

# BONUS

## INTERVIEW

# Je 'ridderfactor' ontwikkelen

## Weerbaar maken van leerlingen

**In dit artikel een ontmoeting met Adrie de Herdt. In 2010 ('Meester, ik word helemaal gek van ze') en in 2012 ('Blijf bij je leerlingen') en in 2013 ('Adequaat reageren op wangedrag van scholieren') verschenen drie artikelen in dit magazine over leerlingen die zich in het onderwijs van deze tijd soms onveilig voelen. Hij heeft een aantal leerlingen in zijn praktijk geholpen zich meer weerbaar op te stellen. Een gesprek met een weerbaarheid-expert vanaf de kantlijn van het onderwijs en midden in de samenleving die zijn lessen in zelfverdediging 'riddertrainingen' noemt. Waarin naast fysieke training zijn cursisten zich ook mentaal ontwikkelen. 'Als in ontwarren en ontknopen' van latent aanwezige vaardigheden en zo leren 'stevig staan'. Zelfs tégen alle verwachtingen in. | Interview met Adrie de Herdt door Maarten Massink**

### Ontmoeting

Midden tussen bloemen, planten en Surinaamse muziek kwam ik Adrie de Herdt tegen op de Floriade in Almere. Wij haalden herinneringen op van tien jaar geleden toen ik als stage- en praktijkbegeleider Adrie hielp bij zijn hbo-studie Pedagogiek. In zijn afstudeerwerkstuk onderzocht Adrie destijds mogelijkheden scholieren te helpen weerbaar te worden. Hij heeft hierover een afstudeerwerkstuk gemaakt voor de Halo in Den Haag. Op basis van zijn onderzoek heeft Adrie voor twee onderwijsinstellingen een adviesnota geschreven over hoe zij hun leerlingen weerbaar kunnen maken.

Tien jaar geleden had Adrie het er al over dat doorsnee leerlingen last

hebben van scholieren die extra aandacht nodig hebben. Omdat ze wangedrag vertonen, zich agressief gedragen, bedreigen én geweld gebruiken. Scholieren die zich niets aantrekken van regels, waarden en normen. Dat de welopgevoede jongeren op school 'helemaal gek worden' van leeftijdgenoten die slecht opgevoed zijn. De kop boven het in 2010 geplaatste artikel luidt niet voor niets 'Meester, ik word helemaal gek van ze'. Een in 2012 geplaatst artikel heeft als kop 'Blijf bij je leerlingen' en gaat erover dat adolescenten volwassenen als gids nodig hebben. Als mensen die het leven vóórleven. In 2013 verscheen een artikel onder de kop 'Adequaat reageren op wangedrag van scholieren' waarin Adrie zijn visie geeft

op onveiligheid op scholen.

### Vragen

Uit de ontmoeting met Adrie ontstond een interessant gesprek over deze onderwerpen. De vragen die ik Adrie stelde: "Zijn jouw pedagogische stellingen van destijds in de afgelopen tien jaar veranderd? Ben jij intussen tot andere inzichten gekomen?". "Nee" luidt onmiddellijk Adrie's antwoord.

Stelling 1: Gymleraren zijn de beste leraren binnen ons docentenkorps. Zij zijn volgens Adrie de enige docentengroep die écht contact maken met scholieren. Zelfs fysiek, waar docenten uit andere vakgebieden dit nooit doen. Stelling 2: Kinderen en jongeren hebben écht contact met docenten

nodig. Een bemoedigende schouderklop maar ook een stoppende hand van 'niet doen' en 'ophouden'. En samen genieten van een doelpunt, een prestatie, een resultaat, van groei en ontwikkeling van mogelijkheden van een leerling.

Stelling 3: De schotten binnen ons onderwijs hebben geleid tot het groot brengen van inwoners van ons land die niet meer adequaat met elkaar, elkaars mogelijkheden maar ook elkaars gebreken omgaan. Adrie somt drie kwesties op die zijn stelling onderschrijven. "Kijk eens naar gevangenissen. Niet naar jeugdinstellingen maar naar die voor volwassenen. Daar worden de laatste vijf jaar steeds meer jongvolwassenen voor lange straffen opgesloten. We hebben

het over achttien tot vijftig jaar oude inwoners. Wat is er pedagogisch en educatief met jongeren gebeurd in ons moderne Nederland? Heeft niemand meegekregen hoe dit zich ontwikkelde?"

Daarnaast heeft de corona lockdown volgens Adrie duidelijk gemaakt dat een groot aantal jongeren school helemaal niet leuk vinden. Zij vonden onderwijs op afstand geweldig. Tegelijk waren de periodes zonder school voor veel jongeren funest. Zij misten de omgang met elkaar. Zij konden niet samen de dingen doen die jongeren op elkaar oefenen naar volwassenheid. Als derde kwestie noemt Adrie de oorlog in Oekraïne. Niet vanuit geopolitiek maar als metafoor voor de strijd

die adolescenten voeren moeten op weg naar volwassenheid. "Word je eigen bodyguard", zegt Adrie tegen cursisten in zijn riddertrainingen zelfverdediging. Ga ervan uit dat niemand je komt helpen als het er werkelijk op aan komt.

### Angst

"Angst of moed?" vraagt Adrie. "Ongeacht de situatie. Waar kies ik voor? In de eerste plaats als mens, maar ook als docent, als opvoeder. Elke dag maken wij keuzes in ons leven die voortkomen uit angst en die moed eisen. Durven wij dat? Laten wij richting in ons leven bepalen door angst of moed? Hoe bang zijn wij voor deze keuze? Zijn wij banger voor deze keuze dan voor wangedrag, agressie, bedreiging en geweld? Zo bang voor tijdsdruk, tegenslag en tegenwerking dat wij daar niets over durven te zeggen? Daar niets tegen durven te doen? Niet durven optreden terwijl een situatie daar werkelijk om schréuwt."



Met mijn riddertrainingen zelfverdediging beoog ik de ridderfactor van scholieren te vergroten

Vragen die volgens Adrie voortkomen uit onbekendheid met geweld. Onbekendheid met daders die gewetenloos slachtoffers toetakelen. In tegenstelling tot stoeien binnen een vechtsport, vergt écht vechten meer dan alleen kunnen slaan, schoppen, werpen en rollebollen over de grond.



## Vorbereiding

“Om scholieren op bizarre vormen van geweld voor te bereiden moeten ze keihard aan de slag. Moeten ze uren maken. Voor de meeste scholieren die zich wel zouden willen verdedigen, wringt hier meteen de schoen. Zij kunnen daar onvoldoende tijd voor vrij maken. School, gezin en andere verplichtingen laten weinig tijd over om uren te besteden aan het fysiek-mentaal voldoende voorbereid worden op geweld.”

Naast gebrek aan tijd speelt er nog een factor, volgens Adrie. “Door een combinatie van stress en luxe hebben de meeste inwoners, ook scholieren, geen onderhoud meer gepleegd aan hun lijf. Nederlanders gaan steeds meer autorijden en steeds minder bewegen. Waardoor zij ook hun mentale kant jarenlang verwaarloosd hebben.”

## Ver van ons bed

“Zo is het ook ten aanzien van verdedigende vaardigheden. Wanneer het faliekant fout is gegaan, gaan

mensen ingrijpen. Zij laten zich door instructeurs, trainers en leraren (vanuit vechtsporten en op militaire leest geschoede verdedigingssystemen) aansporen hun leven op dit gebied te verbeteren. Zij leren aanval en verdediging herkennen, erkennen en uitvoeren en vergroten zodoende hun kans het geweld te kunnen pareren.”

“Gelukkig overkomt de meeste scholieren niets. Agressie en geweld blijven ver van hun bed. Waar is tweemaal per week zelfverdediging of een vechtsport trainen goed voor? Wat valt er bovendien te doen met verdedigende technieken die aangeleerd zijn? Zijn scholieren na een aantal trainingen wél in staat een aanvallers van zich af te slaan, te schoppen en te werpen?” Dit blijkt niet zo eenvoudig. Het is volgens Adrie zo dat de meeste scholieren een gevecht nooit zonder kleerscheuren uit zullen komen. “Velen overschatten hun verdedigende vaardigheden of denken wel op tijd weg te kunnen komen. Zich te kunnen onttrekken aan een conflict door toe te geven of hun geld

en andere waardevolle spullen af te geven. Het grootste deel van onze scholieren is fysiek-mentaal volkomen ongeïnteresseerd.”

Kan een onvoldoende geïnteresseerde scholier wel juiste keuzes maken onder druk van wangedrag, agressie, bedreiging en geweld? Snapt die wel wat er allemaal op hem kan afkomen tijdens een conflict? Wat dit voor gevolgen voor hem kan hebben op de korte én de lange termijn? Het zijn vragen die Adrie bezighouden.

## Ridderfactor

Het is Adrie's passie effectieve verdedigende vaardigheden te verspreiden onder de nette inwoners van ons land. Hij is geschoold door de praktijk van zijn beroep als cipier met meer dan dertig dienstjaren. Veel van de scholieren die zich onveilig voelen, zijn op zoek naar simpele en doeltreffende verdedigingstechnieken. Volgens Adrie zijn die scholieren toe aan lessen in verdedigende vaardigheden vanuit het KISS-principe: Keep It Simple Stupid. Adrie noemt dit ‘de ridderfactor kweken’. “Met mijn riddertrainingen zelfverdediging beoog ik de ridderfactor van scholieren te vergroten. Belangrijk onderdeel in mijn riddertraining vormt het leren lopen op een statige, ridderlijke, hoofse en tegelijk oplettende en krachtige wijze. Meteen een sterk persoon neerzetten overal waar een cursist van mij verschijnt.” Dit eist focus en inzet. Vooral omdat veel scholieren niet meer weten hoe zij zich moeten gedragen. Het erge dat Adrie merkt, is dat jongeren vaak denken van ‘als wij maar zorgen altijd aardig te zijn voor onze tegenstanders, dan zullen die tegenstanders vanzelf ook aardig doen tegen ons’.

## Bespugen

Dit is een ontwikkeling die Adrie sterk verontrust. “Steeds meer stellen cursisten in mijn riddertrainingen zelfverdediging de vraag wat zij hadden moeten doen toen zij uitgescholden werden of (en naar mijn gevoel nog erger) toen zij bespuugd werden. Dit vreet aan het persoonlijk veiligheidsgevoel van burgers die dit overkomt. Een steeds groter deel van onze bevolking zal beschadigd door



agressie en geweld rondlopen in onze publieke plaatsen omdat de minder nette inwoners zich allerlei wangedrag ongestraft kunnen veroorloven.”

### Verlies

“Ik realiseer mij heel goed dat ik tot nog toe een keihard beeld schets van de huidige staat van onze samenleving”, gaat Adrie verder. “Maar onze maatschappij verhardt zienderogen. Burgers nemen weinig eigen initiatief in het tegengaan van agressie en geweld. En wanneer zij dit wél doen gaan ze bijzonder onhandig te werk. Zonder dat ik wil strooien met donkere scenario’s en beangstigende beelden, stel ik dat dit de werkelijkheid is die ik dagelijks tegenkom in mijn puur op de praktijk van de zelfverdediging gerichte riddertrainingen.”



## Belangrijk vormt het leren lopen op een statige, ridderlijke, hoofse en tegelijk oplettende en krachtige wijze

“Mensen gaan anders om met het risico van een verlies dan de kansen op een winst. Ons gevoel stuurt ons vaak een hele andere kant op dan ons verstand (vaak achteraf) gewenst zou hebben. De oorzaak van weifeling en twijfel in situaties waarin doortastend en direct opgetreden moet worden, ligt in ons gevoel. Mensen aarzelen langer dan verstandig is en vangen daardoor altijd eerst klappen in situaties vol agressie en geweld.”

### Geweldsmonopolie

“Zo is het ook in het onderwijs. Scholieren zullen hun eigen boontjes moeten doppen. Ondanks dat

docenten graag betrokken zijn bij het reilen en zeilen van hun leerlingen moeten scholieren het zelf doen. Juist omdat dit het krachtigste effect heeft op hun tegenstanders. Hoe sneller zij adequaat reageren op agressie en geweld, hoe eerder een zaak afgedaan zal zijn. Helaas heeft onze luxe en luie samenleving ervoor gezorgd dat scholieren liever bang zijn en niets doen, dan iets te doen en daadkrachtig en gedurfd op te treden. Tegen alle verwachtingen in, mét het risico op een pak op je falie. Zeker als je vooraf al weet dat je de minder sterkere zal zijn in zo’n confrontatie. Bovendien hebben wij het geweldsmonopolie in handen van onze politie gegeven. Wat is er makkelijker dan het gebruik van geweld, zelfs tegen geboefte dat ons aan het beroven is aan anderen over te laten? Zo houden wij onze handen ervan af.” Er is geen noodzaak het heft in eigen hand te nemen.

### Zelfvertrouwen

“Scholieren staan helemaal alleen en dat is geen gunstig perspectief. Wel een gegeven dat op de korte termijn volgens Adrie niet veel beter zal worden. Nette leerlingen zullen zelf beter moeten worden in het adequaat

omgaan met minder joviale scholieren. Zij zijn steeds vaker zelf aan zet en zullen dit vol zelfvertrouwen zelfverzekerd moeten doen. Zich schrap moeten zetten onder druk van anderen. Hun positie moeten verdedigen. Geen stap meer achteruitgaan. Geen centimeter wijken.”

“Ontwikkel je ridderfactor en word de kampioen die jij al vanaf je geboorte bedoeld was te zijn” zegt Adrie daarom tegen cursisten in riddertrainingen zelfverdediging. ●



### Bronnen

Herd, A. de & Massink, M. (2010). *Meester, ik word helemaal gek van ze. Lichamelijke Opvoeding*, 98(7), 24-27.  
Herd, A. de & Massink, M. (2012). *Blijf bij je leerlingen. Lichamelijke Opvoeding*, 100(3), 6-9.  
Herd, A. & Massink, M. (2013). *Adequaat reageren op wangedrag van scholieren. Lichamelijke Opvoeding*, 101(11), 36-38.

### Contact

[adrie@ridderfactor.nl](mailto:adrie@ridderfactor.nl)

### Foto's

Anita Riemersma

### Kernwoorden

weerbaar maken, ridderfactor