

---

# DRIE GOUDEN TIPS

om in no-time  
RUST  
in je klas te  
creëren



**NICOLE MEGENS**

*Onderwijscoaching*

[nicolemegens.nl](http://nicolemegens.nl)



---

## HERKEN JE DIT?

- Je hebt eigenlijk altijd met plezier voor de groep gestaan, maar nu voelt het alsof je 'het' niet meer kunt. De kinderen luisteren niet naar je, je hebt het gevoel tegen een muur te praten en ondertussen wordt het één puinhoop in de groep; constant is er onrust. Om gék van te worden. Het lukt je gewoon niet om grip op de groep te krijgen. Je voelt je een slechte juf of meester.
- Je hebt de opstelling in de klas al drie keer veranderd om rust te creëren, maar niks lijkt te werken. Kinderen reageren op elkaar als een rode lap op een stier. Ondertussen heb jij het gevoel dat je op drie plekken tegelijk moet zijn om de rust in de groep te kunnen bewaren, maar dát lukt niet. Je komt nauwelijks aan gewoon lesgeven toe. Met als gevolg dat je de hele dag loopt te mopperen en zo bèn je eigenlijk helemaal niet. Je wilt geen mopper-juf of -meesterzijn! Je vraagt je af waar jouw positiviteit en enthousiasme is gebleven en voelt jezelf wegglijden in een neerwaartse spiraal.
- Het lijkt voor jouw groep een onmogelijke opgave om gewoon even stil te zijn en in rust te kunnen werken. Je wordt gék van de herrie en constante onrust. Je komt elke dag doodmoe thuis; het plezier en de energie die je voorheen kreeg op school, lijkt compleet verdwenen te zijn. Een schooldag trekt jouw batterij helemaal leeg.





## DRIE GOUDEN TIPS

om in no-time rust in je klas te creëren



# praat, droom & wens

## TIP 1

Als je niet weet wat het gezamenlijke doel, is het lastig om tot het doel te komen.

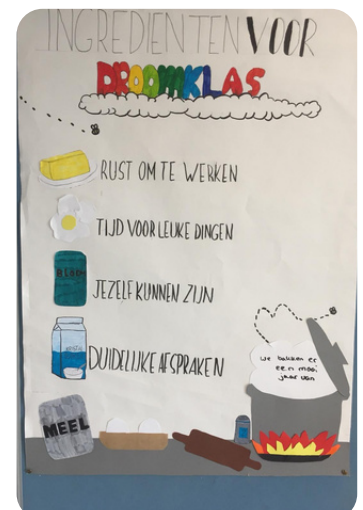
Vergelijk het met het maken van een fietstochtje zonder doel; misschien had je onbewust wel een doel, maar als je het niet naar elkaar uitspreekt is de kans groot dat je totaal ergens anders uitkomt dan daar waar je graag zou willen.

Start dus met het bepalen van jullie gezamenlijke doel. Meestal zal dit zijn dat kinderen in een fijne (=veilige) groep naar school willen én de leerkracht ook!

Praat met de groep over hoe een fijne groep eruit ziet. Wat doen kinderen in een fijne groep en wat zeggen ze tegen elkaar? En.. wat doet de leerkracht in een fijne groep?

Om samen een doel te bereiken, moet je ook wensen hebben. Bespreek dus ook de wens van de groep. Wat zouden de ingrediënten moeten zijn om tot die droomklas te komen?

En wanneer je samen je droom geformuleerd hebt, maak 'm dan visueel. Zorg ervoor dat 'ie zichtbaar is in de groep. Zowel voor de groep als voor jou als leerkracht. Wanneer 'ie voor iedereen goed zichtbaar is, werkt het als een reminder.





## DRIE GOUDEN TIPS

om in no-time rust in je klas te creëren



# kijk, luister & laat zien

## TIP 2

Ken je die opdracht van de tekening? Degene die voor de klas staat benoemd wat er getekend moet worden; een huis, met een raam, links van het huis een boom etc. En heb je dan ook de tekeningen vervolgens vergeleken? En tot de conclusie gekomen dat het er bij iedereen anders uitziet?! Zo gaat dat dus ook met afspraken in de klas.

Maak dus samen duidelijke afspraken die in dienst staan van jullie droom. Maak ook dit visueel en hang het op.

Belangrijk daarbij is dat je concreet maakt wat er in die droom dan te zien is. Dus; Wat zie ik dan als ik de klas in kijk? Wat zie je de kinderen letterlijk doen?

Maar ook wat je kinderen hoort zeggen. Dus zet naast wat je ziet, ook wat je hoort. Wat hoor ik jullie zeggen als ik luister?

Wanneer je deze afspraken bespreekt; laat zien hoe het eruit ziet! Alleen bespreken is niet genoeg. Denk aan het voorbeeld van de tekening. Iedereen heeft er een ander beeld bij. Door het aan elkaar te laten zien, wordt het beeld voor iedereen duidelijk en kun je er beter met de kinderen op reflecteren. Jullie hebben het immers over hetzelfde.





# reflecteer, beloon & maak plezier

## TIP 3

Wat hebben het maken van een gezamenlijke droom en afspraken om die droom in vervulling te laten gaan voor een zin, wanneer het een losstaand iets is? Niks!

Wanneer je niet steeds de verbinding maakt met wat je ziet gebeuren in de groep, dan blijft het een soort van losse memo-blaadjes die overal heen fladderen.

Reflecteer dus dagelijks met jouw groep hoe het ervoor staat. Bespreek wat er goed gaat en wat nog beter kan? En hoe ga je ervoor zorgen dat het nog beter gaat lukken?

Beloon de groep; maak samen afspraken over hoe en wanneer je gaat vieren dat het gelukt is. Maak kleine doelen. Bijv. elke keer als het lukt om bij het stilte-teken stil te zijn, gaat er een knikker in een pot. Is de pot vol dan..... Bedenk het samen; extra buiten spelen? Extra voorlezen? Een extra tekenles? etc. Bepaal dit vooral sámen met de kinderen. Laat hen met ideeën komen. Het geeft hen nóg meer het gevoel dat ze er samen voor zullen moeten zorgen dat de droom uitkomt.

Maak plezier door een beloning te koppelen aan de afspraken die je maakt, maar ook door energizers en groepsvormingsactiviteiten in te zetten. Maak bijvoorbeeld samen met de kinderen een 'energie-pot' waarin je allerlei korte activiteiten in stopt voor 'even tussendoor' of als beloning.



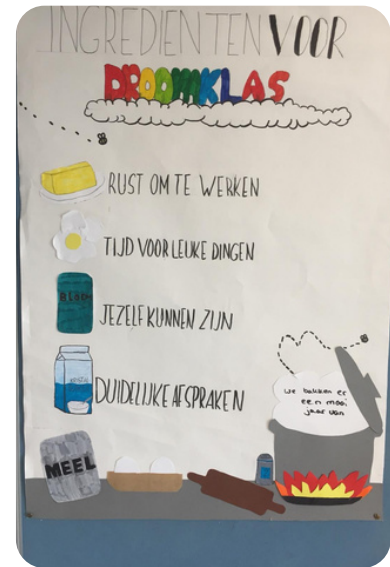


# DRIE GOUDEN TIPS

om in no-time rust in je klas te creëren



praat,  
droom  
& wens



kijk,  
luister  
& laat zien



reflecteer,  
beloon  
& maak plezier





## DRIE GOUDEN TIPS

om in no-time rust in je klas te creëren



### En?

Ben je aan de slag gegaan met de tips? Heb je ze uitgeprint en als reminder voor jezelf op je prikbord gehangen? Hebben ze geholpen om meer rust in je klas te krijgen? En... Weet je wat jullie droom is? En welke afspraken je nodig hebt om tot die droom te komen. En... heb je al een paar beloningen met je groep kunnen vieren?

### OF?

Wist je dit eigenlijk al en was het niets nieuws? Deed je dit allemaal al en het werkte toch (nog) niet? Had je dit al eerder eens gelezen, maar weet je eigenlijk nog steeds niet hoe je dit toe kunt passen in je klas? Of laat je het hierbij en probeer je zelf nog wat uit te pluizen en uitproberen? Of... wil je hier meer over weten en het écht in de vingers krijgen en heb je hier wel wat hulp bij nodig?

NEEM DAN CONTACT MET ME OP!

CONTACT

Samen met jou ga ik aan de slag om meer rust in jouw groep te creëren. Ik ga niet zelf met de groep aan de slag, maar ik zet jou in je kracht en geef je tips en adviezen om van jouw groep een droomgroep te maken waarin je met plezier kunt werken.

Op mijn website vind je informatie over mij en waar ik je bij kan helpen:

[www.nicolemegens.nl](http://www.nicolemegens.nl)

WEBSITE

Je kunt je ook abonneren op mijn blog en nieuwsbrief. Ik deel namelijk graag mijn ervaringen én tips met je.

BLOG

Heb je nog vragen of is er iets anders waarmee ik je kan helpen? Neem dan gerust contact met mij op via [info@nicolemegens.nl](mailto:info@nicolemegens.nl)

MAIL





## DRIE GOUDEN TIPS

om in no-time rust in je klas te creëren

---



### Waarom deze gratis tips?

Een leerkracht heeft er niks aan om van een externe de kunst af te moeten kijken en vervolgens het 'kunstje' zelf maar in de praktijk te moeten brengen. Als leerkracht wil je graag het beste uit alle kinderen halen, een fijne sfeer in de groep creëren waarin geleerd wordt, maar waar ook plezier is. In de praktijk zie ik dat dit vaak een hele worsteling is. Om een goede les te kunnen geven, wil je rust in de groep. En als dát niet lukt, dan kom je al snel in een neerwaartse spiraal; er blijft onrust, je wordt zelf onrustig, gaat met steeds minder plezier naar school. Kortom; je komt in een neerwaartse spiraal. Om dát te voorkomen óf om je eruit te trekken heb ik een aantal gratis tips voor je. Makkelijk toepasbaar en snel effectief!

### Wie is Nicole Megens Onderwijscoaching?

Toen ik 4 jaar was, wist ik al wat ik wilde worden: juf Nel, mijn kleuterjuf. Vanaf dat moment ben ik mijn onderwijspad gaan bewandelen. Nu werk ik inmiddels 25 jaar in het onderwijs en merkte op een gegeven moment dat het in sommige groepen soms compleet uit de hand liep. Met als gevolg: gestreste leerkrachten, kinderen die zich niet veilig voelen op school én boze ouders. Dit voelde absoluut niet goed en ik liep steeds rond met de vraag 'hoe krijgen we het tij gekeerd?'

Er werd vaak externe hulp ingeschakeld; even 'iemand' die met een interventie voor een aantal weken de groep in kwam en daarna weer vertrok. Het gevolg; een paar weken ging het goed en daarna begon de ellende weer. Dit moest toch anders kunnen? Ik ging op zoek naar een aanpak. Iets wat resultaat voor de lange termijn zou geven. Ik kwam in aanraking met de RESPECT-aanpak van Klasse(n)Kracht® en van daaruit is mijn missie begonnen: elk kind én elke leerkracht met plezier naar school. Zonder gedoe in de groep!

Ik kom uit een echte ondernemersfamilie dus de stap om 'op missie' te gaan vanuit mijn eigen bedrijf was een logische. In januari 2017 heb ik die stap gezet en werd Nicole Megens Onderwijscoaching een feit. Ik richt me op leerkrachten met dynamische groepen. Ik gebruik niet zo graag het woord 'moeilijke' groepen, want dat voelt zo zwaar. ;-)

Maar snap heel goed dat zo'n groep voor jou wel als 'moeilijk' wordt ervaren. Ik ben er voor je om je handvatten te geven om weer de regie op de groep terug te krijgen en van jouw 'moeilijke' groep een fijne groep te maken!

