

**Zonder werkelijk
WELKOM
geen rendement**



**Leren/werken is pas
mogelijk als;
het VEILIG is**

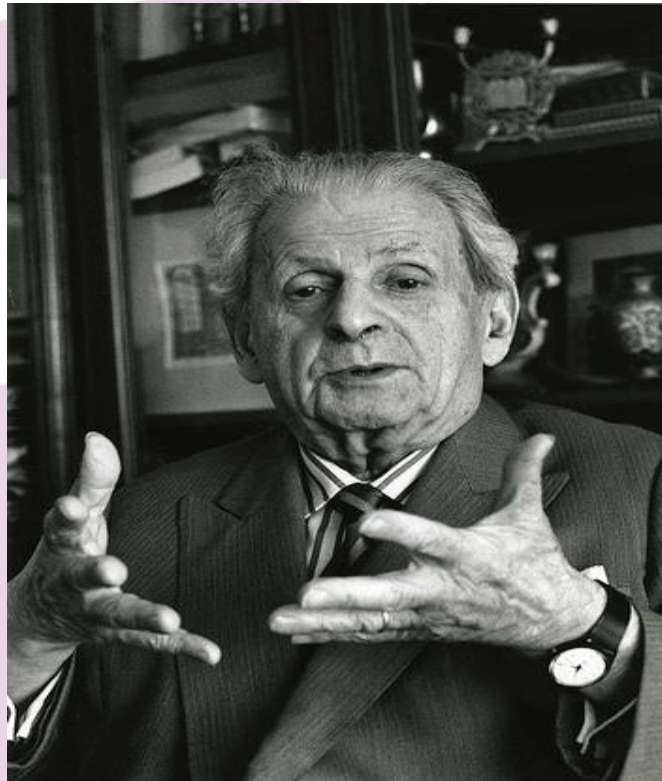
**IK BEN
INTROVERT
EN DAAR BEN
IK TROTS
OP!**



**en als je voldoende
ZELFVERTROUWEN hebt**

Ik word ik, in het aangezicht van de ander

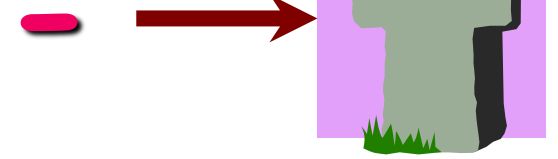
(Emanuel Levinas)



Feedback

**Persoons-
gericht
(Karakter)**

+ → Groei



**Taak-
gericht
(Gedrag)**

+ → Groei

-

Vergroot het zelfvertrouwen van de puber door zoveel als mogelijk recht te doen aan de drie psychologische basisbehoeften:



Autonomie:

Ik heb invloed op mezelf en op anderen

Relatie:

Ik doe er toe, ik ben betekenisvol en ik voel me verbonden

Competentie:

**Ik kan het!
Ik heb kwaliteiten!**



**Bewustwording is
de eerste stap (sleutel)
naar verandering**

Onderzoeker

- ☺ Verbinding door hulp vragen en hulpbronnen zoeken
- ☺ Open en leerbereid zijn; verschillende mogelijkheden onderzoeken.
- ☺ Kwetsbaar durven zijn
- ☺ Kiezen en experimenteren; de consequenties van de eigen keuzen accepteren



Bewaker (Schepper duidelijkheid)

- ☺ Verbinding door assertief zijn
- ☺ Opkomen voor eigen belangen
- ☺ Scheppen van duidelijkheid
- ☺ Eigen grenzen aangeven / OMA
- ☺ Respect voor autonomie van zichzelf en anderen
- ☺ Erkent andermans bekwaamheden

Coach

- ☺ Verbinding door zorgzaam zijn
- ☺ Afstandelijke betrokkenheid
- ☺ Ander eigen keuzes laten maken
- ☺ Ander in staat stellen te leren en vaardiger te worden
- ☺ Helpt indien gevraagd / NIVEA

Groeidriehoek

Aanklager

- ☹ Beschuldigt / Verwijt anderen
- ☹ Straf = anderen een toontje lager laten zingen / Anderen deugen niet
- ☹ Onderschat andermans bekwaamheden
- ☹ Verbinding uit boosheid

Dramadriehoek

Slachtoffer

- ☹ Niet zelf iets ondernemen; niet kiezen
- ☹ Verbinding uit zelfmedelijden/ zelfbeklag
- ☹ Anderen/omstandigheden zijn oorzaak problemen
- ☹ Onderschat eigen kwaliteit / Hulpeloos / Klagen
- ☹ Kan alleen bestaan met redders

Redder

- ☹ Neemt zaken van anderen over (om zichzelf een goed gevoel te bezorgen)
- ☹ Lost zaken op voor anderen
- ☹ Kan alleen bestaan met slachtoffers
- ☹ Gehecht aan waardering, triomf
- ☹ Denk voor ander / Bemoeizuchtig
- ☹ Verbinding uit medelijden

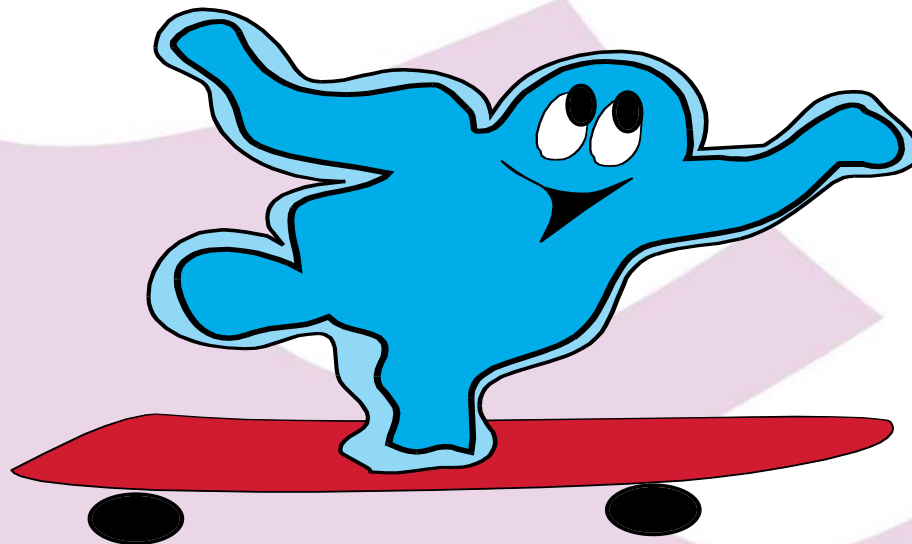


**Mijn mentor
werkt momenteel
aan mijn motivatie**



Creëer je eigen vleugels

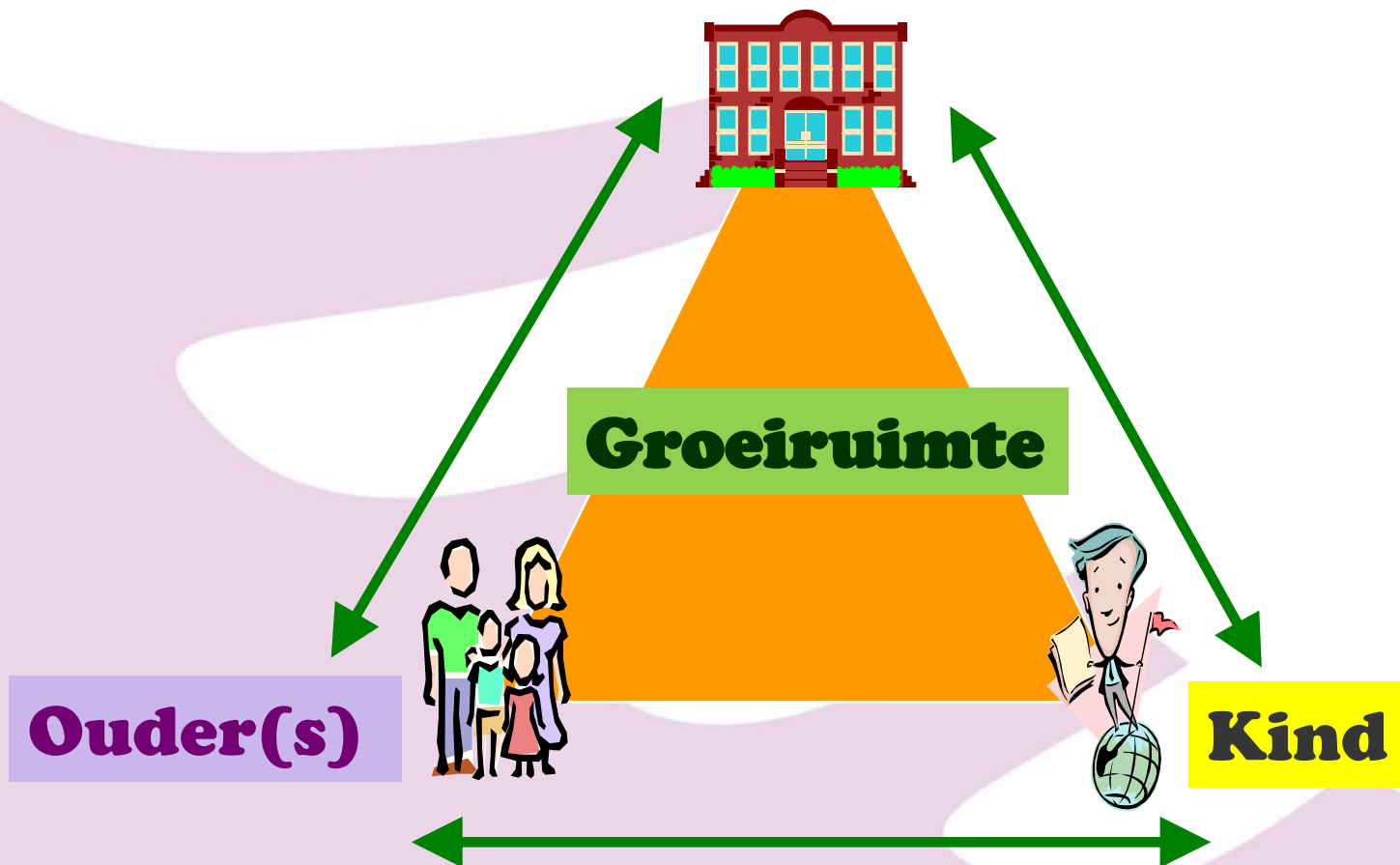
**Loslaten betekent niet
laten vallen, maar
iemand de kans geven om
op eigen benen staan**



De dynamische driehoek:

balans en dynamiek

School/Maatschappij



Loyaliteit aan ouders

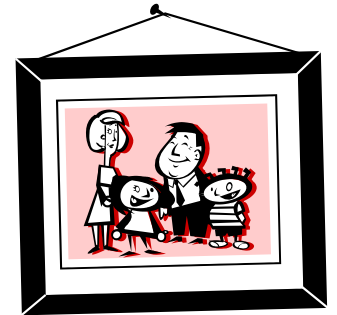
Grootouders

Ouders

Kind

☹ **Verticaal** - **existentieel**
- **onomkeerbaar**

☹ **Horizontaal** - **gekozen**
- **omkeerbaar/inwisselbaar**
- **gelijkheid**



“ ONRECHT ”

(ook Spanning / Angst / Gevaar)



↓
Stresshormonen
(o.a. Adrenaline)

neigen tot

neigen tot

GEDRAG

Handelen (Agressie)
(actief)

Niet Handelen
(passief)

Destructief

Constructief

Somberheid
(meer angst/schuldgevoel)

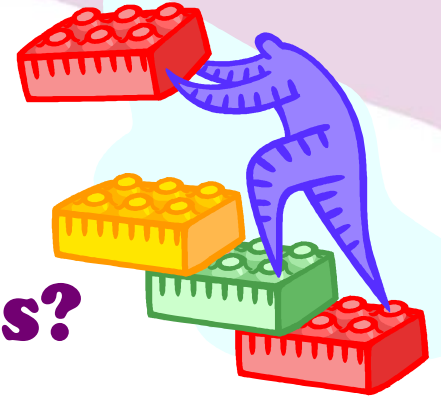
-

+

uiteindelijk: **Depressie**

5 Stappen!

- ☹ **Erkenning voor het onrecht**
- ☹ **Erkenning voor het geven in relaties → is er een (on)balans?**
- ☹ **Ontschuldiging via hypothesen
→ wat maakt dat jou dit is aangedaan of overkomen → Mild / emotionele plek**
- ☹ **Laten zien welk onrecht hij/zij een ander hiermee doet → Roulerende rekening**
- ☹ **Hulpbronnen → Passende zorg bieden**



Meerzijdige partijdigheid

- ☹ **Grondhouding / Attitude**
- ☹ **Voor de één maar niet tegen de ander**
- ☹ **Samen zoeken naar oplossingen**
- ☹ **Dienstbare deskundige**
- ☹ **Behartigen van alle belangen
(aanwezig/afwezig/overleden)**
- ☹ **Begrip kunnen op brengen voor alle partijen**
- ☹ **Geen voorkeur of afkeer**
- ☹ **Alle waarheden (functie opgeklopt verhaal)**
- ☹ **Verbindend niet beschuldigend**
- ☹ **Krediet geven (tot tegendeel bewezen)**
- ☹ **Anders verlies van alle partijen (split)**



Erkennen

- ☹ **Gaat verder dan begrip, waardering, beloning**
- ☹ **Je krijgt behalve wat je doet, dacht, voelt, ook iets terug van wat je bent/betekent**
(je hoort iets terug over je zijn)
- ☹ **Je weet je begrepen/gevoel van; 'Ik doe er toe'**
- ☹ **'Ja' tegen de blik van de ander op zichzelf**
(knipoog, notulen netjes verzorgd, in wat je vertelt hoor ik jouw zorg)
- ☹ **Afkeuren alleen op wat iemand doet**
- ☹ **Erkenning van verdiensten/ onrecht**
- ☹ **Horizontaal/Gemengd (van moeder via mij)/Verticaal**
- ☹ **Winst → Zelfwaardering en Zelfafbakening**
- ☹ **Erkenning geven, maakt je betrouwbaar**



**Mensen zijn net
geschenken,
de verpakking zegt
nog niks over de
inhoud.**



Weerstand is de kracht die aanzet tot tegenwerking om de (levens)doelen te bereiken. (Weisfelt)



Uitingen van weerstand in gedrag

Agressie

Vluchten

Vermijden

Ontkennen

Zelfdestructie

Ongemotiveerdheid



Weerstand

**Bescherming van het
meest kwetsbare**

Weerstand vraagt om ont-moeting



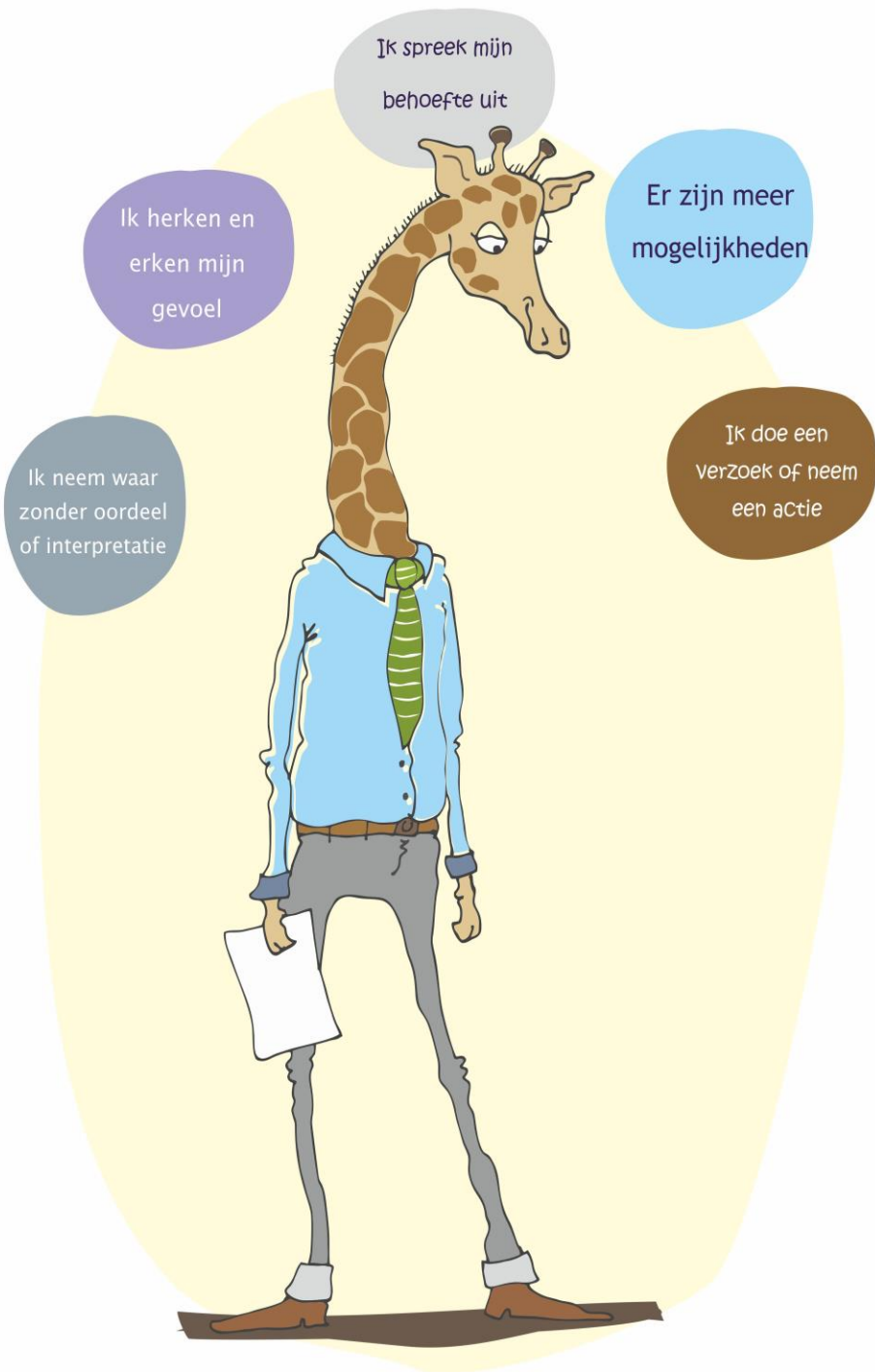
Weerstand



- ☹ **Is de kracht die aanzet tot tegenwerking en tegelijkertijd ook de bron van vooruitgang**
- ☹ **Kwetsbare plek, eerdere of veronderstelde pijn**
- ☹ **Miskennen van weerstand roept weerstand op**
- ☹ **Als je je weerstand tot vriend wilt maken moet je hem ontmoeten (onderzoek de betekenis)**
- ☹ **Achter weerstand zit; **Angst / Verlangen / Kwetsbaarheid****
- ☹ **Paradox → Zeilschip/Trein**
Collega wil dat je meer initiatief neemt → voelt zich gepasseerd als je het doet
- ☹ **Bron van de kwetsbaarheid is vaak onbalans**
→ hor/vert → Erkenning voor inzet
- ☹ **Erkenning van het gevoel, de kijk van de andere op de situatie/zichzelf, niet altijd tegen de boodschap of de vorm (deze heb je te onderzoeken) **DIALOOG / RA****
- ☹ **NIVEA smeren = Niet Invullen Voor Een Ander**



Verbindende communicatie
Geweldloze communicatie



Ontwikkeling Hersenen

☹ Reptielenbrein (oudste) (500milj.):

(binnenste/hersenstam)

Zintuigelijke waarneming / Autonome zenuwstelsel

Woede, agressie, dominantie / Voeding, voortplanting, dwang

Overleven / Instinctief / Moordende vechtmachine /

Onbewust

Denkt niet → doet het (primitief)

☹ Zoogdieren (100.000): (midden/lymbisch)

Vluchten, vechten, bevriezen / Angst

Emoties / Pijn / Liefde / Plezier

Beleven van voedsel / Seks / Keuzes

Bewust / Irrationele gedachten

Gezond verstand

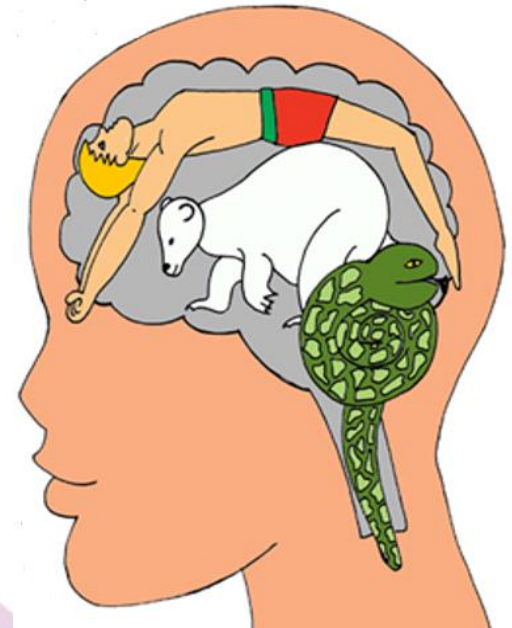
Herhalen / Onthouden / Vermijden

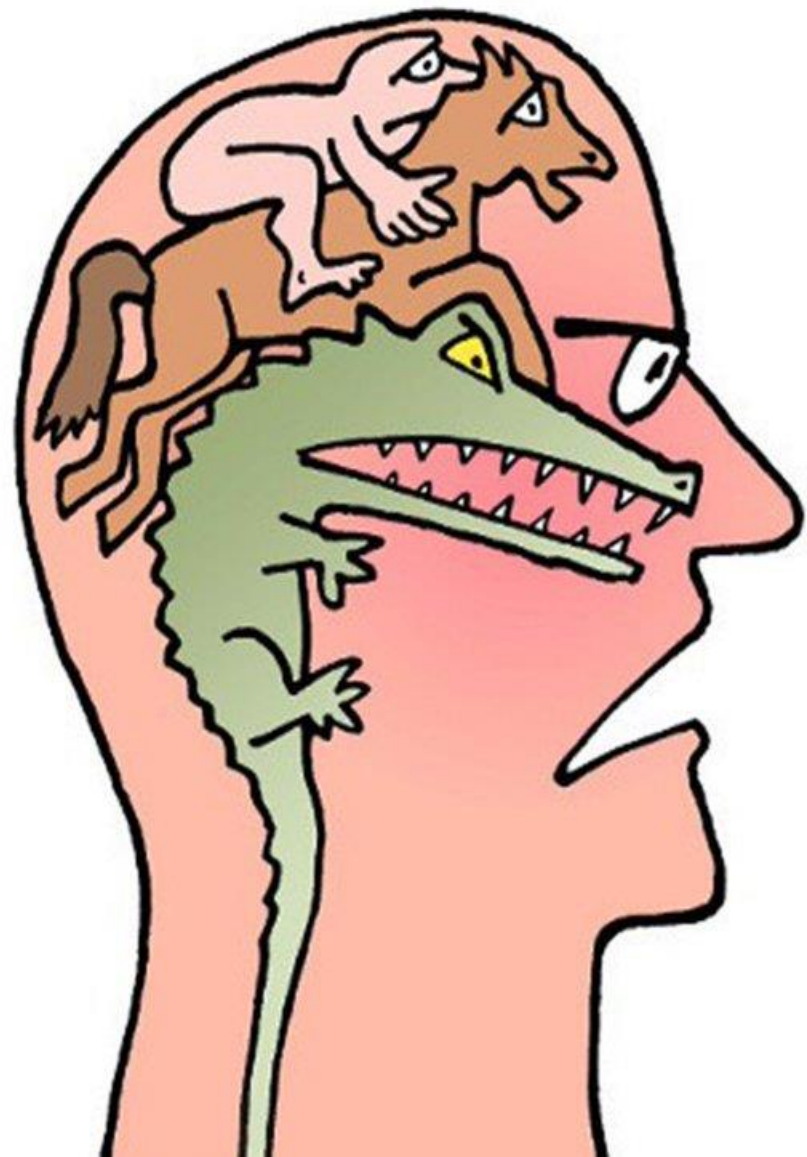
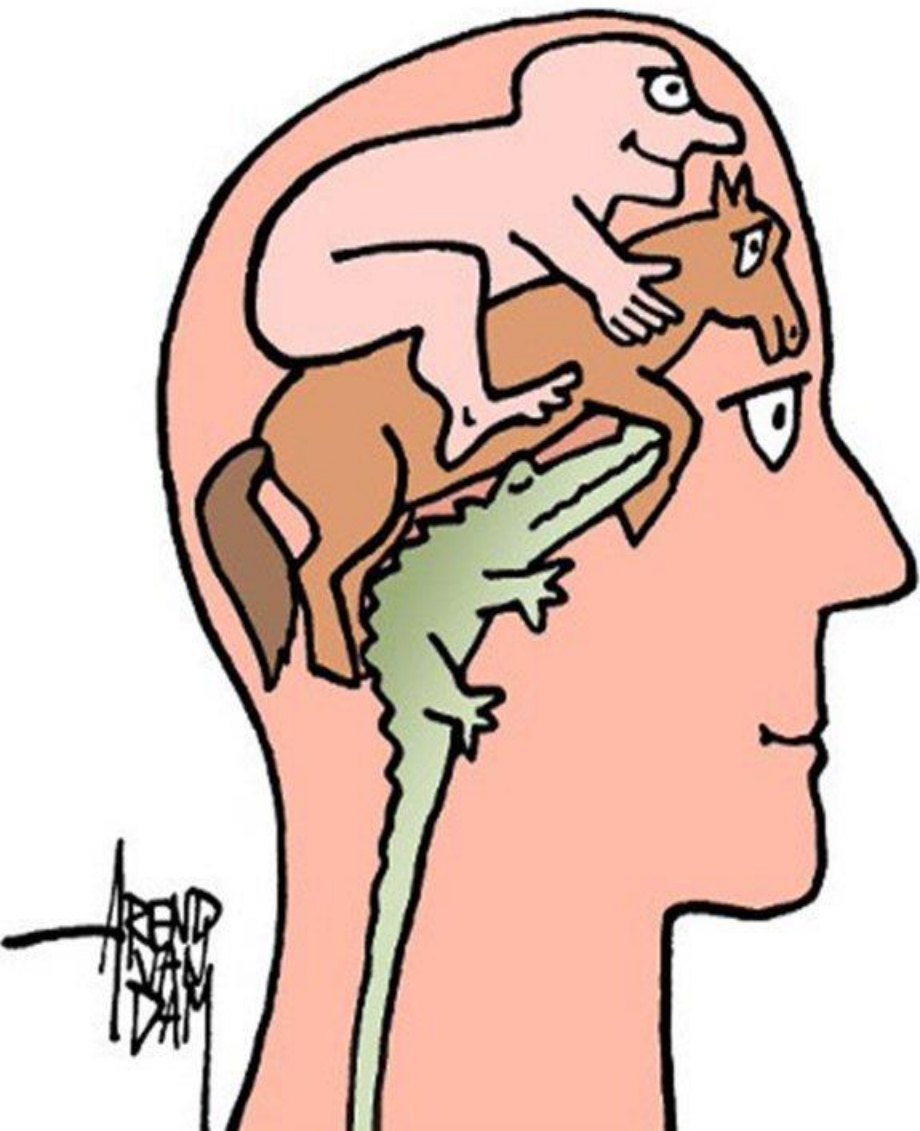
☹ Mensenbrein: (neocortex/buitenste)

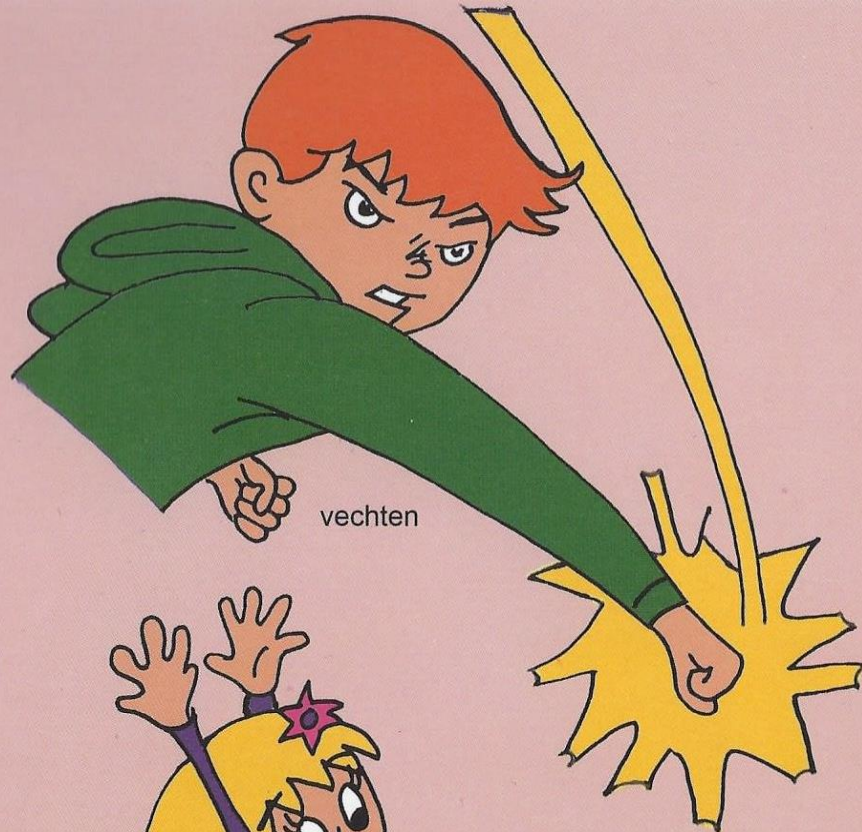
Intellect / Leervermogen / Geheugen / Geleerd gedrag

Kennis / Creativiteit / Logisch denken / Morele waarden

Koopwoede



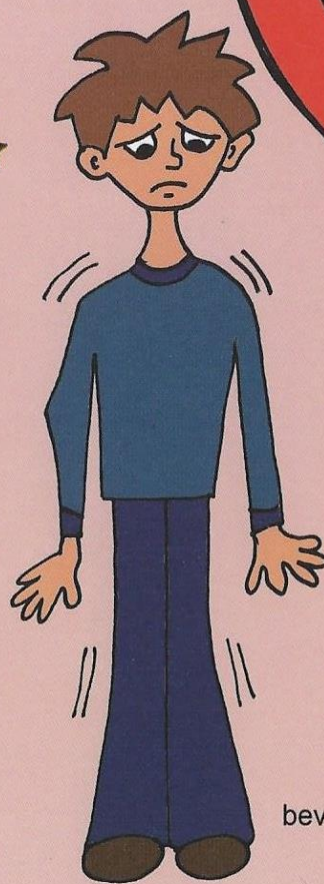




vechten



vluchten



bevriezen



denken is geblokkeerd

☺ **Gebruik LSD:**
Luisteren, Samenvatten, Doorvragen



☺ **Laat OMA thuis:**
Oordelen, Meningen, Adviezen



☺ **Neem ANNA mee:**
Altijd Navragen, Nooit Aannemen



☺ **Smeer NIVEA:**
Niet Invullen Voor Een Ander



Een mentor herken je doordat hij/zij;

- ☺ ...uit de Drama-driehoek blijft!
- ☺ ...OMA thuis laat en NIVEA smeert!
- ☺ ...zorgt voor ontwikkeling van zelfvertrouwen en een veilig gevoel!
- ☺ ...voorwaarde scheppend is!
- ☺ ...op de blauweplek duwt!
- ☺ ...empatisch luistert!
- ☺ ...kan verduren
- ☺ voorbij de weerstand en verwijt kijkt
- ☺ ...eigenaarschap bevordert!
- ☺ ... Giraffe-taal spreekt en aanmoedigd!



Weinig ruimte leerling/ouder/collega

*

leerling

ouder(s)

collega

Docent / Mentor

*

Weinig ruimte docent/mentor

Niveaus in het gesprek

☹ Inhoud

Daar waar het over gaat

☹ Procedure

Vorm waarin / omgeving / waar / tijd

☹ Interactie

Wijze van omgang, hier en nu jij en ik!

(ik merk dat je de laatste 5 min. steeds minder zegt)

☹ Gevoel

Beleving onder woorden brengen,
hier en nu jij en ik

(Hierdoor word ik erg geïrriteerd)



Figuur 9.1 **INTERVENTIES EN NIVEAUS**

Interventies	inbreng, gedachte en ervaring van de leerling						inbreng, gedachte en ervaring van de mentor					
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	zich open stellen	luis- teren	terug kop- pelen	verhel- deren/ con- fron- teren	vra- gend aan- sluiten	sturen	stimu- leren	vra- gend toe- voegen	infor- matie geven	advi- seren	beoor- delen	op- leggen
Niveaus	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
inhoud												
procedure												
interactie												
gevoelens												

Soorten vragen

- ☹ **Gesloten vragen, *weinig ruimte***
“Heb je het naar je zin op school?”
- ☹ **Open vragen, *veel ruimte***
“Vertel eens, wat valt je mee/tegen van school?”
- ☹ **Waarom-vragen, *beschuldiging***
“Waarom was jij weer te laat?”
- ☹ **Suggestieve vragen, *verkapt oordeel***
“Is het nooit bij je opgekomen dat je voor een repetitie moet studeren?”
- ☹ **Meerkeuze-vragen / Meerdere vragen,**
“ben je bang of trek je je er niets van aan?”

