

Op Melanchthon Kralingen, een vmbo-school met zo'n 375 leerlingen in hartje Rotterdam, krijgt iedere nieuwe medewerker een agressiereductie- en weerbaarheidstraining aangeboden. 'We willen dat docenten die hier voor de klas staan, weten hoe ze met verbale en non-verbale agressie om moeten gaan', vertelt adjunct-directeur Dennis Maharban. 'We willen de rugzak van onze professionals vullen met tools, waarmee ze probleemsituaties een stap voor kunnen zijn en ervoor kunnen zorgen dat het niet escaleert.'

Een agressietraining maakt je weerbaarder

DOOR SIMONE BARNEVELD

De training, gegeven door het Keuze Opleidingsinstituut (KOI), bestaat uit drie dagdelen en kent behalve theorie ook een fysiek deel met praktische oefeningen.

Maharban: 'Hoe begroet je een boze ouder of leerling, hoe bereid je je voor op een gesprek? Waar kijk je naar? Je leert ook letterlijk via fysieke technieken van Aikido hoe je afstand bewaart of iemand ontwijkt die uithaalt.'

'Een van de belangrijkste principes van de training is dat je je zeker leert opstellen', vertelt Pim Herweijer, docent en afdelingshoofd van de bovenbouw. 'Dat begint met voorkomen dat we überhaupt fysiek hoeven te worden. Door op een bepaalde manier in te stappen in een situatie, een bepaalde manier van kijken, door duidelijk te zijn. Op de training leer je hoe je moet handelen als een situatie uit de hand loopt. En omdat je wéét hoe je moet handelen, is de kans dat het echt escaleert minimaal.'

Ondersteunend personeel

De trainingen zijn door adjunct-directeur Maharban geïntroduceerd op vmbo Kralingen. Ze worden nu op alle drie de vmbo-scholen van Melanchthon in Rotterdam standaard aan nieuwe medewerkers aangeboden. Wie wil, kan daarna nog een herhaaltraining volgen. Ook voor de andere medewerkers van Melanchthon is de training nu beschikbaar via de Melanchthon Academie. Melanchthon heeft 9 scholen, zo'n 5500 leerlingen verspreid over Rotterdam en Lansingerland.

Toen Stephan Rothuizen, coördinator van de Academie, hoorde van de training, bedacht hij dat het wel iets kon zijn voor het onderwijsondersteunendpersoneel (OOP) van heel Melanchthon. 'Voor hen is er weinig aanbod en dit leek me nuttig voor de mensen die aan de poort staan. Als je met agressie te maken hebt, zijn de mensen die ondersteunen de eersten die de hitte er vanaf moeten halen.'



Boze ouders

Een van die ondersteuners is Pamela ten Donkelaar, administratief medewerker en receptioniste bij Melanchthon Berkroden in Berkel en Rodenrijs, een vmbo-school met zo'n 670 leerlingen. 'Ik heb veel contact met leerlingen en ouders,' vertelt Ten Donkelaar. 'Soms zijn ouders boos omdat ze zich niet gehoord voelen. Dan worden ze bijvoorbeeld niet snel genoeg teruggebeld of gemaïld door de mentor en krijg ik ze boos aan de telefoon. Door de training heb ik meer tools gekregen om daarmee om te gaan en dat maakt het makkelijker. Daarvoor liet ik me weleens uit de tent lokken. Nu denk ik: even rustig blijven, tot vier tellen. Het is niet tegen mij persoonlijk gericht. Ik probeer hen uit hun woede te halen door vragen te stellen waar ze over na moeten denken. Geen vragen waar ze alleen met ja of nee op kunnen antwoorden. Mijn doel is dat mensen weer lachend ophangen.'



'De kern is dat mensen gehoord worden. Dan doen ze een beroep op een ander deel van de hersenen,' vult Rothuizen aan, 'en reageren niet meer emotioneel agressief. Die theoretische onderbouwing waarom het werkt is interessant, dan weet je wat je doet en waarom.'

'Hoewel ik nog nooit een vechtpartij heb meegemaakt,' vertelt Ten Donkelaar, 'heb ik tijdens de cursus wel geleerd hoe we daar in moeten springen. Niks doen is niet goed. Je moet wel zo reageren dat je zelf niets krijgt en de leerlingen niets aandoet. Maar dat ze wel stoppen. Dat fysieke vond ik eerst een beetje raar, maar ik heb dingen geleerd die ik wel vind werken. Het maakt je zekerder.'

Leiding nemen

Het is belangrijk dat je geen afwachtende houding aanneemt. Herweijer: 'Een voorbeeld: stel dat een ouder of een leerling boos naar je toekomt. Een eerste reactie zou kunnen zijn schrikken en naar achteren stappen. Maar in de training heb je geleerd er zelfverzekerd op af te stappen, hand naar voren, aankijken. Dat geeft duidelijkheid: tot hier en niet verder. Zo neem je het heft in eigen handen en dat zorgt voor de veiligheid van het kind of de ouder en jezelf.'

En je maakt zo het contact tussen jou en die boze leerling of ouders weer mogelijk. 'Dat is belangrijk. Want pas als dat contact er is, kunnen we uit een emotioneel geladen situatie komen en met elkaar bespreken wat er aan de hand is.'

Straatcultuur

Een van de redenen waarom Maharban de training aanbiedt, is dat de school een heel diverse populatie heeft. 'Veel culturele verschillen en manieren van uiten, waar docenten mee om moeten leren gaan. En ook de straatcultuur die hier binnenkomt.'

'Docenten komen uit een burgerlijke cultuur,' vult Herweijer aan, 'en hebben daar niet geleerd om met (fysiek) dreigende situaties om te gaan. Kinderen maken veel uren op straat door en kennen dat wel. Als je als docent zekerheid uitstraalt, helpt dat. Ze weten dat er leiding is en hoeven niet stoer te doen, want 'de leraar zorgt dat ik veilig ben'. Waarom gaan ze stoer doen: voor hun eigen veiligheid. Dat moeten ze op straat ook. Ze gaan gewoon heel hard blazen. Wat een kat ook doet: dit is mijn terrein, blijf van me af. Als een docent of OOP-er kan zorgen voor die veiligheid hoeft een kind dat niet zelf te doen.'

Noodrem

Wat de medewerkers aan de training waarderen is dat het zo praktisch is, 'je ervaart het'. Herweijer: 'Als iemand je naar de keel vliegt, wat doe je dan? Als diegene groter en sterker is? Dat leer je. Niet om diegene te verslaan maar wel om uit die enge, nare situatie te komen. Door de techniek weet je dat je een noodrem hebt in een spannende situatie. Maar je leert ook in de cursus dat er een grens is.' Grappend: 'Dreigt iemand je met een baksteen te slaan, dan moet je gaan rennen.' ●

► Simone Barneveld is zelfstandig onderwijsjournalist.

Scholen die meer willen weten over een agressietraining, verwijzen we naar de site www.agressietrainingen-vo.nl van Voion. Hier kunt u meer dan 60 trainingen vinden die goed zijn beoordeeld en ervaring hebben met het voortgezet onderwijs