

Groepsvorming ontstaat vanzelf zodra mensen in groepen bij elkaar komen. Iedereen probeert zijn eigen plekje te vinden en te veroveren. Met name de beginperiode van een nieuw schooljaar kan voor leerlingen erg spannend zijn.

Het model van Tuckman wordt vaak aangehaald om de processen bij groepsvorming beter te begrijpen. Voor docenten zijn deze processen erg herkenbaar. Het model hanteert de volgende fases:

1. De oriëntatiefase.
2. De presentatiefase (stormfase).
3. De normeringsfase.
4. De prestatiefase.

De oriëntatiefase is 'de kat uit de boom kijken fase'.

Bij de presentatie- of stormfase draait alles om wie het voor het zeggen heeft in de groep. Er ontstaan strubbelingen met als hamvraag 'wie is hier de baas?'

Bij de normeringsfase bepalen de groepsleiders de (ongeschreven) regels en normen.

In de prestatiefase zien we vervolgens het groepsgedrag terug wat bij de groepsnormen hoort.

Doorgaans zijn deze fases in zo'n 4 tot 6 weken afgerond.

De eerste fase is vaak het meest spannend. Zelfs als je voor een tweede of derde jaar in dezelfde groep zit is het na de vakantie toch weer even zoeken naar de verhoudingen. Naast wie zit je en waar? Tijdens de eerste (mentor)lessen probeer je in te schatten wat voor stijl en regels hij of zij hanteert. Wat wordt er van je verwacht? De keuze voor je agenda, telefoon of tas wordt mede bepaald door wat je vrienden doen.

Wat u als ouder kunt doen?

Het is goed om te beseffen dat uw zoon of dochter de eerste weken wat extra energie kwijt is aan het groepsvormingsproces. Nieuwe rondes betekent nieuwe kansen. Ondersteun eventueel met de planning van huiswerktaken. Wees beschikbaar met een kop thee of koffie na schooltijd om eens bij te praten, maar accepteer het ook als iemand liever even met zijn vrienden bijkletst!

Groepsdruk is iets dat overal optreedt, niet alleen bij jongeren maar ook bij ons in het dagelijks leven, bijvoorbeeld op het werk. Mensen zijn sociale wezens die belangrijk vinden wat andere mensen van ze vinden en die zich daar in zekere mate aan aanpassen. Vooral pubers zijn bezig om hun plek te vinden. Naarmate de kinderen ouder worden zal de groepsdruk afnemen.

Op deze leeftijd zijn ze extra gevoelig voor wat andere mensen van hen vinden, vooral die in de groep waar ze bij willen horen. Met de komst van 'Social Media' zoals Facebook en Twitter is er een extra dimensie aan toegevoegd. Dit kan voor jongeren veel problemen opleveren omdat ze zich gedwongen kunnen voelen dingen te doen die ze eigenlijk niet willen en dat leidt weer tot stress, of ze raken in de problemen.

Gedurende het schooljaar kan het zijn dat iemand last krijgt van negatieve groepsdruk. Groepsdruk hoeft niet altijd negatief te zijn. Zo kan er positieve druk ontstaan om verschillen van mening te accepteren of bepaalde regels na te leven. Het omgekeerde kan echter ook. Groepsdruk wordt als negatief ervaren als iemand gedwongen wordt om iets te doen wat hij of zij liever niet doet of zelfs in tegenspraak met zijn/haar geweten is. Dit is doorgaans het geval in groepen met een grillige dynamiek en onveiligheid om jezelf te mogen zijn. Zo'n groep wordt vaak beïnvloed door dominante en negatieve groepsleiders. Leden van de groep verschuilen zich achter elkaar, omdat zij graag geaccepteerd willen worden. Denk aan een ongeschreven norm dat een goed cijfer halen niet cool is, dat roken en drinken wel cool is of dat je met een originele mening buitengesloten wordt. Ook kan het zijn dat je gewoon mee wilt doen met de les, terwijl er groepsdruk ontstaat om tijdens de les toch vooral lacherig en lollig te doen tegen de docent.

Door de groepsdruk kan het pestgedrag toenemen. Het is van belang om in dit geval snel contact met school op te nemen.

Bij pesten, melden!

Besef dat groepsdruk juist bij pubers en adolescenten een extra grote rol inneemt. Luister eerst en deel zo nodig je eigen ervaringen in het omgaan met groepsdruk. Bij pesten, melden!

Stimuleer het gesprek. Neem uw zoon of dochter serieus. U kunt ook het pestprotocol van school opvragen. Of neem contact op met de SLB-er (Studieloopbaanbegeleider).

Via het [Centrum voor Jeugd en Gezin](#) kunt u advies vragen wat te doen als u denkt dat uw zoon of dochter last heeft van groepsdruk. Ook is het voor jongeren mogelijk om (o.a. via de website) contact te zoeken met een hulpverlener van het CJG.

