

# Inzicht in de klas: hoe sociometrie sociale relaties in beweging brengt?

**Tijdens de les bewegingsonderwijs is vaak al snel duidelijk wie de populaire leerlingen zijn. De controversiële, afgewezen of genegeerde leerlingen blijven echter nogal eens onopgemerkt. Meer inzicht in de zichtbare en verborgen sociale relaties is essentieel voor het versterken van het groepsklimaat, het bevorderen van samenwerking en het creëren van positieve ervaringen voor alle leerlingen. Sociometrie biedt de mogelijkheid om de sociale relaties in de klas zichtbaar te maken. In dit artikel bespreken we wat sociometrie inhoudt, hoe je het kunt toepassen in de klas, en hoe je de resultaten kunt gebruiken.** | Ilona Fassaert, Anne de Bruijn en John van der Kamp

## Wat zijn sociale relaties?

Sociale relaties zijn 'verbindingen' tussen personen die regelmatig persoonlijk contact hebben (August & Rook, 2013). Bij leerlingen zijn dit sociale relaties met familie, docenten en sporttrainers, maar voornamelijk met leeftijdsgenoten, ook wel 'peers' genoemd: klasgenoten, teamgenoten op de sportclub of buurtvrienden (Rubin et al., 2015). Positieve peerrelaties zijn essentieel voor de academische, sociale en emotionele ontwikkeling van leerlingen (Rubin et al., 2008). Bovendien dragen ze bij aan een positief zelfbeeld en een beter algemeen welbevinden (Rubin et al., 2015).

## De belangrijke rol van het bewegingsonderwijs

Bewegingsonderwijs biedt een unieke omgeving voor het ontwikkelen van sociale relaties. Tijdens de lessen werken leerlingen samen, ondersteunen ze elkaar en leren ze omgaan met succes en tegenslagen. Dit maakt het bewegingsonderwijs niet alleen een plek waar fysieke vaardigheden worden ontwikkeld, maar ook waar sociale relaties ontstaan. Sociale relaties spelen daarnaast een directe rol in het verloop van de les, bijvoorbeeld bij samenwerking tijdens opdrachten. Daardoor kunnen ze gevolgen hebben voor de deelname

van leerlingen en uitkomsten zoals motivatie en plezier, en daarmee ook het leren bewegen (Fassaert et al., in prep). Om de dynamiek en uitkomsten in je klas positief te kunnen beïnvloeden, is het belangrijk dat je als docent zicht hebt in de sociale relaties binnen je groep.

## Sociometrie

Sociometrie is wereldwijd de meest gebruikte methode om sociale relaties binnen een groep in kaart te brengen. Leerlingen vullen hiervoor een vragenlijst in waarin ze hun klasgenoten nomineren (peer-nominaties), bijvoorbeeld door aan te geven met wie ze het liefst samenwerken (positieve nominaties), of met wie ze liever niet samenwerken (negatieve nominaties) tijdens de les bewegingsonderwijs. Op basis van het aantal positieve en negatieve peer-nominaties kunnen de leerlingen worden ingedeeld in vijf groepen (Frederickson & Furnham, 1998; Coie et al., 1982):

- 1 Populaire leerlingen: worden door veel klasgenoten gewaardeerd en door weinig afgewezen.
- 2 Afgewezen leerlingen: worden door de meeste klasgenoten niet gewaardeerd en door weinig wel.
- 3 Genegeerde leerlingen: vallen buiten de aandacht, omdat ze door niemand specifiek als geliefd of afgewezen worden gezien.
- 4 Controversiële leerlingen: krijgen bovengemiddeld veel positieve en negatieve reacties; sommigen vinden hen aardig, anderen juist niet.
- 5 Gemiddelde leerlingen: ontvangen een gemiddeld aantal positieve en negatieve beoordelingen. Het aantal positieve nominaties wordt vaak gezien als een graad van sociale acceptatie. Zo bleek uit een van onze studies dat leerlingen in het





basisonderwijs die vaker buiten school aan sport doen, in de les bewegingsonderwijs meer sociaal geaccepteerd werden (De Bruijn & Van der Wilt, 2023).

**Breng sociale relaties in jouw klas in kaart!**

Ben je zelf benieuwd naar de sociale relaties in jouw klas? Sociometrie is een eenvoudige methode die je kunt toepassen om meer zicht te krijgen op het sociaal netwerk in je klas. Hieronder leggen we stap voor stap uit hoe je dit kunt aanpakken.

**Stap 1: Peer-nominaties**

Om een volledig beeld van het sociale netwerk in jouw klas te krijgen, is het belangrijk dat alle leerlingen de vragenlijst invullen. Als je een globaal beeld wil krijgen van de sociale

relaties in je klas, kun je kiezen voor meer algemene vragen, zoals ‘Met wie werk je graag samen tijdens de les bewegingsonderwijs?’.

Ben je benieuwd naar relaties tijdens specifieke activiteiten of situaties? Dan kun je ook meer gerichte vragen stellen. Zo krijg je als docent beter zicht op hoe leerlingen met elkaar omgaan in verschillende contexten binnen de les. Bijvoorbeeld:

- Competitieve balspellen: ‘Met wie in je klas zou je graag in een team willen tijdens bijvoorbeeld voetbal, hockey of basketbal?’
- Turnen: ‘Van wie in de klas zou je graag hulp krijgen tijdens het turnen (balanceren, handstand, salto)?’
- Activiteiten met fysiek contact: ‘Met wie in je klas zou je graag stoeien of boksen?’

Wil je inzicht krijgen in zowel positieve als negatieve relaties? Vraag leerlingen dan zowel met wie ze graag samenwerken of spelen, als met wie ze liever niet samenwerken of spelen.

**Stap 2: Sociomatrix maken**

Met de resultaten van de peer-nominaties kun je een sociomatrix opstellen: een tabel waarin de relaties tussen leerlingen zichtbaar zijn. Hiervoor zijn diverse websites die de matrix automatisch maken (je vindt ze via Google), maar je kunt het ook handmatig doen (zie tabel 1). Plaats de namen van de leerlingen die een nominatie ontvangen hebben (de genomineerde kinderen) in de bovenste rij van je tabel. De namen van de leerlingen die de vragen hebben ingevuld (de nominerende kinderen) zet je in de meest linker kolom. Voor elke leerling met wie een ander graag samenwerkt, zet je een plus. Voor leerlingen waarmee niet graag wordt samengewerkt, zet je een min. Vakjes die leeg blijven, laten zien dat leerlingen elkaar niet genomineerd hebben (een neutrale keuze). Tel vervolgens in de onderste rijen van je tabel alle plussen, minnen en lege vakjes per leerling bij elkaar op. Daarna bereken je voor de hele klas het gemiddelde aantal positieve, negatieve en neutrale nominaties (het gemiddelde is het totaal aantal nominaties gedeeld door het aantal leerlingen).

Tabel 1 Sociomatrix

	Genomineerde							Gemiddeld
	Anna	Boris	Charlie	Daan	Emma	Fatima	Gijs	
Nominerders	Anna		+		-		+	
	Boris				-			+
	Charlotte	+				-		+
	Daan		+			+		-
	Emma	+			-		+	
	Fatima		+			+		-
	Gijs	-	+		-		-	
+	2	4	0	0	2	2	3	1,9
-	1	0	0	4	1	1	3	1,4
Neutraal	3	2	6	2	3	3	1	3

**Tabel 2** Richtlijnen categorieën sociometrie

Categorie	Aantal nominaties
Populair	aantal positieve nominaties op of boven het gemiddelde
Afgewezen	aantal negatieve nominaties op of boven het gemiddelde
Genegeerd	aantal neutrale keuzes op of boven het gemiddelde
Controversieel	aantal positieve en negatieve nominaties boven het gemiddelde, aantal neutrale keuzes op of onder het gemiddelde
Gemiddeld	bij alle nominaties wordt er rond het gemiddelde gescoord

### Stap 3: Interpreteren van de resultaten

De berekende gemiddelden heb je nodig om vervolgens voor alle leerlingen in je groep te bepalen in welke sociometrische groep ze vallen. Daarvoor gebruik je tabel 2.

Zoals in tabel 1 te zien, zijn de gemiddelden in het voorbeeld 1,9 (positief), 1,4 (negatief) en 3,0 (neutraal). Boris is daarmee, met vier positieve nominaties (hoger dan het gemiddelde van 1,9), populair binnen de groep. Daan, die vier negatieve nominaties heeft, wordt afgewezen door zijn klasgenoten. Charlie kreeg zes neutrale nominaties en wordt daarmee genegeerd. Gijs scoort boven het gemiddelde in zowel positieve als negatieve nominaties, wat hem controversieel maakt. Anna, Emma en Fatima scoren telkens rond het gemiddelde en worden daardoor gezien als gemiddeld binnen de groep.

### Stap 4 En dan?

Nu je inzicht hebt in de sociale relaties binnen je klas, kun je deze informatie gebruiken om gerichte acties te ondernemen die de groepsdynamiek en daarmee ook andere uitkomsten kunnen bevorderen.

#### A. Ondersteuning van afgewezen en genegeerde leerlingen

Leerlingen zoals Charlie, die genegeerd worden, kunnen zich onveilig voelen bij populaire leerlingen zoals Boris, vooral tijdens activiteiten met veel fysiek contact of teamsporten. Koppel Charlie daarom bijvoorbeeld aan een leerling zoals Emma,

die een gemiddelde positie heeft binnen de groep, zodat hij zich veilig voelt en nieuwe sociale relaties kan opbouwen.

#### B. Versterken van bestaande relaties

Leerlingen die al bevriend zijn, zoals Boris en Gijs, kun je laten samenwerken om hun vriendschap te versterken (Kim et al., 2020). Dit geeft ze een gevoel van veiligheid, wat de samenwerking en sfeer tijdens de les ten goede kan komen.

#### C. Creëren van nieuwe relaties

Het is ook mogelijk om leerlingen met minder sterke banden, zoals Charlie en Emma, samen te laten samenwerken. Dit kan hen de kans geven om elkaar beter te leren kennen en zo nieuwe, positieve relaties op te bouwen (Kim et al., 2020). Dat bevordert de cohesie in de groep. Wees echter voorzichtig met het samen plaatsen van leerlingen die negatieve relaties met elkaar hebben, omdat dit spanningen kan veroorzaken en het groepsklimaat kan verstoren.

#### D. Bevorderen van samenwerking

Door activiteiten te organiseren waarbij samenwerking centraal staat, help je sociaal zwakkere leerlingen (m.n. afgewezen en genegeerde leerlingen) om sociale vaardigheden te ontwikkelen en relaties te versterken. Stel de duo's of teams daarbij bewust zo samen dat verschillende sociale relaties bevorderd worden.

#### E. Monitoring en opvolging

Herhaal de sociometrie na een aantal maanden om te zien of de relaties in de klas zijn veranderd. Hierdoor kun je waar nodig gericht bijsturen.



Door sociometrie in te zetten in je klas, kun je ervoor zorgen dat de lessen bewegingsonderwijs hun potentieel benutten om sociale relaties tussen leerlingen te bevorderen. Zo kunnen zowel bestaande als nieuwe relaties in de klas op een positieve manier versterkt worden, wat het klassenklimaat en de ontwikkeling van leerlingen ten goede komt. ●



#### Bronnen

Scan of klik [hier](#) naar de bronnen



#### Contact

[i.m.m.fassaert@vu.nl](mailto:i.m.m.fassaert@vu.nl)

**Ilona Fassaert** is promovendus in sociale relaties in het bewegingsonderwijs aan de Vrije Universiteit Amsterdam

**Anne de Bruijn** is werkzaam als universitair docent onderwijswetenschappen aan de Vrije Universiteit Amsterdam

**John van der Kamp** is werkzaam als universitair docent bewegingswetenschappen aan de Vrije Universiteit Amsterdam

#### Foto's

Ilona Fassaert

#### Kernwoorden

sociale relaties, sociometrie, sociale positie, groepsdynamiek