

Het 'Rots en Water'-perspectief

Een psychofysische training voor jongens

BASISBOEK

Freerk Ykema



Eerste druk, 2002

Veertiende ongewijzigde druk, 2017

Het 'Rots en Water'-perspectief
Een psychofysische training voor jongens
Basisboek
Freerk Ykema

ISBN 978 90 6665 458 7

NUR 723

© 2002-2017 B.V. Uitgeverij SWP Amsterdam

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16B Auteurswet 1912^j° het Besluit van 20 juni 1974, St. b. 351, zoals gewijzigd bij het besluit van 23 augustus 1985, St. b. 471 en artikel 17 Auteurswet 1912, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp). Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) dient men zich tot de Uitgeverij SWP (Postbus 12010, 1100 AA Amsterdam-Zuidoost) te wenden.

Rots en Water

De Rotskwaliteit staat voor het bewustzijn van de eigen mogelijkheden en persoonlijke levensweg. Deze ervaart en accepteert de taken en verantwoordelijkheden die dit met zich meebrengt en is zich bewust van zinvolheid en roeping.

De Waterkwaliteit staat voor het inzicht en de ervaring dat een mens in de vervulling van zijn levensweg de andere mens diep in beider hart ontmoet. Dat wezenlijke grenzen tussen mensen niet werkelijk bestaan en dat dit diepe gevoel van verbondenheid de vanzelfsprekendheid van werkelijke communicatie in zich draagt.

Inhoudsopgave

Voorwoord van Lauk Woltring	9
Voorwoord van de auteur	12
1 De ontwikkeling van 'Rots en Water'	15
1.1 'Actie en Reactie'	15
1.2 Seksespecifieke pedagogiek	15
1.3 Structuur van de cursus	16
1.4 Meisjes	19
1.5 Nederlands en Australië	20
1.6 Jongens begeleiden op weg naar volwassenheid	21
2 Het 'Rots en Water'-huis	23
2.1 Een veranderende maatschappij	23
2.2 Het 'Rots en Water'-huis	24
2.3 Doelstellingen van het 'Rots en Water'-programma	29
2.4 Wat is Rots en wat is Water?	29
2.5 Transformatie van de schijnbare tegenstelling tussen Rots en Water	31
2.6 Gronden en centreren	32
3 Seksespecifieke mogelijkheden en problemen	35
3.1 Zijn jongens en meisjes verschillend?	35
3.2 Nature and nurture	36
3.3 Meer overeenkomsten dan verschillen	36
3.4 Het testosterongehalte	37
3.5 Tarzan en testosteron	39
3.6 Mannen en vrouwen reageren verschillend op angst	40
3.7 Agressieproblematiek	41
3.8 Depressieproblemen	42
3.9 Neurologische verschillen	43
3.10 Ontwikkelingsachterstanden bij jongens	45
3.11 Emotionele ontwikkeling van jongens	47
3.12 De mening van ouders, leraren en volwassenen over jongens	48
3.13 Wat maakt het zo moeilijk en interessant om met jongens te werken?	48
3.14 De alarmklok wordt geluid	49
3.15 Observaties dicht bij huis	50
3.16 Correctieve programma's, medicatie of vormende programma's?	51
3.17 'Rots en Water' in een schematische weergave	52
4 De kracht van 'Rots en Water'	54
4.1 De fysieke oefening is de navelstreng tussen zijn en worden	54
4.2 Fysieke communicatie	55
4.3 Ervaringen verwoorden	55
4.4 Oogcontact: boodschappen leren lezen en versturen	57
4.5 Bewegen vanuit je centrum	57
4.6 Leven vanuit je centrum	58
4.7 Vorming van de sociale identiteit	58
4.8 Het belang van de psychomotorische en fysiek-sociale ontwikkeling	61
4.9 De psychofysieke werkwijze	62

4.10	De psychofysieke driehoek: lichaamsbewustzijn, zelfbewustzijn en emotioneel bewustzijn	63
4.11	Zelfverdediging stimuleert de ontwikkeling van de psychofysieke driehoek	64
4.12	Het innerlijk kompas	65
4.13	Verbondenheid en spiritualiteit	65
4.14	Gereedschap	66
4.15	Gronden, centreren en focus: mentale kracht ontwikkelen	66
4.16	De leraar	67
5	Integratie van voelen, denken en doen	68
5.1	Het vermogen tot zelfreflectie	68
5.2	Het versterken van de ervaring	71
5.3	Invloed op communicatie	72
5.4	Invloed op de ontwikkeling van zelfbewustzijn en innerlijk kompas	72
5.5	De andere kant van de medaille	72
5.6	Daadkracht	72
5.7	Meisjes zijn meer geïntegreerd	76
5.8	Ouders geven een dubbele boodschap af	77
5.9	Voorbeelden	77
5.10	De zwijgzame, stoere man	78
5.11	Samenvatting	79
6	Plagen en pesten	80
6.1	Competitie en didactiek	80
6.2	Het gevaar van competitie	80
6.3	Het belang van een positieve sociale identiteit	81
6.4	Directe en indirecte agressie (pestgedrag)	81
6.5	Pestprotocol	82
6.6	Pesten is niet cool maar laf	82
6.7	'Rots en Water' en pesten	83
7	Deel 2 van 'Rots en Water'	86
7.1	Puberteit	86
7.2	De psychologische identiteit	86
7.3	Op zoek naar evenwicht	88
7.4	Karakteristieken van jongens in de puberteit	89
7.5	Problemen waarmee jongens worden geconfronteerd	90
7.6	Egocentrisme	92
7.7	Competitie en macht of verbondenheid en kracht	93
7.8	De dreiging van competitie- en machtsdenken	94
7.9	Wat hebben jongens nodig?	95
8	Seksualiteit	97
8.1	Wat willen we jongens leren over seksualiteit?	97
8.2	Jongens en de emotionele kant van seksualiteit	98
8.3	Mannelijke versus vrouwelijke seksualiteit	100
8.4	Homoseksualiteit	101
8.5	Seksueel geweld	102
8.6	Verliefd en toch...	103

8.7	Machtsuitoefening, vernedering en wrok	104
8.8	Socratische manier van vragen stellen	104
8.9	Seksueel geweld en 'Rots en Water'	105
9	Menselijke mogelijkheden	107
9.1	De humanistische psychologie	107
9.2	Kwaliteiten: verborgen krachten	108
9.3	Initiatieriten	109
9.4	Authenticiteit	110
9.5	Verantwoordelijkheidsgevoel	110
9.6	Richtinggevoel en zinvolheid: het innerlijk kompas en de innerlijke onderstroom	111
9.7	De innerlijke stem	112
9.8	Moraliteit	113
9.9	Verbondenheid en spirituele identiteit	114
9.10	Het bewust worden van verbondenheid	115
9.11	De fasen in de ontwikkeling van de identiteit	117
9.12	Een waar gebeurd verhaal	119
	Nawoord	121
	Over de auteur	123
	Aanbevolen literatuur	124
	Zakenregister	126

VOORWOORD VAN LAUK WOLTRING

Opgroeiende jongens en jonge mannen staan voor de opgave om hun soms explosieve energie in constructieve banen te leiden en zo hun kwaliteiten tot ontwikkeling te brengen. In Nederland komen jonge mannen echter te vaak negatief in beeld, bijvoorbeeld in tv-programma's, in boeken of in artikelen over sekseverschillen en hoe daar mee om te gaan. Veelal is er sprake van een - al dan niet verborgen - politiek correcte en anders wel cynische ondertoon. Duidelijk is inmiddels wel dat het onderwijs in vaak massale schoolgemeenschappen voor opgroeiende jongens te weinig betekenisvolle contacten biedt. Ook het gebrek aan volwassen steun en zondig toezicht en correctie in de openbare ruimte laat hen over aan een onderling krachtenspel waarbij zij het stuur wel eens kwijtraaken. Anderen trekken zich terug en blijven ver onder hun mogelijkheden.

Tussen branie en verlegenheid is er voor jonge opgroeiende mannen echter een zinniger perspectief: zij kunnen hun eigen talenten en doelen ontdekken en in verbondenheid met anderen leren hun leven in te richten met zelfvertrouwen en oog voor hun omgeving. Freerk Ykema heeft een cursusboek geschreven voor leraren lichamelijke opvoeding en jeugdhulpverleners met enige affiniteit tot lichaamswerk. Hierin staan de mogelijkheden, dilemma's en vraagstukken van gewone opgroeiende jongens centraal en wordt uitgelegd wat volwassenen hen te bieden hebben.

Met plezier ga ik dan ook in op de uitnodiging van Freerk om een voorwoord bij zijn boek te schrijven. Eindelijk komt 'Rots en Water' nu dan ook uit op de Nederlandse markt - na Australië, waar men al eerder de verdiensten van deze benadering inzag. Freerk heeft hierin zijn eigen ervaringen met de cursus 'down under' uit de afgelopen jaren kunnen verwerken.

'Rots en Water' komt voort uit 'Actie en reactie', een programma ter preventie van seksueel geweld door jongens tegen meisjes, waarbij ook de weerbaarheid van jongens zelf aan bod kwam. Tijdens het maken van deze cursus heb ik Freerk Ykema in 1994 leren kennen. Al spoedig zagen we in dat die cursus, ondanks veel kwaliteiten, jongens toch bij voorbaat in het beklagdenbankje zette en daarmee een negatief vertrekpunt had. Jongens zijn meer dan potentiële daders, slachtoffers of lastpakken. Bij het verder vormgeven van die visie was het niet gemakkelijk steun van organisaties te vinden. In zijn eigen werkomgeving in Schagen heeft Freerk, met slechts de steun van thuis en een kleine groep betrokkenen, de oude cursus omgebouwd en verder ontwikkeld. Jongens worden hierin niet alleen positief aangesproken - een eerste vereiste - maar hij gaat verder. Dit boek biedt voedsel voor iedereen die niet slechts wangedrag wil stoppen, maar die juist de betekenis, vormgeving en richting van het leven van jonge mannen centraal wil stellen. Wie daar behoefte aan heeft, vindt hier een spirituele dimensie die in zoveel pedagogisch werk ontbreekt. Maar ook zij die spiritualiteit minder hoog in

het vaandel hebben, treffen hier een reeks concrete en zeer geaarde oefeningen aan die uitnodigen om met jongens aan de slag te gaan.

Uiteindelijk is er erkenning gekomen voor het werk van Ykema, eerst in Australië waar hij regelmatig een graag geziene gast is, en in 2000 ook in Nederland waar hij de gedeelde prijs ter preventie van kindermishandeling ontving.

Dit boek is hard nodig. In beleid en media worden jongens vaak geassocieerd met wangedrag, overmatige risico's of achterblijvende prestaties. Zinniger is het om te kijken naar wat eigen is aan jongens, onder andere hun biologische aanleg, en naar de omgeving waarin jongens met die *gave én opgave* opgroeien. Zo zijn er nog te weinig volwassen mannen die zich liefdevol en intensief met opgroeiende jongens bemoeien. De media en de reclame bombarderen hen met beelden van mannelijkheid waarin de dromen en fantasieën van jongens verwrongen en eenzijdig worden weergegeven, vaak gekoppeld aan de te verkopen producten. Daarbij wordt risicovol of domweg grof gedrag soms als toonaangevend tijdsbeeld neergezet. Veel ouders en scholen stellen aan jongens hoge eisen die niet stroken met het tempo en de volgorde van hun ontwikkeling. Door dit alles verschijnt de wereld aan hen soms als consumptieruimte, als arena of als dwang waartegen weer verzet volgt, en zo komt een noodlottige escalatie in beeld. Veel jongens zijn hiertegen opgewassen en zoeken hun eigen weg, sommigen raken echter het spoor bijster.

Het is van belang dat volwassen mannen zich realiseren dat de verhoudingen tussen mannen en vrouwen veranderen. Zij kunnen niet met zwakke of defensieve verhalen alles meesmuilend bij het oude laten tot het niet anders meer kan. Het gaat erom recht te doen aan wat jongens onder deze nieuwe omstandigheden nodig hebben. Het gaat erom hen te helpen hun vaak nog onrustige energie in constructieve banen te leiden, zonder zichzelf tekort te doen maar ook met open oog voor de belangen van anderen, bijvoorbeeld meisjes en vrouwen, en voor de voordelen die het delen van opvoeding en werk met zich meebrengt. Freerk Ykema toont zich met dit boek een goede vertegenwoordiger van een kleine maar groeiende groep mannen die op een positieve manier met jongens willen werken en dat ook met anderen willen delen.

Met recht kan hier gesproken worden van een psychofysieke benadering. Anders dan bij veel vooral verbaal-cognitieve of verbaal-emotionele programma's staat hier het *dóen* voorop, en niet het praten. Niet dat taal verboden is, integendeel, maar Freerk Ykema voelt prima aan dat zelfvertrouwen en een positief zelfgevoel ook een fysiek element hebben: je thuis voelen in je eigen lijf, daar trots op kunnen zijn, dat weten te waarderen en kunnen onderhouden, tegen alle invloeden in van mode en media, als eigen bastion van waaruit je weerbaar bent tegen de verleidingen van overmatige drank en drugs of tegen de erosie die optreedt door slordige en riskante seks.

Jongens maken vaak een andere taalontwikkeling door dan meisjes. Als ze verbonden zijn met hun eigen lijf en emoties kunnen jongens verbale en sociale vaardigheden ontwikkelen waarbij de woorden zich niet tegen hen keren, hetgeen tot afsluiting leidt of tot aantasting van hun eigen integriteit, maar waarbij ze uitdrukking kunnen geven aan hun wensen en talenten.

Veel beroepskrachten die met jongens in aanraking komen, spreken en schrijven over hun ontoegankelijkheid, stugheid of hun anderszins lastige gedrag. Veel energie gaat verloren in de strijd tussen jongens en volwassenen die hun eigen jeugd vergeten zijn. Veel aandacht gaat ook uit naar het neutraliseren van de energie van jongens die in hun enthousiasme of boosheid vaak alle kanten op gaat. Dit boek geeft docenten en jeugdhulpverleners houvast om op een plezieriger manier met jongens te werken en hen te helpen hun vitaliteit te herwinnen of vorm te geven. Niet alleen plezierig voor leerlingen of cliënten, maar zeker ook voor henzelf. Niets is immers bevredigender dan je eigen vak als docent of hulpverlener goed en met succes uit te oefenen.

Lauk Woltring

VOORWOORD

Het vervult mij met geluk en trots u het 'Rots en Water'-programma te kunnen presenteren. Trots en gelukkig omdat 'Rots en Water' zijn uiteindelijke vorm heeft gevonden vanuit een diep gevoel van verbondenheid en intensieve samenwerking met vele mensen in Australië en Nederland.

'Rots en Water' is van oorsprong een Nederlands product. Het is ontwikkeld binnen de lespraktijk van de Gemeentelijke Scholengemeenschap in Schagen (Noord-Holland) maar heeft een stormachtige ontwikkeling doorgemaakt in Australië. Binnen twee jaar, vanaf 1999, werden bijna duizend leraren getraind om met het programma te werken. Zowel in Australië als in Nederland blijkt momenteel een enorme behoefte te bestaan aan een programma dat jongeren, met name jongens, ondersteunt in het ontwikkelen van die kwaliteiten en vaardigheden die nodig zijn in onze snel veranderende maatschappij.

Het 'Rots en Water'-programma is een geïnspireerd programma. Het is ontstaan vanuit de liefde voor het werken met mensen en vanuit de liefde voor het leraarschap. Het draagt in zich de overtuiging dat mensen goed zijn. Dat hulp en betrokkenheid het water zijn voor de mens die steun en zekerheden zoekt op zijn weg naar zelfverwezenlijking.

De weg die een leraar gaat, is er een die samenhangt met intuïtie en inspiratie: intuïtie in de dagelijkse omgang met zijn leerlingen en inspiratie als hij zich gesteld ziet voor problemen die vragen om een oplossing voor de langere termijn. Ook bij het ontwerpen van het programma heeft inspiratie een grote rol gespeeld. Het leidde tot een bijzonder creatief proces, een vloed van oefeningen en inzichten, en gaf mij bovenal het rotsvaste vertrouwen dat 'het goed was'. Niet goed in de zin van perfectie maar goed in de betekenis dat de doelen die ik nastreefde, de zegen van inspiratie mochten ontvangen.

Het eerste aangrijpingspunt in de dagelijkse praktijk was het feit dat jongens vaak als lastposten werden beschouwd. Soms lastig om mee te werken en soms ook vervelend en gewelddadig naar anderen. De eerste gedachten waren dan ook het ontwerpen van een programma dat hier iets tegen zou doen: een specifiek preventieprogramma gericht op het voorkomen van geweld, waaronder seksueel geweld, door jongens.

Maar een aantal leraren met hart en gevoel voor jongens voelden zich hier niet prettig bij. Intuïtief voelden wij dat met het aanpakken van het storende gedrag de oorzaken van dat gedrag onbesproken bleven. Het duurde enige jaren voordat we inzagen dat jongens veel meer baat zouden hebben bij begeleiding en ondersteuning in het volbrengen van hun ontwikkelingstaak: het verwezenlijken van

hun individuele mogelijkheden, het vinden van hun persoonlijke weg om werkelijk mens te worden. Een weg die zich kenmerkt door zinvolheid en innerlijke verbondenheid. Voor jongeren, die de toekomst vóór zich hebben als een onmetelijke, schijnbaar ongedifferentieerde zee van ruimte, tijd en mogelijkheden, is het hebben van een innerlijke focus onmisbaar.

In Nederland zijn twee boeken uitgegeven over respectievelijk de lesstof en de achtergronden van het programma. In 'Rots en Water, de lessenreeks' zijn alle lessen opgenomen. Dit boek is vooral bedoeld voor diegenen die met het programma willen werken. Het boek staat op zich maar vormt een complementair geheel met 'Het Rots en Water-perspectief', dat u nu in handen heeft. Hierin worden de pedagogisch-didactische achtergronden van het 'Rots en Water'-programma uitgebreid besproken.

Freerk Ykema

DE ONTWIKKELING VAN 'ROTS EN WATER'

Midden jaren tachtig werd in Nederland een programma 'Zelfverdediging voor meisjes' ontwikkeld. Dit programma was een exponent van de emancipatiebeweging van vrouwen. Hieraan lagen veranderende rolpatronen ten grondslag en een steeds sterker besef dat vrouwen dezelfde rechten zouden moeten hebben als mannen.

Het programma 'Zelfverdediging voor meisjes' leerde meisjes zich te verdedigen tegen verschillende vormen van ongewenste intimiteiten en seksueel misbruik. Naast een aantal effectieve fysieke technieken werd hen ook geleerd hoe zij zich mentaal weerbaarder op konden stellen.

Dit programma is in Nederland nog steeds zeer succesvol. Het is op vele scholen in Nederland een vast onderdeel van het lesprogramma geworden. Het succes van het programma ligt deels in het feit dat de nagestreefde doelstellingen een breed maatschappelijk draagvlak hadden en nog steeds hebben.

1.1 'Actie en Reactie'

Midden jaren negentig ontstond het plan om ook voor de jongens een programma samen te stellen. Het weerbaarder maken van meisjes en vrouwen bleek slechts een deel van het verhaal te zijn. Ook jongens moesten hierin worden betrokken. Ook zij moesten leren om te gaan met de veranderende rolpatronen. Een wezenlijk onderdeel hiervan was dat jongens moest worden geleerd meer gevoel, begrip en respect te krijgen voor de grenzen en integriteit van meisjes.

Het gevaar ontstond daarbij dat de jongenscursus louter een verlengstuk was van de meisjescursus. Om dat te voorkomen, werd het volgende uitgangspunt centraal gesteld: Jongens zijn niet alleen dader van (vooral seksueel) geweld, maar ze kunnen ook slachtoffer zijn van geweld (in mindere mate van seksueel geweld). Deze dubbelrol werd het thema van de jongenscursus die in 1996 werd gepresenteerd onder de naam 'Actie en Reactie'. Het doel van 'Actie en Reactie' was preventie van seksueel geweld, gericht op de rollen die jongens daarin kunnen hebben.

Een ander belangrijk uitgangspunt was de psychofysieke werkwijze. We gingen uit van het feit dat jongens vooral fysiek in de wereld staan. We kozen daarom voor een programma dat via de invalshoek van de fysieke oefening een vertaling probeerde te maken naar meer mentaal en sociaal gerichte vaardigheden. We konden natuurlijk niet de ogen sluiten voor het agressieve en anderszins problematische gedrag van vele jongens, maar we stelden ons daarbij ook de vraag wat de redenen van dit gedrag zouden kunnen zijn. We zagen onvrede, innerlijke spanningen, onzekerheden en de behoefte om te bewegen als mogelijke veroor-

zakers van agressief en ander storend gedrag. Dit gedrag moest naar onze mening worden gezien als een roep om aandacht: een vraag waarop een antwoord moest worden gegeven.

Vanaf het begin was duidelijk dat het uitgangspunt van de dubbelrol goed was maar dat het tegelijkertijd ook voor veel onduidelijkheid zorgde. Veel docenten benadrukten in hun lessen te nadrukkelijk de daderrol. Het denken over jongens vernauwde zich in *de praktijk* te gemakkelijk tot het idee dat jongens lastig zijn, geen gevoel voor grenzen kennen, gemakkelijk hun zelfbeheersing verliezen en weinig respect voor meisjes hebben. Kortom: dat jongens moesten worden veranderd. In de praktijk werden de positieve uitgangspunten dus te gemakkelijk losgelaten. De reden daarvan was en is dat jongens inderdaad opvallen door hun gedrag. Meer dan meisjes uiten zij zich op extraverte, fysieke wijze als zij in conflict zijn of problemen hebben. Veel docenten worden 'gevangen' door dit uiterlijk gedrag en zijn niet in staat te zien welke intenties, kwaliteiten en soms problemen erachter schuilgaan. Hoewel de uitgangspunten positief werden verwoord, bleef 'Actie en Reactie' machteloos en niet in staat vele docenten te bereiken.

De doelstelling 'preventie van seksueel geweld' bleek in de praktijk ook te nauw. Jongens kregen al te gemakkelijk het gevoel dat ze iets moesten leren omdat zij niet zouden deugen. Veel docenten sprak deze beperkte doelstelling niet aan. Alhoewel de dader-slachtofferbenadering op zichzelf een neutrale benadering van jongens nastreefde, hadden vele docenten toch het gevoel dat deze benadering de grote meerderheid van de jongens geen recht deed.

Een ander punt was dat niet docenten zich soms onzeker voelden bij onderwerpen die zich zo nadrukkelijk concentreerden op seksualiteit en seksueel geweld. De oudere docenten, opgegroeid als jongen in een maatschappij met traditionele rolpatronen, bleken niet altijd in staat zich van deze rolpatronen los te maken. En jongere docenten kenden uit eigen ervaring wel de problemen die zij ondervonden in een veranderende samenleving, maar voelden zich niet in staat of geroepen in hun lessen aandacht te besteden aan onderwerpen waar zij zelf pas net van los waren gekomen.

Het maatschappelijk draagvlak dat voor de meisjes cursus zeer breed was, bleek er voor de jongens cursus nauwelijks te zijn. Het idee bleef leven dat jongens nu eenmaal lastig waren. De ergste onruststokers of daders van seksueel geweld moesten stevig worden aangepakt, en de rest van de jongens zouden 'er' vanzelf wel overheen groeien. Dat jongens binnen deze samenleving, waarin de verhoudingen tussen man en vrouw aan het veranderen zijn, in hun groei naar volwassenheid werkelijk ondersteuning behoeven, werd en wordt nauwelijks gezien.

1.2 Seksespecifieke pedagogiek

'Actie en Reactie' werd in Nederland onder andere ondersteund door de inzichten van Lauk Woltring. Lauk maakte deel uit van de eerste ontwikkelgroep en was

hierin leverancier van belangrijke seksespecifieke pedagogische inzichten omtrent jongens. Hij is auteur van enkele boeken waarin hij een ontwerp maakt van een seksespecifieke pedagogiek (1988, 1995).

Behalve de expertise van Lauk en andere Nederlandse specialisten kreeg het programma mede zijn uiteindelijke vorm door contacten met buitenlandse auteurs. De problemen die jongens ondervinden in onze maatschappij blijken zich niet te beperken tot Nederland. Integendeel! Veel westerse landen kampen met jongens die moeite hebben een weg te vinden in onze moderne maatschappij. Dit uit zich enerzijds in criminaliteit, vandalisme en geweld en anderzijds in teruglopende schoolprestaties en motivatie en een oplopend aantal slachtoffers door zelfdoding en risicovol gedrag.

Jongens maken een andere ontwikkeling door dan meisjes. 'Anders' betekent niet per se beter of slechter, maar precies datgene wat het woord al zegt: anders. Willen we jongens en meisjes werkelijk begrijpen, respecteren en leren begeleiden op hun specifieke ontwikkelingsweg, dan moeten we weet hebben van hun specifieke ontwikkeling, en deze respecteren. In dit boek wordt een schets gegeven van deze ontwikkeling. Het is geen volledige pedagogische verhandeling, alleen die informatie is verwerkt die relevant is voor het 'Rots en Water'-programma.

Jongens maken dus een 'jongensontwikkeling' door en meisjes een 'meisjesontwikkeling'. Toch is het onmogelijk om over *de* jongen en *het* meisje te spreken. Mensen verschillen enorm van elkaar. Het is een ongelooflijke gedachte te bedenken dat elk mens uniek is. Mensen kunnen op elkaar lijken maar bij die gelijkenis blijft het. Iedereen is verschillend en heeft daarom ook een eigen ontwikkelingsweg te gaan. In dit boek wordt getracht enkele ontwikkelingslijnen aan te geven waarin jongens van meisjes verschillen. Niet om te beperken, te isoleren of te polariseren maar om begrip te kweken voor jongens(gedrag). Het is belangrijk dat deze kennis en dit begrip ten goede komen aan de kwaliteit van de begeleiding van jongens. Aan die kwaliteit schort het nogal eens. Jongensgedrag wordt eerder getolereerd dan begrepen of gerespecteerd.

Versillen tussen jongens en meisjes zijn al in aanleg gegeven. Het erfelijk materiaal, vastgelegd in het DNA, bepaalt voor een belangrijk deel de ontwikkeling van een mens. Maar naast aanleg speelt vanzelfsprekend ook opvoeding en onderwijs een grote rol. Met andere woorden: verschillen worden ook gecreëerd. Immers, als een mens wordt geboren, is hij nog niet af. De hersenen, waaronder de belangrijke verbindingen tussen de linker- en rechterhersenhelft, ontwikkelen zich nog door tot in de puberteit (bij meisjes tot het veertiende en bij jongens tot het vijftiende à zestiende jaar) en zijn afhankelijk van opgedane ervaringen. Wat je meemaakt en wat je leert beïnvloedt de manier waarop de verbindingen in de hersenen worden aangelegd. Deze is op zijn beurt weer van invloed op de manier waarop je de werkelijkheid waarneemt en erop reageert. En op grond van jouw reacties reageert de

omgeving, en zo is de cirkel rond. Er zijn dus twee belangrijke gedragsdeterminanten: aanleg (nature) en ervaring (nurture). Nature en nurture tezamen bepalen de ontwikkeling van een mens. Van beide wordt in dit boek een beeld geschetst.

1.3 Structuur van de cursus

Lengte van de cursus

Een logisch gevolg van deze nieuwe uitgangspunten en thematiek betreft de lengte van de cursus en de leeftijd waarop deze kan worden gegeven. 'Actie en Reactie', met zijn beperkte focus op preventie van seksueel geweld, richtte zich op jongens van veertien à vijftien jaar. Een volledige cursus bestond uit zes tot acht lessen die binnen een bepaalde periode werden gegeven. 'Rots en Water' met zijn bredere doelstelling heeft de bedoeling jongens gedurende een langer traject te begeleiden.

In de huidige vorm van veertien basislessen is 'Rots en Water' geschikt voor jongens vanaf negen jaar. De eerste acht lessen bevatten de fundamente van het programma en kunnen dus al vanaf de bovenbouw van de basisschool worden onderwezen. De laatste zes lessen zijn gecentreerd rondom de thema's seksualiteit, zelfverwezenlijking en spiritualiteit en zijn om die reden beter geschikt voor jongeren van dertien à veertien jaar en ouder. Het aanleren en oefenen van de fundamente van het 'Rots en Water'-programma moet een terugkerend gebeuren zijn zodat er een vloeiende verbinding kan worden gemaakt tussen de fundamente van het programma (de inhoud van de eerste acht lessen) en het tweede deel van het programma.

Samenstelling van de cursus

Het zou zonde zijn wanneer 'Rots en Water' gezien zou worden als een programma dat, zoals zovele andere programma's, eenmalig wordt gegeven, kort wordt geëvalueerd en vervolgens snel wordt vergeten. Dit programma bevat thema's, strategieën en een pedagogisch perspectief die uitnodigen om te worden opgenomen in het gehele schoolcurriculum. Het programma kan waardevolle impulsen geven voor de professionele ontwikkeling van de docent die kennis neemt van het programma, maar de praktijk heeft ook geleerd dat het een bijzondere waarde kan hebben voor diens persoonlijke ontwikkeling. Beide ontwikkelingen zijn van belang om het denken en handelen binnen opvoedings- en onderwijsituaties te verdiepen en daar wellicht een andere wending aan te geven die ten goede komt aan zowel de leerling als de leraar.

De methode is opgedeeld in veertien aparte lessen. Elke les is gecentreerd rondom een bepaald thema en elke les is ook zinvol verbonden met de volgende les. Een volledige les zal gemiddeld zo'n 90 minuten in beslag nemen. Het is echter niet nodig om de lessen in hun geheel uit te voeren en te volgen. Het is wellicht verstandiger om kortere lessen samen te stellen, aangepast aan het niveau van de groep. Ook is het mogelijk om spelletjes of begrippen uit 'Rots en Water' terug te laten komen tijdens de andere lessen van het schooljaar. Dit bevordert de integratie van het gedachtegoed in de persoonlijke ontwikkeling van de leerling (en de leraar).