

# Affectief lesgeven

Aan de slag met de puberijsberg

Pubers laten vaak maar een klein stukje van zichzelf zien. Ingrid van Essen vergelijkt dat met een ijsberg waarvan je maar een topje ziet terwijl het meeste zich onder water bevindt. Als docent ontdekte ze de kracht van het 'affectief lesgeven': inzoomen op het onderwaterdeel en daarbij gebruikmaken van communicatie- en gesprekstechnieken. Ze schreef er een boek over voor haar collega's. Die kunnen er zo mee aan de slag.

Voor de foto is gebruik gemaakt van een model.



**I**ngrid van Essen heeft een missie. Ze wil iedereen vertellen over de positieve effecten van 'affectief lesgeven'. Lesgeven terwijl je in je achterhoofd houdt dat het zichtbare gedrag van een leerling niets zegt over hoe hij zich voelt, wat hem beweegt, hoe hij in het leven staat. Lesgeven terwijl je, door gebruik te maken van

communicatie- en gesprekstechnieken, doordringt tot je leerling, contact maakt en verbinding aangaat. Daarmee de boodschap geeft dat je belangstelling hebt voor je leerling en dat hij of zij er toe doet. "Als pubers één ding met elkaar gemeen hebben", zegt Ingrid, "dan is het hun gevoeligheid voor de manier waarop er tegen ze wordt gesproken. Als ze het idee

hebben dat ze 'van bovenaf' benaderd worden, haken ze af. Dan voelen ze zich niet gehoord en serieus genomen.

### **Bewustwording**

De manier van communiceren met pubers is daarom van doorslaggevend belang. "Maar daarbij hoort ook het thema 'grenzen stellen'. Pubers kunnen soms zo grenzeloos zijn dat jij als docent de grenzen moet aangeven. Van hen kun je dat (nog) niet verwachten. Ik zeg altijd: 'aan de grens ontmoet je elkaar'. Met alleen kennis overbrengen kom je er niet als docent. Door gebruik te maken van speciale technieken in de omgang met je leerlingen, kun je het verschil maken tussen frustreren en motiveren. Tussen ontmoedigen of inspireren. Volgens mij wordt het tijd dat dergelijke kennis en vaardigheden aan het arsenaal van een docent worden toegevoegd."

Ingrid is van origine historica en haalde een lesbevoegdheid om als docent aan de slag te kunnen. Ze noemt het werken met pubers "super leuk". Toen de directeur van de school haar vroeg of ze met een paar lastige havo-4-klassen op een speciale manier aan het werk wilde gaan voor het vak filosofie, was ze meteen enthousiast. Haar opdracht was de leerlingen meer bewust te laten worden van zichzelf en hun eigen functioneren. Ze betrok de klas bij de opdracht en ontwikkelde gaandeweg samen met de leerlingen een 'leerlijn bewustwording'.

### **Puberijtsberg**

Daaruit ontstond het begrip 'puberijtsberg', met boven de waterspiegel het topje dat ze 'imago' noemt. Dat wat de leerling de buitenwereld laat zien. Daaronder zitten de gevoelens en behoeften, die ontdekt kunnen worden met de vragen "Wat voel ik" en "Wat wil ik?" Daarna komt de

vraag "Wat kan ik?", om de eigen kwaliteiten en vaardigheden te ontdekken. Om tot slot te komen bij de onderste laag, 'identiteit' en 'zelfbewustwording'. Dan kom je bij het antwoord op de vraag "Wie ben ik?"

De post-hbo-opleiding tot pubercoach, die Ingrid zelf in dit kader volgde, deed haar kennis maken met verschillende communicatie- en gesprekstechnieken uit de therapeutische hoek. Vijf jaar positieve ervaringen met deze manier van omgaan met 'lastige pubers' bracht haar tot de overtuiging dat het tijd werd voor een boek.

Nee, haar collega-docenten waren niet meteen gewonnen om deze manier van communiceren met pubers over te nemen. Sommigen vonden het 'te soft'. "Ik ben geen therapeut", werd er gezegd. "Nee", antwoordt Ingrid dan, "ik ook niet. Dat is ook niet de bedoeling, maar ik heb wel gemerkt dat een aantal technieken goed toepasbaar is in de schoolse situatie. Dat je er echt iets mee kan. In de mentorlessen heel systematisch, maar in de andere lessen toch ook tussen de bedrijven door. Het gaat om je instelling en de manier van benadering van je leerlin-

## **Hoe ga je het vieren als je je doel hebt bereikt?**

gen. Als ze mij dan zeggen: 'Ja, maar hij doet niets en wil ook niets'. Dan vraag ik ze 'Maar wat zou jij eraan kunnen doen?'"

### **Weerstand**

"In het begin lijkt het misschien te lastig, of het lijkt veel tijd te kosten. Maar op den duur win je die tijd terug, want je leerlingen zitten gemotiveerder in de klas. We weten toch allemaal, ook

---

## **Hoe maak ik contact met mijn puber?**

- Wees een OEN, open, eerlijk en nieuwsgierig
- Gebruik LSD, luisteren, samenvatten, doorvragen
- Laat OMA – oordeel, mening en advies – wat vaker thuis
- Neem ANNA – altijd navragen, nooit aannemen – mee
- Smeer veel NIVEA, niet invullen voor een ander
- En maak je DIK, denk in kwaliteiten.

## Het boek

Het boek bestaat uit drie delen. Het eerste deel is gericht op het communiceren en contact maken. Eerst wordt de puberijdsberg besproken, daarna de theorieën van de motiverende gespreksvoering, de oplossingsgerichte positieve communicatie en het geweldloos en respectvol communiceren. Deel twee is geschreven door gastauteur Huub Nelis en gaat over het ontdekken van de talenten van leerlingen en het omgaan met de excellente leerling. Deel drie is gericht op de praktijk en bevat werkvormen voor alle onderdelen van de puberijdsberg.



## Kun je mij uitleggen hoe ik jou het beste kan helpen?

van vroeger, dat de persoon van de leraar het verschil kan maken. Dat je voor sommige leraren wél aan de gang ging en voor anderen juist niet. Ik weet nu dat je, door anders naar leerlingen te kijken en wezenlijk contact te maken, een docent kan worden voor wie ze willen werken. Dat heb je niet van vandaag of morgen onder de knie, maar met een beetje oefening kun je het wel aanleren.

Weerstand bij mijn collega's zie ik, net als bij de leerlingen, voornamelijk als angst om iets te moeten wat je niet onder de knie hebt. De valkuil voor leraren is dat ze gewend zijn aan eenrichtingsverkeer met de leerling, om hem iets aan te leren of te adviseren. Maar ze zijn niet altijd gewend om de motivatieverandering uit de leerling zelf te laten komen. Helaas wordt dat nog te weinig behandeld op de lerarenopleidingen. Gelukkig zie ik nu, na vijf jaar, een voorzichtige kentering. Er komen van diverse kanten vragen naar mij toe om workshops te houden over dit onderwerp."

### Passend onderwijs

Heeft ze in het kader van passend onderwijs ook ervaring met leerlingen die een specifieke gebruiksaanwijzing hebben, zoals leerlingen met ADHD of ASS? "Absoluut, en ik ben er altijd van onder de indruk hoe die leerlingen zelf kunnen aangeven wat zij nodig hebben om te kunnen functioneren. Dan vraag ik aan zo'n jongere 'Kun je mij uitleggen hoe ik jou het beste kan helpen?' En dan krijg ik hele praktische antwoorden. Het affectief lesgeven is voor deze leerlingen juist uitermate geschikt, omdat je als docent

bezigt bent met wat er achter het uiterlijke gedrag van de leerling schuilgaat. Je hoeft dan volgens mij niet alles te weten over de stoornissen, maar wél over hoe je je gedrag in de klas kunt aanpassen op maat van die specifieke leerling. En die leerling er dus vooral ook zelf bij betrekken."

### Vieren

Gedrag veranderen kost tijd. En energie. Dat lukt beter als je tevreden over jezelf mag zijn. Dan word je als puber niet zo blij als je hoort "zie je wel: je kan het wel, als je maar wil". Maar dan komt "wauw, goed dat het nu gelukt is" wél positief bij je binnen. "Ik vraag in mijn lessen bij de start aan de leerlingen wat ze willen bereiken, en hoe ze het gaan vieren als het bereikt is. Naar een concert van X, een weekendje kamperen met vriendinnen op Texel? Je hebt het verdiend!" •

Ingrid van Essen is onlangs een eigen praktijk voor coaching en training van pubers en ouders gestart. [www.youngidentitycoaching.nl](http://www.youngidentitycoaching.nl)



## Kom naar de lezing!

Meer weten over het affectief lesgeven van Ingrid van Essen? Kom dan naar de speciale Balans/NVA-lezing die wordt gehouden op 9 oktober in De Bilt.

Voor Balans- en NVA-leden is de lezing gratis, niet-leden betalen € 15,-

U kunt zich aanmelden tot 2 oktober via [www.balansdigitaal.nl](http://www.balansdigitaal.nl).