

Maak verbinding met het netwerk van de ander

door Ivo Mijland

Om verbinding te maken met het wifi van een ander, heb je een netwerksleutel nodig. Die sleutel geeft je toegang tot zijn of haar systeem. In gesprekken met mensen is het niet anders. Je hebt de sleutel van de ander nodig om tot ontmoeting te kunnen komen.



Veel begeleiders zijn niet zo zeer bezig met de netwerk-sleutel van de ander. Zij zijn veeleer bezig met alle sleutels die ze zelf hebben te passen op het slot van de ander. Ze beschouwen de ander als hulpvrager en kiezen hun eigen netwerk om hem van antwoorden te voorzien. Soms met succes, veel vaker met een gefrustreerd gevoel tot gevolg. In dit artikel verken ik de vele mogelijkheden om gebruik te maken van de sleutel van de hulpvrager zelf, in de overtuiging dat juist het vinden van die sleutel tot echte verandering kan leiden.

De drie b's

Om verbindend te kunnen communiceren, is het van groot belang dat je bereid bent om te werken aan een meerzijdig partijdige basisattitude. Van nature zijn we – met de beste bedoelingen – geneigd tot behoeden, bekeren en beschermen. Behoeden betekent dat we geneigd zijn om te voorkomen dat anderen in de problemen komen. Bekeren wil zeggen dat we de ander onuitputbaar aansporen tot gezonder gedrag, vergetend dat ongezond gedrag ook een gezond element kent. Beschermen komt neer op onze natuurlijke neiging iets niet te doen, uit het oogpunt dat het voor de ander niet te verdragen is. We stellen maar liever geen onveilige vragen, want dat zou wel eens niet

Bekeerders, behoeders en beschermers zijn bezig met hun eigen angsten

goed ontvangen kunnen worden. Gek genoeg zijn bekeerders, behoeders en beschermers onbewust veel meer bezig met hun eigen angsten dan met de mogelijke reactie van de hulpvrager. Wat zal er met mij gebeuren als straks blijkt dat ik iets niet gedaan heb? Wat gaat er allemaal gebeuren als ik een onveilige vraag stel? Wie ben ik om me in deze ingewikkelde materie te storten?

Reflecteren

Als je kijkt naar je eigen problemen, zul je al snel merken dat behoeden, bekeren en beschermen op je persoonlijke stuk al knap lastig is. Hoe moeilijk is het dan om – uiteraard goed bedoelende – behoeders, bekeerders en beschermers te ontmoeten? Hoe is het voor jou als je zelf weet dat je moet stoppen met roken, dat je omgeving je daar bij gaat 'helpen'? Je partner, de buurvrouw en je moeder voortdurend met goedbedoelde raad komen? Waar nu 'roken' staat, kun je met gemak al je andere gewoontes invullen waarvan je weet dat ze niet constructief zijn. Wil je meer verbinding maken met je leerlingen, kies dan voor het afwerpen van de drie b's. Dat wil zeggen dat je volledig achterover kunt leunen en probeert het werk over te laten aan de leerling. Tegen een spijbelaar zeg je niet 'stop met

SLEUTELN KUN JE LEREN

Heb je eenmaal verbinding met het netwerk van de ander, dan zijn er verschillende methodes om op het netwerk te blijven.

- 1 Ga uit van de goede intenties van de ander. Als je met iemand spreekt, helpt het als je basishouding is dat je de ander okay vindt. Zelfs bij grensoverschrijdend gedrag is het belangrijk om uit te stralen dat je oprecht interesse hebt in zijn werkelijkheid. Dat wil niet zeggen dat je alles goed vindt. Dat lees je bij twee.
- 2 Geef duidelijk aan waar je grenzen liggen. Wat vind jij lastig aan de ander? Geef die grenzen echter niet aan in bewoordingen als 'jij hebt me weer teleurgesteld', maar doe dat door de ander een kijkje te geven in jouw kijk op de situatie: 'Ik merk dat ik boos ben over de situatie waar jij en ik nu in verzeild geraakt zijn.' Starten vanuit ik-boodschappen geeft enorm veel verbinding.
- 3 Maak gebruik van metaforen. Dat zijn verhalen, gedichten, anekdotes, beeldspraken, die vanuit de verbeelding het gesprek op gang kunnen brengen. Bijvoorbeeld: nu we hier zo samen spreken, lijkt het of ik voor het eerst de netwerksleutel te pakken heb die bij jou hoort. Wat fijn dat je me een kijkje geeft op jouw harde schijf.
- 4 Communiceer in termen van wat goed gaat. Bij een leerling die een tafel door de klas gesmeten heeft, ben je geneigd je te richten op wat verkeerd ging. Verbinding ontstaat als je laat merken dat je de ander ondanks zijn 'fout' blijft waarderen. Je zult je verbazen over het effect van deze variant: 'Jan, wat ben ik blij dat je je boosheid op die tafel hebt gericht en niet op de leraar waar je zo boos op bent.' Je kunt desgewenst vervolgen met de volgende zin: 'Toch merk ik dat ik ook erg geschrokken ben van het voorval.'
- 5 Stel jezelf in elk gesprek de vraag: wat zegt dit nu eigenlijk over mij, over ons, over onze school? Laat de leerling iets geven aan jou als begeleider. Leer van de leerling. Realiseer je dat de leerling aandacht krijgt door uit te blinken of door lastig te doen. Wat is de opbrengst van lastig doen? Anders gezegd: wat kun jij doen om de leerling uit te laten blinken?
- 6 Ontmoet de leerling in zijn hele context. We vergeten vaak dat gedrag niet alleen gevoed wordt door de gebeurtenissen op school, maar ook door wat het kind buiten school aan ervaringen opdoet. Een simpele vraag die als katalysator kan werken: als je vader of moeder zou weten dat je hier met mij over spreekt, wat zouden ze dan tegen je zeggen? Als ik je moeder zou uitnodigen om iets over thuis te vertellen, wat zou ze dan vooral graag aan mij willen zeggen?
- 7 Geef je gesprekspartner invloed, want invloed zorgt voor verbinding. Vragen die invloed geven zijn: 'mag ik je een wat moeilijkere vraag stellen' 'wat heb je al gedaan om het probleem aan te pakken' 'wil je me leren hoe jij dat doet' enzovoorts.



spijbelen', maar liever 'wat gebeurt er bij jou als je spijbelt?' En tegen een faalangstige leerling die vraagt om advies zeg je niet 'doe dit en daarna dat', maar eerder 'wat had je zelf al allemaal bedacht?'

Verbindend communiceren

Naast een ogenschijnlijk 'verkeerde' basishouding van afwachtende nieuwsgierigheid, is het vooral belangrijk te trachten de ander te begrijpen. Zoals de metafoor van de wifi-verbinding al duidelijk maakt, is dat niet eenvoudig. Je moet namelijk de (non)verbale taal van de ander ontcijferen om op diens netwerk te komen. De probleem-eigenaar is de enige die de netwerksleutel weet, al is het na een aantal gesprekken steeds eenvoudiger die sleutel te onthouden en mee te nemen naar het vervolgesprek. Stephen Covey omschreef dat in één zin: probeer eerst te begrijpen, dan pas begrepen te worden. Dat is belangrijk, omdat verandering niet zo makkelijk optreedt. De mens is geneigd om eenmaal geautomatiseerd gedrag in het brein

Moeilijk is het loslaten van de logische aanpak

op te slaan op een niet te deleten plek. Zoals een computer aangestuurd wordt vanuit de BIOS (het brein van de pc), zo wordt gedrag aangestuurd vanuit de (oer)hersenen. Wil je als begeleider tot ontmoetingen komen, dan moet je in de lucht zijn, online zijn, op het netwerk van de ander inloggen, toegang verkrijgen tot zijn BIOS.

Durf jij?

Verbindend communiceren is minder moeilijk dan je denkt. Wat vooral moeilijk is, is het loslaten van de logische aanpak die veel begeleiders uitstekend in de vingers heb-

Dankjewel, Simon!

Het is tijdens de jaarlijkse Roefeldag – een dag dat kinderen in ons dorp mogen roefelen (= snuffelen) in de grotemensenwereld - dat ik kennis maak met de negenjarige Simon, een jongen met autisme. We gaan een bezoek brengen aan vier bedrijven. Ik vraag aan de kinderen: zijn er dingen die ik moet weten voordat we kunnen beginnen? Simon reageert direct. 'Ik heb autisme!' Ik zeg dat ik er wel eens van gehoord heb, maar niet precies weet wat dat voor mij en voor de andere kinderen betekent. 'Ik kan niet goed tegen veel prikkels, dan gaat mijn hoofd raar doen.' Ik vraag uitleg over het woord prikkels. 'Teveel geluiden door elkaar. Ik hoor dan alles door elkaar.' Wat zou je helpen, Simon? 'Als jullie niet door elkaar praten.' We maken een deal met een high five met de hele groep. Aan het eind van de dag kijk ik Simon aan en zeg hem, rustig en verbonden: dank je wel dat je me geholpen hebt je vandaag te begeleiden. 's Avonds realiseer ik me maar weer eens dat ik meer leer van jongens als Simon, dan van de boeken die over autisme geschreven worden. Mijn nieuwsgierigheid wordt beloond. Misschien is dat wel de leukste en spannendste opgave van leerlingbegeleiders: ze mogen, nee, ze moeten nieuwsgierig zijn...

ben. Verbindend communiceren vraagt een andere aanpak. Het vraagt om lef! Want durf jij erop te vertrouwen dat je vanuit een werkelijke ontmoeting de ander kunt helpen zichzelf te helpen? Durf jij de ander verantwoordelijk te maken voor zijn vraagstukken en problemen? Durf jij erop te vertrouwen dat de ander beter voor zichzelf kan zorgen dan jij dat kan? Durf jij de paradox van de communicatie te aanvaarden en soms datgene te doen wat gevoelsmatig 'verkeerd' lijkt? Durf jij je te beperken tot het aanbieden van hulp, waarbij de leerling zelf kiest of die hulp wel of niet gelegen komt? Durf jij...?

Ivo Mijland is trainer/coach en schreef inmiddels al elf boeken voor begeleiders in het onderwijs.

