

# spoorzeker

## Kanjermethode

**Bijlage 1**  
**behorend bij gedragsprotocol**



### Inhoud

1. De Kanjermethode .....	2
2. De kanjerdoelen .....	3
3. De Kanjerkleuren & typering .....	5
4. De 10 thema's van kanjer .....	7
5. Kanjerpestprotocol voor kinderen & ouders.....	10

Maart 2016

## 1. DE KANJERMETHODE.

Zie ook [www.kanjertraining.nl](http://www.kanjertraining.nl)

Net zoals in de maatschappij, de wijk, de sportclub, vinden we op school vinden we veel verschillen tussen mensen. Verschillen in karakter, in leeftijd, in leerprestaties, in uiterlijk en in gedragingen. Hoe we om kunnen gaan met deze verschillen leert de Kanjermethode ons. Het geeft handvatten voor sociaal emotionele groei én het versterkt ons pedagogisch klimaat op Kbs De Spoorzoeker. De kanjermethode gaat uit van een vijftal gedragsregels:

De Kanjerregels	De Kanjerregels positief vertaald
<b>Wij vertrouwen elkaar</b>	<b>We zijn allemaal gelijk en hebben evenveel rechten</b>
<b>Wij helpen elkaar</b>	<b>We zijn en doen eerlijk.</b>

<b>Niemand speelt de baas</b>	<b>We leren om voor onszelf op een goede manier op te komen</b>
-------------------------------	---

<b>Niemand lacht uit</b>	<b>We lachen met elkaar.</b>
--------------------------	------------------------------

<b>Niemand doet zielig</b>	<b>We helpen elkaar en zijn te vertrouwen.</b>
----------------------------	--

Deze regels hebben alles te maken met recht doen aan jezelf en aan anderen en helpen ons in de ontwikkeling van kind tot actief burger door:

- Ons betrokken te voelen bij de schooltaken en bij anderen (medeleerlingen, leerkrachten, OOP etc.)
- Ons hierin goed te voelen
- Voldoende initiatief te tonen (met name sociaal)
- Ons flexibel op te stellen juist bij verschillen tussen mensen en in verschillende wisselende situaties
- Ons autonoom te kunnen ontwikkelen, bij eigen standpunten te kunnen blijven en groepsdruk te weerstaan
- Onze gevoelens adequaat te uiten, dus we kunnen onze impulsen beheersen
- Ons in te kunnen leven in de gevoelens van anderen en hier rekening mee houden.

**Kortom: we nemen afstand van de straatcultuur en gaan voor wederzijds respect.**

## 2. DE KANJERDOELEN

Met de afspraken, de verhalen, de vertrouwensoefeningen, de tips, de afwisselende werkvormen en het voortdurend een beroep doen op het groepsgevoel, wordt in de Kanjertraining nagestreefd dat leerlingen zich kunnen ontwikkelen tot leerlingen die:

- zichzelf kunnen presenteren
- positief denken over zichzelf
- kunnen zeggen: er zijn mensen die van me houden
- kunnen zeggen: niet iedereen is mijn vriend(in) en dat hoort zo
- kunnen luisteren naar kritiek
- in vervelende situaties kunnen vertellen wat hen dwars zit en nadenken over hoe dit te veranderen
- de schouders kunnen ophalen als iemand met opzet blijft pesten
- de juiste maatregelen kunnen nemen als ze worden lastig gevallen.

*De belangrijkste principes waar de methode op is gebaseerd zijn:*

- Leerlingen geven elkaar tips over normaal en acceptabel gedrag
- Leerlingen nemen veel meer van elkaar aan
- Leerlingen vergroten zo hun eigen probleemoplossend vermogen en kunnen conflicten hierdoor meer voorkomen of effectiever mee omgaan.
- Leerlingen maken zich bewust van de gevolgen van hun gedrag en wat dit betekent voor de positie die zij hierdoor innemen in de groep.
- Leerlingen krijgen steeds een kans; we blijven dus niet haken op het waarom van gedrag maar gaan in op het positieve gewenste gedrag.
- Leerlingen leren gewenst gedrag te benoemen op concrete gedragingen; dus niet in NIET termen, maar “wat wil je dan wel dat José gaat doen?”
- Samen staan we sterk; iedere leerling binnen de groep heeft ook verantwoordelijkheid t.o.v. de ander; we helpen elkaar.

*Sociale en emotionele vaardigheden.*

### **Ik en de anderen**

- zelfbeeld/zelfvertrouwen: kunnen zeggen wat je ervaart, voelt, weet, kunt en wilt en waaraan je twijfelt
- invoelen: in staat zijn te letten op wat anderen vinden, voelen, weten, kunnen en willen
- grenzen stellen: jezelf serieus kunnen nemen en aangeven wat je wel/niet wilt
- respecteren: anderen kunnen accepteren en respecteren

### **Samen leven**

- bewust kiezen: kunnen nadenken over wat je kan en wilt kiezen en de gevolgen daarvan overzien

- dialoog en conflict: kunnen omgaan met verschillen en in staat zijn samen te leven
- feedback: kunnen omgaan met complimenten en kritiek (geven en ontvangen)
- 'sorry' zeggen: een stap terug kunnen doen en 'sorry' kunnen zeggen als je te ver gaat

### **3. DE KANJERKLEUREN & TYPERINGEN**

#### **De uitslover / meeloper: Rood (hiervoor geldt de regel: niemand lacht uit)**

- Grapjurk
- Idioot
- Aansteller
- Malloot

Deze denkt niet goed over zichzelf en ook niet over anderen:

- Ik ben niet te vertrouwen
- Ik vertrouw anderen niet
- Ik ben niet trots op anderen
- Ik geef niet om anderen
- Andere mensen zijn niet belangrijk
- Ik denk: iedereen moet me aardig vinden
- Kinderen vinden mij alleen leuk als ik grappig doe
- Ik vind uitlachen leuk

#### **Het bange konijntje / zielepiet: Geel (niemand doet zielig)**

- Bang
- Depressief
- Faalangstig
- Stil/teruggetrokken

Deze denkt slecht over zichzelf en goed over anderen:

- Andere mensen doen alles beter
- Anderen hebben het gemakkelijker dan ik
- Andere mensen zijn belangrijker dan ik
- Ik vind mezelf stom
- Ik stel niets voor
- Ik ben nooit trots op mezelf
- Ik voel me hulpeloos
- Ik denk dat niemand mij begrijpt
- Mensen houden niet van mij
- Niemand vindt mij aardig
- Ik praat liever niet over mezelf

#### **De pestvogel / egoïst : Zwart (Niemand speelt de baas)**

- Uitdager
- Bedrieger
- Bedreiger

- Aanzetter
- 'Leider'

Deze denkt goed over zichzelf (tegoed zelfs) maar niet goed over anderen, hij/zij is oppositieel en narcistisch/egocentrisch/egoïstisch:

- Ik doe maar wat, het maakt toch niets uit
- Ik ben de belangrijkste
- Ik ben stoer
- Ik ben de baas
- Iedereen kan van mij doodvallen
- Als je aan mijn spullen komt, doe ik je wat
- Ik hou van ruzie
- Ik bepaal zelf wel wat ik wil en wat goed voor me is

**De tijger / kanjer, de 'normale': Wit (we helpen elkaar, we zijn eerlijk en te vertrouwen)**

- Zichzelf
- In balans
- Gewoon
- Rustig
- Te vertrouwen
- Verantwoordelijk
- Aanspreekbaar op gedrag

Deze denkt goed over zichzelf en anderen:

- Ik vertrouw anderen
- Ik ben te vertrouwen
- Ik zeg wat ik doe en doe wat ik zeg
- Ik praat over mijn gevoelens
- Ik toon belangstelling
- Ik help graag
- Ik doe niet mee aan rottigheid maar zeg wat ik ervan vind

Het uiteindelijke doel van de Kanjertraining is leerlingen weer te zien in hun oorspronkelijke kwaliteiten die bij de kleuren rood, zwart en geel horen wat zich uiteindelijk vertaalt in 'wit, 'Kanjert' gedrag.

## **4. DE 10 THEMA'S VAN KANJER**

### **Thema 1. Jezelf voorstellen.**

We laten allemaal een indruk achter. De bedoeling van dit thema is dat leerlingen zich op een goede manier voorstellen, rechtop staan, oogcontact kunnen maken en duidelijk praten. Zo stralen ze zelfvertrouwen uit.

Dit thema gaat ook over macht. Met name zwart: doordringend kijken en het bange kind dwingen de ogen neer te slaan; het bange kind dat nauwelijks oogcontact maakt en te zachtjes praat.

Beiden laten een indruk achter van respectievelijk macht en onmacht.

Vanuit wederzijds respect is het belangrijk voor jezelf op te komen door de wereld in te kijken en duidelijk verstaanbaar te zijn met respect voor de ander.

### **Thema 2. Complimenten geven en ontvangen.**

Vanuit wederzijds respect willen we leerlingen leren goed over zichzelf te kunnen denken door complimenten te leren te ontvangen alsook een ander een goed gevoel te geven door te complimenteren. De complimenten gaan dan niet alleen over het uiterlijk of over wat je hebt, maar over die dingen die je doet en een ander een goed gevoel geven.

### **Thema 3. Gevoelens (h)erkennen en uiten.**

Eén van de ontwikkeltaken op het gebied van sociale emotionele ontwikkeling is gevoelens te (h)erkennen en adequaat te uiten. Alleen zo kun je leren rekening te houden met elkaar en goed te zijn voor jezelf. Het opkroppen van emoties, het te explosief afreageren, voor jezelf geen ruimte innemen, het leidt tot stress en onbegrip.

Het praten over emoties is niet voor iedereen even gemakkelijk. Binnen dit thema leren kinderen van elkaar en van zichzelf wat hen boos, bang, verdrietig of juist blij maakt.

Zo willen we zowel werken aan impulsbeheersing en inlevingsvermogen, en kunnen we rekening houden met elkaar.

### **Thema 4. Leren nee te zeggen.**

Vanuit de straatcultuur vinden gedragingen plaats waar we elkaar mee kunnen kwetsen.

Vanuit wederzijds respect leren we voor ons zelf op te komen, we doen niet mee aan rottigheid, we leren nee hiertegen te zeggen.

We hebben het met elkaar over normen en waarden en leren onze grenzen te bewaken.

We vragen respectvol om te stoppen met ongewenst gedrag. Per klas kunnen hier specifieke voorbeelden gegeven worden met betrekking tot straatcultuur en wederzijds respect. Waar willen wij als groep nee tegen zeggen; en hoe gaan we elkaar hierin helpen?

We leren de kinderen wat de gevolgen zijn van het 'benzine' geven aan de motor.

Zo krijgen ze inzicht in hoe bepaalde gedragingen juist in stand worden gehouden dan wel stoppen omdat er geen reactie meer opvolgt.

### **Thema 5. Belangstelling tonen.**

Om elkaar vanuit wederzijds respect te leren kennen, leren kinderen te luisteren naar elkaar, vragen te stellen waardoor er meer begrip ontstaat voor verschillen.

We kunnen geen rekening houden met elkaar wanneer we niet weten hoe de ander zich voelt. Onbekend maakt onbemind. Binnen dit thema werken we aan een respectvolle luisterhouding met als doel elkaar te kunnen begrijpen (ook al zijn we het niet met elkaar eens...). Voor kinderen is het belangrijk dat zij ervaren hoe het is als er echt naar hen wordt geluisterd, dit leidt tot gevoelens van autonomie.

### **Thema 6. Samenwerking.**

Leren samen te spelen, leren samen te werken, leren elkaar te vertrouwen.

De Kanjerregel: we helpen elkaar, speelt hierin een belangrijke rol.

Het kunnen en mogen helpen, het geholpen worden, zijn belangrijke sociale emotionele vaardigheden waaruit respect voor elkaar blijkt.

Vertel nadrukkelijk bij alle oefeningen dat iedereen zijn best moet doen de opdrachten goed uit te voeren en zich niet aan te stellen als een aapje, konijntje of pestvogel. Met andere woorden: we moeten allemaal te vertrouwen zijn want anders is er geen veilig gevoel. Blijf hier als leerkracht heel erg alert op en spring er eventueel direct op in. Stel dit ongewenste gedrag meteen aan de orde, ga verder met de oefening met de leerlingen die wel serieus bezig zijn.

Natuurlijk mag er gelachen en plezier gemaakt worden, mits de opdracht serieus wordt genomen. Aapjes worden aangesproken op hun gelach en plezier omdat onderliggend de taak niet serieus genomen wordt.

Ook zijn er behoorlijk veel kinderen die zich niet kunnen richten op de ander en vooral met zichzelf bezig zijn. Zij zijn zo met zichzelf bezig dat het hen ontgaat wat de ander doet.

Zij dienen te leren verantwoordelijkheid op zich te nemen en te dragen.

Onbetrouwbaar gedrag roept wantrouwen op, vandaar dat tijdens de oefeningen hier veel aandacht aan wordt besteed.

### **Thema 7. Vriendschap en kritiek.**

De meeste kinderen zijn van mening dat je met een goede vriend of vriendin best van mening kunt verschillen. Je helpt elkaar als dat mogelijk is, maar soms kan dat niet. Echte



goede vrienden maken elkaar niet bang, lachen elkaar niet uit, vertrouwen elkaar en zijn eerlijk tegen elkaar. Een slechte vriend laat jou in de steek, is niet te vertrouwen, lacht je uit, bedreigt je en vraagt jouw hulp om er zelf beter van te worden of om rottigheid uit te halen en stoer te doen.

We bespreken met elkaar wat echte vrienden doen, hoe vriendschap ontstaat en wat je ervoor moet doen om de vriendschap te behouden.

We leren de kinderen elkaar tips te geven wanneer ze toch kritiek op elkaar hebben.

We buigen kritiek om tot een wens en gaan vanuit positief gesteld gedrag elkaar helpen.

Binnen de Kanjer is het belangrijk elkaar te vertellen wat we wel kunnen doen, hoe we respectvol met elkaar willen omgaan. We nemen duidelijk stelling tegen de straatcultuur. (leren hier nee tegen te zeggen, thema 4).

Echte vrienden geven om elkaar.

### **Thema 8. Met kritiek omgaan.**

Binnen dit thema is het belangrijk de kinderen te leren hoe ze van kritiek een wens kunnen maken zodat de ander tips krijgt in plaats van een trap. Door de wens te ontvangen en te horen hoe je je beter kunt gedragen, maakt dat je met respect tegemoet komt aan de ander. Kritiek uiten of / een wens geven heeft alles te maken met de Kanjerregel: we helpen elkaar. Dit leren te ontvangen is een uiting van wederzijds respect. Beide partijen groeien hiervan.

### **Thema 9. Het is goed dat ik er ben.**

Weten en voelen dat je eraan toedoet, dat er mensen zijn die om je geven, je telt mee. Je wordt gezien en gehoord. Ik ben te vertrouwen, ik help, ik werk samen.

Binnen dit thema werken we aan gevoelens van autonomie, van een trots kunnen zijn op jezelf en op wat je doet en wat dit betekent voor anderen.

Kinderen leren trots te worden op iets wat ze doen, wat ze kunnen en betekenen voor anderen.

### **Thema 10. Subthema's.**

Geen afsluiting, wel een viering!! Een continue lijn Kanjer binnen de school, in de groep, op het plein, in de gang, etc. Een borging en implementatie van het Kanjeren.

## 5. KANJERPESTPROTOCOL VOOR KINDEREN & OUDERS

Dit kanjer pestprotocol is opgesteld voor kinderen en ouders om goed te kunnen reageren op situaties waarin een kind gepest wordt of wanneer ze zelf pesten. Dit pestprotocol sluit aan bij de Kanjerboeken en de Kanjertraining die op onze school gegeven wordt. Het Kanjerproject werkt wat betreft pesten ook preventief. Dit pestprotocol bestaat uit 4 delen: voor alle kinderen, voor het gepeste kind, voor de pester en voor de ouders.. Deze partijen zijn allemaal betrokken bij een situatie waarin gepest wordt en worden op deze manier beter geïnformeerd. Onderstaand Kanjerpestprotocol heeft een preventief doel.

De stappen die school neemt indien toch gepest wordt, staan beschreven in het pestprotocol van Kbs de Spoorzoeker (bijlage 2)

### **\*Pestprotocol: VOOR ALLE KINDEREN**

**Zie je dat iemand gepest wordt? Zet je witte pet op, help en meld het aan je leerkracht!**

Klikken over pesten bestaat niet!!

- 1 Ik zet mijn witte pet op, want ik pest niet mee.
- 2 Ik meld (zelf of samen met andere kinderen) het pesten bij de juf, de meester, mijn vader/moeder of een andere volwassene.
- 3 Ik durf te zeggen: Houd ermee op! Ik vind het gemeen wat jij doet.
- 4 Ik vertel het thuis en vraag om ideeën.
- 5 Ik help bij het maken van een Antipestplan voor onze klas.

### **\*Pestprotocol: VOOR HET GEPESTE KIND**

1. Ik ga niet huilen, piekeren of verdrietig zijn. Ik ben niet zielig. Ik zet mijn witte pet op en pak het pesten aan.
2. Ik zeg: Dat vind ik niet leuk. Stop er mee. Je doet gemeen. Je maakt me verdrietig, ik wil dat je stopt.
3. Pesten is gemeen. Ik meld dat ik gepest word. Dat is geen klikken!
4. Ik vraag klasgenootjes om hun witte pet op te zetten en mij te helpen. Zodat ik niet alleen sta.
5. Ik ga mijn hart luchten bij iemand, die ik aardig vind en vertrouw en vraag om hulp. Dit doe ik bij mijn ouders, de juf of meester of iemand anders die ik goed ken.
6. Als ik mijn witte pet op heb, negeer ik de pestvogel. Hij/zij weet niet eens wat hij/zij doet. Ik draai me om en meld het.

7. Ik vraag een andere plaats in de klas als ik te dicht bij die pestvogel zit.
8. Als ik vervelende e-mails krijg dan bespreek ik dat met mijn ouders. verwijder ik ze direct en de volgende keer open ik ze niet eens. Het adres ga ik blokkeren zodat de e-mails direct verwijderd worden.
9. Word ik gepest tijdens het chatten dan blokkeer ik die personen. Zodat ze niet meer met mij kunnen praten.
10. Ik schrijf een dagboekje met alle vervelende dingen die de pestvogels doen. Dan laat ik dit de juf, de meester of mijn ouders lezen.
11. Ik kan gaan praten met een ander gepest kind.
12. Ik kan boeken lezen over het pesten en geef die dan aan anderen kinderen om ook te lezen.
13. Ik kan leuke dingen doen, bijvoorbeeld naar een club. Ik ben dan nooit verplicht met de pestvogel(s) te blijven omgaan.
14. Ik denk alleen aan de leuke dingen die ik met andere kinderen doe.
15. Als ik meer informatie wil bel ik (gratis) de kindertelefoon 08000432 tussen 2 en 8 uur of ik kijk op [www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl) of [www.pestten.net](http://www.pestten.net).
16. Het is niet mijn schuld. Ik ben zoals ik ben en dat is oké.
17. Ik ben een tijger, een kanjer, ik ben net zo sterk, groot en slim als die pestvogel(s)
18. Ik kan de pestvogel aan als ik hulp krijg van klasgenoten, mijn ouders, juf of meester.

### **\*Pestprotocol: VOOR DE PESTER**

1. Ik denk na over hoe het is om gepest te worden. Hoe zou ik dat vinden?
2. Ik kan mijn zwarte pet afzetten: IK STOP MET PESTEN
3. Ik vraag hulp aan de juf, de meester en/of mijn ouders.
4. Ik ga na schooltijd direct naar huis, zodat ik niet in de verleiding kom om te pesten.
5. Ik ga leuke dingen doen met een nieuw groepje kinderen.
6. Als ik een geintje maak, kijk ik of de ander mijn grapje wel leuk vindt.
7. Ik ga nadenken over hoe ik vanaf nu een tijger kan zijn:
  
8. Wil ik stoer zijn? Dan ga ik op vechtsport
9. Wil ik de baas spelen? Ik vraag een hond
10. Verveel ik me? Is er niemand thuis? Ik ga naar een vriendje om te spelen of ga naar een club leuke activiteiten doen.
11. Pest ik omdat ik bang ben zelf gepest te worden? STOP! Ik doe aardig en anderen doen aardig tegen mij
12. Als ik meer informatie wil bel ik (gratis) de kindertelefoon 0800 0432 tussen 2 en 8 uur of ik kijk op [www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl) of [www.pestten.net](http://www.pestten.net).
13. Ik kan mijn zwarte pet omruilen voor een witte pet, ook al verwachten anderen dat ik de pestvogel ben.



### **\*Pestprotocol: VOOR OUDERS**

1. Mijn kind kan een zwarte pet opzetten en een pestvogel zijn.
2. Mijn kind kan gepest worden.
3. Neem het probleem serieus.
4. Raak niet in paniek.
5. Straf niet fysiek, als ik hoor dat mijn kind vaak een zwarte pet opzet.
6. Probeer er achter te komen wat de mogelijke oorzaken kunnen zijn.
7. Ik vraag mij af:
  - voelt mijn kind zich veilig thuis?
  - voelt mijn kind zich veilig op school?
  - pest mijn kind uit stoerheid of uit gewoonte?
  - pest mijn kind omdat het denkt dat het zo hoort?
  - pest mijn kind omdat het bij de groep wil horen?
  - welke tvprogramma's volgt mijn kind allemaal?
  - weet mijn kind wel wat het doet, wat het aanricht?
8. Ik besteed extra aandacht aan mijn kind.
9. Ik corrigeer agressieve buien.
10. Ik stimuleer mijn kind om aan sport te doen of bij een club te gaan.
11. Ik overleg met de school, niet met de ouders van een pestvogel of een gepest kind.
12. Ik bied hulp aan mijn kind.
13. Ik lees boeken over pesten en/of vraag informatie op.
14. Ik schakel eventueel een expert in als ik dat nodig vind of de school dit aangeeft.