De oefeningen

- Doe oefeningen met dat slaan tegen de kussens
- de oefeningen
- de oefeningen
- dat je niet heel de tijd te praten zit in een kring maar ook egt bezig bent

Het leren omgaan met elkaar

- dat je beter met elkaar leert omgaan
- dat je goed leert om gaan met andere
- goed omgaan met elkaar en respect

Sterker leren staan

- ik kan nu veel sterker staan
- Ze leren je sterk te staan

Grenzen leren aangeven

- dat je leert je grenzen aan kunt geven
- Dat je leert om je grenzen aan te geven enzz

Overige

- omdat de docent van rots en water het goed uitlegde.
- weet ik niet
- ??