

In september 2004 heb ik de cursus gevolgd over het Project ‘Omgaan op school doe je zo!’ Een project waarin een schoolfocustrainer aan leerkrachten die voor de klas staan *de kunst van het luisteren* overdraagt. Na die cursus had ik de behoefte om praktijkervaring op te doen. De kans daartoe kreeg ik op de school van mijn kinderen, waar ik ook twee dagen per week de tussenschoolse opvang-leidster ben. Het project dat ik daar opstartte, liep van januari tot mei 2004. Ik heb 4 bijeenkomsten met de leerkrachten gehad, en 10 lessen in 3 gecombineerde klassen gegeven: groep 3/4, groep 5/6, groep 7/8.

De bijeenkomsten met de leerkrachten begonnen altijd rommelig. Ze waren om praktische redenen altijd na de lessen. De een moest nog even dit en de ander nog even dat, en dan zaten weer anderen intussen te wachten met hun hoofd vol over wat er nog meer moest. Ik merkte de tijdsdruk en de gehaastheid waarmee ze binnenkwamen. Opvallend was de reactie op de oefeningen die ik gaf. Ze voelden zich tot rust komen na alle drukte van de dag en konden ruimte maken. Precies wat ik ze wilde laten ervaren, zodat ze zouden weten wat het effect van *ruimte maken* kan zijn op de kinderen in de klas.

De leerkrachten hadden een open, nieuwsgierige houding naar het project. Een leerkracht werd bij zijn terugkomst na een periode van ziekte met het project geconfronteerd. Het besluit om het te gaan doen was toen al gevallen en hij was hierin niet gekend. Hij had duidelijk meer reserves naar het project toe. Het was voor mij prettig dit te weten, zodat we ook die reserves erkenning konden geven. Gaandeweg heeft hij de meerwaarde ervan kunnen ontdekken. Het tekende de open sfeer waarin we met elkaar aan de slag konden.

In de klas viel ons op hoe gemakkelijk de kinderen met mij mee gingen en de aandacht naar binnen verplaatsten. Geen kind vond het stom of raar. En vrijwel zonder aarzeling zetten ze hun felt sense op papier door een tekening te maken. Niet iederéén vond het gemakkelijk, dat luisteren van binnen. Een jongen die normaal gesproken ook speciale aandacht vraagt, wil de ogen niet dicht doen en van binnen luisteren. “Juf, mag ik ook tekenen over de oorlog?” vraagt hij, terwijl het onderwerp *Iets fijns* is. Ik gruw bij de gedachte, maar antwoord: “Als oorlog jou het gevoel geeft van iets fijns”. Hij antwoordt dat hij bij het spelen van een bepaald computerspelletje een fijn gevoel krijgt. Bij de evaluatie zegt hij het fijn te vinden dat hij zelf mocht weten wat hij wou tekenen. Dat was kennelijk erg belangrijk voor hem.

Opvallend vond ik het verschil in de manier van tekenen van de kinderen tussen de eerste keren en de laatste keren. In het begin waren ze vooral bezig er een perfecte, mooie tekening van te maken, later werden vooral de beweging met het potlood of krijt over het papier en de kleuren belangrijk. Op verzoek van de leerkrachten heb ik 2 van de 10 lessen ingevuld door een combinatie te maken van hun SOEMO(sociaal emotionele)lessen en focussen. Hier waren de leerkrachten blij mee. Het gaf hun handvatten hoe ze zelf het focussen in de klas zouden kunnen toepassen en hoe ze meer van de SOEMO lessen kunnen maken.

Opmerkingen van de leerkrachten zijn:

- Ik ben me bewust geworden van mijn woorden, hoe snel ik een oordeel ergens over heb en uitspreek.
- Het brengt rust in de klas.
- Het uiten door te tekenen is plezierig voor de kinderen. Niet voor allen. (de kinderen mochten ook woorden op papier zetten).
- Ik hoop/geloof dat het de kinderen innerlijke ruimte geeft.
- Ik ga aan de slag met de manier om vanuit het lichamelijke gevoel met de SOEMO kaarten te werken.
- Het spiegelend werkt perfect.

- Ik ga de leerlingen elkaar laten spiegelen om het geleerde te onderhouden
- Voor groep 3/4 is elkaar spiegelen te moeilijk, de leerkracht is model.
- Ruimte maken met briefjes, spreekt me aan.

Enkele opmerkingen van kinderen zijn:

- Ik ga thuis tekenen als ik iets lastig vind.
- Als je aan het tekenen bent komt er nog meer.

Op 4 september, de eerste schooldag na de vakantie, breng ik mijn zoon van 7 in de klas. Het schoolbord is nog helemaal blanco, behalve een A4-tje dat mij bekend voorkomt. Als ik nog eens goed kijk, zie ik daar bovenaan staan: FOCUSSENDE HOUDING. Wow, wat heerlijk dat mijn zoon bij iemand in de klas komt die het voornemen heeft te werken vanuit een focussende houding!
Reacties: hteeuw@xs4all.nl