

Op zoek naar de oorzaak van gedrag

Een andere manier van gesprekken voeren met leerlingen

Op alle scholen en in alle klassen zitten leerlingen die het moeilijk vinden om zich in school te handhaven. Denk hierbij aan hyperactief gedrag, woedeaanvallen, pesten of gepest worden, depressiviteit, faalangst, schoolangst of een volledig gebrek aan motivatie. In dit artikel gaan we op zoek naar de oorzaak.

door Inge Hummel, met medewerking van Resi Beelen

Hummel geeft de workshop 'Mijn invloed op het onbewuste gedrag van (zorg)leerlingen' op de Dag van de Zorgcoördinator 2018

Lang niet altijd is de oorzaak van het in de intro genoemde gedrag duidelijk. Bij posttraumatische stress of een instabiele thuissituatie bijvoorbeeld lijkt de oorzaak duidelijk. Hoe kunnen we omgaan met onderwijsbelemmerend gedrag? Vaak is er door school al van alles gedaan om de leerling in een andere stand te krijgen: gesprekken gevoerd, actieplannen opgesteld vanuit de leerlingbesprekingen, trainingen aangeboden, enzovoort. De effecten kunnen beneden verwachting zijn, of zijn kortdurend. De leerlingen zijn ondanks de aangeboden hulp niet in staat om hun gedrag of gevoel bij te sturen. Ook als zij dit zelf willen.

'Ik wil minder ruzie hebben op school'

Dit artikel beschrijft een vernieuwende vraagtechniek die het onderwijsbelemmerend gedrag van leerlingen op school aanpakt. Wij noemen deze werkwijze de PMA-vraagtechniek, oftewel de Progressive

Mental Alignment-techniek. Samen met de leerling wordt gezocht naar de triggers in de schoolsituatie. Met behulp van de vraagtechniek wordt voor de leerling duidelijk waarom hij/zij zich zo gedraagt (inzicht) en waar dit gedrag vandaan komt (oorzaak). Het resultaat is dat er snel en met goed resultaat gedragsveranderingen te zien zijn.

De resultaten

De vragen waarmee leerlingen komen zijn zeer verschillend. Vaak kan de leerling het eigen gedrag en/of gevoel ook niet goed verklaren. Een aantal voorbeelden van hulpvragen en resultaten:

Meisje, 12 jaar: 'Hoe kan ik leren om te gaan met klasgenootjes en leren om op tijd te stoppen als iemand dit aangeeft?'

Resultaat: 'Omdat we zijn terug gegaan naar een situatie waarin ik me hetzelfde voelde, kan ik nu de link leggen van toen naar nu, waardoor ik beter kan omgaan met klasgenoten. Ik kan eerder stoppen en opmerkingen negeren. Als ik nu mijn zin niet krijg, kan ik daar mee omgaan en word niet meer boos. En ik voel me fijner in de klas.'

Jongen, 16 jaar: 'Ik wil minder ruzie hebben op school.'

Resultaat: 'Ik let nu meer op mijn eigen reactie en bemoei me minder snel met andere ruzies. Ben me bewust van mijn eigen uitstraling en ik ben me bewust wanneer ik boos kijk. Ik kan nu ook een knop omzetten.'

Jongen, 13 jaar: 'Ik heb veel ruzie over mijn werkhouding thuis en op school. Ben ook vaak nog verdrietig over het overlijden van mijn vader.'

Resultaat: 'Mijn mentor geeft mij complimenten over mijn werkhouding. De relatie tussen mij en mijn stiefvader is beter. Ik leer beter omdat ik mij nu kan concentreren. Ik weet nu ook waarom ik zo afdwaalde met mijn aandacht.'

Bovenstaande uitspraken laten zien dat de gesprekken met de leerlingen in eerste instantie gericht zijn op het functioneren van de leerling in de schoolsetting. Wat belemmert de leerling op school? Waar heeft hij/zij last van? Dat is het uitgangspunt en daar wordt aan gewerkt. Daarnaast zijn de gedragsveranderingen vaak ook thuis merkbaar. Een opmerking van een ouder: 'Hij is vrolijker, spreekt meer af met vrienden en komt ook vaker beneden bij ons zitten.'

Wie voert deze gesprekken?

We onderscheiden twee niveaus van gespreksvoering:

1. De mentor of de leerlingbegeleider brengt samen met de leerling het probleem in kaart. Ze gaan op zoek naar triggers. Hierdoor kunnen al heel wat inzichten en veranderingen teweeg worden gebracht.
2. Een intensiever traject kan worden uitgevoerd door een externe coach met vijf tot zes gesprekken. Vaak wordt dit bekostigd vanuit een arrangement of vanuit de VSV-gelden. Een andere mogelijkheid is om met een interne coach te werken (een mentor, een leerlingbegeleider of zorgcoördinator) die een PMA-training heeft gedaan. Dit laatste heeft de voorkeur. Met de expertise binnen school kan sneller gehandeld worden.

Onze werkwijze

Vanuit de huidige inzichten over hoe gedrag bepaald wordt door opslag en verwerking van ervaringen in ons brein, het Unified Brain Model, is een gespreksmethodiek ontwikkeld die de afgelopen zeven jaar in het onderwijs is toegepast. Uit wetenschappelijk onderzoek is bleek dat herinneringen worden opgebouwd uit 'mentale plaatjes', bestaande uit

geuren, kleuren, vormen, smaken, woorden, geluiden, enzovoort en het hierbij behorende gevoel (van prettig tot minder prettig en alle gradaties hiertussen). Er is sprake van twee codes bij de opslag van de gegevens: een objectieve code (een kleur, een vorm, etc.) en een gevoelscode. Deze codes bepalen of iets als prettig of niet prettig wordt geregistreerd.

Een voorbeeld uit mijn eigen leven:

Ik was vier jaar, zat op de kleuterschool en speelde aan de zandtafel. Bij mijn spel maakte ik allerlei diereengeluidjes, iets wat mijn juf niet prettig vond. Ineens stond zij achter mij en schreeuwde mij toe dat ik stil moest zijn. Volledig geschokt en in de war door dit voor mij geheel onverwachte gebeuren, keek ik haar in volle paniek aan. En concentreerde mij vooral op haar blauwe ogen en gepermanente bruine krullen. Duidelijk zal zijn dat deze gebeurtenis - en dus ook de blauwe ogen en de bruine gepermanente krullen - in mijn brein met een hoge negatieve lading opgeslagen is. Tien jaar later, in het voorgezet onderwijs, kom ik in de gang een nieuwe leerkracht tegen. Ze heeft blauwe ogen en bruine gepermanente krullen. Ik heb haar nooit eerder gezien, maar ik voel mij niet prettig. Ik heb direct een hekel aan haar en de relatie wordt de rest van mijn schooltijd eentje van uitdagen en elkaar niet begrijpen.

Hoe ziet zo'n PMA-gesprek eruit?

Van groot belang is om de leerling allereerst uit te leggen hoe het brein (ver)werkt. Vanuit een recente gebeurtenis (die te maken heeft met de hulpvraag van de leerling) vragen we daarna verder, naar het meest vervelende moment in die gebeurtenis. En dan naar het meest beladen detail en het bijbehorende gevoel in dit moment. Vanuit deze triggers in de schoolsituatie komen dan die gebeurtenissen boven die een relatie hebben met de gebeurtenis in het heden. Deze koppeling zorgt ervoor dat de triggers worden ontdaan van hun negatieve gevoel.

Tot slot

Terug naar mijn eigen ervaring. Hoe graag had ik niet willen weten hoe gegevens in het brein worden opgeslagen? En dat ik nooit zo'n weerstand had kunnen voelen zonder dat dit een reden had: namelijk een eerdere ervaring met soortgelijke overeenkomstige gegevens. En als ik op dat moment de trigger en het gevoel had kunnen duiden en de koppeling had kunnen maken naar die eerdere situatie, had mijn relatie met mijn leerkracht in het voortgezet onderwijs een ander verloop gehad.

Kijk voor meer informatie op www.edumind.nl of mail naar i.hummel@edumind.nl