# KWINK

**magazine** voor sociaal-emotioneel leren 2021-2022

nr. 1

## Versterken van pedagogisch vakmanschap

## Weerbaar opvoeden. Hoe doe je dat?

## Systemisch werken in de klas

Met uitneembare poster

Kwink is een uitgave van **kwintessens** voor inspirerend onderwijs | **www.kwinkopschool.nl**

# Colofon

Kwink magazine voor sociaal-emotioneel leren

**Redactie**
Gerard van Midden, *hoofdredacteur*

Martijn Wabeke, *eindredacteur*

Erik Idema, *uitgever*

**Auteurs**
Tea Adema, Dianne Bos, Erik Idema, Gerard van Midden, Kees van Overveld, Lynette de Ruijter, Wouter Siebers, Maartje de Wit

**Fotografie**
Dreamstime (p. 9, 12, 15), Hilde Sneep (cover, p. 7), Jaap Buijs (p. 4-5), Maartje de Wit (p. 16-18)

**Vormgeving**
Richard Feld, Angela Damen, Michelangela

**Uitgever**
Kwintessens
Berkenweg 11
Amersfoort

Postbus 1492
3800 BL Amersfoort

T: 033 460 19 40
E: info@kwinkopschool.nl

www.kwinkopschool.nl
www.kwintessens.nl

2021 - 2022 nr. 1
issn: 2405-5956

**Alle rechten voorbehouden**
Overname uit Kwink magazine is zonder voorafgaande toestemming van de uitgever niet toegestaan.

kwintessens

# Prikbord

***Kwink magazine*** is speciaal gemaakt voor leerkrachten, intern begeleiders en directieleden die meer willen weten over sociaal-emotioneel leren op school. Kwink magazine biedt achtergrondinformatie en informatie over Kwink om scholen te enthousiasmeren voor sociaal-emotioneel leren in de klas. Veel leesplezier!

## Webinar voor alle Kwink-scholen: 10 september 2021

Maak een gouden start én leer meer over preventieniveau 1 in Kwink. Hierover vertelt Wouter Siebers je graag meer op vrijdag-middag 10 september tijdens een kort en krachtig webinar. Zie voor meer informatie pagina 11 en **www.kwinkopschool.nl/webinar.**

## Gratis katern voor de Week Tegen Pesten: 27 september - 1 oktober 2021

Kwink biedt een gratis, digitaal katern over onder andere groepsnormen. Inclusief kwartetten voor onder-, midden- en bovenbouw. Download het katern op **www.kwinkopschool.nl/weektegenpesten**

## Gratis katern voor de Week van de Mediawijsheid: 5 - 12 november 2021

Het thema van deze week is: Samen sociaal online. Wat is écht belangrijk in de onlinewereld en hoe word je weerbaarder en digitaal vaardiger? Het katern bevat tips en werkvormen. **www.kwinkopschool.nl/mediawijsheid**

## Meer dan 1000 scholen gebruiken Kwink!

Een nieuwe mijlpaal in de korte geschiedenis van Kwink. We bedanken graag alle scholen voor hun enthousiasme en trouw aan onze methode.

pica
www.uitgeverijpica.nl

*Kwink is geïnspireerd op het boek* Groepsplan Gedrag *van dr. Kees van Overveld. Dit is een uitgave van Uitgeverij Pica.*

# Inhoud


4-5 Schoolvoorbeeld…

6-7 Je gaat pas iets extra's doen als je enthousiast bent

14 Lockdown

15 Weerbaar opvoeden. Hoe doe je dat?

16-18 Systemisch werken in de klas

19 SEL-inspiratie

**En verder…**

**8-9** **Boekbespreking**

**10** **Vraag aan de redactie**

**12-13** **SEL-pioniers (1): Paul Ekman**

## De onzichtbare kracht van preventie

Een nieuw Kwink magazine, een nieuw schooljaar!
Deze start geeft je opnieuw de kans om schoolbreed in te zetten op preventie. We weten het allemaal: een ons preventie werkt beter dan een kilo zorg. En toch blijkt vaak dat we problemen pas gaan oplossen als ze al ontstaan zijn, of het nu om pestgedrag, een negatief gevormde groep of een slechte interactie tussen leraar en leerlingen gaat. Het repareren van dit soort problemen kost veel tijd en energie en maakt betrokkenen niet gelukkiger.

Hoe je werkt aan preventie? Door samen een uniforme gedragsaanpak te ontwikkelen, door eenduidig te zijn in gedragsverwachtingen, voorspelbaar te reageren en te zorgen dat leerlingen elkaar goed leren kennen. Zo optimaliseer je samenwerking. En… door teambreed twintig krachtige Kwinklessen te geven, gekoppeld aan een doordachte transitie.

Klinkt goed toch? Waarom doet dan niet iedereen het op deze manier? De reden: de kracht van preventie is vaak onzichtbaar, en als er geen probleem is, lijkt er geen urgentie te zijn om de preventiehandschoen op te pakken. Terwijl het juist onze uitdagende opdracht is om aan dit aspect van preventie te werken: de onzichtbare kracht ervan zichtbaar maken! Af te lezen van de gezichten van gelukkige leerlingen en leraren.

Een mooi schooljaar gewenst.

**Wouter Siebers**
projectleider Kwink

# Schoolvoorbeeld...

# ... van de Juliana van Stolbergschool in Waalwijk

**In iedere directiekamer staat hij: de map met het veiligheidsplan, dat eens per vijf jaar afgestoft wordt om, volgens de wettelijke regels, te worden herzien.**

Op de Juliana van Stolbergschool in Waalwijk lukt het om veiligheid, met name sociale veiligheid, elke dag verdiende aandacht te geven. 'Onze werkgroep Sociale Veiligheid bestaat uit vijf teamleden. Elk jaar maken we een plan met concrete doelen voor sociale veiligheid waaraan we met elkaar gaan werken.' Aan het woord is Hanneke Mosterd (1982), gedragsspecialist en leerkracht in groep 6 en 7.

**Leertuin**

Hanneke wil zich veilig voelen op school. Daarom is zij gemotiveerd om mee te doen aan de werkgroep.
'Als ik me veilig voel, zullen de kinderen dat ook voelen. En een kind dat goed in zijn vel zit, komt tot leren.'
Ze vindt de basisschool een leertuin waar dingen mogen mislukken.
'School is een veilige omgeving, waar gedoe mag zijn. Dat zijn momenten om je te ontwikkelen. Met een basisschoolklas, waarin de hele week aandacht is voor het vormen van een positieve groep, bouw je aan iets wezenlijks. Je helpt elkaar groeien.'

**Dezelfde taal**

Ook het team is een groep en de werkgroep Sociale Veiligheid bereidt, voor de startvergadering, een paar werkvormen voor.
'Die worden met het hele team gedaan in het kader van onze groepsvorming. De werkvormen kunnen daarna direct in de klas gebruikt worden om tijdens de Gouden Weken aan de groepsvorming van een nieuwe klas te werken.
Eén keer per week geven we een Kwink-les. De afspraak is dat de duo-collega die de Kwink-lessen niet geeft, elke week op de Kwink-

De school heeft een aantal onderwijspleinen. Op elk plein hangt een lijst met daarin vier Kwink-slagen. Elke leerkracht kan kinderen wijzen op de Kwink-slagen en vraagt dus hetzelfde gedrag van de kinderen.

Het Herstelrecht is een hulpmiddel voor de Kinderpleinwacht om ruzies op te lossen.

les terugkomt. Soms is dat "alleen maar" het bespreken van de Kwink van de Week. Soms wordt een oefening gedaan of over het onderwerp uit de les gepraat.
Zo laten we de kinderen zien dat we allebei dezelfde taal spreken als het gaat om sociaal-emotioneel leren.'

**Laat kinderen het oplossen**

Op de Juliana van Stolbergschool doen kinderen van groep 7 en 8 de Kinderpleinwacht. Een kind moet zichzelf, als het Kinderpleinwacht wil worden, promoten bij de Kinderpleinwachtcoaches. Wordt het gekozen, dan krijgt het een opleiding als mediator en loopt het stage. Daarna mag het pleinwacht gaan lopen. Bij ruzie proberen kinderen het eerst zelf op te lossen. Lukt dat niet, dan roepen ze de Kinderpleinwacht erbij.
Hanneke: 'Collega's zijn heel blij met de Kinderpleinwacht. Vooral voor kinderen uit de middenbouw werkt het goed. De ervaring is dat de Kinderpleinwacht dieper ingaat op het probleem dat zich voordoet. Kinderen vinden soms dat "de leerkracht het niet snapt", maar de Kinderpleinwacht wel.'

**Op afstand dichtbij**

Het afgelopen schooljaar waren de kinderen helaas twee keer lang thuis. Tijdens de eerste lockdown heeft de school alle leerlingen een troostbeertje gegeven. Bij de tweede kregen ze een ansichtkaart met de beer erop, als herinnering aan deze bijzondere periode in het leven van de kinderen.
'De kinderen moesten verwerken wat er gebeurd was,' zegt Hanneke. 'We hebben veel gepraat over de lockdown. Ze benoemden wat ze leuk vonden, zoals het thuis zijn met hun ouders. Maar ook waar ze bang voor waren geweest: dat zij zelf of een dierbare ziek zou worden. We vonden het belangrijk om bij al deze gevoelens stil te staan.'
Het team ervoer de periode na de lockdown als heftig.
'De groepen zaten opnieuw in de storming-fase,' zegt Hanneke. 'Toen zijn we weer activiteiten uit de Gouden Weken gaan doen om het groepsgevoel terug te krijgen. Er is veel energie ingestoken om het allemaal weer goed te laten lopen.' ●

Na de tweede lockdown heeft de werkgroep een film gemaakt om de kinderen welkom te heten. Alle klassen begonnen met de vertoning van deze film. Hierin werd verteld hoe blij de leerkrachten waren dat de kinderen weer naar school mochten. De coronaregels werden uitgelegd. Hanneke heeft de Kwink-handpoppen laten zien, die tijdens de lockdown geleverd waren.

## Schoolvoorbeeld van Hanneke

'Als gedragsspecialist begeleid ik ook individuele kinderen en Kids' Skills-groepen. Daarbij zet ik geregeld activiteiten en filmpjes uit Kwink in. De onderwerpen komen terug in de klas. Hierdoor werken we individueel én in de groep aan dezelfde vaardigheden. Ik zie de kinderen groeien. Dat is voor het kind en voor mezelf erg waardevol.'

# Je gaat pas iets extra's doen

## Twee nieuwe Kwink-trainers komen het team versterken. Een korte kennismaking.

**Training**
Een van Veroniques kwaliteiten is dat ze kan enthousiasmeren en aansluiten bij datgene waar een school mee bezig is. Dit zijn ideale kwaliteiten voor haar nieuwste uitdaging: Kwink-trainer!
'Iedere school heeft behoefte aan maatwerk. Wat is je populatie? Wat zijn de vraagstukken die spelen in de school? Leerkrachten moeten na mijn Kwink-training weggaan met het gevoel: Yes, hier ga ik morgen iets mee doen!
Ik wil graag dat leerkrachten zich realiseren dat er transitie nodig is. Sociaal-emotioneel leren is niet iets dat je maandagochtend in een half uurtje doet. Ik hoop hen te laten voelen en ervaren dat Kwink een enorme steun zal zijn.
Als kinderen sociaal gedijen levert dit, ook op cognitief vlak, winst op. Mijn doel is over te brengen dat alles dan minder tijd kost.'

> 'Leerkrachten moeten na mijn Kwink-training weggaan met het gevoel: Yes, hier ga ik morgen iets mee doen!'

### *Veronique*

Veronique Zwart (1966) stond jarenlang voor de klas. Nu is ze al ruim tien jaar werkzaam als kinder- en jeugdtherapeut in haar eigen praktijk. 'Lekker in je vel zitten is een voorwaarde om je als mens optimaal te ontwikkelen. Hordes die je tegenkomt zijn belangrijk voor je ontwikkeling. Je moet dan wel een gereedschapskistje hebben met hoe je kan omgaan met tegenslag. Er gaat best veel vanzelf, maar uitdagingen zijn er ook voldoende. Als je als kind daarmee leert omgaan, heb je daar de rest van je leven baat bij.'

**Kwink is goed**
Als therapeut ziet Veronique veel boeken en spellen langskomen. 'Kwink is een gebruikersvriendelijk en toegankelijk programma, dat professioneel in elkaar zit en wetenschappelijk onderbouwd is. Het is ook praktijkgericht en goed afgestemd op de belevingswereld van kinderen. Hoe het in een klas werkt, staat of valt met wat een leerkracht ermee doet. Of de vertaling gemaakt wordt naar "de rest van de dag".
Laat de kinderen op zoek gaan naar waar ze goed in zijn. Waar de ander goed in is.
Aan wie je hulp vraagt bij rekenen, weten de meeste kinderen wel. Maar als je problemen hebt in de zandbak, bij wie kun je dan terecht? Het is fijn als je meer opties hebt dan alleen de juf, die misschien net even niet beschikbaar is.'

# als je enthousiast bent

## 'Ik vind het een voorrecht om als Kwink-trainer scholen te ondersteunen.'

**Emotiewoordenschat**
Een sterk punt van Kwink vindt Suzan de aandacht voor de emotiewoordenschat. 'Een jongen in mijn RT-praktijk vertoonde regelmatig ongeremd gedrag. Een boze bui, daar kwam hij moeilijk uit. Ik merkte dat zijn emotiewoordenschat te beperkt was om zich te kunnen uiten. Hij kon alleen aangeven dat hij boos was of blij. Hoe dat kwam, kon hij niet verwoorden. We zijn toen samen de nuances van de emotie "boos" gaan onderzoeken en bespraken welke situaties bij hem welke gevoelens opriepen. Daardoor kan hij nu beter over zijn gevoel praten. Dat zorgt voor verbinding met degene die hij erover vertelt en voor wederzijds begrip.'

**Kwink-coach is de spil**
Suzan is nu als Kwink-trainer gestart. 'Ik vind het een voorrecht om als Kwink-trainer scholen te ondersteunen. Ik ga de Kwink-coaches trainen. Zij zijn in hun school de spil als het gaat om Kwink en SEL. Ze houden het onderwerp levend in hun school, stimuleren de transitie tussen theorie en praktijk en zorgen voor betrokken ouders. Als de Kwink-coach zijn of haar rol goed kan vervullen, komt de hele school op een hoger niveau. Kwink is vernieuwend en actueel. De extra dingen vind ik leuk, zoals het materiaal voor mediawijsheid, de Week Tegen Pesten en de Week van de Lentekriebels. Een complete en praktische aanpak, met veel aandacht voor de rol van de leerkracht. Die moet het goede voorbeeld geven.' ●

### *Suzan*

Suzan Elmas (1969) is een onderwijsduizendpoot. Suzan is parttime remedial teacher op een basisschool in Zoetermeer en Plusgroepleerkracht op een school in Voorschoten.
'Ouders willen dat hun kind gelukkig is, vriendjes en vriendinnetjes heeft en goed leert. Een kind dat lekker in z'n vel zit, komt tot leren en kan op een positieve manier contact maken met anderen. Voor kinderen van alle leeftijden begint het bij sociaal-emotioneel leren. Als leerkracht ben je hier altijd mee bezig, vanaf het moment dat de kinderen binnenkomen tot ze weer naar huis gaan.'

# Boekbespreking

*door Wouter Siebers*

# Handboek gedrag op school

**In deze driedelige gedragsreeks bundelt Anton Horeweg al zijn kennis over gedrag. De nadruk ligt op de kracht van preventie en de rol van de leraar. Die is cruciaal om leerlingen te helpen in hun onderwijs- en opvoedingsbehoefte.**

'Moet dat nou zo'n label?' Die vraag krijgt auteur Anton Horeweg, zelf leraar en gedragsspecialist, heel regelmatig. Iemand die vluchtig door de handboeken bladert zal deze vraag wellicht bevestigend beantwoorden. Op het omslag staan immers, naast een hoofdstuk over preventief werken, ruim tien verschillende classificaties als ADHD en ASS.

## 'Moet dat nou zo'n label?'

Lees je de handboeken goed, dan wordt al snel duidelijk dat Horeweg juist het tegenovergestelde beweert. Hij benadrukt de rol van de leraar als professional. Bij interactieproblemen tussen de leraar en het kind moet er íemand zijn die van strategie of gedrag verandert. Op een goede en veilige school is dit op de eerste plaats de leraar. Met die opdracht in het achterhoofd geeft Horeweg voortdurend sterke suggesties voor de leraar, aangevuld met voorbeelden uit de praktijk.

**Werken aan probleemgedrag is schoolverantwoordelijkheid**

Het handboek kent een logische opbouw en begint bij de basis. Het neerzetten van een goede school, met de daarbij horende schoolcultuur, is volgens Horeweg de start om probleemgedrag te voorkomen en gezond gedrag te ontwikkelen. Ook onderschrijft hij het belang van teamsport binnen het onderwijs. Daarmee maakt hij het werken aan probleemgedrag een schoolverantwoordelijkheid en geeft hij tegelijkertijd duidelijk aan welke rol de individuele leraar hierin speelt. Concreet noemt hij onder andere het belang van voorbeeldgedrag, empathie, inlevingsvermogen en sensitief handelen.

**Preventief handelen bij probleemgedrag**

Horeweg vervolgt het handboek met een sterke inzet op preventief handelen. Daarin komt opnieuw de rol van de leerkracht aan bod, maar ook het werken aan een goed klassenklimaat en het gesprek met de leerling en ouders. De meest opvallende paragraaf gaat over het preventief handelen als er probleemgedrag is. Horeweg beschrijft klip en klaar wat een leraar kan doen als probleemgedrag net begint en nog klein is. Op deze manier werkt een leraar, ook bij bestaand probleemgedrag, nog steeds preventief. In zijn samenvatting van dit hoofdstuk staat een mooie reflectievraag voor de leraar: 'Bekijk of jij wel duidelijk bent'. Na een helder betoog over preventief werken, waar de helft van het eerste handboek over gaat, volgen verschillende hoofdstukken over classificaties (zoals ADHD, ADD en ASS) en theoretische achtergronden die daaraan ondersteunend zijn (over zelfregulatie, pestgedrag en agressie).

**Van theorie naar praktijk**

De opbouw in de hoofdstukken helpt de lezer de handboeken als naslagwerk te gebruiken, maar is niet steeds hetzelfde. Waar het hoofdstuk over ADHD antwoord geeft op de vraag 'Wat kun je doen in de klas?' gaat Horeweg in andere hoofdstukken ook in op de vraag

'Wat zie je in de klas?' Hoewel deze uniformiteit prettig was geweest voor de momenten dat de leraar het handboek gebruikt als naslagwerk, is het goed leesbaar en bieden de hoofdstukken veel theoretische en praktische informatie. Hier is duidelijk te zien dat Horeweg een echte praktijkman is die weet wat er speelt in de scholen.
Na de theoretische onderbouwing volgt vaak het kader: om mee te nemen. Hier maakt hij de praktijksituatie concreet door dagelijkse schoolsituaties, zoals het moment van instructie, te koppelen aan onderwijs- en ondersteuningsbehoefte van leerlingen met een specifieke hulpvraag.

**Breder kijken**

Horeweg heeft niet alleen classificaties als vertrekpunt genomen. Zijn hoofdstukken over onder andere zelfregulatie, pestgedrag en agressie bieden een verhelderend perspectief op gedrag binnen de school. Juist door deze hoofdstukken te combineren met classificaties wordt duidelijk dat deze zaken veel overlap kennen; ze benadrukken de noodzaak voor de leraar om kennis te hebben van zowel de classificaties als de bredere domeinen.
Zo wordt in het hoofdstuk over zelfregulatie duidelijk dat de ontwikkeling hiervan vaak een voorspeller is voor eventueel probleemgedrag. Ook hier komt het werken aan preventie weer terug met tips als: geef voldoende pauzes tussen lessen zodat het rustbrein van leerlingen geactiveerd wordt. Pas als het rustbrein de verworven informatie goed kan verwerken is er daarna weer ruimte om nieuwe informatie op te slaan.

## De leraar is rolmodel

'Jongens, als je ruzie hebt, ga je niet schelden of schreeuwen. We praten ruzie uit en blijven kalm.'

**Urban teaching**

Het meest opvallende hoofdstuk is de afsluiter van het handboek en gaat over 'urban teaching'.
Hier gaat Horeweg in op het lesgeven in binnensteden, op scholen met superdiversiteit en de invloed die straatcultuur heeft op de school en de klas. Hij probeert antwoord te geven op de vraag wat deze scholen nu precies moeten doen om probleemgedrag te voorkomen. Zijn antwoord komt uit op waar hij het handboek mee begint: preventie is de sleutel, maar op sommige plekken is die sleutel net iets belangrijker.
*Handboek gedrag op school* is een must-have voor elke school. Een onmisbaar naslagwerk, met een preventieve aanpak als basis. ●

**Anton Horeweg**

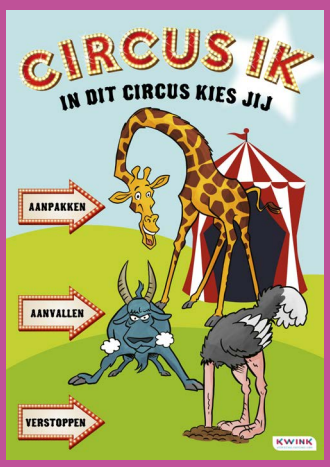
Anton Horeweg is gedragsspecialist (Master SEN) en vijfendertig jaar leraar in het basisonderwijs. Hij is auteur van diverse onderwijsboeken. Bij uitgeverij Pica verschenen recent *Voorkom lastig gedrag* en *Dit is een verschrikkelijk boek met een gouden boodschap.* Ook is hij auteur van de website www.gedragsproblemenindeklas.nl.
Anton Horeweg werkt mee in expertgroepen van het NCOJ/KC-KJP en Oudervereniging Balans. Hij is lid van de Academische Werkplaats ADHD en druk gedrag, was opleider bij het NCOJ, is instituutsopleider bij InHolland en veelgevraagd spreker op scholen en congressen.

VRAAG AAN DE REDACTIE
INFO@KWINKOPSCHOOL.NL

# Vraag aan de redactie

**Het is tijd voor de derde aflevering van deze rubriek. Daarin beantwoorden we deze vraag aan de redactie:**

## Kan Kwink met een praktische en eenduidige aanpak komen op het niveau van pedagogische interacties?



Deze belangrijke vraag hebben we opgepakt. Uit onderzoek[1] blijkt immers dat scholen met een gedifferentieerde gedragsaanpak het beste in staat zijn om een veilig pedagogisch klimaat te bieden. Het zijn scholen waar veel rust is en weinig incidenten voorkomen; als deze wel plaatsvinden, worden ze adequaat opgelost.

Maar wat is een gedifferentieerde gedragsaanpak eigenlijk? Het is een manier om – zoveel mogelijk preventief – op gedrag te interveniëren. De school weet dan wat zij moet doen op verschillende momenten, in verschillende situaties en soms voor verschillende leerlingen. Vooral dat laatste is erg belangrijk. Je moet van elkaar weten hoe je binnen de school omgaat met gedrag. Ook als dat een keer moeizaam gaat: 'weten wat te doen, als je niet weet wat je moet doen'.

**Circus IK**

Wij hebben dit concreet gemaakt voor onze Kwink-scholen met Circus IK, een krachtig instrument om met leerlingen in gesprek te gaan over gedrag. Waarom het beeld van een circus? Omdat het in het hoofd van kinderen soms weleens een circus lijkt en de vraag dan is: 'Wat kies ik dan?'

Circus IK is gebaseerd op het zogenaamde WAK-model dat Kees van Overveld beschrijft in zijn boek *Groepsplan Gedrag*. WAK staat dan voor manieren waarop kinderen een probleem oplossen, namelijk met **W**eglopen – **A**anpakken – **K**nokken. Voor Kwink is dit omgezet naar deze drie werkwoorden: Aanpakken – Aanvallen – Verstoppen.

We hebben deze drie reacties voor onder- en middenbouw verbeeld met drie dieren:

- Aanpakken: ik doe als **giraf,** ik pak het probleem aan.
- Aanvallen: ik doe als **bok**, ik val de ander aan.
- Verstoppen: ik doe als **struisvogel**, ik verstop me.

Voor de bovenbouw gebruiken we wel de drie werkwoorden en het beeld van het circus, maar niet de dieren.

**Nieuw: katern en poster**

Circus IK bestaat uit een katern voor de leerkracht én een poster (voor onderbouw/middenbouw en voor de bovenbouw). Kijk op **www.kwinkopschool.nl/circus-ik.**

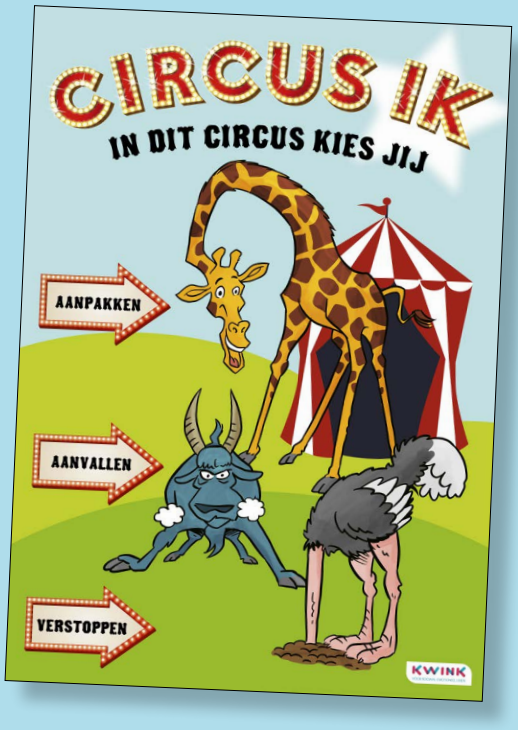
Met het katern en de poster leg je een goede basis om actief te werken aan een veilige school en pedagogisch vakmanschap. Die basis is van groot belang om Kwink extra succesvol te laten zijn.

1) Johan Deklerck, Kees van Overveld, *De preventiepiramide. Preventie van probleemgedrag in het onderwijs*, Den Haag 2011.

# Webinar 10 sept. 2021

Speciaal voor alle Kwink-scholen

## Maak een gouden start én leer meer over preventieniveau 1 in Kwink




Het is een vraag die veel scholen hebben: 'Kan Kwink met een praktische en eenduidige aanpak op het niveau van pedagogische interacties komen?' Concreet willen scholen graag het spreken van 'dezelfde taal' rond gedrag (zowel negatief als positief) stimuleren en daar specifieke handelingssuggesties voor krijgen.

Die vraag hebben we opgepakt. Het resultaat is het katern *Circus IK – Schoolbreed werk maken van gedrag* dat je – inclusief posters - gratis kunt downloaden op **www.kwinkopschool.nl/circus-ik**. In deze aanpak staan voor de onder- en middenbouw drie dieren model die verbeelden hoe kinderen kunnen reageren op bepaalde situaties: aanpakken (een giraf), aanvallen (een bok) of verstoppen (een struisvogel). Voor de bovenbouw gebruiken we alleen de drie woorden: aanpakken, aanvallen en verstoppen.
Projectleider Wouter Siebers legt in het webinar uit hoe de aanpak Circus IK is onderbouwd en hoe die in de praktijk werkt. Daarnaast heeft hij tips om een goede start te maken tijdens de Gouden Weken.

**Is je interesse gewekt? Meld je dan nú aan voor het gratis webinar op vrijdagmiddag 10 september via www.kwinkopschool.nl/webinar**

# Trainingen voor Kwink-coaches

**Hieronder vind je het overzicht van de nieuwe Kwink-coach trainingen. De trainingen zijn ingedeeld in drie niveaus: 1) de basistraining, 2) de verdiepingstraining en 3) de praktijktraining. Op www.kwinkopschool.nl/kwink-coach-training lees je er meer over. Doe mee en word Kwink-coach op jouw school!**

## Kwink-coach trainingen 2021-2022

**(vanaf de zomervakantie t/m januari 2022)**

| | Basistraining | Verdiepingstraining | Praktijktraining*) |
|---|---|---|---|
| **Online** | 17 november | 1 december | |
| **Amersfoort** | 6 oktober<br>13 oktober | 3 november<br>10 november | 24 november<br>26 januari 2022 |
| **Drachten** | 6 oktober<br>13 oktober | 3 november<br>10 november | 24 november |

*) De praktijktraining wordt alleen op locatie (live) gehouden.

Bij het organiseren van de live-trainingen (op locatie) houden wij ons aan de corona-richtlijnen van het RIVM die op dat moment van kracht zijn. De vermelde data voor de live-trainingen zijn dus onder voorbehoud.

**Nieuwe data Kwink-coach trainingen!**

**Meld je nú aan**

DEEL 1 VAN EEN SERIE

1

# SEL-pioniers: Paul Ekman

*Kees van Overveld*

**Sociaal-emotioneel leren (SEL) zit wereldwijd in de lift. Steeds meer mensen zien de waarde van het ontwikkelen van belangrijke levensvaardigheden. Die belangstelling voor SEL is niet vanzelfsprekend. In onze recente historie hebben SEL-pioniers van over de hele wereld bijgedragen aan de kennis en inzichten die we vandaag de dag gebruiken bij het ontwikkelen van programma's zoals Kwink. Dit keer vraag ik jullie aandacht voor Paul Ekman.**

## Universele emoties

Ekman is klinisch psycholoog. Hij startte zijn onderzoek in de jaren '50 van de vorige eeuw. Zijn onderzoek naar gezichtsexpressies bij een geïsoleerde stam in Papoea-Nieuw-Guinea is wereldberoemd geworden. Het bleek dat dit volk, dat geen contact had met de buitenwereld en niet beschikte over media, heel goed in staat was om uit een serie portretfoto's de juiste foto te kiezen die bijvoorbeeld walging of verdriet uitdrukte. Conclusie: het maakt niet uit waar je woont, overal ervaren mensen dezelfde emoties.
Volgens Ekmans onderzoek kennen en herkennen mensen over de hele wereld zeven basisemoties: blijdschap, verdriet, boosheid, angst, verrassing, walging (afkeer) en afgunst. Ze vertonen bij deze emoties ook dezelfde gezichtskenmerken zoals een opgetrokken bovenlip (walging) of aangespannen onderste oogleden (woede). De bevindingen van Ekman bevestigen de conclusies die Charles Darwin al in 1872 had getrokken in een van zijn boeken.
Dat niet iedereen altijd even zichtbaar zijn of haar emoties toont, is volgens Ekman toe te schrijven aan culturele verschillen. Hoe en wanneer je je emoties laat zien, is vastgelegd in de ongeschreven wetten van groepen of bijvoorbeeld volken.

## Micro-expressies

Soms voer je een gesprek met iemand en voel je dat er iets niet klopt. De ander kijkt je weliswaar vriendelijk aan, maar er blijft een stemmetje op de achtergrond dat de ander niet oprecht is.
Ekman heeft veel onderzoek gedaan naar zogenaamde micro-expressies. Net onder het huidoppervlak zitten spiertjes die onze ogen, wenkbrauwen en mond laten bewegen. In gesprekken met anderen nemen onze hersenen die bewegingen onbewust waar, maar zien we ze niet.
Ekman ontwikkelde een methode om met geavanceerde camera's 'slow-mo's' van het gezicht te ma-

> 'Dat niet iedereen altijd even zichtbaar zijn of haar emoties toont, is volgens Ekman toe te schrijven aan culturele verschillen.'

## ‘Met de spieren rond de mond kun je iedereen bedriegen, maar de spieren rond de ogen kunnen we onze wil niet opleggen.’

ken. Wat wij zelf niet zien, legt de camera haarfijn vast. Als je de beelden in slow motion ziet, gaat er een hele nieuwe wereld open. Het blijkt dat we de micro-expressies niet kunnen sturen: ze laten onze echte ik zien. Het gezegde dat iemand zonder blikken of blozen een verhaal kan ophangen, blijkt dus niet geheel waar te zijn.
De kennis uit het onderzoek van Ekman wordt tegenwoordig gebruikt om te zien of iemand de waarheid spreekt of liegt. Een soort visuele geheugendetector dus. Verder zijn er ook animatiestudio’s die de kennis van Ekman gebruiken om de tekenfilmkarakters zo realistisch mogelijk te laten spreken.

### Zelfpijniging voor de wetenschap

Paul Ekman ging erg ver om gezichtsexpressies te onderzoeken. Zo is het bekend dat hij naalden in zijn gezicht stak om vervolgens met stroomschokjes zijn gezichtsspieren te laten reageren.
Hij was overigens niet de eerste die dit deed. Ekman werd geïnspireerd door de Franse neuroloog Duchenne (ja, van de spierziekte) die al rond 1860 experimenten met elektrische stimulatie uitvoerde om te ontdekken hoe de glimlach werkt. Duchenne beschrijft dat de ware glimlach niet door de mond wordt gemaakt, maar door oogspieren. Met de spieren rond de mond kun je iedereen bedriegen, maar de spieren rond de ogen kunnen we onze wil niet opleggen. De echte glimlach ontstaat dus door ‘de zoete emoties van de ziel’. Fascinerend!
Via zijn onconventionele werkwijze werd Ekman dé emotie-expert van de wereld. Hij ontdekte onder meer dat ons gezicht in staat is om meer dan tienduizend verschillende uitdrukkingen te produceren. Tienduizend! Geen wonder dat we soms zoveel moeite hebben anderen te doorgronden.

### Taal

Ekman bestudeerde ook de taal van de emotie. Het blijkt dat in talen van over de hele wereld veel verschillen zitten. Een aantal voorbeelden:

- De Duitsers kennen het woord *Schadenfreude*. Dit woord gebruik je als je veel plezier beleeft wanneer je hoort dat jouw vijand iets ergs is overkomen. (Het lijkt een klein beetje op ons woord leedvermaak.)
- In Tahiti kende men destijds het woord verdriet niet. Na een ruzie met een geliefde konden ze zich verdrietig gedragen, maar het gevoel niet verwoorden. De fysieke ellende die ze voelden, schreven ze toe aan ziekte of een griepje. (Het is te hopen dat het woord verdriet inmiddels wel tot de emotiewoordenschat behoort!)
- Uit Papoea-Nieuw-Guinea komt het woord *awumbuk*. Het is een gevoel dat ontstaat als een gast die wat langer bij je logeerde, huiswaarts keert. Er blijft een gevoel van leegte en verwarring achter, een dikke mist die zorgt voor ongemak. Awumbuk kan wel drie dagen aanhouden!

### Tot slot

Wat Paul Ekman ons leert, is dat we elkaar moeten zien. Kijken alleen is niet genoeg. Ik vind het belangrijk dat we leerlingen bewust maken van de eigen emoties en die van de ander. Als we de gedachtewereld van de ander zo goed mogelijk leren inschatten, kunnen we ons gedrag daarop aanpassen en gezamenlijk mooie doelen bereiken.

### Meer lezen?

Paul Ekman schreef meerdere boeken. Deze is in het Nederlands vertaald: *Gegrepen door emoties. Wat gezichten zeggen.* Het boek is al wat ouder maar zeker nog een aanrader! In zijn boek gaat hij uitgebreid in op alle wetenswaardigheden over de zeven basisemoties. ●

www.keesvanoverveld.nl

# Lockdown

Sinds twee jaar maken we voor elke bovenbouwles van Kwink een geacteerd filmpje. Jonge acteurs van theaterschool 'De Springplank' zetten een situatie neer waar kinderen uit groep 7-8 over in gesprek kunnen: 'Wat zou jij doen in deze situatie?'
Door de coronamaatregelen was het afgelopen jaar lastig om de filmpjes te maken, maar met de nodige aanpassingen is het toch gelukt. En een tijdje geleden konden we eindelijk weer eens met een wat grotere groep aan de slag. Dat deden we 's avonds in een leeg kantoor van Kwintessens.
Er was niemand ziek, er werd goed geacteerd… kortom, een prima avond. 'We houden jullie hier vast tot we heel jaargang 8 erop hebben staan,' grapte de cameraman nog. Ha, ha.

Na afloop namen de acteurs de lift naar beneden, om via de avonduitgang in het fietsenhok uit te komen. (Kwintessens huist op de vierde verdieping van een kantoorgebouw.) Twintig minuten later vertrokken ook de cameraman en de projectleider van Kwink, waarna ik nog even goed keek of alle ramen dicht waren en de lichten uit.
Ik keek goed, en ook heel rustig. Daarom duurde het vrij lang voordat ik uiteindelijk in het fietsenhok kwam, waar ik ontdekte dat de hele groep daar al ruim een uur opgesloten zat. Hek op slot, ik was de enige met een sleutel, en ik had mijn telefoon natuurlijk op stil, want dat hoort zo bij een opname.

Interessant sociaal experiment, zo'n opsluiting. Terwijl de projectleider ijverig aantekeningen maakte, reageerden de acteurs heel verschillend. De één probeerde door het hek te komen, een ander vroeg zich met de moed der wanhoop af of een pizzakoerier hen zou kunnen bereiken, een derde mopperde vooral. Genoeg bouwstenen voor een goed begin van de nieuwe jaargang!

*Erik Idema, uitgever van Kwink.*

# Sociaal-emotioneel leren thuis

## *Weerbaar opvoeden. Hoe doe je dat?*

Door Tea Adema, trainer bij De Opleiding tot kinder- en opvoedcoach

**'Ik heb mijn peuter knielappen omgedaan, want anders beschadigen zijn knietjes zo bij het kruipen!' Nee, ik verzin het niet…**

Het leven is prachtig, maar niet altijd mooi en goed. Ook tegenslag en kwaad zijn onderdelen van het leven. Daarom is weerbaar opvoeden van belang. Vanuit mijn praktijk zie ik echter te vaak het tegenovergestelde. Kinderen zitten in wiebelstoeltjes met riempjes en spelen op rubberen tegels. Het lijkt soms wel of de dag in het teken staat van controle op risico's. Zo krijgen kinderen al van baby af aan de boodschap mee: de wereld is onveilig en jij bent machteloos en weerloos.
Dit heeft een negatief effect, want kinderen leren zo niet meer om te vertrouwen op hun lichaam. Ze hebben geen idee wat het wel of niet kan. Gevolg: geen besef van grenzen. En dan gaat het pas echt fout. Want als jij jezelf niet kunt voelen en niet weet wat wel of niet pijn doet, sla, bijt en knijp je er lustig op los omdat je geen lichaamsbesef hebt. Je lijf is nog niet in- en uitgedeukt geweest door vallen, duwen en stompen door het spelen met andere kinderen. En als je lijf het niet weet, weet je hoofd het al helemaal niet.

### Wat kunnen kinderen leren?

Weerbaar opvoeden betekent dat je kinderen leert om tegen de onvermijdelijke stootjes in het leven te kunnen. Bij tegenslag zie je dat kinderen verschillende reacties laten zien:

- hulpeloosheid en machteloosheid: huilen en opgeven;
- hulp zoeken door bij anderen of een volwassene het probleem neer te leggen en verwachten dat diegene het oplost;
- agressief terugslaan en hetzelfde of méér doen dan wat hen is overkomen;
- assertief zijn door zelf het probleem met de betreffende persoon op te lossen.

Natuurlijk wil je dat je kind de laatste optie leert: zelf het probleem oplossen. Daarvoor moet het een aantal vaardigheden aanleren, zoals:

- onderscheid maken in wat het zichzelf moet aantrekken en wat de emoties en mening van de ander zijn;
- dingen naast je neer kunnen leggen en je het (nare) gedrag van de ander niet aantrekken;
- reflecteren op het eigen gedrag en een eerlijke en rustige reactie geven op het gedrag van de ander.

Het kan dus de moeite waard zijn, om je als ouder in te houden en je kind de tijd te gunnen om verdrietig en verontwaardigd te zijn over datgene wat het is overkomen. En het kind leren om daarmee om te gaan en het helpen om daar een eigen oplossing voor te vinden.
Als ouder help je door te luisteren, te troosten en te vragen aan je kind hoe het de situatie zelf kan oplossen. Ook helpt het om met je kind te oefenen hoe dit in de praktijk moet, en om resultaten te evalueren.

Je kind weerbaar opvoeden betekent vaak… je tong afbijten en je kind ervaringen met tegenslag 'gunnen'. Want alleen daar leert het van.

# 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 groepsklimaat.

**Grondlegger**

Bert Hellinger (1925–2019) ontwikkelde 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 daarin 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 kliekjes.

**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.

### Ordening

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 bevlogen, bemoedigend en heeft een groot hart voor onderwijs. Meer weten? **www.maartjedewitcoaching.nl.**

# SEL-inspiratie

**De laatste ontwikkelingen van SEL, interessante producten en verwijzingen. Om jou en het team te inspireren.**

## 55 uitdagingen in de klas

Wie voor de klas staat weet: het onderwijs stelt je telkens voor nieuwe uitdagingen. Dit boek benoemt 55 van deze uitdagingen en geeft bij elke uitdaging maar liefst tien praktische en verrassend eenvoudige tips. Geschikt voor beginnende en ervaren leraren.
**www.kwinkopschool.nl/55-uitdagingen**

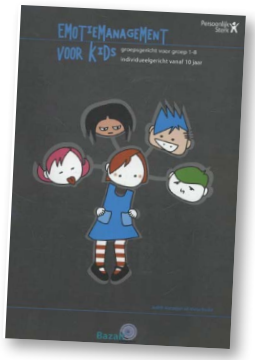
## Het grote (online) werkvormenboek

Het *Groot Online Werkvormenboek:* een inspiratiebron voor iedereen die een succesvolle online bijeenkomst wil organiseren. Maar hoe zorg je ervoor dat je online meetings effectief en interactief houdt? Dit boek bevat werkvormen om kennismaken, brainstormen, beslissen en evalueren kracht bij te zetten.
**www.kwinkopschool.nl/werkvormenboek**

## De Verbindingskaarten

De manier waarop je denkt, spreekt en luistert heeft veel invloed op je leven. Kennis en bewustzijn vergroten de kans op een prettiger contact met jezelf en met anderen. Als jij hierin iets verandert, verandert jouw wereld.
Deze kaartenset biedt een ingang om te ontdekken en te zeggen wat voor jou belangrijk is én daarnaast te horen waar het bij de ander om gaat.
**www.kwinkopschool.nl/verbindingskaarten**

## Emotiemanagement voor kids




Sommige kinderen zijn bang dat ze iets fout doen en maken zich daardoor te veel zorgen; anderen worden te snel boos en doen dan dingen waar ze later spijt van hebben. Opgroeien tot een emotioneel evenwichtige persoonlijkheid is een levenslang proces. *Emotiemanagement voor kids* biedt leraren en IB-ers handvatten om kinderen van groep 1 t/m 8 op een goede manier te ondersteunen in deze ontwikkeling en kent een degelijke theoretische basis.
**www.kwinkopschool.nl/emotiemanagement**

# Een sociaal veilige groep?

Wil jij dat ook? Doe mee met jouw school met Kwink, dé online methode voor sociaal-emotioneel leren (SEL). Inclusief burgerschap en mediawijsheid. Voor groep 1 t/m 8 van het primair onderwijs. Kwink biedt een doordacht SEL-programma, gebaseerd op de laatste wetenschappelijke inzichten. Praktisch, leuk en altijd actueel. Gericht op preventie (van bijvoorbeeld pesten op school) en de kracht van een veilige groep. Sluit goed aan bij de principes van PBS (Positive Behaviour Support).

Vraag voor de hele school een gratis proefabonnement tot de herfstvakantie aan!

**www.kwinkopschool.nl/proefabonnement**

**www.kwinkopschool.nl**

Kwink is een methode van kwintessens **T:** 033 – 460 19 40 **E:** info@kwintessens.nl

KWINK
VOOR SOCIAAL-EMOTIONEEL LEREN