

21 JUNI 2019

AFSTUDEERONDERZOEK

*Hoe kan de schoolmaatschappelijk werker
leerlingen uit groep 8, van basisschool X
ondersteunen bij het voorkomen van stress in
de periode van de eindtoets?*

SANNE MEEUWIS

Studentnummer: 2823039

Opleiding: Fontys Hogeschool

Sociale Studies

Klas: 4V04J

Profiel: Jeugdzorgwerker

Vak: Afstudeeronderzoek

Progresscode: 89V4J-AFOZ

Docent: Lilly van den Dobbelsteen

Samenvatting

We leven op dit moment in een prestatimaatschappij. Er wordt in deze tijd veel waarde gehecht aan het leveren van goede prestaties. De prestatimaatschappij zorgt ervoor dat men steeds beter wil en moet presteren. Deze prestatimaatschappij heeft een negatieve invloed op het welzijn van het kind (Maltha, 2016). Volgens Plummer (2014) hebben leerlingen in de periode van de eindtoets vooral te maken met stressklachten vanwege de prestatiedruk (Plummer, 2014).

Het doel van dit onderzoek is om inzicht te verwerven in wat leerlingen uit groep 8, van basisschool X nodig hebben aan ondersteuning van de schoolmaatschappelijk werker om stress te voorkomen in de periode van de eindtoets. Op basis hiervan worden handvatten geformuleerd voor de schoolmaatschappelijk werker, zodat de schoolmaatschappelijk werker kan aansluiten bij de gewenste ondersteuning. Op deze manier kan de schoolmaatschappelijk werker handvatten geven aan leerlingen voor stressvermindering, zodat de stress de eindscore van de eindtoets niet beïnvloed wordt en het welbevinden van de leerlingen optimaal blijft.

Als hoofdvraag is opgesteld: *“Hoe kan de schoolmaatschappelijk werker leerlingen uit groep 8, van basisschool X ondersteunen bij het voorkomen van stress in de periode van de eindtoets?”*

Om antwoord te krijgen op de vraagstelling, is na een probleemverkenning en een theoretisch oriëntatie gekozen voor een tiental diepte-interviews met leerlingen, leerkrachten en schoolmaatschappelijk werkers van basisschool X. Er is voor een kwalitatief onderzoek gekozen met een selecte steekproef, omdat zij bruikbare informatie kunnen geven rondom het onderwerp stress. De belangrijkste bevindingen zijn: dat alle leerlingen de eindtoets verschillend hebben ervaren. De ene respondent geeft aan wel degelijks stress te ervaren en de andere respondent geeft aan hier nauwelijks last van te hebben. Volgens een aantal respondenten is er weinig aandacht voor het onderwerp ‘stress’, hierdoor kunnen leerlingen niet praten over hun gevoel. Opvallend is dat de leerlingen behoeften hebben om met een persoon te praten over het ervaren van stress.

Op basis van dit onderzoek wordt aanbevolen om een (preventief)aanbod te ontwikkelen, zodat leerlingen beter leren omgaan met stress die zij ervaren in de periode van de eindtoets. Het is zinvol om met dit aanbod te starten aan het begin van het schooljaar, zodat leerlingen preventief sterker zijn op het moment dat de eindtoets in zicht komt.

De leerlingen geven aan in het onderzoek dat zij behoeften hebben aan (kleine)groepsgesprekken of een-op-een gesprekken met de schoolmaatschappelijk werker, zodat zij samen hierover kunnen praten. Daarnaast is er een aanbeveling beschreven voor een themabijeenkomst bestemd voor ouders. Uit het onderzoek is gebleken dat ouders een bepaalde invloed hebben op de stress die de leerlingen ervaren. Het is belangrijk dat ouders zich bewust worden van de invloed die zij kunnen uitoefenen op het kind. Het uiteindelijke doel van deze themabijeenkomst is dat ouders en kinderen elkaar beter leren begrijpen en dat de communicatie verbeterd wordt.

Voorwoord

Met trots presenteer ik u mijn bachelor scriptie, geschreven ter afsluiting van de opleiding Sociale Studies aan Fontys Hogescholen te Eindhoven.

In dit onderzoek staat centraal hoe stress voorkomen kan worden bij leerlingen uit groep 8 van basisschool X in de periode van de eindtoets. Het onderzoek heeft plaatsgevonden bij basisschool X in Noord-Brabant. De beweegredenen van het onderwerp 'stress rondom de eindtoets' is ontstaan door eigen ervaringen als schoolmaatschappelijk werker. Het is mij opgevallen dat sommige leerlingen enorme spanning voelen in de periode van de eindtoets. Daarnaast is het opgevallen dat er in de periode van de eindtoets meer leerlingen met stressklachten zich aanmelden voor het schoolmaatschappelijk werk. Dit is voor mij een aanleiding geweest om dit onderwerp bespreekbaar te maken en te onderzoeken wat de ondersteuningsmogelijkheden zijn voor deze doelgroep.

Tijdens dit onderzoek werd ik ondersteund door mevrouw L. van den Dobbelsteen vanuit de opleiding Fontys Hogescholen Sociale Studies. Bij deze wil ik ook graag mijn dank betuigen aan haar. Voor alle steun, feedback en tijd die zij mij heeft geboden tijdens dit onderzoeksproces.

Graag zou ik ook alle respondenten willen bedanken voor hun tijd en moeite om dit onderzoek mogelijk te maken.

Met vriendelijke groet,

Sanne Meeuwis

Inhoudsopgave

Inleiding	1
Hoofdstuk 1 Context en probleemschets	2
1.1 Probleemanalyse	2
1.2 Probleemstelling en verificatie	7
1.3. Onderzoeksdoelstelling	8
1.4. Vraagstelling en deelvragen	9
1.5 Begripsafbakening	9
Hoofdstuk 2 Theoretisch kader	11
Hoofdstuk 3 Methodologie	18
3.1 Onderzoekspopulatie en steekproef	18
3.2 Dataverzamelmethode	20
3.3 Meetinstrument	21
3.4 Data-analyse	22
Hoofdstuk 4 Resultaten	24
Hoofdstuk 5 Conclusie en aanbevelingen	33
5.1 Conclusies per deelvraag	33
5.2 Conclusie vraagstelling	36
5.3 Aanbevelingen	37
Hoofdstuk 6 Discussie	40
6.1 Betekenis en bruikbaarheid	40
6.2 Sterkte- zwakte analyse	41
Literatuurlijst	43
Bijlagen	47
Bijlage 1: Topiclijst leerlingen	47
Bijlage 2: Topiclijst professionals	52
Bijlage 3: Codeboom	58
Bijlage 4: Toestemmingsformulier ouders	61

Inleiding

“Er wordt wat afgetoetst in een jong leven en niet iedereen is daartegen bestand. Zowel leraren als leerlingen vinden vaak dat het onderwijs van cijfer naar cijfer hobbelt” (Remie & Huygen, 2019).

Dit stond vermeld in NRC op 18 januari 2019. Het artikel beschrijft dat leerlingen klachten kunnen ervaren vanwege stress die zij voelen tijdens de eindtoets. Situaties, zoals in bovenstaand krantenbericht, komen helaas vaker voor. Hieruit blijkt dat niet alle leerlingen opgewassen zijn tegen de huidige prestatimaatschappij.

Stress is in de huidige samenleving een actueel thema. Het komt in de periode van de eindtoets dagelijks voorbij op de sociale media. Dit is ook gebleken aan de hand van gesprekken met verschillende leerkrachten van basisschool X, waar het onderzoek heeft plaatsgevonden. Tijdens het gesprek werd duidelijk dat zij een verschuiving waarnemen. Het valt de leerkrachten op dat er steeds meer leerlingen faalangst hebben, geen fouten mogen maken van zichzelf, de lat hoog leggen et cetera. Zij zouden graag vanuit het schoolmaatschappelijk werk een (preventief)aanbod willen om op deze manier stress te voorkomen. Het is dan ook de taak van een schoolmaatschappelijk werker om in een zo vroeg mogelijk stadium begeleiding te kunnen bieden aan de leerlingen van basisschool X (Nederlands Jeugdinstituut, Beroepsvereniging van Professionals in Sociaal Werk, & Sociaal Werk Nederland, 2017).

Echter, is het voor de schoolmaatschappelijk werker op dit moment nog onduidelijk wat de ondersteuningsbehoeften van de leerlingen zijn en op welke manier de schoolmaatschappelijk werker kan aansluiten bij de gewenste ondersteuningsbehoeften. Door het interviewen van de leerlingen krijgt de schoolmaatschappelijk werker meer inzicht in de beleving en behoeften van de leerlingen. Hierop volgend kan de schoolmaatschappelijk werker aansluiten bij de ondersteuningsbehoeften om een (preventief)aanbod te verwezenlijken.

Om deze aanleiding specifiek te maken, is er onderzoek gedaan naar wetenschappelijke en recente onderzoeken. Hier is een probleemstelling en een onderzoeksdoelstelling uit voortgekomen. Dit leidt tot de volgende hoofdvraag: *‘Hoe kan de schoolmaatschappelijk werker leerlingen uit groep 8, van basisschool X, ondersteunen bij het voorkomen van stress in de periode van de eindtoets?’* en drie aansluitende deelvragen. Daarnaast is er een begripsafbakening, waarin de belangrijkste begrippen worden uitgelegd. In hoofdstuk 2 wordt het theoretisch kader beschreven. Het theoretisch kader bestaat uit relevante theorieën die ondersteund zijn bij het beantwoorden van de deelvragen. In hoofdstuk 3 is de methodologie beschreven. Hier wordt de populatie beschreven, hoe het meetinstrument tot stand is gekomen en op welke wijze de dataverzameling en data-analyse werden uitgevoerd. In hoofdstuk 4 worden de resultaten van de interviews weergegeven. Hoofdstuk 5 bevat de conclusie op de deelvragen en op de hoofdvraag. Daaropvolgend worden er aanbevelingen geschreven voor de schoolmaatschappelijk werker. En tot slot staat in hoofdstuk 6 de discussie beschreven. Daarin wordt de betekenis en bruikbaarheid van het onderzoek beschreven, maar ook zal er gekeken worden naar de sterke- en zwakke punten van het onderzoek.

Hoofdstuk 1 Context en probleemschets

In dit hoofdstuk wordt de probleemanalyse beschreven op basis van wetenschappelijke onderzoeken en rapporten. Op basis van deze probleemanalyse volgt: de probleemstelling met verificatie, doelstelling, hoofdvraag en deelvragen. Aan het einde van dit hoofdstuk worden de belangrijkste begrippen uit de vraagstelling geoperationaliseerd.

1.1 Probleemanalyse

Ontwikkelingen in de huidige maatschappij en in het onderwijs

We leven vandaag de dag in een sterk geïndividualiseerde samenleving (Mellink, 2014). Volgens Delfos (2006) is er mede door de industriële revolutie meer een individualistische samenleving ontstaan in plaats van een familie- en dorpsgerichte samenleving. Zij geeft aan dat er in een individualistische samenleving minder plaats is voor afhankelijkheid en verplichtingen ten opzichte van elkaar. De persoonlijke ontwikkeling van het individu is iets wat als erg belangrijk wordt beschouwd. Meer en meer staat het ontplooiën van jezelf en alle mogelijkheden benutten op de voorgrond. De ik-gerichte cultuur staat veel minder stil bij het bieden van hulp en steun aan anderen, maar zijn meer gericht op het bereiken van persoonlijke doelen en een goede toekomst voor zichzelf te ontwikkelen (Delfos, 2006).

De geïndividualiseerde samenleving is volgens Maltha (2016) een prestatimaatschappij. In de huidige samenleving wordt er veel belang gehecht aan prestaties. De prestatimaatschappij zorgt ervoor dat men steeds beter wil en moet presteren. De lat wordt steeds hoger gelegd, de verwachtingen worden soms zelfs torenhoog (Maltha, 2016). Het streven naar perfectie wordt bijna dagelijks centraal gesteld: thuis, tijdens het sporten of op school; kinderen worden vaak geconfronteerd met perfectie (Maltha, 2016). De tijd dat afkomst en de erfelijke lijn de positie van het individu bepalen ligt ver achter ons. Het heeft plaatsgemaakt voor positionering bepaald door eigen capaciteiten en prestaties. Tegenwoordig is het opleidingsniveau een bepalende factor voor de latere slagingskans in de huidige maatschappij (Han, 2014).

Deze prestatimaatschappij heeft een negatieve invloed op het welzijn van het kind (Maltha, 2016). Een leerling die op school streeft naar perfectie en daarbij het gevoel krijgt gefaald te hebben op het moment niet de perfectie te hebben bereikt, kan zorgen voor veel druk en spanning (Maltha, 2016). Vandaar dat het schoolmaatschappelijk werk in de Nederlandse samenleving een belangrijke positie heeft gekregen in het basisonderwijs. De schoolmaatschappelijk werker legt de nadruk op het welzijn van de leerlingen; aangezien leerlingen beter presteren op school wanneer zij weinig tot geen zorgen hebben (Bijma & Scalongne, 1999). Voor leerlingen is het belangrijk dat zij zich, thuis en op school, goed kunnen ontwikkelen. De leerkracht merkt vaak als eerste dat er iets is, waardoor een leerling zich minder goed kan ontplooiën of ontwikkelen. Soms is er deskundige ondersteuning nodig, dan komt het schoolmaatschappelijk werk in zicht (Van Mil & Van den Eerenbeemt, 2012). Echter, is het soms onduidelijk wat de exacte ondersteuningsbehoeften van de leerlingen zijn.

Het is dan ook de taak van een schoolmaatschappelijk werker om de ondersteuningsbehoeften van de leerlingen in kaart te brengen (Nederlands Jeugdinstituut, z.d.).

Dat het opleidingsniveau een bepalende factor is voor latere slagingskansen is ook voelbaar binnen het basisonderwijs. Deze toename van de prestatie maatschappij kan bij sommige kinderen leiden tot stress tijdens de eindtoets (Kooijmans, 2019). Sommige leerlingen zijn zo teleurgesteld in de eindscore van de eindtoets, dat zij zich onterecht als verliezers gaan zien en voelen (Kooijmans, 2019).

Halverwege de jaren '60 was er meer vraag naar een methode om de intelligentie van de basisschoolleerlingen te testen. Zo ontwikkelde De Groot in 1968 in opdracht van de gemeente Amsterdam de Amsterdamse Schooltest, die uiteindelijk op alle openbare basisscholen in de stad werd afgenomen (College voor Toetsen en Examens, z.d.). Twee jaar later werd een nationaal toetsing instituut, het Centraal Instituut voor Toetsontwikkeling (CITO) opgericht. Het bedrijf werd verantwoordelijk voor de ontwikkeling van een test om de basisschoolleerlingen een passend advies te geven voor een geschikte vervolgopleiding (College voor Toetsen en Examens, z.d.).

Sinds 2015 zijn alle leerlingen van het regulier basisonderwijs verplicht om de eindtoets te maken (Rijksoverheid, z.d.). Naast de Centrale Eindtoets, die in opdracht van het College voor Toetsen en Examens door Cito wordt gemaakt, zijn er ook andere eindtoetsen. Scholen hebben hierin de vrijheid om een keuze in te maken. Scholen kunnen kiezen uit de volgende eindtoetsen: Route 8, AMN Eindtoets, Centrale Eindtoets, Dia-Eindtoets of IEP Eindtoets. Elke school kiest voor één eindtoets. Als de basisschool eenmaal gekozen heeft, maken alle leerlingen dezelfde eindtoets (College voor Toetsen en Examens, z.d.). Alle vijf de eindtoetsen hebben dezelfde functie: laten zien wat een leerling op het gebied van taal en rekenen aan het einde van de basisschool heeft geleerd. De eindtoets geeft uiteindelijk een advies voor de middelbare school (College voor Toetsen en Examens, z.d.).

Tot 2013 bepaalde de uitslag van de eindtoets het definitieve schooladvies voor de middelbare school. Aangezien de uitkomst van de eindtoets leidend was, bracht de eindtoets veel stress met zich mee voor de leerlingen. Om deze stress zoveel mogelijk te verminderen, is er door de Tweede Kamer in 2014 besloten om de uitslag van de eindtoets niet meer bepalend te laten zijn (Dekker, 2014). Scholen mogen vanaf 2014 het advies voor het voortgezet onderwijs niet alleen meer laten afhangen van het resultaat van de eindtoets. Het definitieve schooladvies mag vanaf 2014 gegeven worden door de leerkracht (College voor Toetsen en Examens, z.d.).

Volgens Beker (2015) willen een aantal regeringspartijen de volgorde weer omdraaien. De regeringspartijen D66, VVD en CDA willen dat de eindtoets weer leidend gaat zijn voor het middelbaarschooladvies. In de praktijk wordt geconstateerd dat vooral mondige- en hoogopgeleide ouders ertegenin gaan als het advies sterk afwijkt van de eindtoets (Hagen, 2019). Volgens Beker (2015) zal deze verandering nogmaals leiden tot stressklachten bij de leerlingen.

Externe invloeden

Uit recent onderzoek (Nederlands Centrum Jeugdgezondheid, 2018) blijkt dat prestatiedruk bij kinderen de laatste tijd fors is toegenomen. De reden hiervoor is, volgens Socioloog Dehue (2011), het push-gedrag van ouders. Volgens De Vos (2018) heeft Dehue (2011) een verklaring voor het pushgedrag van ouders. De oorzaak van dit gedrag is de (prestatiegerichte) maatschappij waar 'succes' als maakbaar en als een keuze wordt gezien. Hierdoor ontstaat een bepaalde druk om het kind te laten presteren, want wanneer dit niet lukt, wordt het gezien als ouderlijk falen (De Vos, 2018). Daarnaast is volgens Dehue (2011) het imago van het vmbo verslechterd en lijken ouders er alles aan te willen doen, om te voorkomen dat hun kind op het vmbo terechtkomt (De Vos, 2018). Van Baar (2014) herkent deze 'vmbo-angst' bij ouders. De reden dat ouders streven naar een bepaald schoolniveau kan worden gevonden in het ervaren van sociale druk (Chryssochoou, 2004). Ouders hebben een bepaalde voorkeur voor schoolniveau, omdat dit de norm kan zijn van de sociale groep waartoe zij behoren (Chryssochoou, 2004).

Uit recent onderzoek (Kooijmans, 2019) blijkt dat de druk om te presteren behoorlijk is toegenomen bij ouders. Ouders stellen eisen aan hun kind, doordat ze: hoge cijfers moeten halen, niet moeten opgeven, presteren bij sport, tot de beste van de klas behoren en zich beeldig moeten gedragen (Van den Brink, 2005). Ouders kijken niet meer naar de individuele resultaten van het kind, maar vergelijken deze bijvoorbeeld met die van broertjes, zusjes en klasgenoten. Op deze manier is er weinig ruimte voor positieve feedback naar het kind, waardoor deze vaak te maken krijgt met negatieve reacties. De eigenheid van het kind wordt hierbij uit het oog verloren (Vansteenkiste, Soenens, Sierens & Lens, 2005).

De invloed van ouders op de prestatiedruk bij kinderen hangt volgens pedagoog Liefink (2011) samen met de opvoedmoraal, waarbij ouders hun kind zien als een taak dat moet slagen. Wanneer het kind het goed doet op school, leuke vriendjes heeft, zich netjes gedraagt, diploma's haalt en een goede baan vindt, hebben ouders de neiging dat als een persoonlijk succes te zien. Kinderen krijgen door de ouders hoge ambities en worden hierin gestimuleerd. Ouders plaatsen hun kind op een voetstuk, terwijl dit niet altijd realistisch is (Liefink, 2011).

Volgens Van der Ploeg (2013) zijn niet alleen ouders verantwoordelijk voor de druk die kinderen op de dag van vandaag voelen. Scholen zijn erop gericht om zoveel mogelijk leerlingen af te leveren met goede resultaten. Het kan zijn dat de individualiteit van de leerlingen verloren gaat in de strijd voor de beste resultaten. Leerlingen die niet mee kunnen, lopen het gevaar buiten de boot te vallen, omdat zij het tempo van andere leerlingen niet bij kunnen houden (Van der Ploeg, 2013). De druk die scholen op leerlingen legt, wordt steeds groter. De eindtoets, beslist voor het grootste deel op welk niveau de leerling verder onderwijs gaat volgen (Van der Ploeg, 2013).

Volgens Goorhuis-Brouwer (2013) ontstaat prestatiedruk niet enkel op deze manier. Zij geeft aan dat scholen veel aandacht besteden aan het oefenen voor de eindtoets.

Door het vele oefenen voor de eindtoets wordt een beeld gecreëerd dat de eindtoets belangrijk is en dat er optimaal gepresteerd moet worden. Dit beeld kan volgens Goorhuis-Brouwer (2013) leiden tot stress en prestatiedruk in de periode van de eindtoets.

Volgens De Vos (2018) willen ouders dat er aan hun verwachtingen tegemoet gekomen wordt. Volgens Van der Ploeg (2013) wil de school zo hoog mogelijk scoren om de kwaliteit te waarborgen. Voor een kind hangt er ontzettend veel van af hoe hij presteert, want wat als het kind niet mee kan met vriend(en)innen die naar het havo gaan (Bisschop, 2005). Het ene kind kan prima presteren naar deze verwachtingen, terwijl een ander kind hier slapeloze nachten van krijgt (Van den Brink, 2005). Het is de taak van een schoolmaatschappelijk werker om hier leerlingen bij te ondersteunen.

Sinds 2013 is er een schoolmaatschappelijk werker aanwezig op basisschool X. Het inzetten van een schoolmaatschappelijk werker was noodzakelijk, omdat de school geen toereikende- of passende hulp (meer) kon aanbieden aan de leerlingen. Zo ontbrak er de nodige kennis om de leerlingen optimaal te kunnen ondersteunen (persoonlijke communicatie, 28 februari 2019). Daarnaast is het zo dat leerlingen met problemen niet langer zomaar worden doorverwezen naar het speciaal onderwijs. De school werd genooddaakt hun zorgmogelijkheden voor leerlingen te verbreden (Bijma & Scalongne, 1999). De onderwijsinstelling streeft naar een klimaat, waarin leerlingen in een zo vroeg mogelijk stadium begeleid en ondersteund kunnen worden door de schoolmaatschappelijk werker. Het is voor de schoolmaatschappelijk werker onduidelijk wat de specifieke ondersteuningsbehoeften van de leerlingen zijn in de periode van de eindtoets en hoe zij hierbij kunnen aansluiten. Het is namelijk van belang dat de schoolmaatschappelijk werker de ondersteuningsbehoeften achterhaalt om de stressproblematiek bij de leerlingen te verminderen. Vroegtijdige ondersteuning kan verergering van deze problematiek voorkomen en de noodzaak tot complexere zorg ondervangen (Bijma & Scalongne, 1999).

Leerlingen en stress

Sommige leerlingen hebben een bepaalde hoeveelheid stress nodig om zo goed mogelijk te kunnen presteren tijdens het maken van de eindtoets (gezonde stress). Wanneer de druk echter te groot wordt, kan stress voor veel problemen zorgen (ongezonde stress). Het is vaak het gevolg van een verstoord evenwicht tussen wat er van het kind verwacht wordt en wat het kind aan kan. Het heeft dus niet altijd te maken met de hoeveelheid werk dat verricht moet worden, maar hoe het beleefd wordt en welk gevoel de leerling hierbij krijgt. Leerlingen die niet goed mee kunnen in de les en weinig interesse hebben voor hun schoolwerk, zullen sneller stress ervaren dan leerlingen die het schoolwerk leuk en interessant vinden om te doen (Plummer, 2014).

Veel kinderen kunnen de enorme snelheid, waarin tegenwoordig geleefd wordt, niet aan en ondervinden stressklachten. Volgens Plummer (2014) hebben leerlingen in de periode van de eindtoets vooral te maken met stressklachten, vanwege de prestatiedruk en stress die zij ervaren (Plummer, 2014). Volgens Cuijpers (2018) moet dit niet de bedoeling zijn van leren op een school, waar elk kind zich veilig en gezien zou moeten voelen.

Op welke wijze leerlingen omgaan met stress, in de periode van de eindtoets, is afhankelijk van de persoonlijkheid en het verwerkingsvermogen van het kind (Van der Ploeg, 2013). Dit is volgens van der Ploeg (2013) onder andere afhankelijk van de opvoeding dat een kind heeft gekregen.

Een 'goede' ouder-kind relatie leidt volgens hem tot een gevoel van competentie, waardoor het kind minder snel stress zal ervaren in onzekere situaties. Of een kind stress zal ervaren in een onzekere gebeurtenis, hangt dus af van de persoonlijkheid af en hoe het kind is opgevoed. Ieder kind heeft een unieke persoonlijkheid en zal zodoende anders reageren op stress. Een kind dat meer naar binnen is gericht, wordt stiller en trekt zich terug. Terwijl een meer impulsief en extravert kind opstandiger wordt, of niet luistert naar de leerkracht (Van der Ploeg, 2013).

Uit diverse onderzoeken komt naar voren dat stress verschillende gevolgen heeft op het welbevinden van een kind (Van der Ploeg, 2013). Hieronder staat beschreven wat voor invloed stress kan hebben op het kind.

Faalangst. Prinsen (2010) concludeert in recent onderzoek dat ongeveer 12% van alle kinderen tussen 10 en 13 jaar last heeft van faalangst of hier slecht mee omgaan. Faalangst is de angst om bij een taak te mislukken en ontstaat in situaties, waarin het kind door iemand beoordeeld wordt of denkt te worden beoordeeld (Van Lieshout, 2009). De eindtoets heeft een hoog beoordelingsgehalte, daarom is het percentage van faalangst bij de eindtoets veel hoger dan bij reguliere toetsen. Cijfers hiervan ontbreken nog (Nieuwenbroek, 2006).

Kinderen met faalangst zijn bang dat ze, door een slechte prestatie, de waardering van hun ouders, klasgenoten en leerkrachten verliezen. Ze blokkeren, haken af, gaan nieuwe uitdagingen uit de weg of werken zo hard dat ze zelden nog ontspannen (Van Lieshout, 2009). Hoe goed een kind ook zijn best doet, als het voor de eindtoets zit kan het kind niet meer op de juiste informatie komen. Men spreekt van faalangst bij de eindtoets als de angst niet zozeer slaat op wat het kind nu moet doen, maar op de kans dat het zal mislukken (Nieuwenbroek, 2006).

Depressie. MIND (z.d.) concludeert in recent onderzoek dat prestatiedruk en stress tijdens de eindtoets, zelfs kan leiden tot een depressie. Van alle kinderen in de basisschoolleeftijd (6-12 jaar) heeft 1 à 2% een depressie. De Wit (2000) geeft aan dat een depressie bij een basisschoolkind verschillende oorzaken kan hebben. Oorzaken waar hij over spreekt in zijn boek zijn: pesterijen, ervaringen van mishandeling of andere traumatisering én van tegenvallende schoolprestaties. Bij kinderen kan een depressie verborgen blijven achter verschijnselen zoals: angsten, hangerig, afhankelijk gedrag, bedplassen en slechte schoolprestaties. Kinderen met een depressie hebben weinig vriendjes en worden regelmatig gepest. Daarnaast hebben ze vaak last van slaapproblemen, nachtmerries, verminderde eetlust en kunnen ze klagen over onverklaarbare (psychosomatische) pijn: buikpijn, rugpijn en hoofdpijn. Ze willen geen leuke dingen doen en hebben geen plezier in zaken die ze normaal wél plezierig vinden. Ze barsten soms zomaar in huilen uit, zijn afwezig, ongeconcentreerd en trekken zich terug. Ze denken negatief; ook over zichzelf 'dat zal mij nooit lukken' en voelen zich snel schuldig en ongeliefd 'niemand houdt van mij' (De Wit, 2000). Het kan ook zijn dat kinderen juist het tegenovergestelde laten zien, in plaats van verdrietig en futloos zijn ze prikkelbaar en onrustig.

Kinderen kunnen opstandig gedrag laten zien, zijn vaker boos of opvliegend zonder dat zij zelf weten wat de reden hiervoor is (MIND, z.d.).

Psychische klachten. Naast faalangst en depressie zijn er nog andere psychische klachten mogelijk wanneer het kind last heeft van stress. MIND (z.d.) noemt hierbij de volgende klachten: niet meer kunnen genieten van kleine dingen, verminderde interesse, prikkelbaar, snel geïrriteerd zijn, besluiteloosheid, angstgevoelens, gevoel van machteloosheid en snel geëmotioneerd zijn.

Gedragsveranderingen. Daarnaast spreekt MIND (z.d.) niet alleen van psychische klachten, maar ook van gedragsveranderingen bij kinderen die stress ervaren. Zij concluderen dat kinderen: situaties vermijden, agressief zijn, uitstelgedrag vertonen, korte spanningsboog hebben, heel druk worden of zich juist terugtrekken, klagen en verbitterd zijn. Ook kan het zijn dat een kind sneller ruzie maakt met anderen, besluiteloos is, meer fouten maakt en ongemotiveerd is of vaker ziek is (MIND, z.d.).

De stressproblematiek bij leerlingen in de periode van de eindtoets is zichtbaar op ieder niveau. Vanuit de overheid wordt er veel van het kind verwacht, maar ook leerkrachten en ouders kunnen veel eisen aan het kind stellen (Van der Ploeg, 2013). Dit kan leiden tot gedragsveranderingen en verschillende psychische- en lichamelijke klachten veroorzaken (MIND, z.d.). Echter, is het voor de schoolmaatschappelijk werker onduidelijk wat de ondersteuningsbehoeften zijn van de leerlingen en hoe de schoolmaatschappelijk werker kan aansluiten bij de gewenste ondersteuningsbehoeften. Het is van belang dat de schoolmaatschappelijk werker deze inzichten heeft, omdat vroegtijdige ondersteuning verergering van deze problematiek kan voorkomen en de noodzaak tot complexere zorg kan worden ondervangen (Bijma & Scalongne, 1999).

1.2 Probleemstelling en verificatie

In deze paragraaf wordt de probleemstelling van het onderzoek beschreven. Daarnaast volgt de verificatie op basis van een gesprek met een leerkracht uit groep 8 van basisschool X.

Probleemstelling

Het is voor de schoolmaatschappelijk werker onduidelijk wat de ondersteuningsbehoeften zijn van de leerlingen uit groep 8 van basisschool X. Wanneer de schoolmaatschappelijk werker deze inzichten niet heeft, kan zij niet de gewenste begeleiding aanreiken aan leerlingen die stress ervaren in de periode van de eindtoets. Als dit probleem niet wordt opgelost, is de kans groot dat de leerlingen gedragsverandering, lichamelijke en/of psychische klachten ontwikkelen vanwege de stress die zij ervaren.

Verificatie

Op 8 maart 2019 vond er een gesprek plaats met een leerkracht van groep 8 van basisschool X, ten behoeve van de verificatie van het geschetste probleem. Tijdens het gesprek gaf zij, na het bestuderen van de probleemanalyse, aan het probleem te herkennen. Zij geeft aan dat de eindtoets bij veel kinderen een belangrijk moment is in de basisschoolperiode en dat de (prestatie)druk die kinderen voelen erg herkenbaar is. De leerkracht geeft aan dat de druk die kinderen ervaren steeds groter lijkt te worden. Zij geeft aan dat, 20 jaar geleden, deze druk niet op kinderen lag. Vroeger was het vooral gericht op wat het kind leuk vond en dat het kind zo zijn of haar talenten kon ontwikkelen. Nu ligt de focus vooral op het behalen van een hoog niveau. Volgens haar heeft dit zeker met de maatschappij te maken, "voor jou, tien anderen".

Dit brengt voor, zowel kinderen als voor de ouders, een behoorlijke druk met zich mee. Kinderen voelen de druk vanuit de maatschappij, maar ook door hoe ouders hiermee omgaan. De kinderen voelen vanaf het moment dat ze de klas binnenstappen in groep 8 een bepaalde spanning, omdat dit schooljaar volgens hen beslissend is naar welk niveau ze kunnen. Terwijl de schoolvorderingen al diverse jaren van hen bij gehouden wordt! Leerlingen ondervinden door deze spanning bepaalde klachten. Op dat moment wordt het schoolmaatschappelijk werk ingeschakeld. Schoolmaatschappelijk werk wordt ingezet, vanwege de hoge werkdruk die de leerkrachten ervaren, maar ook omdat de leerkrachten niet de nodige kennis hebben zoals een schoolmaatschappelijk werker.

Daaropvolgend is er op 22 maart 2019 een gesprek geweest met de schoolmaatschappelijk werker. Zij geeft aan niet dagelijks in contact te zijn met de leerlingen uit groep 8 van basisschool X en op deze manier ook geen zicht heeft op wat de ondersteuningsbehoeften zijn van de leerlingen. Hierdoor kan zij niet aansluiten bij de gewenste ondersteuning van deze leerlingen. De schoolmaatschappelijk werker geeft aan duidelijk meer behoefte te hebben aan zicht op de ondersteuningsbehoeften van deze leerlingen, zodat zij leerlingen kan aansluiten bij de gewenste ondersteuning.

1.3. Onderzoeksdoelstelling

Het doel van dit onderzoek is om inzicht te krijgen in wat leerlingen uit groep 8, van basisschool X nodig hebben aan ondersteuning van de schoolmaatschappelijk werker om stress te voorkomen in de periode van de eindtoets. Op basis van deze inzichten worden handvatten geformuleerd voor de schoolmaatschappelijk werker, zodat zij kan aansluiten bij de gewenste ondersteuning. Vroegtijdige ondersteuning aan leerlingen kan deze problematiek voorkomen en de noodzaak voor complexere zorg kan hierdoor worden ondervangen. De schoolmaatschappelijk werker kan de leerlingen handvatten geven voor stressvermindering, zodat de stress de eindscore van de eindtoets niet beïnvloed wordt en het welbevinden van de leerlingen optimaal blijft.

1.4. Vraagstelling en deelvragen

Hoe kan de schoolmaatschappelijk werker leerlingen uit groep 8, van basisschool X ondersteunen bij het voorkomen van stress in de periode van de eindtoets?

- 1) Hoe ervaren de leerlingen op dit moment de ondersteuning op het gebied van stress in de periode van de eindtoets?
- 2) Wat is de ondersteuningsbehoeften van de leerlingen op het gebied van stress in de periode van de eindtoets?
- 3) Hoe kan de schoolmaatschappelijk werker aansluiten bij de ondersteuningsbehoeften van de leerlingen op het gebied van stress in de periode van de eindtoets?

1.5 Begripsafbakening

In deze paragraaf worden begrippen uit de vraagstelling verduidelijkt, waardoor het onderzoek afgebakend wordt. Daarnaast zijn er een aantal belangrijke begrippen die om toelichting vragen, zodat alle betrokkenen bij dit onderzoek de begrippen op eenzelfde wijze definiëren.

Schoolmaatschappelijk werker

Schoolmaatschappelijk werk is een vorm van maatschappelijk werk dat op basisschool X plaatsvindt. Het doel van een schoolmaatschappelijk werker is om bij te dragen aan een optimale ontwikkeling van een leerling door al in een vroeg stadium hulp te bieden bij problemen. Het gaat hierbij vooral om sociaal-emotionele problemen en gedragsproblemen (Centrum Jeugd en Gezin Veldhoven, z.d.).

Leerlingen

In dit onderzoek gaat het om de leerlingen uit groep 8, van basisschool X. Het gaat om leerlingen waarvan de leerkracht heeft aangegeven dat deze leerlingen stress ervaren in de periode van de eindtoets.

Ondersteuning(s)-behoeften

Bij ondersteuning(s)-behoeften gaat het om wat de leerlingen uit groep 8, van basisschool X nodig hebben van de schoolmaatschappelijk werker om stress te voorkomen in de periode van de eindtoets (Sonderen, 2012).

Stress

Stress is de ervaring of beleving dat het evenwicht tussen draaglast en draagkracht verstoord dreigt te raken of al verstoord is (Van der Ploeg, 2013). In dit onderzoek zal het gaan over de stress die leerlingen ervaren in de periode van de eindtoets.

Prestatiedruk

Prestatiedruk is het ervaren van druk om te moeten presteren (MIND, z.d.). In dit onderzoek zal het met name gaan over de (prestatie)druk die leerlingen ervaren op school. Prestatiedruk kan zowel van buitenaf komen, maar het kind kan zichzelf ook dwingen tot het behalen van prestaties (Han, 2014).

Eindtoets

Voor alle leerlingen uit groep 8 in het reguliere basisonderwijs is het verplicht om een eindtoets te maken. Een eindtoets geeft een advies voor het best passend vervolgonderwijs. Scholen kunnen uit vijf eindtoetsen kiezen zoals: De centrale Eindtoets, Route 8, de IEP Eindtoets, Dia-eindtoets of de AMN Eindtoets (Rijksoverheid, z.d.). Basisschool X heeft gekozen voor de Route 8; deze eindtoets is afgenomen op donderdag 18 april 2019.

Periode

In dit onderzoek wordt gesproken over '*in de periode*' van de eindtoets. Daarmee wordt bedoeld vanaf het moment dat het schooljaar start, totdat de eindtoets is afgenomen. Er is voor gekozen om aan het begin van het schooljaar te starten met ondersteuning. Op deze manier kun je leerlingen vroegtijdig ondersteunen om stress te voorkomen in de periode van de eindtoets.

Hoofdstuk 2 Theoretisch kader

Binnen het theoretisch kader worden thema's uitgediept die van belang zijn voor de hoofd- en deelvragen, deze geven betekenis aan het onderzoek.

Paragraaf 2.1 Prestatiedruk binnen verschillende disciplines

In de sociologie wordt prestatiedruk gezien als één van de gevolgen van de prestatimaatschappij. Zoals hierboven beschreven leidt de prestatimaatschappij tot verandering van normen binnen de samenleving. Rendement en productie tellen binnen een prestatimaatschappij meer mee dan zingeving en ontspanning (Han, 2014). Men dient optimaal te presteren. Wanneer iemand dit niet doet, wordt deze persoon als minder nuttig of volwaardig deel van de samenleving gezien.

Prestatiedruk wordt binnen de sociologie gezien als optimaal presteren om te kunnen voldoen aan de normen en verwachtingen van de samenleving (Han, 2014).

Binnen de psychologie wordt prestatiedruk vooral gezien als een plicht om te presteren in verband met de identiteit. Een identiteit wordt binnen een prestatimaatschappij gevormd door de mate van bereiken van succes (Verhaeghe, 2012). Om succes te bereiken, dient optimaal gepresteerd te worden. Psycholoog van Baar (2014) geeft aan dat kinderen niet meer presteren, vanwege een bepaalde passie of interesse, maar door de verplichting óm te presteren. Naast de focus op identiteit wordt binnen de psychologie vooral nadruk gelegd op de gevolgen van prestatiedruk. Het niet kunnen presteren naar verwachting wordt gezien als falen. Falen leidt tot stress en kan als gevolg tot depressiviteit leiden (Van Baar, 2014). Het idee dat men pas succesvol is wanneer gepresteerd wordt, staat centraal wanneer gesproken wordt over prestatiedruk binnen de psychologie (Van Baar, 2014).

Binnen de pedagogiek wordt vooral gekeken naar de opvoeding en schoolsituatie in relatie tot prestatiedruk. Pedagoog Liefink (2011) geeft aan dat prestatiedruk ontstaat doordat kinderen op een voetstuk worden geplaatst door hun ouders of leerkrachten. Kinderen voelen druk om te presteren, omdat aan de verwachting van hun ouders of leerkracht voldaan moet worden. Ook pedagoog Goorhuis-Brouwer (2013) stelt dat kinderen prestatiedruk ervaren, omdat ouders door de huidige maatschappij het hoogst mogelijke van kinderen verwachten.

Volgens de psychologische zelfdeterminatietheorie blijkt dat motivatie om te presteren extern of intern kan ontstaan (Deci & Ryan, 2000). Deze interne- of externe motivatie kan ontstaan door externe verplichting, interne verplichting, persoonlijk belang of door een passie. Pedagoog Sierens en psycholoog Vansteenkiste (2009) zien aan de hand van de zelfdeterminatietheorie verschillende drijfveren om te presteren. Wanneer interne motivatie uit persoonlijk belang of passie ontstaat, zijn de drijfveren om te presteren: zinvolheid, plezier, interesse of geboeidheid. Wanneer de motivatie wordt aangewakkerd door een interne- of externe verplichting kan er prestatiedruk ontstaan. Bij intern verplichte motivatie zijn: schuld, schaamte, angst of trots de drijfveren om te presteren. De drijfveren bij een externe verplichting zijn: verwachtingen, beloningen of straf (Sierens & Vansteenkiste, 2009).

Paragraaf 2.2 Invloed van ouders op prestatiedruk

Adema (2011) geeft aan dat volgens Filosoof Martin Buber, de mens anderen nodig heeft om zich te ontwikkelen; dit betekent dat anderen voortdurend een rolmodel zijn. Dat is ook wat er op dit moment gebeurt tijdens het opvoeden. Aanvankelijk hebben ouders vaak allerlei overtuigingen, over hoe hun ideale kind eruit gaat zien en hoe zij als ouders zullen gaan functioneren. De roze wolk drijft meestal snel over wanneer het kind een eigen behoeftepatroon en temperament blijkt te hebben. Ouders kunnen niet anders dan zich daarop aanpassen. Op dat moment begint vaak ook de blik naar buiten: Hoe voeden andere ouders hun kind op, kan dat kindje al kruipen, praat het al, loopt het voor op de Cito-toetsen, zit het kind op hockey of op voetbal (Adema, 2011).

De sociale vergelijkingstheorie stelt dat mensen over hun eigen vermogens en attitudes leren door zich met anderen te vergelijken. Ouders gaan zich sociaal vergelijken, als er geen standaard doel is waaraan ze zichzelf kunnen afmeten. Wanneer ze zich onzeker voelen, gaan ze zichzelf vergelijken met andere ouders (Aronson, Wilson, & Akert, 2014). Daarnaast wordt er ook weleens gesproken over opwaartse sociale vergelijking, dat wil zeggen: we vergelijken onszelf met mensen die beter zijn dan wij in een bepaalde eigenschap of vaardigheid (Aronson et al., 2014). Volgens Sommeling (2001) willen ouders ernaar streven dat hun kind beter is dan een klasgenoot.

Doordat ouders kinderen met elkaar te vergelijken, kunnen zij ontdekken waar hun kind staat in zijn ontwikkeling. Daarnaast kunnen ze afwegen hoe zij het ouderschap vormgeven ten opzichte anderen. Dat levert veel informatie op die ouders samen kunnen uitwisselen. Het nadeel van vergelijken is als er een (voor)oordeel bij komt. Afkeuring of juist goedkeuring kan een dwingend effect hebben. Daarbij lijkt het in de laatste jaren wel een trend te worden, dat vooral het leervermogen van kinderen buitensporig veel aandacht krijgt (Adema, 2011). Dit wordt volgens Sommeling (2001) ook wel een prestatiegerichte opvoeding genoemd. Hierbij zijn ouders vooral gericht op de schoolprestaties van het kind. Prestatiegerichte ouders belonen goede prestaties nadrukkelijk, of geven heftige emotionele reacties bij minder goed presteren op school. Soms is het presteren op school bijna het enige gespreksonderwerp en kunnen ouders voorbijgaan aan het eigenheid van het kind. Zo worden de prestaties voortdurend vergeleken met die van broers of zussen die het goed doen op school (Sommeling, 2001). Dit fenomeen wordt volgens Van de Velde (2013) ook wel 'hyperparenting' genoemd. Een uiting van hyperparenting is dat ouders die hun dromen op maatschappelijk vlak niet gerealiseerd hebben, deze dromen vooralsnog vervuld willen zien in hun kind. Ouders zijn bovendien erg gevoelig voor het oordeel dat anderen over hen én het kind hebben, dit versterkt het narcistische ouderschap (Van de Velde, 2013)

Zoals hierboven is gebleken heeft hyperparenting en een prestatiegerichte opvoeding volgens Van de Velde (2013) en Sommeling (2001) vooral te maken met het feit dat ouders eigen dromen op maatschappelijk vlak niet hebben kunnen realiseren, maar dit wel verwachten van hun kind en hier alles aan doen om het te laten slagen. Daarnaast speelt volgens hen een rol dat er steeds minder kinderen in een gezin geboren worden, waardoor ouders steeds meer tijd aan hun kind kunnen besteden.

Paragraaf 2.3 Invloed van leerkracht op prestatiedruk

De invloed van de schoolomgeving op de prestatiedruk bij leerlingen kan worden begrepen aan de hand van het Pygmalion-effect (Terwel, 2004). In deze sociologische theorie wordt ervan uitgegaan dat iemand zich gedraagt naar de verwachting die anderen van hem of haar hebben. Een leerling presteert naar de verwachting van de leerkracht, maar de leerkracht gedraagt zich ook aan de hand van bepaalde verwachtingen die hij of zij van de leerling heeft. Socioloog Terwel (2004) geeft aan dat leerlingen die het goed doen op school een andere behandeling op school krijgen dan leerlingen die het minder goed doen. De verwachting van de leerkracht kan prestatiedruk veroorzaken bij een leerling wanneer de verwachting boven het prestatieniveau van een kind ligt (Terwel, 2004).

Pedagoog Goorhuis-Brouwer (2013) concludeert dat de verwachtingen die de leerkracht van een leerling heeft, de prestaties van de leerling beïnvloedt. Wanneer een leerkracht laat blijken dat een leerling het goed doet, zal een leerling minder stress ervaren bij de eindtoets. Dit werkt ook andersom. Stress voor toetsen is bij leerlingen groter wanneer de leraar laat blijken dat een leerling het niet goed doet op school. De rol van de leerkracht is volgens pedagoog Driessen (2007) ook van invloed op prestatiedruk via de prestatiestandaard die de leerkracht aanlegt binnen een klas. Wanneer deze standaard hoger is dan het prestatieniveau van de leerling, kan dit prestatiedruk veroorzaken. Driessen (2007) en Goorhuis-Brouwer (2013) concluderen dat hoge verwachtingen van de leerkracht en negatieve uitingen, kunnen leiden tot prestatiedruk bij kinderen.

Paragraaf 2.4 Stress bij kinderen

Marian Joëls is als hoogleraar Neurowetenschappen verbonden aan het UMC Utrecht Hersencentrum. Zij geeft aan dat het begrip 'stress' in de volksmond vaak een negatieve bijklank heeft, hoewel de biologische processen die geactiveerd worden, onder invloed van stressvolle gebeurtenissen, juist gunstig zijn. Ze helpen om een situatie: goed in te schatten, te vergelijken met wat we eerder hebben meegemaakt en te beslissen wat we het beste kunnen doen (Joëls, 2007). Stress is gezond zolang de eisen aan het kind niet hoger worden gesteld dan wat het kind aankan. De draaglast en de draagkracht zijn met elkaar in evenwicht. Anders wordt het, wanneer de draaglast groter wordt dan de draagkracht en deze overbelasting een lange tijd blijft duren (Joëls, 2007). Steeds weer wordt het sympathische zenuwstelsel en het hypofyse-bijniersysteem, wat instaat voor de productie van cortisol, geactiveerd waardoor kinderen kwetsbaarder worden voor allerlei ziektes (Joëls, 2007). Kinderen putten zichzelf steeds verder uit, in een poging om aan de gestelde eisen te voldoen. Hoe groter de uitputting, hoe erger de klachten worden. Langdurige stress kan zich uiten in de vorm van emotionele en lichamelijke klachten. Er kunnen ook gedragsveranderingen optreden. Voorbeelden van emotionele klachten bij langdurige stress zijn: angst, onrust, piekeren, sombere buien, huilbuien, niet meer kunnen genieten, futloosheid, vergeetachtigheid, concentratieverlies, verminderd zelfvertrouwen, agressie en prikkelbaarheid. Voorbeelden van lichamelijke gevolgen van langdurige stress zijn: maag- en darmklachten, hart- en vaatziekten, verminderde weerstand, slechte eetlust, spierpijn, hoofdpijn, slapeloosheid en aanhoudende vermoeidheid. Gedragsveranderingen die zich kunnen voordoen zijn: sociaal isolement, minder presteren, vergeetachtigheid en meer fouten maken (MIND, z.d.).

2.4.1 Het ontwikkelen van stress bij kinderen

Stress kan bij kinderen op verschillende manieren worden veroorzaakt. Van der Ploeg (2013) maakt de volgende verdeling:

- 1) Dagelijkse stress: Hierbij valt te denken aan de dagelijkse problemen die het kind tegenkomt in het leven zoals: afwijzing, gepest worden, conflicten met omgeving, prestatiedruk op school of druk van vrienden.
- 2) Ontwikkelingsstress: Hierbij valt te denken aan situaties waarin iemand voor langere tijd gebukt gaat onder stressvolle situaties zoals: puberteitsproblemen, autonomie verwerven of het maken van een studie- en beroepskeuze.
- 3) Ingrijpende- of traumatische gebeurtenissen: Wanneer iemand iets meemaakt, waardoor zijn of haar leven een andere wending krijgt zoals: een echtscheiding, mishandeling, verwaarlozing of een ziekenhuisopname.

Paragraaf 2.4.2 Copingstrategieën bij kinderen

Stress is de ervaring en/of beleving dat het evenwicht tussen draaglast en draagkracht verstoort raakt. Draagkracht betekent hier: het vermogen om adequaat om te gaan met dreigende omstandigheden of gebeurtenissen, terwijl draaglast betrekking heeft op de belasting die uitgaat van een bepaalde gebeurtenis of situatie (Van der Ploeg, 2013). Bij draagkracht gaat het vooral om hoe een kind kan mobiliseren uit zijn persoonlijkheid en omgeving. Die krachten kan het kind inzetten om de baas te worden over de stress die voortvloeit uit de dreigende situatie waarin het kind terecht is gekomen. De oorzaak waarom een kind stress ervaart, wordt dikwijls aangeduid als stressor (Van der Ploeg, 2013).

Paragraaf 2.4.3 De ontwikkeling van copingstrategieën bij kinderen

Copingstrategieën worden in eerste plaats aangeleerd binnen het gezin. De reacties bij hele jonge kinderen zijn reflexief en ongecoördineerd. Pas vanaf het derde jaar nemen kinderen meer waar van hetgeen er in hun omgeving gebeurt en reageren ze directer op wat zij waarnemen. Met zes jaar denken ze ook meer na over hoe te reageren. Dan krijgt de ontwikkeling van bepaalde manieren van reageren op moeilijke situaties meer vorm. De ouders spelen daarin een belangrijke rol. Kinderen zien van dichtbij hoe hun ouders omgaan met (lastige) situaties en leren daarvan. Het is dan ook van belang dat ouders in tijden van spanningen rustig blijven of nadenken over het oplossen van tegenslagen, in plaats van heftig en emotioneel te reageren. Kinderen zijn geneigd om de wijze van reageren van hun ouders over te nemen. De ouders zijn aanvankelijk de enige voorbeelden. Naar mate het kind ouder wordt, dragen ook de contacten van de leerkrachten en leeftijdsgenoten bij tot de ontwikkeling van hun reacties binnen stressvolle gebeurtenissen (Van der Ploeg, 2013).

Lazarus (1993) bracht onder de aandacht dat niet iedereen op dezelfde manier reageert op een stressvolle gebeurtenis (Van der Ploeg, 2013). Hij wees erop dat individuele verschillen onder meer: veerkracht, optimisme, cognitie en vindbaarheid mede bepalend zijn voor de wijze van reageren op stressoren (Van der Ploeg, 2013).

In het doorgronden van het verschijnsel stress heeft Lazarus voor een grote doorbraak gezorgd. Om het begrip stress goed te doorzien, moet men volgens Lazarus niet alleen oog hebben voor de objectief vast te stellen stressbron of stressor en de reacties daarop, maar ook voor de voortdurende wisselwerking tussen het kind en zijn omgeving. In één van zijn laatste overzichtsartikelen schrijft Lazarus (1993) dat er sprake is van stress als de betrokkene de situatie als schadelijk, bedreigend of uitdagend beschouwt. Stress verwijst niet alleen naar een bepaalde stressbron, maar heeft ook te maken met de aard van de persoon. Lazarus benoemde deze manier van reageren met het woord 'coping'. Hij bedoelde daarmee aan te geven dat mensen gebruikmaken van bepaalde strategieën om bedreigende situaties de baas te worden. Deze strategieën maken deel uit van een meeromvattend proces dat bij een confrontatie met een dreigende situatie of stressvolle gebeurtenis wordt geactiveerd. Dit proces benoemde Lazarus met de term 'appraisal'. Dat houdt in dat er een proces op gang komt waarbij de dreiging die de stressbron veroorzaakt, wordt afgewogen tegen de eigen mogelijkheden om weerstand te bieden aan deze dreiging. Het kind vraagt zich af wat er gebeurt en wat de situatie voor het eigen welzijn betekent. Dat aftasten en afwegen van de situatie gebeurt min of meer vanzelf en vindt vaak onbewust plaats. Meestal zijn de kinderen niet bewust dat hij of zij een bepaalde copingstrategie heeft ontwikkeld of gebruikt (Van der Ploeg, 2013).

Paragraaf 2.5 Het ontwikkelen van een psychische stoornis vanwege stress

Het diathese-stressmodel stelt dat psychische stoornissen ontstaan door een combinatie van, of interactie tussen een diathese (kwetsbaarheid of aanleg voor een bepaalde stoornis) en stress. Of de stoornis zich daadwerkelijk ontwikkelt, is afhankelijk van de soort en de ernst van de stressoren die het kind in zijn of haar leven ervaart. Het model concludeert dat kinderen met familiale voorgeschiedenis van depressie over het algemeen kwetsbaarder zijn voor de ontwikkeling van een depressieve stoornis. Een kind met een familiale voorgeschiedenis van depressie en dat is blootgesteld aan bepaalde stressfactor zoals uitsluiting of afwijzing, zal volgens het model eerder een depressie ontwikkelen dan kinderen met een positief sociaal netwerk (Hoencamp, Haffmans, & Van Loon, 2012). In sommige gevallen is het mogelijk dat kinderen met een aanleg voor een bepaalde stoornis bijvoorbeeld depressie, de stoornis niet ontwikkelen, omdat ze weinig stress in hun leven ervaren. Daarnaast kan het ook zijn dat een kind geen psychische stoornis ontwikkelt, omdat het kind op jonge leeftijd effectieve manieren heeft ontwikkeld hoe hij/zij kan omgaan met stress (Hoencamp et al., 2012). Het diathese-stress-model heeft een nuttige rol bij het verklaren van ontwikkelen van psychische stoornissen.

Paragraaf 2.6 Ondersteunde methodieken

In deze paragraaf komen mogelijke ondersteunende methodieken aan bod, die een schoolmaatschappelijk werker mogelijk kan inzetten in de begeleiding van kinderen die prestatiedruk ervaren tijdens de eindtoets, te weten 'MindfulKids training' en 'Je bibbers de baas'.

MindfulKids training

Inzet van 'MindfulKids training' kan een belangrijke (preventieve)rol spelen ten opzichte van burn-out en stressklachten. Het doel van deze training is om leerlingen op jonge leeftijd te leren om goed om te gaan met stress, zodat zij daar hun leven lang profijt van hebben.

De MindfulKids training is een aandachtstraining die speciaal ontwikkeld is voor de bovenbouw in het primair onderwijs. In deze training leren leerlingen in zes weken tijd, in 12 sessies van een halfuur, wat aandacht is en hoe je je aandacht kunt gebruiken. Door middel van stilte-oefeningen, theorie en het delen van ervaringen in een open sfeer ontwikkelen kinderen meer opmerkzaamheid en bewustwording (MindfulKids, z.d.).

Kinderen leren door deze training dat ze zichzelf ook op een vriendelijke manier kunnen toespreken, in plaats van met zelfkritiek en strengheid. Mindfulness leert hen dat het niet erg is als je een keer een slechte dag hebt. Het vergroot emotionele veerkracht. Kinderen ervaren in de training dat ze afstand kunnen nemen van onrustige gedragspatronen. Ze leren naar hun eigen lichaam en gevoelens te luisteren, waardoor ze ervaren wat ze echt nodig hebben. Dat maakt ze weerbaarder voor alles wat er in hun leven is, komt en gaat (MindfulKids, z.d.).

Niet alleen wordt er aandacht besteed aan de leerlingen, ook leerkrachten leren stilte-oefeningen in de dag te brengen met begeleiding van de trainer. Dagelijkse stilte-oefeningen zorgen voor rustmomenten in de dag. Hierdoor kunnen kinderen de prikkels die ze van buitenaf en van binnenuit ervaren beter reguleren. Naast het feit dat hun aandacht getraind wordt, en dit tot een betere concentratie leidt, zijn dit belangrijke oplaadmomenten om met meer helderheid, ontspanning en focus de dag door te brengen (MindfulKids, z.d.).

Het effect van de MindfulKids training laat zien dat de kinderen onder andere: minder angstiger waren, beter slapen en dat de piekergedachten afnamen. Daarnaast lieten de deelnemers een grote toename zien in het bewust zijn van emoties. Kinderen konden na de training emoties beter onderscheiden, lichamelijke sensaties beter herkennen en hun emoties en gevoelens beter uiten. Dit effect was na acht weken na de training nog steeds zichtbaar (Van de Weijer-Bergsma, z.d.).

Je bibbers de baas

Het doel van de training 'Je bibbers de baas' is om faalangst te verminderen bij kinderen uit de bovenbouw van het basisonderwijs, door hen te leren omgaan met hun angst. Tijdens de training worden verschillende vaardigheden aangeleerd, zodat het kind kan kiezen welke het beste bij hem past. Door de ouders en leerkrachten mee te nemen in dit leer-en veranderproces neemt de effectiviteit van deze interventie toe (Nederlands Jeugdinstituut, z.d.).

Je bibbers de baas is een training die bestaat uit tien groepsbijeenkomsten van 1,5 uur. Tijdens deze bijeenkomsten leren ze aan de hand van oefeningen verschillende vaardigheden en technieken die hen helpen om te gaan met faalangstige gevoelens (Nederlands Jeugdinstituut, z.d.).

De oefeningen hebben betrekking op het herkennen van gevoelens, lichamelijke reacties, emoties, spanning en ontspanning, de rol van gedachten op het gedrag, exposure, aangeleerde hulpeloosheid en aantal sociale vaardigheden: zoals assertiviteit en omgaan met complimenten. Je bibbers de baas maakt gebruik van cognitieve gedragstherapie en de ontspanningstechnieken van Bernstein. De training voorziet ook in twee ouder- en twee leerkrachtbijeenkomsten van twee uur. De eerste bijeenkomst kan gezamenlijk met ouders en leerkrachten gegeven worden. Het programma van de kinderen wordt: uitgelegd, ontspanningsoefeningen worden geoefend, leerpunten voor de kinderen worden geformuleerd en er wordt uitleg gegeven over wat ouders en leerkrachten kunnen doen aan het verminderen van faalangst bij hun kind/leerling (Nederlands Jeugdinstituut, z.d.).

Uit een experimenteel onderzoek is gebleken dat de deelnemers na de training minder last hadden van faalangst. Het effect van de training bleek een na-ijleffect te hebben: een jaar na de training hadden de deelnemers nog minder last van hun faalangst dan direct na afloop van de training (Nederlands Jeugdinstituut, z.d.).

Hoofdstuk 3 Methodologie

In dit hoofdstuk wordt ingegaan op de methode van het onderzoek. In de eerste paragraaf wordt de onderzoekspopulatie beschreven welke groep hiertoe behoort en vervolgens wordt de steekproef benoemd. Vervolgens wordt uiteengezet welke methode en data er zijn verzameld en welk meetinstrument daarvoor is ingezet. Vervolgens komt aan bod hoe de betrouwbaarheid en validiteit binnen dit onderzoek worden gewaarborgd. Tot slot wordt er aandacht besteed aan de ethische verantwoording van het onderzoek.

3.1 Onderzoekspopulatie en steekproef

Onderzoekspopulatie

Met de onderzoekspopulatie wordt bedoeld: alle onderzoekseenheden bestaande uit personen, instanties of situaties waarover op basis van een onderzoek uitspraken samen de populatie vormen (Baarda et al., 2013). Binnen dit onderzoek bestaat de onderzoekspopulatie uit twee verschillende groepen: Groep A zijn de leerlingen uit groep 8 van basisschool X en groep B zijn de leerkrachten uit groep 8 van basisschool X en de betrokken schoolmaatschappelijk werkers.

De eerste populatiegroep bestaat uit 32 leerlingen van groep 8 die onderwijs volgen op basisschool X. Er is voor gekozen om de leerlingen te interviewen, zodat zij kunnen aangeven wat hun ondersteuningsbehoeften zijn op het gebied van ondersteuning bij stress.

De tweede populatiegroep bestaat uit 22 leerkrachten die werkzaam zijn binnen basisschool X. Er is voor gekozen om leerkrachten te interviewen, omdat zij informatie kunnen verschaffen over hoe zij de ondersteuning van de leerlingen op het gebied van stress ervaren. Zij kunnen daarnaast ook een goede inschatting maken in wat de leerlingen van groep 8 nodig hebben, omdat zij dagelijks in contact zijn met de leerlingen. Hier op volgend zijn twee schoolmaatschappelijk werkers geïnterviewd, omdat zij een goed beeld hebben van hoe zij leerlingen kunnen ondersteunen, maar ook kunnen aangeven wat zij missen in de begeleiding van de leerlingen. Totale populatiegroep bestaat uit 6 betrokken schoolmaatschappelijk werkers.

Steekproef

Omdat de gehele onderzoekspopulatie te groot is om te onderzoeken gezien de beschikbare tijd, is er gekozen voor een representatieve selectie steekproef uit deze onderzoekspopulatie (Baarda et al., 2013). In dit onderzoek wordt gebruikgemaakt van een doelgerichte steekproef, omdat het interview wordt afgenomen bij geselecteerde respondenten. Dit betekent dat er gekeken wordt naar kenmerken die relevant zijn voor het onderzoek, deze kenmerken staan beschreven onder het kopje 'selectiecriteria'.

De leerlingen zijn geselecteerd door de leerkrachten van groep 8. Het zijn zes leerlingen die volgens de leerkrachten stress ervaren in de periode van de eindtoets. Deze leerlingen kunnen namelijk bruikbare informatie geven, dat passend is bij de onderzoeksvraag.

Vervolgens is ervoor gekozen om twee leerkrachten te interviewen die op dit moment lesgeven aan de leerlingen die hebben deelgenomen aan het onderzoek.

De leerkrachten hebben dagelijks contact met de leerlingen. Zij kunnen een inschatting maken hoe zij de eindtoets beleven, maar kunnen ook aangeven wat deze leerlingen nodig hebben aan ondersteuning.

Tot slot zijn er twee schoolmaatschappelijk werkers geselecteerd. Zij kunnen aansluiten bij de leerlingen en zo kan er een link gelegd worden tussen de hulpverlening en ondersteuningsbehoeften.

Selectiecriteria

Om de hoofd- en deelvragen te kunnen beantwoorden is het noodzakelijk de juiste doelgroep te onderzoeken. Hiervoor zijn er een aantal criteria opgesteld voor: leerkrachten, leerlingen en de schoolmaatschappelijk werkers. Bij het selecteren van de populatiegroep is er geen rekening gehouden met: geslacht, afkomst, leeftijd of opleiding(s-niveau). Hier is bewust voor gekozen, omdat het irrelevant is voor het onderzoek. Bij het selecteren is er rekening gehouden met het waarborgen van de validiteit en betrouwbaarheid van het onderzoek.

Selectiecriteria leerkracht:

- Minimaal drie jaar werkzaam op basisschool X
- Zij hebben de functie 'leerkracht'
- Geven momenteel les aan de leerlingen die hebben deelgenomen aan het onderzoek

Selectiecriteria leerling:

- De leerling is in staat 30 minuten aanwezig te kunnen zijn bij het interview
- De leerling volgt onderwijs op basisschool X in groep 8
- Leeftijd tussen de 11 en 12 jaar oud
- De leerling voelt (negatieve) stress in de periode van de eindtoets

Selectiecriteria schoolmaatschappelijk werker:

- Intensief betrokken bij basisschool X, minimaal 1 keer per week fysiek aanwezig op basisschool X
- Minimaal 5 jaar ervaring als schoolmaatschappelijk werker
- Door ervaring expertise in faalangst- of stressreductie

Waarborgen van anonimiteit

In dit onderzoek wordt gebruik gemaakt van anonimiseren. De namen van de respondenten en van de basisschool blijven anoniem, zodat het niet te herleiden is naar een bepaalde werknemer. De interviews kunnen gevoelige onderwerpen bevatten en er worden meningen gevraagd, waardoor de anonimiteit gewaarborgd moet blijven. Vandaar dat respondenten benoemd worden als 'respondent A' (leerlingen) of 'respondent B' (professionals) enzovoorts. Ook de naam van de basisschool waar het onderzoek is uitgevoerd zal niet genoemd worden; deze wordt beschreven als basisschool X.

Voordat de interviews afgenomen werden, hebben alle respondenten en ouders een toestemmingsverklaring getekend ter bescherming van zowel de respondenten als de onderzoeker.

Het inzetten van een toestemmingsformulier draagt bij aan de ethische verantwoording en betrouwbaarheid van het onderzoek, omdat respondenten vooraf op de hoogte zijn van wat er van hen verwacht wordt.

3.2 Dataverzamelmethode

In dit onderzoek is er gekozen voor een kwalitatieve onderzoeksmethode. Kwalitatief onderzoek heeft als doel het beschrijven en te begrijpen wat zich afspeelt (Boeije, 2014). Er wordt bij kwalitatief onderzoek vooral gekeken naar de vraag waarom iets gebeurt en welke mensen daarbij betrokken zijn. Bij kwalitatief onderzoek wordt er uit gegaan van het perspectief van de respondenten door middel van een interview (Boeije, 2014).

In dit onderzoek is ervoor gekozen om kwalitatief onderzoek uit te voeren, omdat hierbij diepgaande informatie verzameld kan worden. Hierbij kan er doorgevraagd worden naar achterliggende behoeften, meningen, wensen en motivaties van de respondenten (Boeije, 2014).

Er is in dit onderzoek gekozen voor semigestructureerde interviews. Dat wil zeggen dat de onderwerpen voor het interview vast staan en dat er een aantal belangrijke vragen opgesteld zijn. Bij een semigestructureerd interview gaat het voornamelijk over open vraagstelling. Hierdoor kan er dieper ingegaan worden op de visie, de mening en het inzicht van de respondent over het onderzoeksonderwerp (Baarda et al., 2013). De respondent heeft door de openvraagstelling meer ruimte om de eigen ervaringen toe te lichten. Het is cruciaal om door te vragen, omdat er door middel van doorvragen meer informatie en data verkregen kan worden. De onderzoeker mag bij een semigestructureerd interview afwijken van de vraagvolgorde en de vraagformulering (Baarda et al., 2013). De onderzoeker moet er wel voor zorgen dat alle belangrijke thema's en vragen aan het einde van het interview aan bod zijn gekomen.

Baarda et al. (2013) geven aan dat semigestructureerd interviewen de beste manier is, omdat er bij andere methodes onvoldoende diepgang en inzicht wordt geboden voor de onderzoeker om de hoofd- en deelvragen te beantwoorden.

Er zijn op basisschool X in totaal tien interviews afgenomen, waarvan de interviews met de leerlingen ongeveer 30 minuten duurden en met de professionals ongeveer 45 minuten. Deze tijdspanne werd ingezet, vanwege de concentratie van de leerlingen en de tijdsbeperking van de professionals. De interviews zijn afgenomen in de periode van 11 april tot 10 mei 2019. Bij de interviews is de topiclijst de leidraad geweest. De topiclijst is voortgekomen uit het theoretisch kader en geven antwoord op de deelvragen (Boeije, 2014).

Betrouwbaarheid en validiteit

Er wordt rekening gehouden met de betrouwbaarheid door de interviews op te nemen met opnamerecorder. Zo kunnen de interviews teruggeluisterd en naderhand getranscribeerd en gecodeerd worden. Door de interviews op te nemen heeft de onderzoeker voldoende tijd om zorgvuldig naar de respondenten te luisteren en om door te vragen. De interviews zijn allemaal afgenomen in een afgezonderde, rustige ruimte met alleen de onderzoeker en de respondent. Dit zorgt voor geen afleiding en is dus betrouwbaar voor het onderzoek. Voor het onderzoek is een groep respondenten gekozen die de populatie het beste kunnen vertegenwoordigen. Dit draagt bij aan de validiteit van de interviews. Er zijn namelijk zes leerlingen geïnterviewd die volgens de leerkracht stress ervaren in de periode van de eindtoets.

Ethische verantwoording

Voorafgaand aan het interview heeft de interviewer zichzelf voorgesteld als onderzoeker en daarbij haar rol aangegeven. Vervolgens is er uitleg gegeven over het doel van het onderzoek en waar de gegevens voor gebruikt zullen worden. Daarnaast is aangegeven dat de gegevens bewaard zullen blijven totdat het onderzoek is behaald. Bij elk interview is duidelijk en zorgvuldig aangegeven dat de respondent geanonimiseerd wordt. Zo voelt de respondent zich veilig om openhartig antwoord te geven. Tot slot is er aan elke respondent toestemming gevraagd voor opname van het interview en de verwerking in het onderzoeksverslag.

3.3 Meetinstrument

Tijdens dit onderzoek is er gebruik gemaakt van een meetinstrument. Dit is de methode en tegelijk het middel van dataverzameling voor een onderzoek (Baarda, et al., 2013). In dit onderzoek worden de data verzameld door het houden van interviews. Hierbij is het belangrijk dat bij alle interviews dezelfde onderwerpen naar voren komen door middel van vaste vragen. In dit onderzoek is gebruik gemaakt van een semigestructureerd interview en hierbij hoort een topiclijst. Het was noodzakelijk om twee topiclijsten te ontwerpen voor dit onderzoek. Enerzijds de moeilijkheidsgraad van de vragen die gesteld konden worden aan de leerlingen en anderzijds een andere invalshoek van leerkrachten en schoolmaatschappelijk werkers.

De topiclijsten vormen de basis voor het interview. De topiclijsten zijn tot stand gekomen door middel van het theoretisch kader en de deelvragen van het onderzoek. De topiclijsten zijn verdeeld in verschillende onderwerpen zoals: toekomstige school, beleving eindtoets, prestatiedruk, invloed van ouders en leerkrachten, stress en de ondersteuningsbehoeften.

Op basis van deze onderwerpen worden er vragen gesteld en is er ruimte voor invulling van de respondent, zodat de respondent zijn verhaal kan doen en ervaringen kan delen. Het is essentieel om naar de beleving en ondersteuningsbehoeften te vragen ten behoeve van de beantwoording van de hoofdvraag. De topiclijsten waren leidend tijdens de interviews en alle vragen en thema's zijn aan bod gekomen in de afgenomen interviews. De topiclijsten zijn terug te vinden in bijlagen 1 en 2.

Validiteit en betrouwbaarheid

De validiteit en de betrouwbaarheid werden op verschillende manier gewaarborgd. Om na te gaan of het meetinstrument op de juiste manier ingezet kon worden, heeft de afstudeerbegeleider vanuit de opleiding en de leerkracht van groep 8 de topiclijst doorgenomen. Na goedkeuring is er een proefinterview afgenomen. Er is voor een proefinterview gekozen om op deze manier te achterhalen of alle vragen helder geformuleerd zijn voor de respondenten en/of er eventuele aanpassingen gedaan moesten worden. Het proefinterview was waardevol om af te nemen. Door het proefinterview zijn er verschillende vragen weggehaald die irrelevant waren voor het onderzoek.

Bij het opstellen van de topiclijst is er nauwkeurig gekeken naar de manier van vraagstelling, zodat vooroordelen voorkomen werden (Baarda et al., 2013). Ook is er onder andere gekozen voor open vragen, om zo veel mogelijk informatie te verkrijgen zonder eigen invulling. Om de validiteit nog meer te waarborgen werden er in de interviews alleen vragen gesteld die te maken hadden met het ondersteunen en de ondersteuningsbehoeften van de leerlingen uit groep 8 van basisschool X. Er werd door de onderzoeker zo veel mogelijk voorkomen dat er afgeweken werd van het thema (Baarda et al., 2013). Dit werd voorkomen door bij belangrijke thema's door te vragen.

3.4 Data-analyse

Analyseren is het verwerken van de onderzoeksgegevens door ze uit een te rafelen, samen te vatten en met elkaar in verband te brengen (Boeije, 2014). In deze fase van het onderzoek wordt er gekeken welke data gebruikt worden en op welke manier deze verwerkt worden. Door de data te analyseren kunnen de data met elkaar vergeleken worden en kunnen er vergelijkingen gedaan worden. De interviews zijn opgenomen met een opnamerecorder. Vervolgens zijn de interviews volledig uitgetypt, ofwel getranscribeerd (Boeije, 2014). Om de data op de juiste manier te gebruiken, moeten deze zorgvuldig worden uitgezocht. Om dit te doen wordt er in dit onderzoek gebruik gemaakt van drie stappen. De eerste stap is volgens Boeije (2014) het uiteenrafelen van de gegevens en het ordenen van de thema's (open coderen). Daarna worden de thema's uitgewerkt en bekeken welke stukken belangrijk zijn voor het onderzoek (axiaal coderen). Hierbij worden de antwoorden van de respondenten onderverdeeld in thema's die betekenis geven aan dit onderzoek. Belangrijke thema's die in dit onderzoek naar voren komen zijn: beleving eindtoets, ondersteuning bij stress, redenen van stress, invloeden, copingstrategieën, ondersteuningsbehoeften, signalen en aansluiten SMW bij ondersteuningsbehoeften. Als laatste worden er patronen gezocht en worden de thema's samengevoegd (selectief coderen). Hierbij wordt gekeken naar veel voorkomende patronen en naar de bruikbare data voor het onderzoek.

Om de antwoorden van de respondenten te ordenen, wordt er binnen dit onderzoek gebruik gemaakt van een codeboom (Boeije, 2014). De codeboom zorgt ervoor dat de onderzoeker overzicht krijgt en dat de data hanteerbaar worden. De codeboom van dit onderzoek is te vinden in bijlage 3.

Bij het gebruik van de codeboom is er gekozen voor axiaal coderen. In de codeboom worden er verschillende codes gebruikt. Bij axiaal coderen worden er hoofdcodes en sub-codes gemaakt. De hoofdcodes zijn de thema's en de sub-codes zijn alles wat daaronder valt.

Zo komen de belangrijke thema's naar voren en op deze manier kan de onderzoeker zien welke thema's van betekenis zijn. Bij het ordenen van de fragmenten wordt er met een +, - of +/- gewerkt om te achterhalen of de antwoorden positief of negatief bedoeld zijn. Als alle fragmenten een code hebben, wordt er gecontroleerd of er dubbele labels zijn of dat andere woorden gebruikt zijn voor hetzelfde onderdeel. Deze worden dan samengevoegd. Zo blijkt uit de interviews dat leerlingen soortgelijke redenen hebben waarom ze stress ervaren. Deze codes worden samengevoegd onder het thema 'stressfactoren' en vervolgens wordt daar een code aangehangen zoals 'bewijzen'. Nog een voorbeeld is de ondersteuningsbehoeften die de leerlingen hebben. Zo geeft de helft van de leerlingen aan behoeften te hebben om te praten over stress. Deze wordt vernoemd bij thema 'ondersteuningsbehoeften' en als code is daar 'behoefte om te praten' aan toegekend. Op deze manier wordt direct zichtbaar wat de ondersteuningsbehoeften zijn van de leerlingen. Door middel van deze codeboom kunnen de resultaten beschreven worden. De uitkomsten van het onderzoek staan beschreven in hoofdstuk 4.

Hoofdstuk 4 Resultaten

In dit hoofdstuk volgt een overzicht van de resultaten per deelvraag, waarvan de informatie verkregen is uit de afgenomen interviews met de zes leerlingen, twee leerkrachten en twee schoolmaatschappelijk werkers. In dit hoofdstuk zal er gebruik worden gemaakt van citaten om de antwoorden van de respondenten te verduidelijken.

Deelvraag 1: Hoe ervaren de leerlingen op dit moment de ondersteuning in de periode van de eindtoets?

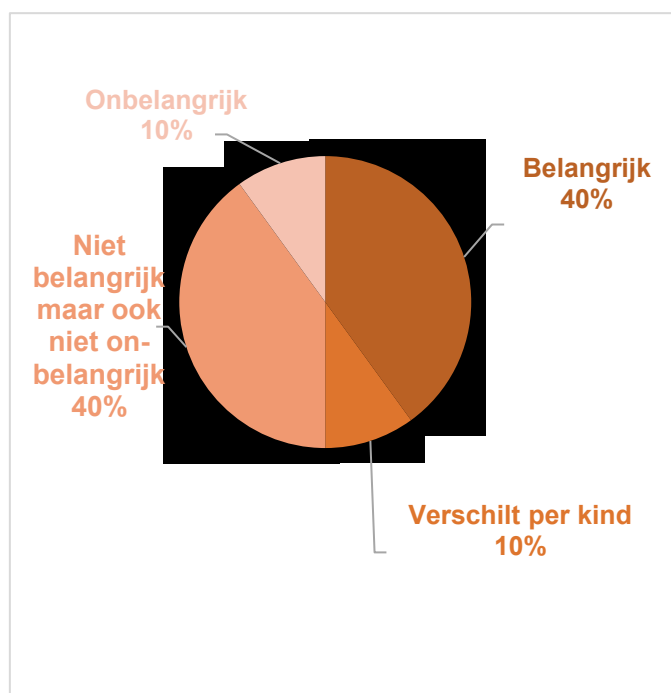
Om te beginnen is er gekeken naar de beleving van de eindtoets. Daarbij is er nagegaan of de leerlingen de eindtoets als belangrijk of onbelangrijk ervaren.

Vier respondenten geven aan dat de leerlingen de eindtoets als belangrijk ervaren. Van de vier respondenten zijn het twee schoolmaatschappelijk werkers, één leerling en één leerkracht die dit aangeven. De andere leerkracht geeft aan dat het enorm verschilt per leerling. Zij geeft aan dat het voornamelijk te maken heeft met de thuissituatie.

Sommige ouders willen volgens de leerkracht dat het kind zo hoog mogelijk scoort, hierdoor kunnen sommige leerlingen stress ervaren. Pedagoog Liefink (2011) geeft aan dat prestatiedruk ontstaat doordat kinderen op een voetstuk worden geplaatst door hun ouders.

Kinderen voelen een bepaalde druk omdat ze graag aan de verwachtingen van hun ouders voldoen (Liefink, 2011).

Eén leerling geeft aan de eindtoets als onbelangrijk te ervaren. Dit heeft er vooral mee te maken dat de leerkracht aangaf dat het bijna nooit is voorgekomen dat een leerling een lager of hoger niveau dan het advies heeft gekregen. De overige leerlingen geven aan dat zij de eindtoets niet als belangrijk, maar ook niet als onbelangrijk zien. Zij vinden het wel belangrijk om goed je best te doen voor de eindtoets.



Beleving ondersteuning op het gebied van stress

Vervolgens is er nagegaan hoe de leerlingen op dit moment de ondersteuning op het gebied van stress ervaren. Twee leerlingen geven aan dat de leerkracht een klassikaal gesprek heeft gehad met de vraag wie de eindtoets als een spannend moment ervaart. De leerlingen geven aan dat de leerkracht aangeeft dat het advies niet meer lager kan worden, het enige wat nog mogelijk is dat het niveau wat omhoog kan gaan mits je de eindtoets beter maakt.

Twee leerlingen geven aan het fijn te vinden dat de leerkracht hierop ingaat, omdat het voor hen zorgt dat ze minder stress ervaren voor de eindtoets:

Ze heeft wel gezegd gewoon doen hoe je normaal doet, je mag wel gewoon je best doen maar het is niet dat jij ervan wakker moet liggen. Dat hebben ze allebei los van elkaar gezegd. Je moet je er niet te druk om maken. Je moet er niet 's nachts van wakker liggen (A2).

De overige twee leerlingen geven aan geen ondersteuning te ervaren op het gebied van stress.

Eén van de twee leerkrachten geeft aan vooral klassikaal in te zetten op een positieve mindset. Zij werkt hieraan in de klas door (positieve) quotes en fixed mindset in te zetten. Daarnaast geeft ze aan ook individuele aandacht te geven aan leerlingen die stress ervaren in de periode van de eindtoets. Ze geeft bij de leerlingen duidelijk aan dat het advies al is gegeven, dat ze deze niet gaan aanpassen, hooguit omhoog (als zij zelf ook die twijfel hadden). Doe gewoon je best, er hangt niks vanaf behalve dat ze op de middelbare school willen zien wat je score is. *'Ik geef duidelijk aan dat het een fotomoment is en eigenlijk moet de school de hele film laten zien'* (B2).

De andere leerkracht geeft aan dat er in de klas een aantal angstige en twijfelachtige leerlingen zitten. Vandaar dat zij aan het begin van groep 8 intensief heeft ingestoken op het zelfvertrouwen en het welbevinden van deze leerlingen. Zij geeft aan vooral in te zetten op de individuele aandacht.

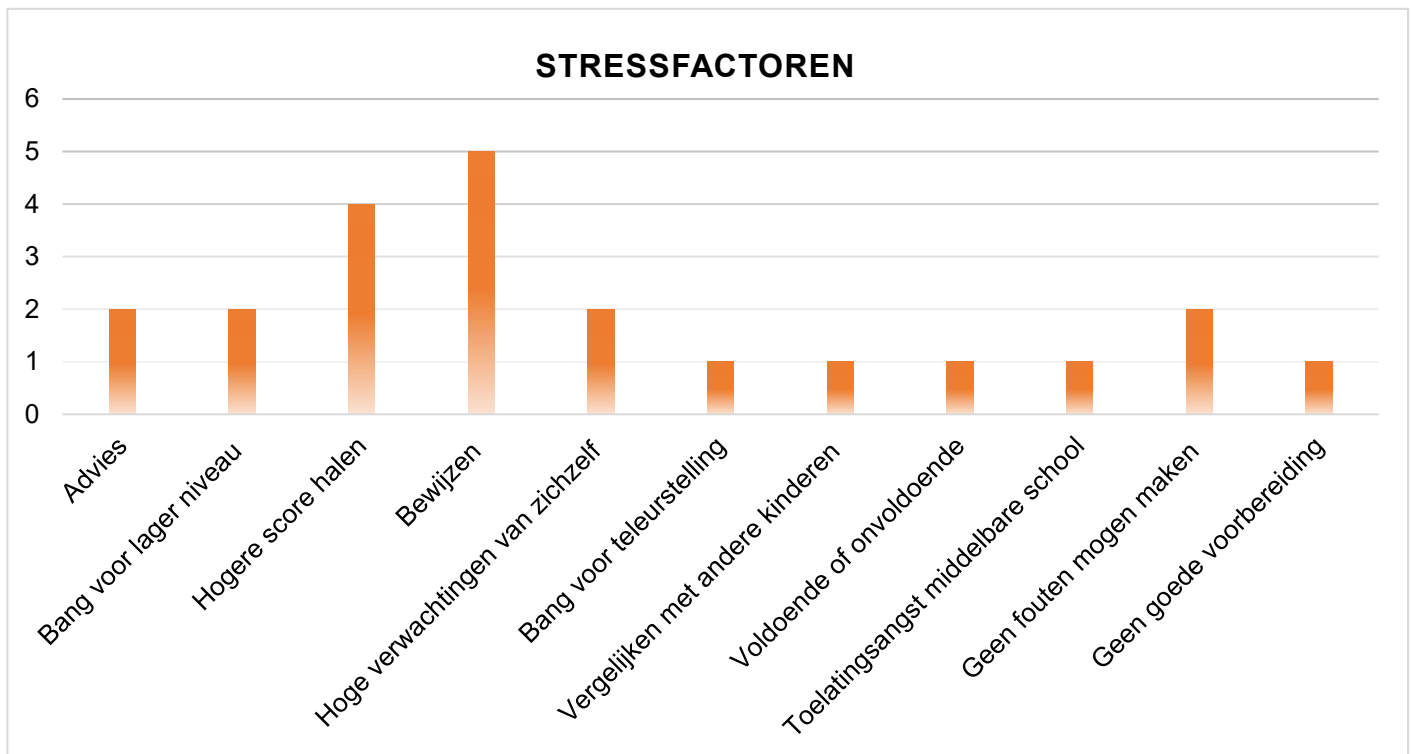
De leerkracht zegt hierover het volgende:

Zodra ze gaat zitten en ze kregen blaadje voor zich, dan komen die tranen dus dan moet je er even bij. En wat denk je dat er gebeurt als het misgaat wat gebeurt er dan? Vergaat de wereld? Af en toe moet je dat beetje bij overdreven doen, of mag je dan nooit meer een vriendje weet je wel (B4).

De schoolmaatschappelijk werkers geven aan leerlingen individueel te ondersteunen die zich hebben aangemeld voor het schoolmaatschappelijk werk. Zij zetten dan met name in op het positief denken, bewustwording van helpende en niet-helpende gedachten, faalangstreductie, kwaliteiten en talenten ontdekken en in gesprek gaan over hoe de leerlingen denken over fouten maken. Maar evenzeer bewustwording, van hoe komen de leerlingen tot rust op het moment dat zij stress ervaren en welke manieren zijn er om tot rust te komen als je een stressvolle dag hebt gehad.

Stressfactoren

Vervolgens is er gekeken naar welke factoren van invloed zijn waarom de leerlingen uit groep 8 stress ervaren. Hierbij is gebruik gemaakt van een grafiek om de redenen te verduidelijken.



Van de zes leerlingen geven twee leerlingen aan dat zij voornamelijk stress ervaren vanwege het advies dat zij krijgen. Zij geven beiden aan vooral benieuwd te zijn naar het advies, vandaar dat zij een bepaalde spanning voelen. Daarnaast geven twee leerlingen aan dat ze bang zijn dat er een lager niveau uitkomt dan dat ze tot nu toe hebben gekregen. Zo geeft een leerling aan dat Route 8 zich aanpast aan het niveau van de leerling. Zij ervaart hierdoor stress, omdat ze bang is dat Route 8 haar niveau lager heeft ingeschat.

Daarnaast geven twee leerlingen aan stress te ervaren, omdat ze graag een hogere score willen halen dan dat ze tot nu toe hebben gekregen. Ze willen zich graag ook bewijzen, dat ze kunnen laten zien wat ze al die jaren hebben geleerd. Daarnaast geeft een leerling aan dat ze bang is voor een onvoldoende of een voldoende tijdens het maken van de (eind)toets. Ook speelt het voor één leerling mee dat ze geen goede voorbereiding hadden op de eindtoets, waardoor zij spanning voelde. Zij wist niet wat ze kon verwachten, dus kon ze zich niet voorbereiden. Als laatste geeft een leerling aan dat ze geen fout mag maken vanwege de stress of spanning die zij voelt. Ze wil graag laten zien wat ze kan, maar door de stress is ze bang om fouten te maken.

De leerkrachten geven aan dat leerlingen zich graag willen bewijzen '(...)en de verwachting zo hoog hebben liggen, waaraan ze gewoon niet kunnen voldoen. Dus dat die lat te hoog ligt. Dan kunnen ze zo hoog springen als ze willen, maar komen ze er nog niet bij (B2).

Daarnaast geeft dezelfde leerkracht aan dat leerlingen ook stress kunnen ervaren, omdat ze anderen niet willen teleurstellen en dan voornamelijk ouders maar zeker ook hun leerkracht.

De andere leerkracht geeft aan dat de redenen van stress voornamelijk zit in het gedrag van ouders. Ouders willen graag dat hun kind zo hoog mogelijk scoort, maar ook dat leerlingen zichzelf gaan vergelijken met anderen. Zij probeert dit tegen te gaan door in de klas geen cijfers te noemen, maar de leerlingen bij zich te roepen. Volgens de leerkracht vergelijken leerlingen zich onbewust met elkaar.

Eén schoolmaatschappelijk werker geeft aan dat leerlingen stress ervaren, omdat ze graag een hogere score willen halen en beter willen presteren dan het niveau dat ze al hebben. De leerlingen willen zich graag bewijzen. Daarnaast denkt de schoolmaatschappelijk werker dat het meespeelt dat sommige scholen een toelatingsprocedure hebben. Zo geeft zij een voorbeeld van een leerling die naar een bepaalde school wilde. Zij moest daarvoor een bepaald niveau halen om toegelaten te worden. Voor haar was de eindtoets een belangrijk moment, omdat zij bang was dat ze anders niet de gewenste score zou halen.

De andere schoolmaatschappelijk werker geeft aan dat leerlingen steeds hogere verwachtingen van zichzelf hebben. Dit is volgens haar duidelijk te zien in de aanmeldingen die de laatste tijd binnen stromen bij het schoolmaatschappelijk werk. Er zijn veel vragen rondom: fouten mogen maken, de lat hoog leggen, het meteen in één keer goed willen doen en dat zichzelf opleggen.

Invloeden

Daaropvolgend is er gekeken naar wie of wat er volgens de leerlingen, de leerkrachten en de schoolmaatschappelijk werkers het meeste invloed heeft op de stress die de leerlingen ervaren? Eén leerling geeft aan dat zijn moeder onzeker is over het advies dat hij heeft gekregen. Deze twijfel heeft ervoor gezorgd dat hij meer spanning voelde voor de eindtoets. Vervolgens geeft een andere leerling aan dat zowel haar ouders als de leerkracht invloed hebben gehad op haar gevoel. De leerling geeft aan dat ze op school veel moest oefenen en het gevoel had dat het aan het einde van de les af moest zijn, waardoor zij gestrest raakte. Daarnaast geeft zij aan dat het haar stress geeft als ze schoolopdrachten heeft en thuis nog veel huishoudelijke taken moet doen. Dit is voor haar af en toe te veel, omdat veel volgens haar 'moet'. Daarnaast geeft dezelfde leerling ook aan dat het ook aan haarzelf ligt, vanwege haar gedachtenpatroon. Ze geeft aan in bepaalde situaties negatief te denken. Ze vindt het soms lastig om uit deze negatieve spiraal te komen. Daarnaast geeft een andere leerling aan dat het bij haar vooral komt wanneer ze onder tijdsdruk moet werken. Ze merkt aan zichzelf dat ze in de stress raakt als ze nog maar op de helft van haar werk is. Tot slot geeft één leerling aan dat ze stress ervaart wanneer een opdracht te moeilijk is en het haar niet lukt. Van de zes leerlingen geeft één leerling aan het niet te weten hoe het komt dat zij stress voelt tijdens de eindtoets.

De leerkrachten geven beiden aan dat leerlingen vooral stress ervaren, doordat ouders druk leggen op het kind. Volgens de ene leerkracht kunnen sommige leerlingen deze druk goed aan, maar er zijn ook leerlingen die hier niet goed mee om kunnen gaan en die vertonen dan faalangstige kenmerken. Daarnaast geeft dezelfde leerkracht aan dat de sociale media en het nieuws hier ook een belangrijke rol in spelen. Zij besteden hier veel aandacht aan, waardoor het groter wordt gezien en gemaakt.

Volgens de andere leerkracht heeft de maatschappij hier ook een belangrijke rol in. De algemene mening van onze maatschappij benadrukt volgens haar dat zij deze periode van de eindtoets als de belangrijkste periode uit het leven van de kinderen is. Volgens de leerkracht is dat niet zo, *“wij moeten zo hoog, zo snel en zo veel mogelijk”* (B4).

De schoolmaatschappelijk werkers zijn van mening dat ook de leerkracht hier een belangrijke invloed op heeft. Volgens de schoolmaatschappelijk werkers nemen leerlingen veel aan van zowel de leerkracht als van ouders. Als de leerkracht mee gaat, in het stuk dat de eindtoets belangrijk is, zal de leerling dit ook gaan ervaren. Als de leerkracht deze spanning weg kan nemen en een leerling kan voelen dat het zich geen zorgen hoeft te maken zal een leerling minder stress ervaren. Dit is ook terug te vinden in het theoretisch kader. Van der Ploeg (2013) concludeert dat kinderen geneigd zijn om de wijze van reageren van hun ouders over te nemen. Het maakt dus veel uit of ouders in tijden van spanningen rustig blijven of nadenken over het oplossen van tegenslagen, of dat ze heftig en emotioneel reageren met bijvoorbeeld boosheid of agressie. Naar mate het kind ouder wordt, dragen ook de contacten met de leerkrachten en leeftijdsgenoten bij de ontwikkeling van het reageren op een stressvolle gebeurtenis (Van der Ploeg, 2013).

Vervolgens geven beiden schoolmaatschappelijk werkers aan dat ouders hier ook een bepaalde invloed op hebben:

In wat ik merk, wat de tendens wel heel erg is dat sommige ouders en dat is misschien ook wel een beetje de maatschappij, maar ook misschien wel de wijk waar ik nu werk toch bepaalde verwachtingen hebben. Dat havo of vwo het moet zijn en dat alles wat met vmbo begint dan minder goed zou zijn. Ik heb wel de indruk dat die verschuiving er ligt, maar dat het met name komt doordat ouders bepaalde verwachtingen hebben van hun kinderen of van zichzelf (B3).

Volgens Chryssochoou (2004) kan dit ermee te maken hebben dat ouders een bepaalde sociale druk ervaren, waardoor ze een bepaald schoolniveau voor ogen hebben.

De schoolmaatschappelijk werker geeft het volgende aan:

Er zijn natuurlijk ouders die veel verwachten van hun kind en heel veel waarden aanhechten dat hun kind goed scoort en daar bovenop gaan zitten, waardoor het kind ook die druk voelt, het moet, moet. Ik zou het liefst hebben dat ouders hun kind laten voelen het gewoon oké is, weet je, dat ze het gewoon kunnen en dat ze er vertrouwen in hebben dat het goed komt in plaats van kom op en doe je best, en op tijd naar bed en dit en dat (B1)

Dit wordt volgens Sommeling (2001) in het theoretisch kader, ook wel een prestatiegerichte opvoeding genoemd. Hierbij zijn ouders vooral gericht op de schoolprestaties van het kind (Sommeling, 2001).

Ook geven zij aan dat grootouders hier een bepaalde rol in kunnen spelen, omdat zij in de huidige maatschappij een steeds belangrijke opvoedkundige rol hebben gekregen.

Daarnaast speelt volgens de schoolmaatschappelijk werker het stukje groepsdruk met zich mee. Leerlingen willen volgens haar ten opzichte van klasgenoten zichzelf ook bewijzen. Zij geeft aan wanneer er iemand lager gescoord heeft, dat er in de klas bepaalde dingen over gezegd worden.

In sommige klassen worden de scores klassikaal voorgelezen. Zij geeft aan dat dit ook een bepaalde invloed kan hebben op de leerlingen. En tot slot geven de schoolmaatschappelijk werkers beiden aan dat het ook aan de leerling zelf kan liggen. Zij geven aan dat het begint bij het gedachtenpatroon van de leerling, maar dat komt ergens vandaan. Volgens een van de schoolmaatschappelijk werkers is het voor haar de vraag, of mensen in de omgeving dat versterken of dat juist kunnen ombuigen. Daarnaast geeft de andere schoolmaatschappelijk werker aan dat leerlingen in deze tijd hoge eisen aan zichzelf stellen. Volgens psycholoog van Baar (2014) presteren kinderen niet meer door een bepaalde passie of interesse, maar uit de verplichting om te moeten presteren.

Deelvraag 2: Wat is de ondersteuningsbehoefte van de leerlingen in de periode van de eindtoets op het gebied van stress?

Van de zes leerlingen geven drie leerlingen aan het fijn te vinden om meer te praten over het ervaren van stress. Eén leerling geeft aan het fijn te vinden, omdat ze dan even haar verhaal kan vertellen, zodat ze niet meer zo vaak met dit gevoel zit. Een andere leerling geeft aan het niet fijn te vinden dat de leerkracht er niet veel over praat, omdat zij dan het gevoel heeft dat andere leerlingen hier niet over kunnen praten. Alle drie de leerlingen geven aan het niet prettig te vinden als dit onderwerp klassikaal wordt besproken, omdat er dan leerlingen bij zitten die hier niet over durven praten, maar wel stress ervaren. Ook geven ze aan angstig te zijn dat klasgenoten dit doorvertellen dat juist zij stress hebben voor de eindtoets. Met al deze redenen zouden zij het fijn vinden om individueel of in kleine groepen hierover te kunnen praten. Daarnaast geeft één leerling aan dat ze graag zou willen dat haar zelfvertrouwen meer zou groeien. Het zou haar meer zelfvertrouwen geven als zij weet, hoe zij moet leren en wat ze kan voorbereiden op de eindtoets. Twee van de zes leerlingen geven aan geen behoeften te hebben aan ondersteuning.

Eén van de leerkrachten geeft aan dat leerlingen behoeften hebben aan tools/handvatten, zodat zij dit kunnen toepassen op het moment dat zij stress ervaren. Volgens haar is het belangrijk om per leerling te kijken naar wat bij de leerling past en hoe de leerling dit kan toepassen in het dagelijks leven.

De andere leerkracht geeft aan dat de leerlingen hierin een doorgaande lijn nodig hebben. *“Zo hebben wij veel ingestoken op het welbevinden en het zelfvertrouwen van de leerlingen, graag zouden wij willen zien dat dit ook werd meegenomen op de middelbare school”* (B4).

Deze leerkracht heeft contact opgenomen met de brugklascoördinator, zodat deze begeleiding op de middelbare school kan worden voortgezet.

Eén van de twee schoolmaatschappelijk werkers geeft aan dat leerlingen vooral behoeften hebben aan ontspanningsoefeningen. Een mindfulnessstraining zou hier volgens haar prima bij aansluiten. Zij heeft het idee dat deze leerlingen moeten leren om in het hier en nu te zijn en te leren ontspannen. De andere schoolmaatschappelijk werker geeft aan dat leerlingen vooral preventief sterker gemaakt moeten worden op het gebied van omgaan met stress. Zij geeft aan dat dit hun hele leven gaat terugkomen, niet alleen bij de eindtoets, maar ook op de middelbare school en in het werk.

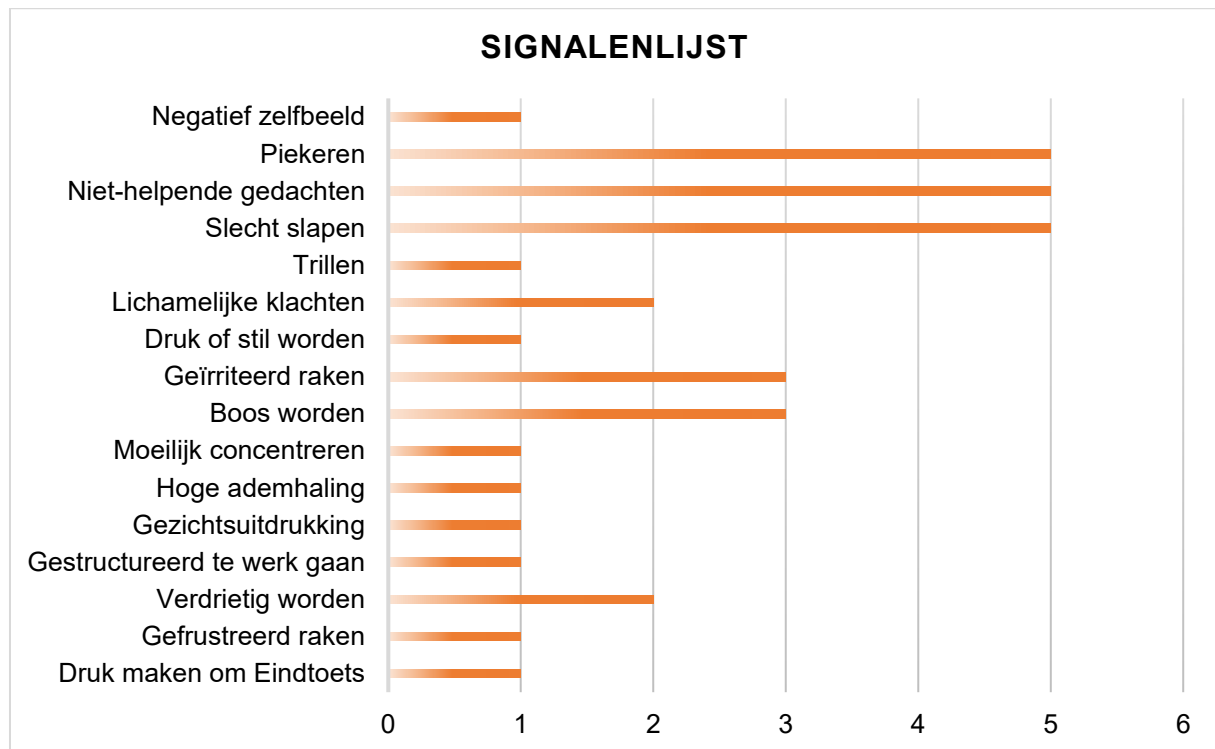
Het inzetten van een mindfulnessstraining kan een belangrijke (preventieve)rol spelen ten opzichte van burn-out en stressklachten.

Het helpt leerlingen op jonge leeftijd te leren om goed om te gaan met stress, zodat zij daar hun leven lang profijt van hebben (MindfulKids, z.d.). Daarnaast benadrukt zij nogmaals dat de leerlingen vooral behoeften hebben aan een andere benadering van de eindtoets.

Deelvraag 3: Hoe kan de schoolmaatschappelijk werker aansluiten in de periode van de eindtoets, bij de behoeften van de leerlingen op het gebied van stress?

Bij de volgende deelvraag is er nagegaan wat de signalen zijn van de leerlingen op het moment dat zij stress ervaren. Er is gekozen om deze informatie bij deze deelvraag te vermelden, zodat de schoolmaatschappelijk werker beter kan aansluiten bij de signalen.

In de grafiek hieronder zijn een aantal signalen terug te vinden die leerlingen zelf opmerken op het moment dat zij stress ervaren, maar ook signalen die leerkrachten en schoolmaatschappelijk werkers opmerken.



De helft van de leerlingen geeft aan te piekeren over de eindtoets. Daarnaast geven twee dezelfde leerlingen en twee andere leerlingen aan negatieve gedachten te hebben. Dit heeft ook invloed op de stress die zij ervaren. Vervolgens geven twee leerlingen aan slecht te slapen vanwege de eindtoets. Ze raken geïrriteerd of worden zelfs boos. Zij geven aan heftiger te reageren op een klasgenoot dan normaal. Daarnaast geeft één leerling aan verdrietig te worden op het moment dat zij stress ervaart. Daarnaast merkt deze leerling dat ze af en toe ook hoofdpijn krijgt van de stress. Dit staat vermeld onder het kopje lichamelijke klachten.

De leerkrachten geven aan verschillende signalen op te merken: piekeren, negatief zelfbeeld, zich druk maken over de eindtoets, slecht slapen, maar ook dat leerlingen trillen van de spanning, gestructureerd te werk gaan of ze merken het aan de gezichtsuitdrukking van een leerling.

De schoolmaatschappelijk werkers geven aan de volgende signalen te herkennen bij leerlingen die stress ervaren: piekeren, niet-helpende gedachten, slecht slapen, geïrriteerd zijn, boos of verdrietig worden, een hoge ademhaling en niet goed door kunnen ademen, lichamelijke klachten en leerlingen die heel druk worden of juist heel stil en rustig.

Copingstrategieën

Ieder kind heeft een unieke persoonlijkheid en zal zodoende anders reageren op een stressvolle gebeurtenis (Van der Ploeg, 2013). Twee leerlingen geven aan afleiding te zoeken, een leerling doet dit door tijdens de eindtoets even met zijn potlood te spelen en dan weer verder te gaan. Een andere leerling geeft aan door leuke dingen te doen, dat helpt haar om even school uit haar hoofd te zetten. Drie andere leerlingen geven aan het hoofd rustig proberen te houden en dat doen ze vooral door een positieve mindset te gebruiken. Ze proberen negatieve gedachten om te buigen naar positieve gedachten. Tot slot geeft een andere leerling aan dat zij zich vooral concentreert op de eindtoets op het moment dat zij stress ervaart. Als zij merkt dat ze wordt afgeleid, probeert ze haar focus op de eindtoets te houden.

Eén van de leerkrachten geeft aan gebruik te maken van mediatieoefeningen met een aantal leerlingen. De andere leerlingen hebben het volgens de leerkracht nodig dat ze even naar buiten kunnen, zodat ze de stress even van zich af kunnen rennen. Daarbij geeft de leerkracht wel aan dat er ook een aantal leerlingen uit haar groep zijn die geen copingstrategieën hebben gevonden en niet goed weet hoe zij met stress om moeten gaan. De andere leerkracht beaamt dit en geeft ook aan dat er veel leerlingen zijn die hier goed mee om kunnen gaan, maar dat er ook een paar uitzonderingen zijn.

Een schoolmaatschappelijk werker geeft aan:

Ik denk wel dat sommige kinderen wel maniertjes hebben eigengemaakt dat ze bijvoorbeeld hun voeten steviger op de grond moeten zetten dat ze dan merken dat het zakt. Ik noem maar iets, of dat ze juist zichzelf toespreken maar ja niet alle kinderen kunnen zelf veranderen, dus dat is schoolmaatschappelijk werk wel een mooie tool (B3).

Beiden schoolmaatschappelijk werkers geven aan dat leerlingen gebruik maken van een positieve mindset en dat sommige leerlingen kunnen relativeren. Daarnaast geven zij ook aan dat er een grote groep leerlingen buiten de boot vallen, omdat zij geen copingstrategieën hebben ontdekt die bij hen passen.

Aansluiten bij de ondersteuningsbehoeften.

Zoals bij deelvraag 2 staat aangegeven hebben vier van de zes leerlingen behoeften om te praten over het ervaren van stress in de periode van de eindtoets. Zij geven duidelijk aan dat ze het prettig zouden vinden om dit in kleine groepjes te bespreken of in een-op-een gesprekken. Daarnaast geeft één leerling aan dat klasgenoten er baat bij zouden hebben als zij de sociale vaardigheidstraining zouden volgen. Zij heeft de training al gevolgd en geeft aan, nu ze zelfverzekerd is, ook de eindtoets als minder spannend heeft ervaren. Eén leerling geeft aan geen ideeën te hebben voor ondersteuning vanuit het schoolmaatschappelijk werk.

Eén leerkracht geeft aan dat het fijn zou zijn als de schoolmaatschappelijk werker vaste momenten op school kan zijn en dan met name ook aanwezig kan zijn in de groep 8. Zodat de schoolmaatschappelijk werker een beter beeld krijgt van de leerlingen en ook de klassensetting meemaakt. Daarnaast geeft dezelfde leerkracht aan dat het fijn zou zijn als er een training zou komen voor leerlingen die stress ervaren. Zij geeft aan dat een schoolmaatschappelijk werker vanwege hun specialisme hier beter op in kunnen gaan dan een leerkracht.

De andere leerkracht geeft aan dat het vooral belangrijk is dat de leerling een band heeft met die persoon, of dat nou een schoolmaatschappelijk werker is of een intern begeleider. Dat is wat voor haar belangrijkste is. Als leerlingen een stap verder zijn in de hulpverlening dan zou een faalangsttraining passend zijn. Daarnaast geeft zij aan dat leerlingen die stress ervaren het vooral nodig hebben dat de schoolmaatschappelijk werker hen in hun krachten zet. *‘Alle kinderen hebben bevestiging nodig en een schouderklopje nodig, maar juist deze kinderen, ze vergelijken zich altijd en zeggen van: ik kan dat niet en ik ben niet goed in’* (B4).

De schoolmaatschappelijk werkers geven beiden aan dat leerlingen een (preventief) aanbod nodig hebben, zodat de leerlingen leren hoe zij kunnen omgaan met stress en spanning. Eén van de schoolmaatschappelijk werkers heeft het dan vooral over mogelijke voorlichtingen, workshops in de klas, ademhalings- en ontspanningsoefeningen. Beiden zien het zitten om een stukje mindfulness in de school op te bouwen, met eventueel yogaoefeningen.

Daarnaast geeft de schoolmaatschappelijk werker ook aan dat een voorlichting voor ouders ook passend zou zijn, om hen bewust te maken welke invloed zij op kinderen kunnen hebben. Volgens Sommeling (2001) willen ouders ernaar streven dat hun kind beter is dan een klasgenoot. Dit gebeurt volgens de leerkracht vaak onbewust door uitingen die ouders naar het kind doen. Zij wil dat ouders bewust worden dat zij ook een bepaalde invloed op hun kind hebben.

Hoofdstuk 5 Conclusie en aanbevelingen

In dit hoofdstuk wordt er met behulp van de resultaten, antwoord gegeven op de deelvragen met daaropvolgend een antwoord op de hoofdvraag. Tot slot worden er aanbevelingen gedaan voor de schoolmaatschappelijk werker die eventueel ondersteuning kan bieden aan het geschetste probleem.

5.1 Conclusies per deelvraag

Deelvraag 1: Hoe ervaren de leerlingen op dit moment de ondersteuning op het gebied van stress in de periode van de eindtoets?

Prestatiedruk wordt binnen de sociologie gezien als optimaal presteren om te kunnen voldoen aan de normen en verwachtingen van de samenleving (Han, 2014).

Leerlingen geven aan voornamelijk stress te ervaren door: het advies, bang voor een lagere uitslag, willen graag een hoger niveau en willen zich graag bewijzen wat ze de afgelopen jaren hebben geleerd. Volgens de leerkracht willen leerlingen zich graag bewijzen. Ze willen ouders of de leerkracht(en) niet teleurstellen. Daarom verwachten ze zoveel van zichzelf. De andere leerkracht geeft aan dat leerlingen stress ervaren vanwege het gedrag van ouders. Daarbij lijkt het in de laatste jaren wel een trend te worden, dat vooral het leervermogen van kinderen buitensporig veel aandacht krijgt (Adema, 2011). Ouders willen graag dat het kind zo hoog mogelijk scoort. Maar volgens de leerkracht kan het ook aan het kind zelf liggen, omdat zij zichzelf gaan vergelijken met anderen. De schoolmaatschappelijk werkers geven aan dat een leerling vooral stress ervaart, omdat ze graag hoger willen scoren, een hoger niveau willen halen, dat sommige scholen een toelatingsprocedure hebben, maar ook dat leerlingen dit zichzelf kunnen opleggen. Leerlingen hebben steeds hogere verwachtingen van zichzelf en mogen hierdoor geen fouten maken; ze willen het in één keer goed doen.

Volgens psycholoog van Baar (2014) presteren kinderen niet meer vanwege een bepaalde passie of interesse, maar van uit de verplichting om te moeten presteren. Leerlingen kunnen in deze huidige tijd hoge verwachtingen en eisen aan zichzelf stellen. Niet alleen kunnen de leerlingen zichzelf eisen stellen, ook externe invloeden kunnen dit doen. Dit blijkt uit de resultaten van de leerlingen: dat ouders invloed kunnen hebben op het ervaren van stress, maar ook werken onder tijdsdruk, het vele oefenen voor de eindtoets en het maken van moeilijke opdrachten. Daarnaast geeft één leerling aan dat het haar stress geeft als ze schoolopdrachten heeft en thuis nog veel huishoudelijke taken moet doen. Van de zes leerlingen geeft één leerling aan niet te weten waar de stress vandaan komt.

De leerkrachten geven het volgende aan: ouders leggen een bepaalde druk op het kind, de maatschappij legt ook een bepaalde druk, maar ook de sociale media en het nieuws omdat zij hier veel aandacht aan besteden.

De schoolmaatschappelijk werkers geven aan dat de leerkracht hier ook een bepaalde invloed op kan hebben, maar ook ouders, grootouders, groepsdruk die leerlingen ervaren of het kind legt het zichzelf op.

Stress verwijst niet alleen naar een bepaalde stressbron, maar heeft ook te maken met de aard van de persoon (Van der Ploeg, 2013). De schoolmaatschappelijk werker beaamt deze theorie doordat zij van mening is dat het begint met het gedachtenpatroon van de leerling.

Vervolgens is er nagegaan hoe de leerlingen de ondersteuning op het gebied van stress, op dit moment beleven.

Opvallend is dat twee van de zes leerlingen aangeven geen ondersteuning te ervaren op het gebied van stress. Daarnaast geven twee leerlingen aan dat de leerkracht dit klassikaal met de leerlingen bespreekt. De leerkracht bespreekt met hen dat het niveau niet meer lager kan, het enige wat nog mogelijk is dat het niveau omhoog gaat, mits je de eindtoets véél beter maakt. De overige twee leerlingen geven aan dat de leerkracht dit met hen individueel bespreekt.

Eén van de leerkrachten geeft aan vooral klassikaal in te zetten op een positieve mindset. Zij werkt hieraan in de klas door veel te werken met (positieve) quotes en fixed mindset. Daarnaast geeft ze aan ook individuele aandacht te geven aan leerlingen die stress ervaren in de periode van de eindtoets. Volgens de andere leerkracht zitten er een aantal angstige en twijfelachtige leerlingen in de klas. Zij heeft voorheen ingestoken op het zelfvertrouwen en het welbevinden van deze leerlingen. Zij geeft hen dan ook individuele aandacht.

De schoolmaatschappelijk werkers geven aan aangemelde leerlingen individueel te ondersteunen. Zij zetten dan met name in op: het positief denken, bewustwording van helpende en niet-helpende gedachten, faalangstreductie, kwaliteiten en talenten ontdekken en in gesprek gaan over hoe de leerlingen denken over fouten maken. Maar evenzeer de bewustwording is van belang. Hoe kom je tot rust op het moment dat je stress ervaart en welke manieren zijn er om tot rust te komen als je een stressvolle dag hebt gehad?

Deelvraag 2: Wat is de ondersteuningsbehoefte van de leerlingen op het gebied van stress in de periode van de eindtoets?

Lazarus (1993) geeft aan dat niet iedereen op dezelfde manier reageert op een stressvolle gebeurtenis. Volgens Lazarus (1993) had het vooral te maken met de: veerkracht, optimisme, cognitie en de vindrijkheid van het kind. Vandaar dat ook de ondersteuningsbehoefte voor iedere leerling anders is (Van der Ploeg, 2013).

Vier van de zes leerlingen geven aan het fijn te vinden om met iemand te praten op het moment dat zij stress ervaren. Zij geven aan het niet prettig te vinden als dit onderwerp klassikaal besproken wordt. Zij zouden graag willen dat er in kleine groepen, of in vorm van individuele gesprekken hierover gepraat kan worden. Twee van de zes leerlingen geven aan geen ondersteuningsbehoefte te hebben op het gebied van stress. Tot slot geeft één leerling aan dat zij graag ondersteuning zou willen om haar zelfvertrouwen te vergroten.

Eén van de leerkrachten geeft aan dat leerlingen ondersteuning nodig hebben als ze deze kunnen inzetten op het moment dat zij stress ervaren. Het is volgens haar belangrijk dat het bij de leerling past en daar een passend hulpaanbod voor te vinden. De andere leerkracht geeft aan dat leerlingen hierin een doorgaande lijn nodig hebben, zodat de ondersteuning doorgevoerd wordt het vervolgonderwijs.

Uit de interviews met de schoolmaatschappelijk werkers komt naar voren dat leerlingen vooral behoeften hebben aan ontspanningsoefeningen of een mindfulnessstraining. De andere schoolmaatschappelijk werker geeft aan dat leerlingen vooral gebaat zijn bij preventiever sterker worden op het gebied van omgaan met stress.

Deelvraag 3: Hoe kan de schoolmaatschappelijk werker aansluiten bij de ondersteuningsbehoeften van de leerlingen op het gebied van stress in de periode van de eindtoets?

Opvallend is dat alle leerlingen andere signalen van stress afgeven. Het meest voorkomende signaal is dat leerlingen piekeren over de eindtoets. Ze hebben: negatieve gedachten, slechte nachtrust, raken geïrriteerd of worden zelfs boos. Zij kunnen heftiger reageren op een klasgenoot dan normaal. Daarnaast geeft één leerling aan verdrietig te worden op het moment dat zij stress ervaart en soms krijgt ze dan hoofdpijn.

De leerkrachten geven aan signalen op te merken zoals: piekeren, negatief zelfbeeld, zich druk maken over de eindtoets, slecht slapen, leerlingen trillen van de spanning, gestructureerd te werk gaan of ze merken het op aan de gezichtsuitdrukking van een leerling.

De schoolmaatschappelijk werkers geven aan de volgende signalen te herkennen bij een leerling die stress ervaart: piekeren, niet-helpende gedachten, slecht slapen, geïrriteerd zijn, boos of verdrietig worden, een hoge ademhaling en niet goed door kunnen ademen, lichamelijke klachten en leerlingen die heel druk worden of juist heel stil en rustig.

Daaropvolgend kan geconcludeerd worden dat niet alle leerlingen copingstrategieën hebben ontwikkeld of niet bewust zijn dat ze deze strategieën inzetten (Van der Ploeg, 2013). Zo geven zowel de leerkrachten als de schoolmaatschappelijk werkers aan dat er leerlingen zijn die manieren hebben gevonden om stress te verminderen of te voorkomen. Maar dat er ook een aantal leerlingen zijn die niet weten hoe zij met deze stress om moeten gaan.

De leerlingen zelf geven aan afleiding te zoeken tijdens de eindtoets door: leuke dingen te ondernemen, het hoofd rustig proberen te houden, positieve mindset, negatieve gedachten ombuigen naar een positieve gedachte en de focus te richten op het werk.

Een schoolmaatschappelijk werker kan volgens de leerlingen aansluiten door in groepjes of een-op-een gesprekken te voeren met de leerlingen die stress ervaren. Daarnaast geeft één leerling aan dat leerlingen er bij gebaat zouden zijn als zij zouden deelnemen aan een sociale vaardigheidstraining. Van de zes leerlingen geeft één leerling aan geen ideeën te hebben over hoe schoolmaatschappelijk werk leerlingen kan ondersteunen die stress ervaren in de periode van de eindtoets.

Eén leerkracht geeft aan dat het fijn zou zijn als de schoolmaatschappelijk werker vaste momenten op school kan zijn en dan met name ook aanwezig kan zijn in groep 8. Zodat je een beter beeld krijgt van de leerlingen. Daarnaast zou de leerkracht het fijn vinden als er een training komt voor leerlingen die stress ervaren. Volgens de andere leerkracht zou voor een aantal leerlingen, een faalangsttraining passend zijn.

De leerkracht geeft aan dat leerlingen vooral behoeften hebben aan een schoolmaatschappelijk werker die hen in hun krachten zet. Als leerlingen een stap verder zijn in de hulpverlening dan zou een faalangstraining passend zijn.

De schoolmaatschappelijk werkers geven beiden aan dat leerlingen een (preventief)aanbod nodig hebben, zodat ze leren hoe zij kunnen omgaan met stress. Eén van de schoolmaatschappelijk werkers heeft het dan vooral over mogelijke voorlichtingen, workshops in de klas, ademhalings- en ontspanningsoefeningen. Beiden zien het zitten om een stukje mindfulness in de school in te gaan zetten, ondersteund met eventuele yogaoefeningen. De inzet van MindfulKids training kan een belangrijke (preventieve)rol spelen ten opzichte van burn-out en stressklachten (MindfulKids, z.d.). Tot slot geeft een van de schoolmaatschappelijk werkers aan dat een voorlichting voor ouders helpend zou zijn, om hen bewust te maken welke invloed zij op hun kind kunnen hebben. Afkeuring of juist goedkeuring kan een dwingend effect hebben op het kind (Adema, 2011). Volgens Sommeling (2001) willen ouders ernaar streven dat hun kind beter is dan een klasgenoot. Dit gebeurt volgens de leerkracht vaak onbewust door uitingen die ouders naar het kind doen. Zij wil dat ouders bewust worden dat ook zij een bepaalde invloed op hun kind hebben.

5.2 Conclusie vraagstelling

Hoe kan de schoolmaatschappelijk werker leerlingen uit groep 8, van basisschool X ondersteunen bij het voorkomen van stress in de periode van de eindtoets?

Op basis van de antwoorden op de deelvragen, kunnen er verschillende conclusies getrokken worden. Leerlingen uit groep 8 van basisschool X ervaren de eindtoets allemaal verschillend. De ene leerling ervaart niet tot nauwelijks stress en de andere slaapt er dagen niet van. Het zal een uitdaging zijn voor de schoolmaatschappelijk werker om hier een passend aanbod voor te vinden, omdat het opvallend is dat iedere leerling andere behoeften heeft. De helft van de leerlingen geeft in het onderzoek aan dat zij behoeften hebben om met een persoon te praten over het ervaren van stress. Bij een aantal leerlingen komt naar voren dat zij vinden dat hier te weinig aandacht voor is. Leerlingen geven in het onderzoek aan dat zij het merkwaardig vinden dat de leerkracht hier nauwelijks met hen over praat. Terwijl de leerkracht dit bewust inzet om hier niet de nadruk op te leggen.

Daarnaast geeft één van de leerkrachten aan dat leerlingen behoeften hebben aan een trainingsaanbod waarin ze leren omgaan met stress. De andere leerkracht geeft aan dat leerlingen hierin een doorgaande lijn in nodig hebben, zodat de ondersteuning meegenomen kan worden naar het vervolgonderwijs. De schoolmaatschappelijk werkers geven aan de leerlingen behoeften hebben aan ontspanningsoefeningen en een mindfulnessstraining. De leerlingen zijn volgens de schoolmaatschappelijk werkers vooral gebaat bij preventiever sterker worden op het gebied van omgaan met stress.

De schoolmaatschappelijk werker kan bij de uiteenlopende behoeften van de leerlingen aansluiten door (kleine) groepsgesprekken of individuele gesprekken te voeren tijdens schooltijd. Daarnaast kan er geconcludeerd worden dat het zinvol is om een training te ontwikkelen, zodat leerlingen op een preventieve manier leren omgaan met stress. Kort samengevat is het van belang dat de ondersteuning wordt afgestemd op de behoeften en de mogelijkheden van de leerlingen.

5.3 Aanbevelingen

Naar aanleiding van de hierboven beschreven conclusie kunnen de volgende aanbevelingen voor de schoolmaatschappelijk werker gegeven worden. De aanbevelingen dragen eraan bij om te kunnen aansluiten bij de ondersteuningsbehoeften van de leerlingen uit groep 8 van basisschool X.

Individuele of (kleine) groepsgesprekken op school

Uit de resultaten en de conclusie wordt duidelijk dat er verbeteracties mogelijk zijn. Het komt duidelijk naar voren dat meerdere leerlingen behoeften hebben om te praten over de stress die zij ervaren in de periode van eindtoets. Het is aan te bevelen dat de schoolmaatschappelijk werker nogmaals nagaat welke leerlingen in groep 8 stress ervaren. Daaropvolgend kan de schoolmaatschappelijk werker de overweging maken om individuele gesprekken te voeren met deze leerlingen of kleine groepsgesprekken te hebben met maximaal 6 leerlingen. De schoolmaatschappelijk werker kan wekelijks één uur tijd vrij maken om met deze leerlingen hierover in gesprek te gaan, zodat zij in een veilige omgeving leren omgaan met stress.

(Preventief)trainingsaanbod

Om te kunnen voldoen aan de ondersteuningsbehoeften van de leerlingen die hebben deelgenomen aan het onderzoek is het van belang om een trainingsaanbod te ontwikkelen. Momenteel is er geen trainingsaanbod dat ingezet kan worden bij deze behoeften. De training is gebaseerd op de signalen die de leerlingen, schoolmaatschappelijk werkers en de leerkrachten aangaven tijdens de interviews. Zo gaven de respondenten verschillende signalen af en deze signalen zijn allemaal in onderstaande training verwerkt.

Het doel van het ontwikkelen van deze training is om leerlingen te leren hoe zij effectief kunnen omgaan op momenten dat zij stress ervaren, zodat zij nu en in de toekomst hiervan profijt zullen hebben. Het is zinvol om vanaf het begin van het school jaar te starten met deze training, zodat zij voorbereid zijn op belangrijke (toets)momenten zoals de eindtoets. Als schoolmaatschappelijk werker kan je ervoor kiezen om één keer in de drie weken een training te geven of één keer per maand. Deze training zal ontwikkeld worden voor twaalf bijeenkomsten van één uur. Door onderstaande training preventief aan het begin van het schooljaar in te zetten, kun je als schoolmaatschappelijk werker stress in de periode van de eindtoets voorkomen.

Bijeenkomsten	Thema's
Bijeenkomst 1	<i>Korte introductie en doel van de training op school</i>
Bijeenkomst 2	<i>Herkennen van gevoelens en emoties</i>
Bijeenkomst 3	<i>Omgaan met negatieve gevoelens (boos, verdrietig, geïrriteerd etc.)</i>
Bijeenkomst 4	<i>Piekeren en negatieve gedachten</i>
Bijeenkomst 5	<i>Bewustwording helpende en niet-helpende gedachten</i>
Bijeenkomst 6	<i>Complimenten geven en ontvangen (zelfvertrouwen vergroten)</i>
Bijeenkomst 7	<i>Fouten mogen maken</i>
Bijeenkomst 8	<i>Zelfkritiek en strengheid</i>
Bijeenkomst 9	<i>Mindfulness en yogaoefeningen in samenwerking met gymdocent</i>
Bijeenkomst 10	<i>Ontspanningsoefeningen</i>
Bijeenkomst 11	<i>Omgaan met prestatiedruk vanuit jezelf en de omgeving</i>
Bijeenkomst 12	<i>Inzetten van ontspanningsoefeningen tijdens de eindtoets</i>

Themabijeenkomst voor ouders/verzorgers

Uit de resultaten van het onderzoek is naar voren voorgekomen dat ouders bepaalde verwachtingen hebben van hun kind en ook van zichzelf. Door ouders hier bewust van te maken, kunnen doelen en verwachtingen bijgesteld worden. Door bepaalde uitspraken kan er 'onbewust' druk worden opgelegd bij het kind. Door ouders hier bewuster van te maken, in een vorm van een voorlichting, zullen ze hun eigen aandeel onder ogen leren zien. Daarnaast is het van belang om ouders bewust te maken van verwachtingen die ze van zichzelf hebben. Deze zijn voor veel ouders vaak behoorlijk hoog en dit kunnen ze ook overbrengen naar hun kind(eren). Het uiteindelijke doel van deze themabijeenkomst is dat ouders en kinderen elkaar beter leren begrijpen en dat de communicatie verbeterd wordt. Vanaf het zesde levensjaar krijgt de ontwikkeling van een kind, hoe het dient te reageren op diverse moeilijke situaties, steeds meer vorm. De ouders spelen daarin een belangrijke rol. Kinderen zien van dichtbij hoe hun ouders omgaan met lastige situaties en leren daarvan (Van der Ploeg, 2013). Vandaar dat er geadviseerd wordt om in groep 3 deze themabijeenkomst te organiseren met een terugkomdag aan het begin van het schooljaar als de leerlingen naar groep 8 gaan.

Vervolgonderzoek

In de probleemanalyse is terug te vinden dat er een aantal regeringspartijen willen dat het advies pas na de eindtoets wordt afgegeven. Zo is geconstateerd dat vooral mondige- en hoogopgeleide ouders tegen het schooladvies ingaan als dit sterk afwijkt van de score op de eindtoets (Hagen, 2019). In het huidige schoolbeleid is dit nog niet ingevoerd. Vandaar dat er is nagegaan hoe de respondenten die hebben deelgenomen aan dit onderzoek tegen deze verandering aankijken. Alle respondenten geven aan dat deze verandering meer zal leiden tot stress. Zo geeft een schoolmaatschappelijk werker aan dat zij van mening is dat er vanuit ouders nog meer druk gaat komen, omdat de eindtoets leidend zal zijn. Volgens haar zouden leerkrachten er dan minder last van hebben, maar de leerling des te meer.

Vanwege de reacties van de respondenten is het zinvol om in een vervolgonderzoek de volgende doelgroep mee te nemen: ouders, leerlingen en leerkrachten. Het is zinvol om een vervolgonderzoek te starten op het moment dat deze verandering is doorgevoerd.

In het vorige hoofdstuk is antwoord gegeven op de hoofdvraag en zijn er aanbevelingen geschreven. In dit hoofdstuk zal er kritisch naar het onderzoek gekeken worden. Vervolgens worden de uitkomsten en bevindingen van het onderzoek vergeleken met de bevindingen uit de probleemanalyse.

6.1 Betekenis en bruikbaarheid

In deze paragraaf wordt de betekenis van het onderzoek beschreven door de conclusie en probleemanalyse met elkaar te vergelijken. Aan de hand van argumenten wordt de bruikbaarheid van het uitgevoerde onderzoek beargumenteerd.

In de probleemanalyse komt naar voren dat de huidige prestatimaatschappij een aantal belemmeringen kent. De prestatimaatschappij zorgt ervoor dat kinderen steeds beter willen en moeten presteren van zichzelf. De lat en de verwachtingen worden steeds hoger gelegd (Maltha, 2016). Dit kan leiden tot gedragsveranderingen en verschillende psychische- en lichamelijke klachten veroorzaken (Plummer, 2014). Uit de conclusie komt naar voren dat leerlingen: piekeren, zich moeilijk kunnen concentreren, slecht slapen, een negatief zelfbeeld hebben, negatieve gedachten hebben, geïrriteerd raken, boos of verdrietig worden, lichamelijke klachten krijgen of kunnen juist heel heftig en agressief reageren op anderen. Uit de probleemanalyse is gebleken dat, als een leerling op school streeft naar perfectie en daarbij het gevoel krijgt gefaald te hebben op het moment niet de perfectie te hebben bereikt, dit bij de leerling kan zorgen voor veel druk en spanning (Maltha, 2016). Dit blijkt ook uit de resultaten. Leerlingen willen zichzelf graag bewijzen ten opzichte van de groep en het beste uit zichzelf halen. Uit de conclusie komt naar voren dat leerlingen hier wel degelijk klachten aan kunnen ondervinden, doordat ze: de lat voor zichzelf veel te hoog leggen, geen fouten mogen maken, het in één keer goed willen doen en de omgeving niet willen teleurstellen.

Uit de probleemanalyse komt sterk naar voren dat de druk om te presteren behoorlijk is toegenomen door de invloed van hun ouders (Kooijmans, 2019). Ouders kunnen veel eisen stellen aan hun kind. Kinderen krijgen door de ouders hoge ambities en worden hierin gestimuleerd. Ouders plaatsen hun kind op een voetstuk, terwijl dit niet altijd realistisch is (Liefink, 2011). Uit de conclusie is gebleken dat volgens de leerkrachten, de schoolmaatschappelijk werkers en twee leerlingen dat ouders hier wel degelijk een invloed op kunnen hebben. Maar niet alleen ouders kunnen een bepaalde druk uitoefenen op het kind. Ook de leerkracht kan hier een bepaalde invloed op hebben volgens Van der Ploeg (2013). Scholen zijn erop gericht om zoveel mogelijk leerlingen af te leveren met goede resultaten. Leerlingen die niet mee kunnen, lopen het gevaar buiten de boot te vallen omdat zij het tempo van andere leerlingen niet bij kunnen houden (Van der Ploeg, 2013). De druk die scholen op leerlingen legt, wordt steeds groter. De momentopname van de eindtoets beslist voor het overgrote deel op welk niveau de leerling verder onderwijs gaat volgen (Van der Ploeg, 2013). Opvallend is dat de leerkrachten in dit onderzoek zelf niet aangeven hier invloed op te kunnen hebben. Een leerling en de schoolmaatschappelijk werkers geven aan dat leerkrachten hier wel degelijk invloed op hebben.

Uit de conclusie komt naar voren wat leerlingen uit groep 8 van basisschool X nodig hebben om stress te voorkomen in de periode van de eindtoets. Voor dat het onderzoek plaatsvond, was dit nog niet bekend bij de schoolmaatschappelijk werker.

Aan de hand van deze gegevens zijn er aanbevelingen geschreven. Het probleem bestaat nog steeds, maar er is wel meer inzicht gekomen in hoe de schoolmaatschappelijk werkers stress kunnen voorkomen bij de leerlingen. Dit onderzoek biedt inzicht en geeft handvatten hoe stress voorkomen kan worden in de periode van de eindtoets. Binnen basisschool X zijn alle uitkomsten van dit onderzoek toepasbaar. Geconcludeerd kan worden dat dit onderzoek niet toepasbaar is voor alle basisscholen in Nederland. Het kan namelijk zo zijn dat leerlingen van anderen basisscholen, andere ondersteuningsbehoeften hebben. Het onderzoek kan andere basisscholen wel inspireren in het ondersteunen van leerlingen tijdens de eindtoets.

6.2 Sterkte- zwakte analyse

In deze paragraaf wordt er een kritische analyse gegeven van de sterke- en zwakte punten, vanuit de thema's betrouwbaarheid en validiteit van het onderzoek.

Sterkte analyse

Om de betrouwbaarheid te waarborgen is er, voordat de interviews plaatsvonden, een topiclijst opgesteld. Hierdoor kwamen alle onderwerpen aan bod en aan de hand hiervan werd er doorgevraagd. Door het doorvragen zijn het diepte-interviews geworden en is er veel informatie verzameld. Belangrijke begrippen zijn van tevoren uitgelegd aan de respondenten om verwarring hierover te voorkomen. De interviews zijn met opnameapparatuur opgenomen, waardoor belangrijke informatie niet verloren is gegaan.

Bij de interne validiteit is er gekeken naar de waarheid van de bevindingen van dit onderzoek (Boeije, 2014). In dit onderzoek is daadwerkelijk onderzocht wat onderzocht moest worden. De resultaten geven duidelijk aan wat de ondersteuningsbehoeften is van de leerlingen. Hieruit zijn concrete- en haalbare aanbevelingen voortgekomen. Wat het onderzoek ook aanzienlijke sterker maakt, is dat er vanuit basisschool X een verificatie is geweest. Daarnaast is er in dit onderzoek ook gebruik gemaakt van verschillende wetenschappelijke bronnen die bijdragen aan de interne validiteit.

Zwakke analyse

Dit onderzoek is alleen gericht op de resultaten die verzameld zijn binnen basisschool X en daarom alleen generaliseerbaar voor basisschool X. Om de resultaten te kunnen generaliseren naar andere populaties, moet het onderzoek daarom plaatsvinden op meerdere basisscholen. Daarnaast is de hoeveelheid respondenten een minder sterk punt van het onderzoek. De respondentengroep is in verhouding tot de populatie behoorlijk beperkt en daardoor is het moeilijk algehele uitspraken te doen. Het is raadzaam voor een vervolgonderzoek om het onderzoek op meerdere scholen uit te voeren met diverse leerlingen, leerkrachten en schoolmaatschappelijk werkers. Op deze manier kunnen resultaten beter vergeleken worden en kunnen er meer valide uitspraken worden gedaan. Helaas, was dat niet haalbaar door de korte tijd die beschikbaar was voor dit onderzoek.

Daarnaast heeft er op 7 juni 2019 een presentatie plaatsgevonden voor twee leerkrachten uit groep 8 van basisschool X. De schoolmaatschappelijk werkers konden, door werkomstandigheden, niet aanwezig zijn. De twee leerkrachten hebben gezamenlijk het beoordelingsformulier ingevuld.

Hieruit komt naar voren dat deze leerkrachten het een interessant thema vonden om te onderzoeken. Daarnaast is het een actueel probleem wat speelt bij de leerlingen en ouders. Ze gaven aan dat ik de resultaten, aanbevelingen, conclusie en discussie duidelijk heb verantwoord. Ze vonden de aanbevelingen zeer passend en haalbaar voor hun organisatie.

Als kritische noot geven zij aan dat ik de ouders niet actief betrokken heb in het onderzoek.

Maar door het tijdsgebrek is dit een logische beslissing. Het betrekken van meerdere omgevingsfactoren had het onderzoek nog sterker gemaakt.

Literatuurlijst

- Adema, T. (2011, 14 november). *Stop met vergelijken*. Geraadpleegd op 21 maart 2019, van <https://www.kindercoachingfriesland.nl/2011/11/les-9-stop-met-vergelijken/>
- Aronson, E., Wilson, T., & Akert, R. (2014). *Sociale psychologie* (8ste editie). Amsterdam, Nederland: Pearson Benelux.
- Baarda, B., Bakker, E., Fischer, T., Julsing, M., De Goede, M., Peters, V., & Van der Velden, T. (2013). *Basisboek kwalitatief onderzoek: handleiding voor het opzetten en uitvoeren van kwalitatief onderzoek*. Groningen/Houten, Nederland: Noordhoff.
- Beker, L. (2015). Geen stress meer voor de eindtoets. *School!*, 6(1), 14–16. Geraadpleegd op 21 maart 2019, van https://www.vosabb.nl/wp-content/uploads/2015/02/School1_eindtoets.pdf
- Bijma, J., & Scalongne, N. (1999). *Schoolmaatschappelijk werk: School en ouders in het primair onderwijs* (Herz. ed.). Houten, Nederland: Bohn Stafleu van Loghum.
- Bisschop, M. (2005). *Opvoeden In Een Verwenmaatschappij. Hoe Maak Ik Mijn Kind Toch Gelukkig?*. Tielt, België: Lannoo.
- Boeije, H. (2014). *Analyseren in kwalitatief onderzoek: denken en doen* (2de editie). Den Haag, Nederland: Boom Lemma uitgevers.
- Centrum Jeugd en Gezin Veldhoven. (z.d.). *DommelRegio*. Geraadpleegd op 21 februari 2019, van https://www.cjgveldhoven.nl/showsite.asp?map_id=63354
- College voor Toetsen en Examens. (z.d.). *Informatie Centrale Eindtoets*. Geraadpleegd op 21 februari 2019, van <https://www.centraleeindtoetspo.nl/informatie-centrale-eindtoets>
- Cuijpers, P. (2018, 16 april). 'Stress en faalangst liggen op de loer bij het toetsen van kinderen'. Geraadpleegd op 20 februari 2019, van <https://www.bd.nl/opinie/stress-en-faalangst-liggen-op-de-loer-bij-het-toetsen-van-kinderen~a8d966b0/>
- Chryssochoou, X. (2004). Cultural diversity. It's social psychological. Oxford: Blackwell Publishing
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Dekker, S. (2014). *Toetsbesluit PO (209)*. Geraadpleegd van file:///C:/Users/gebruiker/Downloads/stb-2014-209.pdf
- Delfos, M. F. (2006). *Het maakbare kind: opvoeding als (ver)gissing*. Amsterdam, Nederland: SWP Uitgeverij B.V.
- De Vos, E. (2018, 21 maart). *Prestatiedruk in het onderwijs belast kinderen én ouders*. Geraadpleegd op 15 februari 2019, van <https://www.groene.nl/artikel/prestatiedruk-in-het-onderwijs-belast-kinderen-en-ouders>

- De Wit, C. (2000). *Depressie bij kinderen en adolescenten: Theorie en onderzoek, diagnostiek en behandeling* (1st ed.). Houten: Bohn .
- Driessen, G. (2007, november). *'Peer group' effecten op onderwijsprestaties. Een internationaal review van effecten, verklaringen en theoretische en methodologische aspecten.* Geraadpleegd op 19 maart 2019, van https://www.researchgate.net/profile/Geert_Driessen/publication/274066681_'Peer_group'_effecten_op_onderwijsprestaties_Een_internationaal_review_van_effecten_verklaringen_en_theoretische_en_methodologische_aspecten/links/5513b8ed0cf23203199cc14c/Peer-group-effecten-op-onderwijsprestaties-Een-internationaal-review-van-effecten-verklaringen-en-theoretische-en-methodologische-aspecten.pdf
- Goorhuis-Brouwer, S. (2013, 1 oktober). *"Wij moeten niet meer aansluiten op de leefwereld van de kinderen maar op de Cito-toets"*. Geraadpleegd op 21 februari 2019, van <https://voorschool.net/2013/10/01/wij-moeten-niet-meer-aansluiten-op-de-leefwereld-van-de-kinderen-maar-op-de-cito-toets/>
- Hagen, K. (2019, 14 februari). *Coalitie wil eindtoets afnemen voor het schooladvies*. Geraadpleegd op 11 april 2019, van <https://www.aob.nl/nieuws/coalitie-wil-eindtoets-afnemen-voor-het-schooladvies/>
- Han, B. C. (2014). *De vermoeide samenleving de transparante samenleving / De terugkeer van Eros*. Amsterdam, Nederland: Uitgeverij van Gennep.
- Hoencamp, E., Haffmans, J., & Van Loon, J. (2012). *Psychiatrie. Een Inleiding* (8e ed.). Amsterdam, Nederland: Pearson Benelux.
- Joëls, M. (2007, 22 november). *De slechte naam van stress*. Geraadpleegd op 19 maart 2019, van <https://www.nemokennislink.nl/publicaties/de-slechte-naam-van-stress/>
- Kooijmans, M. (2019, 26 maart). Talentologie, voorbij een neoliberale focus op talentontwikkeling. *Jeugdbeleid*, 13(1), 13–37.
- Lieftink, J. (2011, 6 januari). *De prestatiegeneratie: van carrièrekids tot keuzestress*. Geraadpleegd op 15 juni 2019, van <https://www.youngworks.nl/de-prestatiegeneratie-van-carrierekids-tot-keuzestress/>
- Maltha, J. (2016, 21 juli). *Perfectionisme: wanneer is het goed genoeg?* Geraadpleegd op 7 februari 2019, van <https://www.nationaleonderwijsgids.nl/columns/juliete-maltha/34142-perfectionisme-wanneer-is-het-goed-genoeg.html>
- MIND. (z.d.). *Depressie bij kinderen*. Geraadpleegd op 15 februari 2019, van <https://mindblue.nl/depressie/depressie-bij-kinderen>
- MIND. (z.d.). *Prestatiedruk*. Geraadpleegd op 7 juni 2019, van <https://wijzijnmind.nl/psychipedia/prestatiedruk>

- MIND. (z.d.). *Stress, overspannenheid, burn-out*. Geraadpleegd op 21 februari 2019, van <https://wijzijnmind.nl/psychipedia/stress-overspannenheid-burn-out?action=azitem>
- MindfulKids. (z.d.). *MindfulKids is Wetenschappelijk Onderzocht*. Geraadpleegd op 11 juni 2019, van <https://www.mindfulkids.nl/mindfulness/wetenschappelijk-onderzoek/>
- Mellink, B. (2014). *Worden zoals wij: onderwijs en de opkomst van de geïndividualiseerde samenleving sinds 1945* (Herz. ed.). Amsterdam: Uitgeverij Wereldbibliotheek .
- Nederlands Centrum Jeugdgezondheid. (2018, 30 april). *NCJ op Nieuws.nl: Aantal kinderen met stress door prestatiedruk neemt toe*. Geraadpleegd op 11 maart 2019, van <https://www.ncj.nl/actueel/nieuws/artikel/ncj-op-nieuwsnl-aantal-kinderen-met-stress-door-prestatiedruk-neemt-toe>
- Nederlands Jeugdinstituut. (z.d.). Kenniskaart '*Kwaliteit verbinding onderwijs en jeugdhulp*'. Geraadpleegd op 7 juni 2019, van <https://www.nji.nl/kenniskaart-Kwaliteit-Verbinding-Onderwijs-en-Jeugdhulp.pdf>
- Nederlands Jeugdinstituut, Beroepsvereniging van Professionals in Sociaal Werk, & Sociaal Werk Nederland. (2017). *Schoolmaatschappelijk werk: sterk in preventie*. Geraadpleegd op 15 juni 2019, van <https://www.nji.nl/nl/Download-NJi/Publicatie-NJi/Schoolmaatschappelijk-werk-sterk-in-preventie.pdf>
- Nieuwenbroek, A. (2006). *Faalangst en ouders* (7e ed.). Utrecht, Nederland: Uitgeverij Ten Have.
- Prinsen, H. (2010). *Help! Mijn kind heeft faalangst: Gids voor ouder en kind bij het omgaan met faalangst en examenvrees* (Herz. ed.). Houten, Nederland: Bohn Stafleu van Loghum.
- Plummer, D. (2014). *Leer kinderen omgaan met verandering, stress en angst* (4e ed.). Huizen, Nederland: Pica.
- Remie, M., & Huygen, M. (2019, 18 januari). *Een leven lang getoetst. Waarom eigenlijk?* Geraadpleegd 20 juni 2019, van <https://www.nrc.nl/nieuws/2019/01/18/een-leven-lang-getoetst-waarom-eigenlijk-a3650891>
- Rijksoverheid. (z.d.). *Verplichte eindtoets basisonderwijs*. Geraadpleegd op 3 juni 2019, van <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/schooladvies-en-eindtoets-basisschool/verplichte-eindtoets-basisonderwijs>
- Sierens, E. & Vansteenkiste, M. (2009). Wanneer 'meer minder betekent': motivatieprofielen van leerlingen in kaart gebracht. *Begeleid Zelfstandig Leren*, 24, 17-36.
- Sommeling, L. (2001). *Leren leven en studeren. psychologische hulpverlening in de studententijd* (1ste editie). Assen, Nederland: Van Gorcum.
- Sonderen, E. van (2012). *Het meten van sociale steun met de Sociale Steun Lijst – Interacties (SSL-I) en Sociale Steun Lijst - Discrepanties (SSL-D): een handleiding*. Groningen: Noordelijk Centrum voor Gezondheidsvraagstukken, NCG.

- Terwel, J. (2004). Pygmalion in de klas. Over verwachtingen van leraren en de invloed van medeleerlingen. *Pedagogische Studiën*, 81, No. 1, 58-68.
- Van Baar, J. (2014). *De prestatiegeneratie. een pleidooi voor middelmatigheid*. Amsterdam, Nederland: Uitgeverij atlas contact B.V.
- Van den Brink, G. (2005). *Hoge eisen, ware liefde. De opkomst van een nieuw gezinsideaal in Nederland*. Amsterdam, Nederland: SWP.
- Van der Ploeg, J. (2013). *Stress bij kinderen*. Houten, Nederland: Bohn Stafleu van Loghum.
- Van de Velde, D. (2013). *Op schouders van ouders. Het opvoedingsgebeuren tussen wens en realiteit*. Antwerpen, België: Garant.
- Van de Weijer-Bergsma, E. (z.d.). *MindfulKids: Een aandachtstraining als stresspreventie programma voor op de basisschool*. Geraadpleegd op 11 juni 2019, van <https://www.mindfulkids.nl/wp/wp-content/uploads/2017/11/MindfulKidsPublieksverslag.pdf>
- Van Lieshout, T. (2009). *Pedagogische Adviezen Voor Speciale Kinderen* (Herz. ed.). Houten, Nederland: Bohn Stafleu van Loghum.
- Vansteenkiste, M., Lens, W., Soenens, B., & Sierens, E. (2005). *Hoe kunnen we leren en presteren bevorderen? Een autonomie-ondersteunend versus controlerend schoolklimaat*. Geraadpleegd op 14 februari 2019, van http://www.vfo.be/docs/vfostudiedag2007_vansteenkiste_Caleidoscoop2005.pdf
- Van Mil, W., & Van den Eerenbeemt, H. (2012 januari). *JAARVERSLAG. School Maatschappelijk Werk. Primair onderwijs gemeente Zaltbommel 2011*. Geraadpleegd op 12 juni 2019, van <https://www.stmr.nl/nl-NL/%7E/media/Files/Jaarverslagen+SMW/SMW+jaarverslag+Basisonderwijs+Zaltbommel+2011.ashx>
- Verhaeghe, P. (2012). *Identiteit*. Amsterdam, Nederland: De Bezige Bij.

Bijlagen

Bijlage 1: Topiclijst leerlingen

Introductie	Voorstellen Uitleg over het onderzoek Anonimiteit toelichten (eventueel fictieve naam) Toestemming gesprek op te nemen Duur van het onderzoek toelichten
Persoonsgegevens	Jongen/ Meisje Leeftijd Gezinssamenstelling (gescheiden, bij elkaar, broers/zussen)
Beleving school	Hoe gaat het op school? ▪ Wat gaat goed, wat gaat minder goed? Hoe vind je de leraar op school? ▪ Wat vind je fijn, minder fijn? Wat vind je van je tot nu toe behaalde schoolresultaten? ▪ Tevreden/ontevreden? Welk schooladvies heb je tot nu toe gekregen? ▪ Wat vind je van het advies dat je tot nu toe hebt gekregen?
Toekomstige school	Heb je al een keuze gemaakt naar welke middelbare school je zou willen? ▪ Welke school en waarom deze? Wie neemt de beslissingen met betrekking tot jouw schoolkeuzes? ▪ Wat vind je daarvan? Ouders, leraar, jijzelf Wat vind jij belangrijk in het maken van jouw keuze?
Vorbereiding eindtoets	Hoe bereiden jullie je in de klas voor op de eindtoets? Wat vind jij van deze voorbereiding?

	▪ Positief, negatief. Zou je willen dat de voorbereiding anders was of zou je het laten zoals het nu is? ▪ Wat zou je dan anders willen doen? Bereid jij je wel eens voor op de eindtoets buiten schooltijd? ▪ Met wie? En waarom, hoe, waar, hoe vaak? (interne/externe motivatie) <i>Voor sommige kinderen is de eindtoets best wel spannend.</i> Heeft de leerkracht het wel eens met jullie in de klas over hoe jullie je voelen in deze periode? ▪ Vind je het fijn dat jullie hier (niet) over praten? Positief, negatief. ▪ Hoe voel jij je als je denkt aan de eindtoets? ▪ Hoe gaan jullie hiermee om?
Beleving eindtoets	Zou je wat kunnen vertellen over wat jij vindt van de eindtoets? ▪ Positief, negatief. <i>Er zijn leerlingen die zich tijdens het maken van de eindtoets zich al zorgen maken over het resultaat dat ze behalen.</i> Heb jij dat ook? ▪ Hoe komt dit? ▪ Ervaringen, voorbeelden Hoe gaan andere klasgenoten van jou om met de eindtoets? ▪ Gedragingen, gevoelens ▪ Hoe komt het volgens jou dat iedereen anders omgaat met de eindtoets? Heb je het idee dat er een strijd is tussen de klasgenoten wie de hoogste score haalt?

	▪ Hoe merk jij dat? Is de eindtoets voor jou belangrijk of onbelangrijk? ▪ Waarom?
Invloed van de ouder(s)	Wat vinden je ouders van het advies dat je hebt gekregen? Vinden jou ouders de eindtoets belangrijk of onbelangrijk? ▪ Hoe merk je dit aan je ouders? Vind je dat jouw ouders meer van jou verwachten dan wat jij voor je gevoel aan kan of verwachten ze van jou minder dan dat je kan? ▪ Waarom vind je dit? Hoe merk je dit? ▪ Wat voor verwachtingen hebben jouw ouders van jou? Worden jouw cijfers vergeleken met de cijfers van anderen? (zoals broer, zus, vrienden) ▪ Wat vind je daarvan? ▪ Hoe vergelijken volgens jou de cijfers? ▪ Waarom zouden ze dit volgens jou doen?
Invloed van de leerkracht	Hoe vind de leraar dat jij het doet op school? Laat de leerkracht aan jou weten hoe jij het doet op school? ▪ Hoe merk jij dit aan de leerkracht? ▪ Uitspraken? ▪ Wat voor effect heeft dit op jou? Positief, negatief. Vind je dat de leerkracht meer van jou verwacht dan wat jij voor je gevoel aan kan of verwacht hij minder dan dat je aankan?

	▪ Wat voor verwachtingen heeft de leerkracht? ▪ Hoe merk jij dit aan de leerkracht? Vind de leerkracht de eindtoets belangrijk of onbelangrijk? ▪ Hoe merk je dit aan leerkracht?
Prestatiedruk	Vind je de toetsen of huiswerk dat je moet maken op school veel of vind jij het wel meevallen? ▪ Op het moment dat het veel is voor jou, hoe merk je dit aan jezelf? Lichamelijk, psychisch? Kan je deze verwachtingen aan of vind je het soms lastig om hiermee om te gaan? ▪ Hoe ga jij daar mee om? ▪ Juiste manier, of andere manieren leren?
Stress	Zou jij voor mij kunnen omschrijven wat stress voor jou betekent? Heb jij last van stress op school? ▪ Hoe vaak? Wanneer? Door? Voorbeelden. Hoe vaak heb jij de afgelopen maand spanning of stress gevoelt op school? ▪ Wat was de reden hiervan? ▪ Hoe merk je dat je stress hebt? (buikpijn, piekeren) Wie of wat heeft volgens jou de meeste invloed op deze stress? ▪ Waarom? Hoe ga jij op dit moment om met stress? Wat verminderd voor jou het gevoel van stress?

Ondersteuningsbehoeften	Wat doen jullie in de klas zodat je minder stress ervaart tijdens de eindtoets? ▪ Wie doet dit? Leraar, schoolmaatschappelijk werker, ouders? ▪ Ervaringen <i>Je geeft zojuist aan dat je wel eens stress ervaart tijdens de eindtoets.</i> Wat voor ondersteuning of hulp zou je willen hebben zodat jij geen stress meer voelt? ▪ Van wie? ▪ Hoe zouden zij dit kunnen doen? <i>Stel, je mag over een paar maanden de eindtoets opnieuw maken.</i> Wat zou je dan anders hebben gedaan? <i>Zoals ik aan het begin heb uitgelegd schrijf ik een onderzoek. En in dat onderzoek schrijf ik aan het einde ook een advies. En dat advies komt eigenlijk voort uit de antwoorden die jij zojuist hebt gegeven. Wie zouden er volgens jou zeker advies moeten krijgen in het begeleiden van kinderen die stress ervaren?</i> ▪ En wat voor advies zou jij geven aan hen?
Afsluiting	Genoeg informatie, einde interview Ruimte voor opmerkingen/vragen Contactgegevens meegeven Uitleggen wat er gebeurt met het interview

Bijlage 2: Topiclijst professionals

Introductie	Voorstellen Uitleg over het onderzoek Anonimiteit toelichten (eventueel fictieve naam) Toestemming gesprek op te nemen Duur van het onderzoek toelichten
Persoonsgegevens	Man/vrouw Hoelang ben jij al werkzaam binnen deze school?
Beleving school	Hoe gaat het met de leerlingen van groep 8? <i>De leerlingen uit jouw klas hebben allemaal de eindtoets gemaakt, maar van tevoren is er al een schooladvies gegeven.</i> Welke schooladviezen zijn er tot nu toe gegeven? ▪ Zie je hier verandering in tegenover een aantal jaar geleden? ▪ Hoe komt volgens jou dit verschil? ▪ Wat vind jij van de tot nu toe behaalde schoolresultaten?
Toekomstige school	Wie maakt volgens jou de keuze naar welke school een kind gaat? ▪ Ouders, leerkracht, het kind zelf ▪ Waarom denkt u dat? Wat vind u daarvan? Wat vind jij belangrijk voor het kind in het maken van een schoolkeuze?
Vorbereiding eindtoets	<i>Laatst heeft de eindtoets plaats gevonden.</i> Hoe bereiden jullie de kinderen voor op de eindtoets? Zijn hier afspraken over gemaakt binnen de school? ▪ Zijn hier afspraken over gemaakt binnen de school? Wie zijn er betrokken bij de voorbereiding op de eindtoets?

	▪ Waarom deze keuze? ▪ Zou je willen dat er nog meerdere betrokken worden bij de voorbereiding? Hoe ervaar jij de voorbereiding op de eindtoets? ▪ Positief ▪ Negatief Hebben jullie het met de leerlingen over hoe zij deze periode ervaren? (spannend of juist niet spannend) ▪ Waarom wel, waarom niet? ▪ Hoe pak jij dit aan? Wat kan er volgens jou beter/anders in de voorbereiding op de eindtoets? ▪ Waarom zou je dat willen? ▪ Hoe is dat te realiseren? Hoe ervaren de kinderen volgens jou de voorbereiding op de eindtoets? ▪ Waarom denk jij dat? ▪ Geven de kinderen aan dat ze het prettig of onprettig vinden? ▪ Positief, negatief punten
Beleving eindtoets	Hoe ervaren de kinderen uit jouw klas de eindtoets? Vinden zij de eindtoets belangrijk of onbelangrijk? ▪ Waarom denk jij dat? ▪ Waarom zou de eindtoets belangrijk of onbelangrijk voor hen zijn? ▪ Wat heeft ermee te maken dat zij de eindtoets belangrijk vinden? (Bijv. lagere score) Wat merk je aan de kinderen in de periode van de eindtoets? Zijn kinderen onrustig, gestrest of juist ontspannen? ▪ Hoe merk jij dit?

	Zijn er verschillen hierin op te merken, wie er wel stress ervaart en wie niet? ▪ Welke verschillen merk jij op? ▪ Hoe merk jij deze verschillen op? Hoe gaan de kinderen onderling in de klas om met verschillende adviezen? Is er een strijd tussen de kinderen, wie de hoogste score heeft? ▪ Zo ja/nee, hoe merkt u dit?
Invloed ouders	<i>In de literatuur is terug te vinden dat ouders een bepaalde druk leggen op het kind, omdat zij zelf dit niet hebben kunnen realiseren en hier alles aan doen om bij het kind wel te laten slagen.</i> Heb jij het gevoel dat sommige ouders, bepaalde druk op kinderen leggen om een zo goed mogelijke score te halen of leggen ze helemaal geen druk op? ▪ Hoe merk jij dit? Wat vind jij daarvan? ▪ Hoger advies aandringen Heb je het idee dat deze kinderen de verwachtingen van ouders en de prestatiedruk op school aan kunnen? ▪ Uitleg ▪ Hoe gaan jullie hiermee om? Wat kan hierin verbeterd worden? Heb jij het idee dat ouders meer van hun kind verwachten dan dat zij aankunnen of zijn er juist ouders die minder verwachten van hun kind, dan dat het kind aankan? ▪ Hoe merk jij dit?

	<i>'Sinds 2013 is het zo dat de leerkracht een advies mag geven welk niveau een kind aankan. Nu willen een aantal regeringspartijen deze volgorde weer omdraaien en willen ze dat het advies juist ná de eindtoets wordt gegeven. Dit vanwege mondige ouders die willen dat de leerkracht het advies bijstelt nadat blijkt dat de eindtoets beter is gemaakt.</i> Wat vind jij ervan dat mede vanwege mondige ouders het advies van leerkracht niet meer bepalend is maar dat de eindtoets opnieuw bepalend zal zijn? ▪ Merk jij dit in praktijk ook? <i>Uit onderzoek blijkt dat ouders in de huidige samenleving vooral gericht zijn op de schoolprestaties van een kind. Prestatiegerichte ouders reageren bijv. heel heftig bij een onvoldoende of zijn juist extreem blij op het moment dat ze een goed punt halen.</i> Hoe reageren ouders op het moment dat een kind een onvoldoende of voldoende haalt? Merk jij dit ook bij een lager of hoger advies van verwacht? ▪ Wat vind jij daarvan? ▪ Hoe gaan jullie hiermee om? ▪ Merk jij ook dat prestaties van het kind voortdurend worden vergeleken met anderen, zoals broertjes of zusjes?
Stress	Wat versta jij onder stress bij kinderen? Ervaren de kinderen in jouw groep stress met betrekking tot de eindtoets of juist niet? ▪ Wat valt jou op? ▪ Zijn er signalen die opvallend zijn? ▪ Waar komt deze stress volgens jou vandaan?

	De kinderen die stress ervaren rondom de eindtoets hebben zij ook manieren gevonden om deze stress te verminderen? ▪ Hoe doen zij dit en hoe merk jij dit op? Wie of wat heeft volgens jou de meeste invloed op de stress die kinderen ervaren? ▪ Waarom? ▪ Hoe merk jij dit? Hoe begeleid jij op dit moment kinderen die stress ervaren in de periode van de eindtoets? ▪ Ervaringen/voorbeelden ▪ Werkwijze ▪ Tools ▪ Preventief Wat wil jij bereiken in het begeleiden van kinderen die stress ervaren? ▪ Waarom?
Ondersteuningsbehoefte	Waar loop jij tegen aan in de begeleiding van kinderen die stress ervaren? ▪ Wat heb jij hierin nodig en van wie? ▪ Hoe is dat te realiseren? Wat voor ondersteuningsbehoeften hebben de leerlingen volgens jou nodig in de periode van de eindtoets? ▪ Waarom denkt u dit? ▪ Hoe is dit te realiseren? Hoe zou een schoolmaatschappelijk werker volgens jou kunnen aansluiten bij de ondersteuningsbehoeften van de leerlingen? ▪ Hoe is dat volgens jou te realiseren? Wie kunnen hier nog meer een rol in spelen? ▪ Verantwoord keuze ▪ Hoe zouden zij dit kunnen doen?

	<i>Zoals je wellicht weet schrijven wij aan het einde van een scriptie ook een hoofdstuk met aanbevelingen.</i> Wie zouden volgens jou hierin mee genomen moeten worden? ▪ Verantwoord keuze ▪ Waarom vind je deze personen belangrijk?
Afsluiting	Genoeg informatie, einde interview Ruimte voor opmerkingen/vragen Contactgegevens meegeven Uitleggen wat er gebeurt met het interview

Bijlage 3: Codeboom

Deelvraag	Thema	Code
Deelvraag 1: <i>Hoe ervaren de leerlingen op dit moment de ondersteuning in de periode van de eindtoets?</i>	Beleving eindtoets	+/- Belangrijk (A1, B1, B2, B3) +/- Wel wat waarden (B2) +/- Verschilt per kind (B4) +/- Belangrijk maar ook niet onbelangrijk (A2, A3, A4, A6) + Onbelangrijk (A5)
	Beleving ondersteuning op het gebied van stress	+ Positieve mindset (B2) + Individuele aandacht (B2, B4) +/- Klassikaal gesprek (A1, A2, B4) + Aandacht aan zelfvertrouwen en welbevinden (B4) + Positief denken (B1, B3) + Faalangstreductie (B1) + Kwaliteiten en talenten ontdekken (B1, B3) + Ontspanningsoefeningen (B3) + Positieve toespraak door juf (A3, A5) - Geen ondersteuning op dit gebied (A4, A6)
	Stressfactoren	- Advies (A1, A2) - Bang voor een lager niveau (A5, A6) - Hoger score halen (A1, A2, B1, B2) - Bewijzen (A2, A3, A4, B2, B1) - Hoge verwachtingen van zichzelf (B2, B3) - Bang voor teleurstelling (B2) - Vergelijken met andere kinderen (B4) - Voldoende of onvoldoende (A4) - Toelatingsangst middelbare school (B1) - Geen fouten mogen maken (A3, B3) - Geen goede voorbereiding (A3)

	Invloeden	- Leerkrachten (A5, B1, B3) - Ouders (A1, A5, B1, B2, B3, B4) - Groot ouders (B1, B3) - Sociale Media (B2, B3) - Maatschappij (B3, B4) - Groepsdruk (B1) - Gedachtenpatroon kind (B1, A5) - Het kind zelf (B3) - Faalangstige kenmerken (B2) - Tijdsdruk op school (A2) +/- Klasgenoten/vergelijking (B2, B3) - Ingewikkeld en het lukt niet (A3) - Veel moeten doen op school en thuis (A5) +/- Weet het niet (A4)
Deelvraag 2: <i>Wat is de ondersteuningsbehoeften van de leerlingen op het gebied van stress in de periode van de eindtoets?</i>	Ondersteuningsbehoeften	+ Omgaan met stress (B2, B3) + Doorgaande lijn nodig (B4) + Mindfulness (B1) + Ontspanningsoefeningen (B1) + Zelfvertrouwen vergroten (A4) + Planning maken voor het leren (A4) + Verandering in benadering eindtoets leerkracht (B3) + Behoeftte om te praten (A3, A5, A6) + Geen behoefte (A1, A2)
Deelvraag 3: <i>Hoe kan de schoolmaatschappelijk werker aansluiten bij de ondersteuningsbehoeften van de leerlingen op het gebied van stress, in de periode van de eindtoets?</i>	Signalen	- Piekeren (A1, A2, A4, B1, B2) - Niet helpende gedachten (A2, A4, A5, A6, B3) - Negatief zelfbeeld (B2) - Druk maken over eindtoets (B4) - Slecht slapen (A2, A4, B1, B3, B4) - Trillen (B4) - Gezichtsuitdrukking (B4) - Gestructureerd te werk gaan (B4) - Geïrriteerd (A3, A5, B1) - Boos (A3, B1, B3)

		- Gefrustreerd (A2) - Verdrietig (A4, B1) - Hoge ademhaling (B1) - Lichamelijke klachten (A4, B3) - Druk of juist heel stil (B3) - Heftig reageren (A5) - Moeilijk concentreren (A6)
	Copingstrategieën	+ Afleiding zoeken (A1, A3) + Hoofd rustig houden (A1, A2) + Meditatieoefeningen (B2) + Lichaamsbeweging (B2) + Relativeren (B1) + Positieve mindset (A2, A4, A5, B1, B3) + Voeten steviger op de grond (B3) + Proberen te concentreren (A6) - Geen copingstrategieën (B2, B1, B3)
	Aansluiten bij de ondersteuningsbehoeften	+ Training voor kinderen (B2) + Faalangstraining (B1, B4) + Mindfulness training (B1) + Voorlichting omgaan met stress en spanning (B3) + Ouders bewust maken van invloed (B3) + Schoolmaatschappelijk werker vaker aanwezig op school (B2) + Bekrachtigen van talenten (B4) + (preventief) Aanbod voor kinderen die stress ervaren (B1, B3) + Yoga, samenwerking met gymdocent (B3) + Uitleg over brein (B2) + Sociale vaardigheidstraining voor meer zelfvertrouwen (A2) + Individuele of kleine groepsgesprekken (A3, A4, A5, A6, B2) +/- Geen ideeën voor ondersteuning (A1)

EVEN VOORSTELLEN

Mijn naam is Sanne Meeuwis en momenteel ben ik bezig met het afronden van mijn opleiding 'Sociale Studies'. Hiervoor doe ik een afstudeeronderzoek naar hoe een schoolmaatschappelijk werker leerlingen uit groep 8 kan ondersteunen die spanning of stress ervaren in de periode van de eindtoets.

DOEL

Aan de hand van dit onderzoek wordt kennis verzameld over hoe een schoolmaatschappelijk werker kan aansluiten bij de ondersteuningsbehoefte van leerlingen in de periode van de eindtoets.

Op basis hiervan worden handvatten geformuleerd voor de schoolmaatschappelijk werker zodat zij hun begeleiding kunnen optimaliseren, om zo aan te kunnen sluiten bij de ondersteuningsbehoefte van de leerlingen

WAT KAN UW KIND VERWACHTEN VAN HET INTERVIEW?

Het interview zal ongeveer +/- 30 minuten duren. In overleg wordt bepaald wanneer het interview plaats zal vinden.

Het interview zal met name gaan over de beleving van de eindtoets en wat de ondersteuningsbehoefte is van uw kind.

ANONIMITEIT

Alles wat in dit interview wordt verteld is anoniem. Er zullen geen namen in het afstudeeronderzoek komen. Het interview zal worden opgenomen met audioapparatuur, maar na het behalen van het onderzoek zal dit vernietigd worden.

HIERBIJ GEEF IK TOESTEMMING DAT MIJN KIND MAG DEELNEMEN AAN HET INTERVIEW

Handtekening van de ouder(s)

.....

Handtekening kind (respondent)

.....

Alvast hartelijk dank voor uw medewerking!

Met hartelijke groet,

Sanne Meeuwis