

# Systemisch werken in de klas

## Het onzichtbare zichtbaar maken

**Er hangt een lichtgespannen, open sfeer in de kring. In stilte neem ik plaats op mijn stoel. Alle ogen zijn op mij gericht. Sommigen kijken ontspannen, anderen afwachtend. Vandaag gaan we weer een opstelling doen. De kinderen zullen met een poppetje, op een vel papier, hun plek innemen in de groep. We gaan praten over wat we zien, wat we voelen en over dat wat echt belangrijk is.**

Tien jaar geleden maakte ik tijdens een familieopstelling kennis met systemisch werken, ook wel opstellingenwerk genoemd. Ik had toen niet kunnen bedenken dat ik opstellingen zou gaan inzetten tijdens het werken met kinderen en leerkrachten, en al helemaal niet dat dit wezenlijke invloed zou hebben op het bevorderen van een positief groeps-klimaat.

### Grondlegger

Bert Hellinger (1925–2019) ontwik-

kelde het systemisch werken zoals wij dat nu kennen en toepassen. Door ervaring en kennis die hij onder andere opdeed in Zuid-Afrika binnen de Zulu gemeenschap én in zijn werk als familietherapeut, bedacht hij 'de opstelling' om zicht te krijgen op wat er speelt binnen een systeem.

Een opstelling laat de dynamiek van een systeem zien en wat daar-in in disbalans is of ontbreekt. Dit kan door mensen iets of iemand te laten representeren. Of, in de klas,

met behulp van verschillende materialen, zoals poppetjes. Een geoefend oog kan zien – aan de representanten of aan de manier waarop kinderen de poppetjes plaatsen in de opstelling – wat er speelt en waaraan gewerkt kan worden.

### Wat is een systeem?

We spreken van een systeem als er meer dan twee mensen bij elkaar komen en er een vorm van samenwerking plaatsvindt. Een familie, organisatie, een klas met kinderen... het zijn allemaal systemen. We zijn ons hele leven onderdeel van verschillende systemen, en zoals wellicht herkenbaar: in het ene systeem heerst harmonie, in het andere nog niet. De relaties tussen mensen binnen systemen worden altijd beïnvloed door systemische wetmatigheden.





### Drie wetmatigheden

Bert Hellinger ontdekte drie wetmatigheden die belangrijk zijn voor een gezond systeem.

Als een wetmatigheid niet wordt onderkend, ontstaat er een verstrikking. Een verstrikking is een verstoring van de binding, ordening of balans in een systeem, hieronder vertaald naar voorbeelden uit het onderwijs.



#### 1 Binding: alles en iedereen heeft recht op een plek

Als een leerling wordt buitengesloten in een groep kan dit zich uiten als pestgedrag, een leerling die niet meer naar school wil of door het ontstaan van klikjes.



#### 2 Ordening: iedereen heeft zijn specifieke plek in het systeem

Als een leerling te veel ruimte krijgt en te veel bepaalt, gaat deze leerling als het ware op de plek van de leerkracht staan. De betrokkenen 'spelen niet hun eigen rol'. Dit levert onrust, ruis en vaak onveiligheid op.



#### 3 Balans: geven en nemen in balans

Tussen leerlingen onderling is balans van belang. 'Geven' komt voor in de vorm van elkaar helpen, complimenten geven, plezier maken, rekening houden met elkaars grenzen enz. Als de ene leerling meer geeft dan de ander, kan dit onzekerheid, onveiligheid of een gevoel van oneerlijkheid tot gevolg hebben.

Een opstelling maakt een verstrikking zichtbaar en confronteert je met dat wat er is. De realiteit onder ogen zien wordt soms als vierde wetmatigheid genoemd: doe je dat niet, dan spreek je over een verstrikking. Voor kinderen is praten over de realiteit tegen een poppetje dat henzelf vertegenwoordigt, vaak gemakkelijker dan praten vanuit henzelf.

### De opstelling zorgde voor rust in de groep

Onlangs maakte ik met groep 6 een reis door de tijd. We reisden langs voorgaande jaren. In groep 4 waren leerlingen die grensoverschrijdend gedrag vertoonden, vertrokken naar andere scholen. De leerlingen hadden last van dat gedrag én van hun vertrek.

In groep 5 moest de groep zich opnieuw vormen. Maar, zo bleek uit de opstelling, de leerlingen waren niet opnieuw begonnen. In plaats van nieuw gedrag te ontwikkelen, nam oud gedrag zoals pesten, buitensluiten en grenzen overschrijden weer de overhand.

Door dit te zien in de opstelling, ontstond er rust in de groep: dit hoeven wij niet meer te doen, dit gedrag hoort bij groep 5. En toen een symbool voor 'iedereen hoort erbij' werd ingebracht, was de emotie voelbaar. Zo voelt het dus als iedereen erbij mag horen! Een leerling zei met tranen in zijn ogen: 'Het voelt een beetje gek in mijn keel'. Dat maakte een gesprek los over emoties toelaten en een brok in je keel voelen.

## 'Het voelt een beetje gek in mijn keel.'

### Het nu aankijken

In een andere groep, waar we 'een groepsfoto' maakten van het nu, bleken leerlingen aan de rand te staan. Een gesprek over afzonderen volgde. Een leerling zei: 'Ik heb het idee dat er toch niet naar mij geluisterd wordt'. De rest van de groep was verbaasd. 'We weten eigenlijk niet goed wat zij te vertellen heeft, want ze zegt bijna nooit wat', was de reactie. Vervolgens praatten we in de kring over naar elkaar luisteren, elkaar helpen zichzelf te uiten en interesse tonen in elkaar. De behoefte om open en eerlijk te zijn, is voelbaar tijdens een opstelling. Kinderen praten graag over wat er speelt en ze kunnen dit, met de juiste begeleiding, open, eerlijk en zonder oordeel doen. Het doel van een opstelling is het aankijken van het nu, de verstrikkingen aannemen en stappen zetten om de ordening en balans te herstellen, voor zowel de leerkracht als de kinderen. →

# Systemisch werken? Aan de slag!

Het begeleiden van een opstelling vereist kennis van en ervaring met systemisch werken. Het vraagt een open, oordeelloze houding en de begeleider moet zijn eigen verstrikkingen erkennen. Er zijn interventies die je kunt doen om te werken aan de balans in je groep zonder systemisch opgeleid te zijn:



## Binding

Een leerling die moeite heeft om zich in de groep te uiten, kan je helpen door de leerling te vragen zich in te beelden dat zijn vader, moeder of iemand anders bij wie hij zich veilig voelt achter hem staat. Je kunt ook vragen of de leerling een voorwerp mee wil nemen van thuis dat hij in de buurt mag houden. De (systeem)kracht helpt en geeft rust om te durven spreken en om een plek in te nemen in de groep.



## Ordering

Door leerlingen op leeftijd, lengte of alfabet te laten staan, laat je ze voelen wat de invloed van ordening is. Hoe voel jij je op deze plek in de rij? Welk effect heeft dit op jouw gedrag? Kijk eens wat er gebeurt als je alleen leerlingen die de oudste thuis zijn laat samenwerken. En de middelste? En de jongste? Werkt dit goed of juist niet? Wat verandert er voor ze? Reflecteer op de bevindingen in een kringgesprek.



## Balans in geven en nemen

Laat de leerlingen in de ochtend een lootje trekken met de naam van een klasgenoot erop. Start de dag met een gesprek over complimenten. Wat is een goed compliment? Van welk soort compliment word jij blij? De leerlingen mogen gedurende de dag de tijd nemen om een waardevol, echt compliment voor het kind op hun lootje te schrijven. Sluit de dag af met een kringgesprek, laat de leerlingen elkaar het lootje geven en tegelijkertijd de complimenten lezen. Wie wil hem delen? Hoe voelt het om er een te geven en te krijgen? Neem de tijd om te delen.



## Wie is Maartje de Wit?

Maartje werkt sinds 2006 in het basisonderwijs. Ze heeft veel ervaring als leerkracht bovenbouw en als teamleider. Ze volgde diverse opleidingen op het gebied van leidinggeven en systemisch werken. Als coach begeleidt ze individuele familie- en groepsopstellingen in de klas. Ze is co-teacher en helpt startende leerkrachten hun leerkrachtvaardigheden te vergroten. Maartje is bevolegd, bemoedigend en heeft een groot hart voor onderwijs. Meer weten? [www.maartjedewitcoaching.nl](http://www.maartjedewitcoaching.nl).