

PEDAGOGISCHE ONDERBOUW

POSITIEVE PSYCHOLOGIE

Sinds de jaren 90 van de vorige eeuw is er in de psychologie veel interesse ontstaan voor de studie van positieve beleving van emoties. Mensen die gelukkig zijn, krijgen letterlijk energie.

Welbevinden en sterktes (Seligmann)

We streven er binnen ons internaat naar om bij onze jongeren een zo hoog mogelijk gevoel van welbevinden te realiseren.

Gebruik maken van je sterke kanten leidt tot meer welbevinden (well-being).

Volgens Seligmann (2011) kent welbevinden 5 peilers:

- **Het plezierige leven**
Je gelukkig en tevreden voelen. Dit gaat over het ervaren van positieve gevoelens.
- **Het goede leven**
Het ervaren van gevoelens van persoonlijke vervulling.
Zijn jongere betrokken bij wat ze doen?
- **Het hebben van positieve relaties**
- **Het zinvolle leven**
Ervaren onze jongeren dat ze deel uitmaken van een grote geheel (zorg, ervaren van schoonheid, ...)
- **Iets bereiken**
Beseffen wat je reeds realiseerde, welke succes-ervaringe hebben onze jongeren?

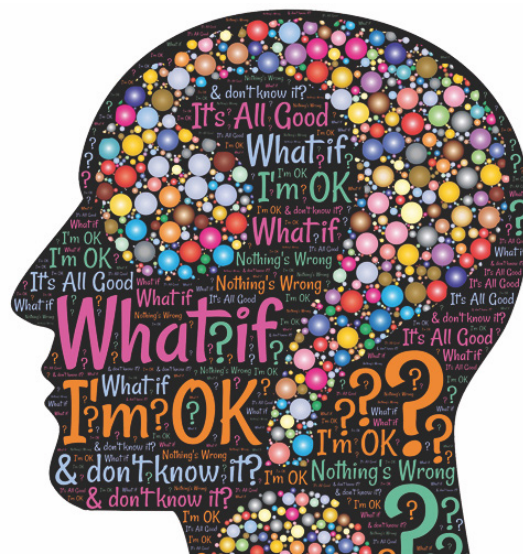
De World Health Organisation omschrijft geestelijke gezondheid als een toestand van welbevinden, waarin het individu zijn mogelijkheden realiseert, kan omgaan met de normale stress van het leven, productief kan zijn in zijn werk en een bijdrage kan leveren aan de samenleving (WHO 2014).

Binnen ons internaat zetten we hard in om dit welbevinden mogelijk te maken.

Bij de socio-emotionele begeleiding van onze jongeren werken we op 3 niveaus:

- **Emotioneel welbevinden of subjectief welbevinden**
Tevredenheid met je eigen leven, ervaren van positieve gevoelens zoals geluk en interesse.
- **Psychisch welbevinden**
Hierbij staat zelfverwerkelijking centraal, weten waar je naartoe wil en een positieve houding ontwikkelen ten opzichte van jezelf.
- **Sociaal welbevinden**
De idee dat anderen waarderen wat je doet en een eigen positieve houding ten opzichte van de mensen om je heen.

Binnen ons pedagogisch handelen gaan we steeds uit van de **krachten, positieve eigenschappen en sterktes (strengths)** van onze jongeren. Elk individu bezit zeer veel sterktes en kan deze ook verder ontwikkelen. Sterktes zijn positief en kunnen elkaar versterken.



Broaden and build theorie (Frederickson)

Positieve emoties hebben een sterke impact op hoe we denken. Wie een positieve beleving heeft, staat open-er ten opzichte van anderen, zowel ten opzichte van mensen die men reeds kent als ten opzichte van nieuwe contacten.

Het opsplitsen van groepen in 'wij' versus 'zij' neemt af. Positieve emotie leidt ook tot bouwen van duurzame persoonlijke bronnen en creëert een betere gezondheid en voldoening.

Persoonlijke bronnen

1. Psychische hulpbronnen

Positieve emoties bouwen psychische vermogens op. Door positiviteit te ervaren worden mensen volgens Frederickson optimistischer, veerkrachtiger, opener, accepteren ze meer en worden ze meer gedreven door een doel. Hierbij merkt Frederickson op dat het hebben van goede eigenschappen zelf ook positieve gevoelens kan voortbrengen, ze spreekt hierbij dus van een wederkerigheid.

2. Intellectuele hulpbronnen

Positieve emoties bouwen goede mentale gewoontes op. Volgens Frederickson zorgt het verbredingseffect van positieve emoties ervoor dat mensen een blijvende mentale gewoonte van openheid kunnen opbouwen. Met andere woorden: door positieve emoties te ervaren worden mensen bewuster van hun omgeving, en bijgevolg ook aandachtiger voor hun omgeving. Deze openheid voor de omgeving zorgt ervoor dat mensen meer openstaan voor leren, meerdere oplossingen voor hun problemen zien en verschillende manieren om doelen te bereiken afwegen.

3. Sociale hulpbronnen

Positieve emoties bouwen sociale banden op. Door positiviteit te ervaren wordt de positiviteit van de naasten ook gestimuleerd. Positiviteit is namelijk aanstekelijk en maakt aantrekkelijk, waardoor sociale banden sterker worden.

4. Fysieke hulpbronnen

Positieve emoties bouwen fysieke gezondheid op. Wetenschappers beginnen een steeds dieper verband te zien tussen positiviteit en gezondheid. Gezondheid leidt tot vreugde, maar omgekeerd kan positiviteit ook tot gezondheid leiden.

Volgens de broaden-and-build theorie (verbreed-en-bouw theorie) van Fredrickson (2009) dienen positieve emoties in de evolutie een speciaal doel: zij stimuleren mensen om op een open, tolerante en opbouwende manier te denken. Positieve emoties zorgen dus voor een mogelijkheid tot groei, en zorgen ervoor dat onze gedachten en ons gedragsrepertoire wordt verbreed. Door dit effect zijn we bij positieve emoties mentaal naar buiten gericht, flexibel en creatief. Dit helpt ons onze intellectuele, sociale en fysieke capaciteiten op te bouwen en vergroot zo onze overlevingskansen op langere termijn. Negatieve emoties aan de andere kant - zoals angst en boosheid - attenderen ons volgens Frederickson (2009) op gevaar en maken ons gevechtssklaar door een onmiddellijk en vernauwd overlevingsgedrag te stimuleren (fight-or-flight-respons).



Positieve en negatieve emoties zijn dus verschillend in hun actiegerichtheid. Negatieve emoties zorgen voor een vernauwd gedrag, en positieve emoties zorgen voor een verbreed gedrag.

Creativiteit en flow (Mihaly Csikszentmihalyi)

Flow refereert aan een mentale toestand waarin een persoon volledig opgaat in zijn of haar bezigheden. Flow wordt gekenmerkt door volledige betrokkenheid bij de activiteit en het feit dat je de activiteit succesvol uitvoert. Belangrijkste theoreticus achter dit concept is de Amerikaanse psycholoog Mihaly Csikszentmihalyi

Flow is een belangrijk concept in de positieve psychologie, waarvan Csikszentmihalyi (naast Martin Seligman) de belangrijkste grondleggers zijn.

Volgens Csikszentmihalyi kan het gevoel van flow gekenmerkt worden door ten minste een aantal van de volgende acht kenmerken:

1. Een duidelijk doel
2. Concentratie en doelgerichtheid
3. Je gaat volledig op in de activiteit
4. Verlies van tijdsbesef: de tijd vliegt voorbij
5. Directe feedback: succes en falen ten aanzien van de activiteit zijn onmiddellijk duidelijk, zodat je daarop het eigen handelen direct kan aanpassen
6. Evenwicht tussen de eigen vaardigheid en de uit te voeren activiteit: de bezigheden zijn heel uitdagend maar echter nét niet te moeilijk om met succes uit te voeren
7. Een gevoel van persoonlijke controle over de situatie of activiteit
8. De activiteit is intrinsiek belonend, bijvoorbeeld erg leuk

Een staat van 'flow' wordt geassocieerd met het streven om een bepaald doel te bereiken, zoals het schilderen van een schilderij of het bespelen van een instrument. Deze toestand wordt gerealiseerd als er sprake is van een optimale balans tussen de moeilijkheid van een taak en de specifieke vaardigheden van de persoon in kwestie. Verder kan je in staat van 'flow' boven je eigen kunnen uitstijgen en sneller leren en nieuwe inzichten verkrijgen.



ZELF DETERMINATIE THEORIE (DECI EN RYAN)

Competentie

Als je weet dat je iets niet kunt, dan is de motivatie vaak laag om die taak uit te voeren. Competentiegevoelens zijn dus belangrijk om intrinsieke motivatie te bevorderen. Het gaat hierbij niet zozeer dat je het daadwerkelijk kan, maar of je dit zelf ook zo ervaart.

- Gedrag tot een goed einde kunnen brengen
- Controle hebben over uitkomstgedrag

Autonomie

Autonomie beschrijven Ryan en Deci als zelfbeschikking. Je moet vrij zijn om je eigen keuzes te kunnen en mogen maken. Bependingen en controle verminderen de autonomiegevoelens.

- Initiator zijn van eigen acties
- Zelf aan basis liggen van gedrag
- Jezelf mogen en kunnen zijn

Verbondenheid

Verbondenheid, kan de intrinsieke motivatie versterken. Veiligheid en sociale steun zijn hiervan belangrijke pijlers. Door sociale steun (denk aan aanmoediging en complimentjes) kunnen de competentiegevoelens worden versterkt.

- Geliefd worden door anderen
- Goede, close relaties hebben

Complimenten en aanmoediging zorgen dat iemand meer vertrouwen krijgt in het eigen kunnen. Dit leidt tot meer intrinsieke motivatie. Complimenten en aanmoediging geeft de jongere ook het gevoel van sociale steun.

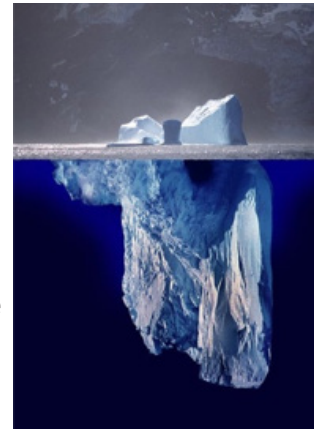
Ook autonomie beïnvloedt de competentiegevoelens. Iemand die zelf mag en kan kiezen over hoe en wanneer hij naar zijn doel werkt, krijgt meer vertrouwen in het eigen kunnen. Hierdoor groeit de intrinsieke motivatie.

Indien deze 3 basisbehoeften bevredigd worden, ontstaat een maximale groeiruimte voor jongeren. De bevrediging van deze basisbehoeften is fundamenteel voor het welbevinden van mensen, of ze nu oud of jong zijn, man of vrouw, opgroeien in Azië dan wel Zuid-Amerika of West-Europa.

SYSTEEM EN CONTEXT

Het ijsbergmodel

ijsberg We zien gedrag als een symptoom, iets wat uitsteekt boven de waterlijn. Dit gedrag kent vele redenen die zich onder de waterlijn bevinden. We zullen steeds het gedrag markeren, maar niet onmiddellijk sanctioneren (Behaviorisme Skinner/Pavlov). Door contextueel op te voeden via de systeemtheorie gaan we analyseren welke lasten er op de jongere wegen die dit gedrag veroorzaken. We maken gebruik van de aanwezige krachten, de positieve eigenschappen van het individu en de context om de lasten te verminderen of weg te werken. Hierdoor zal ook het gedrag van de jongere veranderen en het welbevinden, de emergentie en de veerkracht verhogen (Systeemtheorie Nagy / Zelfdeterminatie theorie (ZDT) Deci & Ryan).

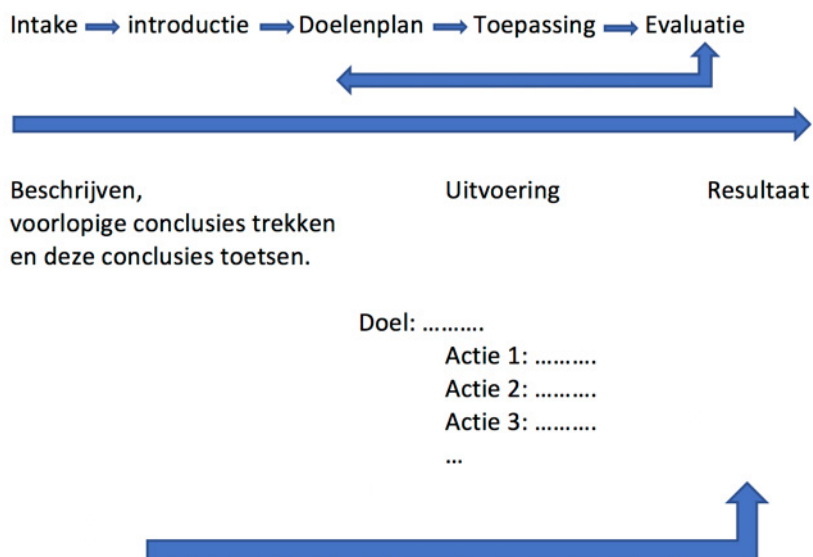


De Methode

Deze methode geeft handvaten om de kenmerken van de jongere en de materiële en sociale context te optimaliseren waardoor de jongere en zijn materiële en sociale context een veerkrachtigere combinatie vormen. Kortom willen we via deze methode vier belangrijke dingen realiseren:

1. De kenmerken van de jongere en zijn materiële en sociale context gedetailleerd in kaart brengen en analyseren hoe de kenmerken de veerkracht bevorderen of belemmeren.
2. Vaststellen op welke manier de bevorderende kenmerken kunnen worden gebruikt en de belemmerende kenmerken kunnen worden bijgestuurd om de veerkracht te vergroten.
3. Het opstellen van een doelenplan met acties die de veerkracht vergroten. Aan het doelenplan wordt de sociale context vastgekoppeld.
4. Tot slotte de doelen en acties evalueren en bijsturen met de sociale context om aan precisie te winnen in functie van de te vergroten veerkracht.

1.



1. Intake

Achtergrond:

Systemen en emergentie of netwerken en probleemoplossend vermogen / veerkracht. Onderscheid tussen symptoom (gedrag) en achterliggende probleemsituatie.

Doel:

Herstel van de emergentie of het probleemoplossend vermogen.
Veerkracht = leren "leren"

Methode:

Samen informatie verzamelen, informatie analyseren, problemen onderkennen, doelen en acties stellen, netwerk

verknopen, toepassen en evalueren (samengevat met de term zelfmanagement).

2. Introductiefase

Achtergrond:

Netwerkanalyse, veerkracht-analyse, ecologisch model van Bronfenbrenner kaderen in het detecteren van krachten en belemmeringen bij de intern en zijn sociale omgeving.

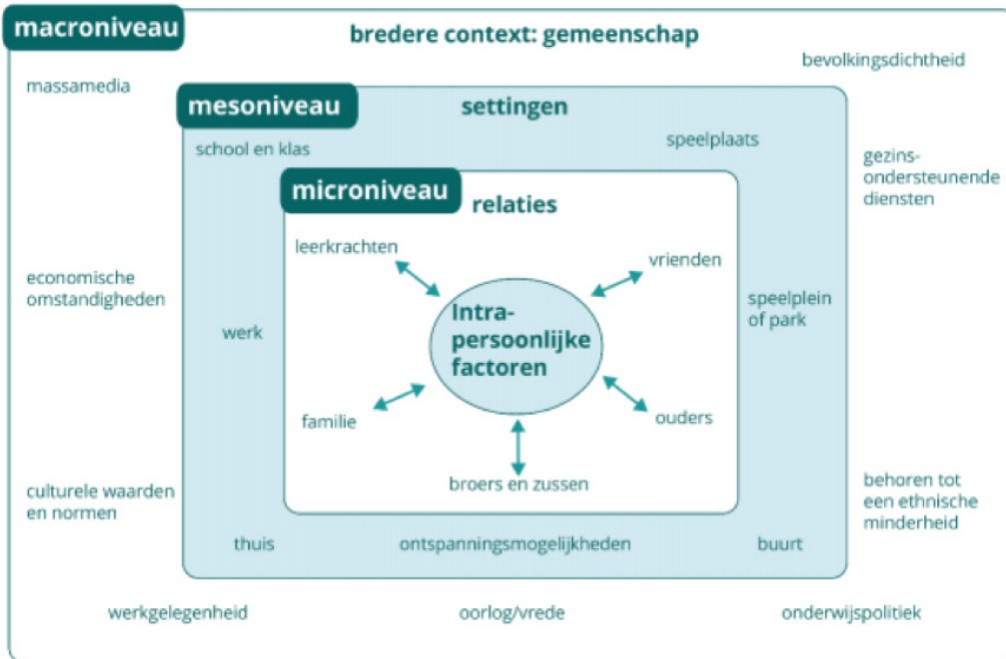
Doel:

Verzamelen van kracht- en belemmeringsgerichte informatie.

Methode:

De opvoeder laat door middel van gerichte vraagstelling vragen beantwoorden en noteren op het sjabloon van het gebruikte instrument.

Het ecologisch model van Bronfenbrenner



3. Doelenplan (SDAR: situatie - Doel - Actie - Resultaat)

Achtergrond:

Wat is een doel? Wat is een subdoel? Wat zijn acties?
De rol van het netwerk. De zelfmanagement-cyclus.

Doel

Een doelenplan waarvan de intern eigenaar is.

Methode:

Vraag:

"Hoe ziet de situatie er uit wanneer probleem x minder of niet meer het geval is?"

"Welke stappen (subdoelen) moeten we zetten om doel x te bereiken?"

"Wie moeten we bereiken om doel x te bereiken?"

4. Toepassen, evalueren & bijsturen

Achtergrond:

Verband tussen doelen, subdoelen en acties. Rol van terugval.

Doel:

Subdoelen handen en voeten geven met acties, deze acties toepassen en de acties evalueren en bijsturen

Methode:

Vraag:

"Welke acties moeten we ondernemen om subdoel x te halen?"

"Welke actie bracht ons dichterbij subdoel x en welke actie niet?"

"Welke nieuwe actie moeten we stellen om ons dichterbij subdoel x?"

5. Beantwoorden van zorgvragen

Achtergrond:

Sociale denkfouten, cognitieve leertheorieën, werking van het brein, ervaringsgerichte opbouw van nieuwe ervaringen.

Doel:

Weerstand ombuigen, intrinsieke motivatie aanwakkeren en netwerk / emergentie versterken.

Methode:

Cognitieve technieken, consequentie-gerelateerd werken en niet normgerelateerd werken.

Ons team is opgeleid in deze methodiek door:

Bart Libbrecht

Vialogos

Gedeelde zorg

NIEUWE AUTORITEIT / NVR

"We geven om jou,
we zijn hier en we blijven hier,
we doen wat nodig is,
we zijn niet alleen."

We baseren ons op een autoritatieve opvoedingsstijl die past binnen een vrije en pluralistische maatschappij. Met zijn Nieuwe Autoriteit biedt Haim Omer een denkkader voor een baanbrekende nieuwe vorm van autoriteit. Omer, hoogleraar psychologie in Tel Aviv, is reeds jaren internationaal bekend door zijn werk over geweldloos verzet. Hij maakt de stap naar een algehele opvoedingsstijl die toepasbaar is in de thuissituatie, op school en de samenleving. Het begrip waakzame zorg is daarbij een belangrijk element waarin hij op heldere wijze structurele gezinstherapie met hechtingstheorie combineert.

Nieuwe autoriteit biedt ouders, leraren, opvoeders, psychologen, beleidsmakers en anderen een kader om gezamenlijk de regie te pakken en vast te houden. Ons team is opgeleid om deze grondhouding toe te passen in de dagelijkse werking met jongeren.

De opvoedingsstijl die we hanteren is gebaseerd op 5 pijlers :

1. **Aanwezigheid / Waakzame zorg**

De nieuwe autoriteit is gebaseerd op aanwezigheid, nabijheid en betrokkenheid van ouders en opvoeders. We weerstaan aan probleemgedrag, creëren samen veiligheid, vermijden escalaties en gaan in de eigen kracht staan. Waakzame zorg staat gelijk aan een betrokken aanwezigheid, kinderen en jongeren willen erbij horen, ook al lijken ze soms het tegenovergestelde te tonen. Door veel in interactie te gaan, regelmatig gesprekken te hebben, uit interesse vragen te stellen, contactmomenten te creëren, de jongere erkenning te geven, bouw je een natuurlijke en ongedwongen aanwezigheid op. Door ook warmte en zorg in die nabijheid te leggen, wordt een geborgen vertrouwensband opgebouwd.

2. **Zelfcontrole**

“Ik moet nu niet winnen, alleen volhouden.”

De opvoeder zet door en verwacht geen onmiddellijke maar een geleidelijke verandering in het gedrag van de jongere. De opvoeder zal “het ijzer smeden als het koud is”. Hij geeft de jongere bijvoorbeeld de boodschap “Ik vind jouw gedrag onaanvaardbaar, ik ga erover nadenken en ik kom er later op terug”. Je geeft het goede voorbeeld. Je mag fouten maken want die kunnen later altijd hersteld worden.

3. **Relatie en herstelgebaren**

Relatiegebaren

We gaan bewust het contact aan met de jongere en verbreken het nooit, ook als het moeilijk wordt. We gaan uit van een onvoorwaardelijke acceptatie voor de persoon van de jongere en geloven in zijn/haar mogelijkheden. We vertrekken vanuit de positieve aspecten. We hebben respect voor zijn/haar autonomie en recht op eigen keuzes. We zijn fundamenteel nieuwsgierig voor wie deze jongere is. We bouwen elke dag aan een positieve relatie met de jongere en gebruiken deze kracht op momenten dat het lastig wordt.

Herstelgebaren

Als het misloopt, helpen herstelgebaren de relatie met de jongere te verbreden, zodat die niet langer alleen nog uit conflicten bestaat. De herstelgebaren hangen niet af van het gedrag van de jongere. Ze geven de mogelijkheid om onvoorwaardelijke acceptatie te tonen en contact te maken met de positieve aspecten van de jongere. Daarmee vormen ze een essentieel onderdeel van Geweldloos Verzet. Naast het de-escaleren is het een actieve uiting van het geweldloze aspect van de methode.

4. **Netwerk**

“It takes a village to raise a child”

De opvoeder roept hulp in en doet een beroep op zijn netwerk, bestaande uit andere opvoeders, leerkrachten, de ouders van de jongere, ... De jongere wordt aangesproken vanuit een wij-boodschap in plaats van een ik-boodschap.

5. **Transparantie**

Openheid maakt steun mogelijk. We gaan in communicatie met collega's, de jongere, ouders, de school. We durven toegeven dat het soms moeilijk gaat en communiceren over de ondernomen acties. Door de omgeving te informeren over het gedrag en hun hulp te vragen ontstaat er sociale steun voor zowel ouder, opvoeder als jongere.

HANDELSGERICHT WERKEN / HGW

Handelingsgericht werken (HGW) wil de kwaliteit van het onderwijs en de begeleiding van alle leerlingen verbeteren. Het is een systematische manier van werken, waarbij het aanbod afgestemd is op de onderwijsbehoeften en de opvoedingsbehoeften van de leerlingen. Aan de hand van de jongerenkenmerken wordt gekeken welke behoeften de betreffende jongere heeft. De begeleiding wordt daarop aangepast. HGW gaat uit van zeven principes, die er met elkaar voor zorgen dat de onderwijs- en opvoedingsbehoeften van de jongeren centraal staan en dat er goed afgestemd wordt met het kind en de ouders.

Uitgangspunt 1:

We stellen de behoeften van het individuele kind centraal. Opvoeders stellen zich de vraag wat het kind nodig heeft en wat de ontwikkelingsmogelijkheden zijn

Uitgangspunt 2:

Jongeren leren door interactie en ontwikkelen zich in een contact .
Ouders zijn nadrukkelijk partner voor het internaat.

Uitgangspunt 3:

HGW staat voor systematiek en transparantie.

HGW biedt een model voor planmatig handelen. De verschillende stappen zijn uitgeschreven, de logische stappen volgen elkaar op en de cyclus herhaalt zich.

De stappen

1. Signaleren door waarnemen of meting
2. Informatie verzamelen en analyseren
3. Advies opstellen en voorbereiden (planning en interventie)
4. Uitvoeren van de interventies
5. Evaluatie en eventuele bijsturing

Uitgangspunt 4:

HGW is doelgericht. De opvoeder zal in overleg met de orthopedagoog haalbare doelen formuleren. Op regelmatige tijdstippen worden de acties geëvalueerd en eventueel bijgestuurd.

Uitgangspunt 5:

HGW werkt constructief samen. De ouder is de ervaringsdeskundige, de opvoeder is de opvoedingsprofessional. Het kind heeft vaak zelf een verklaring en oplossing, HGW heeft oog voor zijn/haar belevingswereld. Alle partijen worden betrokken in het opvoedingsproces.

Uitgangspunt 6:

We focussen op het positieve. Door gericht te zijn op problemen worden die meer uitvergroet en ziet men het positieve niet meer. Het benoemen van de positieve aspecten bevordert de sfeer en de communicatie. HGW richt zich op de sterktes van de jongere, de opvoeder en ouder.

Uitgangspunt 7:

De opvoeder is de spil bij het opvoeden op maat, de opvoeder kan het welbevinden en betrokkenheid doen toenemen. Een "sterke" opvoeder die kan omgaan met de dynamiek binnen de groep, de verschillen en gelijkenissen bij de internen heeft een grote invloed op de jongere.

DE VIJF PEDAGOGISCHE VAARDIGHEDEN VAN PATTERSON

Vijf pedagogische vaardigheden De Amerikaanse orthopedagoog, Patterson, wijst alle ouders, leerkrachten en opvoeders op het belang van vijf opvoedkundige vaardigheden. Zij bewijzen hun deugdzaamheid naar alle jongeren toe Door heel bewust in te spelen op de kwaliteiten van deze vijf pedagogische vaardigheden, kunnen heel wat moeilijkheden en conflicten worden voorkomen.

- 1. Leiding geven en grenzen stellen**
Zorg voor klare afspraken, duidelijke grenzen en maatregelen die op voorhand zijn afgesproken. Kinderen en jongeren moeten weten wat er heel concreet van hen wordt verwacht (en wat ze niet mogen doen). Het consequent opvolgen van de gemaakte afspraken versterkt de geloofwaardigheid van de opvoeder en van de geldende regels. Kies bij voorkeur voor een beperkt aantal duidelijke regels (rond het meest storende gedrag) dan een teveel aan regels. Geef voorrang aan die afspraken of regels die te maken hebben met de belangrijkste problemen die je op dat ogenblik ervaart.
- 2. Monitoring**
Pubers laten zich niet bijsturen door een overdosis aan controle. Dit leidt enkel tot gespeelde volgzzaamheid en stiekem gedrag. De beste resultaten worden bereikt door in het spanningsveld 'nabijheid' – 'afstand' te gaan staan: jongeren laten zich makkelijker bijsturen door iemand die respect toont voor hun leef- en ervaringswereld (weten wat hen bezig houdt, waar ze mee bezig zijn, waar ze rondhangen) en niet verlegen is om hen zo nodig aan te spreken op hun gedrag.
- 3. Positieve betrokkenheid**
Laat zien dat je er staat voor jouw internen: hij/zij moet voelen en zien dat je er voor hem/haar/hen wil zijn en dat je in hem/haar/hen blijft geloven. Maak duidelijk dat jouw internen op jouw inzet en deskundigheid kunnen rekenen en dat je oprecht geïnteresseerd bent in hun persoon.
- 4. Positieve bekrachtiging**
Stel je vast dat jouw leerling(en) zich positief gedraagt/gedragen of geeft een van hen blijk van een positieve houding, maak dan duidelijk dat je dat gedrag waardeert. Reageer snel, oprecht en zonder overdrijving. Zorg steeds voor een positieve invalshoek wanneer je commentaar geeft (maar sluit je ogen niet voor wat zorgen baart). Kijk naar de goede punten in het groeiproces van de internen en benut alle aanwezige kansen. Druk vertrouwen uit.
- 5. Probleemoplossend (leren) handelen**
Laat jouw jongeren mee nadenken over problemen. Stimuleer hen om zelf oplossingen te verzinnen. Geef hen de verantwoordelijkheid die ze redelijkerwijs aankunnen.

8 ONTWIKKELINGSTAKEN VOOR ADOLESCENTEN

Voor ons leefgroepplan baseren we ons binnen De Muze, internaat Kunsthumaniora Brussel op de acht ontwikkelingstaken voor adolescenten. Deze ontwikkelingstaken vonden we terug bij Spanjaard.

Ontwikkelingstaken zijn gerelateerd aan de eisen en verwachtingen die in een bepaalde cultuur voor een bepaalde leeftijdsgroep gelden (Spanjaard 2009).

Het vervullen van een bepaalde ontwikkelingstaak zien we als een belangrijke voorwaarde voor een goed verloop van de verdere ontwikkeling.

Via de acht ontwikkelingstaken kijken we als internaat naar alle aspecten die tijdens de adolescentie van belang zijn of het meest aan verandering onderhevig zijn.

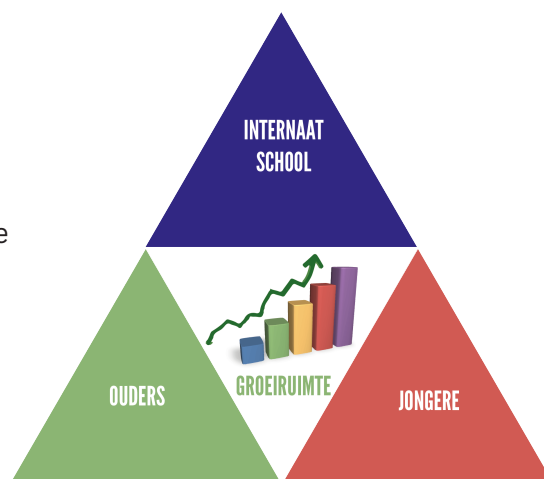
Verder volgt per ontwikkelingstaak een korte toelichting en een niet-limitatieve lijst van vaardigheden die de jongere nodig kan hebben om de desbetreffende ontwikkelingstaak op een competente wijze uit te voeren.

Op basis van deze acht ontwikkelingstakken gaan we aan de slag met al onze internen (beeldvorming). Daar waar de vaardigheden bij een intern nog onvoldoende aanwezig zijn, starten we –binnen onze draagkracht– via handelingsgericht werken, doelenplannen en contextueel opvoeden individuele trajecten op. Hierbij worden steeds alle actoren (de jongere, zijn/haar ouders, de opvoeders, de school, externe partners) betrokken.



Deze ontwikkelingstaken vormen samen ons leefgroepsplan en zijn de basis voor de brede basiszorg die we als internaat –binnen het zorgcontinuüm– aanbieden. waakzaam

We gaan steeds uit van de positieve eigenschappen van de jongere en zijn/haar context en hebben een onvoorwaardelijke acceptatie voor de persoonlijkheid van elke intern.



Waakzame zorg – Nieuwe autoriteit (Haim Omer)

Onze grondhouding als opvoeder is gebaseerd op aanwezigheid, nabijheid en betrokkenheid van ouders en opvoeders. We weerstaan aan probleemgedrag, creëren samen veiligheid, vermijden escalaties en gaan in de eigen kracht staan. Waakzame zorg staat gelijk aan een betrokken aanwezigheid, jongeren willen erbij horen, ook al lijken ze soms het tegenovergestelde te tonen. Door veel in interactie te gaan, regelmatig gesprekken te hebben, uit interesse vragen te stellen, contactmomenten te creëren, de jongere erkenning te geven, bouwen we een natuurlijke en ongedwongen aanwezigheid op. Door ook warmte en zorg in die nabijheid te leggen, wordt een geborgen vertrouwensband opgebouwd.

De acht ontwikkelingstaken

1. Het geven van vorm aan veranderende relaties in het gezin.
2. Participeren in onderwijs of werk
3. Zinvol invullen van vrije tijd
4. Creëren en onderhouden van een eigen woon- en leefsituatie
5. Omgaan met autoriteiten en instanties
6. Zorg dragen voor gezondheid en uiterlijk
7. Opbouwen en onderhouden van sociale contacten en vriendschappen
8. Vormgeven aan intimiteit en seksualiteit

1. **Het geven van vorm aan veranderende relaties in het gezin**

Jongeren staan vaak voor de taak om enerzijds de banden met hun ouders, familie, broers, zussen te onderhouden of te verbeteren en anderzijds hun zelfstandigheid verder te ontwikkelen en eigen keuzes te leren maken. Het loskomen van ouders betekent ook eigen ideeën ontwikkelen en een eigen weg gaan. Dit alles kan leiden tot conflicten. De jongere kan bepaalde keuzes maken die niet altijd in overeenstemming zijn met de keuzes die de ouders maken. Ook kunnen er conflicten ontstaan omdat tussen ouders en adolescenten omdat de ouders niet akkoord gaan met bijvoorbeeld de vriendschappen die hun kind aangaat. De vraag is: Hoe gaat de jongere om met deze conflicten? Op welke manier leert hij enerzijds zijn eigen weg te gaan, en anderzijds een goed contact met zijn ouders te behouden.

Voorbeelden van vaardigheden:

- Eigen mening ontwikkelen en uiten tegenover ouders
- Onderhandelen met ouders over meningsverschillen
- Ruzies uitvechten en weer bijleggen
- Begrip tonen voor de posities en keuzes van broer(s), zus(sen), ...
- Omgaan met gevoelens van loyaliteit

2. **Participeren in onderwijs of werk**

Tijdens de adolescentie moet de jongere belangrijke keuzes maken voor de toekomst. Welke richting kiest hij op school en wat voor werk zou hij later willen doen? Als de jongere werkervaring opdoet, is het goed om de ervaringen die hij opdoet samen te bespreken. Welke taken moest hij uitvoeren? Hoe is hij met deze taken omgegaan? Wat vindt hij van het werk of de stage? Hoe verliep het contact met de collega's? Wat zou hij graag anders willen doen? Voor het deelnemen aan werk en/of onderwijs heeft de jongere veel vaardigheden nodig.

Voorbeelden van vaardigheden:

- Informatie vragen over studiemogelijkheden en werkmogelijkheden
- Een vraag stellen aan een leraar/baas of een medeleerling/collega
- Plannen en maken van huistaken
- Observeren wat anderen doen
- Luisteren naar wat anderen zeggen
- Gehoor geven aan opdrachten
- Langere tijd achter elkaar met hetzelfde bezig zijn
- Met gereedschap/leermateriaal omgaan
- Werk onderverdelen in overzichtelijke delen
- Solliciteren
- Onderscheid kunnen maken tussen kritiek op je werk en kritiek op je persoon
- Weten hoe de school/het bedrijf in elkaar zit
- Trots zijn op je eigen werk en dit ook laten merken

3. **Zinvol invullen van vrije tijd**

Wat doe je met je tijd als je niets hoeft te doen? Mensen met een drukbezet leven kunnen zich nauwelijks voorstellen dat dit een probleem kan zijn. Voor sommige jongeren is vrijetijdsbesteding een zware taak en opgave. Soms hebben ze geen goede voorbeelden gekend. Dat wil zeggen dat hun directe omgeving (gezinsleden, familie, vrienden) hen weinig inspireerde tot vrijetijdsactiviteiten. Door problemen in het gezin worden er bijvoorbeeld weinig leuke dingen samen gedaan. Het zelf vorm en inhoud geven van het eigen doen en laten vereist een groot aantal vaardigheden, met name zelfmanagementvaardigheden. Door je vrijetijdsbesteding laat je iets van jezelf zien.

Voorbeelden van vaardigheden:

- Informatie verzamelen over vrijetijdsactiviteiten
- Aan anderen duidelijk maken dat je nog maar een beginner bent in een bepaalde activiteit
- Je tijd zo indelen dat je vrije tijd valt in een periode dat er iets leuk te doen is
- Experimenteren met vrijetijdsactiviteiten die je net kent
- Zicht hebben op je mogelijkheden en beperkingen
- Met een spel doorgaan, ook als je verliest
- Ertegen kunnen als anderen je vrijetijdsactiviteiten observeren
- Iets terugzeggen als anderen je plagen over bijvoorbeeld je onhandigheid
- Je vrijetijdsactiviteiten op een goede manier indelen
- Je bezig durven houden met vrijetijdsactiviteiten die anderen onnozel of belachelijk vinden

4. **Creëren en onderhouden van een eigen woon- en leefsituatie**

Wanneer de jongere alleen gaat wonen, komen er nieuwe taken op hem af.

Voorbeelden van vaardigheden:

- Eenvoudige maaltijden bereiden
- Met geld omgaan
- Inkopen doen
- Eenvoudige reparaties verrichten, bijvoorbeeld aan een fiets
- Kennismaken met de burens
- Huur betalen
- De huisbaas bellen bij problemen
- De wasmachine bedienen
- Wasgoed kunnen sorteren
- Een brief schrijven
- Gebruikmaken van openbare gelegenheden zoals bank, post, ziekenhuis, bibliotheek ...
- Zelfstandig reizen met het openbaar vervoer
- Regels kennen over verkoop en handel
- Op een handige manier afwassen
- Huurcontract afsluiten
- De leefruimte schoonhouden

5. **Omgaan met autoriteiten en instanties**

Iedereen komt in aanraking met autoriteiten. Om gedaan te krijgen wat je wilt, moet je leren om op een adequate wijze met deze autoriteiten om te gaan. Als je wilt dat je leraar je een hoger cijfer geeft, moet je hem niet uitschelden maar vriendelijk en met respect benaderen en uitleggen waarom je denkt dat je een hoger cijfer verdient. Het is belangrijk dat een jongere leert hoe hij verschillende autoriteiten kan benaderen.

Voorbeeld van vaardigheden:

- Weten hoe je verschillende autoriteiten aanspreekt
- Een vraag stellen aan een autoriteit
- Je mening kenbaar maken aan een autoriteit
- Onderhandelen met een autoriteit
- Weten wat je wel of niet kan zeggen tegen een autoriteit
- Weten welke autoriteit waarvoor is en welke bevoegdheid hij heeft
- Accepteren dat een autoriteit een bepaalde macht heeft

6. Zorg dragen voor gezondheid en uiterlijk

Van jongeren wordt verwacht dat ze de verantwoordelijkheid voor hun lichaam en hun gezondheid op zich nemen. Dit is nog belangrijker wanneer jongeren de stap naar het alleen wonen zetten. Het is belangrijk dat ze zicht weten te verzekeren tegen een ongeval of ziekte. Ook het voorkomen van zeken is van groot belang. Informatie is daarbij heel belangrijk.

Voorbeelden van vaardigheden:

- Wassen/douchen/scheren/tanden poetsen
- Niet te vaak en ook niet te weinig je haar wassen
- Op tijd ondergoed en sokken verschon
- Wondjes en puistjes ontsmetten en er niet aanzitten
- Op tijd en regelmatig eten
- Oog hebben voor de kwaliteit van eten en drinken
- Kijken of producten, vlees- en zuivelproducten, niet over de houdbaarheidsdatum zijn
- Verantwoord gebruik maken van medicijnen
- Weten hoe je je gedraagt onder invloed van alcohol en drugs
- Naar de huisarts gaan bij klachten
- Jezelf verzorgen en kleden zodat je op anderen een acceptabele indruk maakt.

7. Opbouwen en onderhouden van sociale contacten en vriendschappen

Hoe maak je nieuwe vrienden en hoe houd je vriendschappen in stand? Geen vrienden hebben kan heel pijnlijk zijn. Een jongere kan zichzelf beschermen door te zeggen dat hij liever alleen is. Op deze manier ontloopt hij de taak om vriendschappen te sluiten. Welke vaardigheden heeft de jongere geleerd om vriendschappen te sluiten? In welke omstandigheden verkeert de jongere? Welke activiteiten kan de jongere ontplooiën om in aanraking te komen met andere jongeren? Welke vaardigheden kan hij leren om het conflict met zijn beste vriend bij te leggen? Omgangsvormen, assertiviteit, het vermogen om vriendschap te sluiten en het kunnen uiten van genegenheid, zijn nodig om met andere mensen om te gaan.

Voorbeelden van vaardigheden:

- Groeten
- Jezelf voorstellen aan iemand
- Afspraken maken
- Een vraag stellen
- Op tijd komen
- Je aan de spelregels houden
- Om hulp vragen als je iets niet kunt of niet weet
- Meedoen aan een gesprek of een spelletje
- Iemand een aanwijzing geven zonder dat de ander zich bekritiseerd voelt
- Verontschuldigen maken
- Oog hebben voor de gevoelsuitingen van anderen
- Uitdrukking geven aan je eigen gevoel
- Met iemand onderhandelen bij bijvoorbeeld een meningsverschil
- Een compromis kunnen afsluiten
- Jezelf beheersen als je erg kwaad bent
- Opkomen voor je rechten, bijvoorbeeld door medestanders te zoeken
- Reageren op pesten, door het te negeren of een grapje te maken
- Samen met anderen een besluit nemen
- Met anderen samenwerken
- Een complimentje ontvangen
- Rekening houden met de gevoelens van anderen uit een minderheidsgroep
- Ergens toestemming voor vragen
- 'Neen' zeggen als anderen je iets willen laten doen wat je eigenlijk niet prettig vindt

8. Vormgeven aan intimiteit en seksualiteit

Intimiteit en seksualiteit omvat meer dan seks. We bedoelen er ook de 'seksuele identiteit' mee. Dat is de mate waarin de jongere zichzelf als jongen of meisje beleeft. Onder seksualiteit valt ook de 'sekserol'. Dat is de verzamelnaam voor allerlei gedrag dat in een bepaalde cultuur als mannelijk of vrouwelijk geldt. De term 'seksuele voorkeur' wordt gebruikt om aan te geven of een jongen of meisje een hetero-, homo- of biseksuele voorkeur heeft. Dan is er nog seksueel gedrag. Daaronder valt fantaseren over seks, seks met jezelf, seks met anderen, maar ook toenaderingsgedrag zoals contact leggen en flirten.

Seksualiteit is een onderwerp dat veel jongeren bezighoudt. Zij beschikken vaak over onvoldoende vaardigheden en kennis op dit gebied. Ook als er geen specifieke problemen lijken te zijn, is het toch goed om seksualiteit tot onderwerp van gesprek te maken. Seksuele voorlichting is van groot belang en kan de jongere helpen in zijn toekomstige contacten. Alleen al het verstrekken van informatie kan verhelderend werken en tot taakverlichting leiden.

Voorbeelden van vaardigheden:

- Contact leggen met iemand die je leuk of spannend vindt
- Uitkomen voor je seksuele voorkeur
- Aan iemand kenbaar maken dat je hem leuk vindt
- Initiatief nemen tot aanrakingen
- Op een goede manier praten over wat jij en de ander niet leuk vinden bij seks
- Weten wat je zelf wel of niet prettig vindt
- 'Neen' zeggen als je iets niet wilt
- Vragen wat de ander wel en niet wil
- Oog hebben voor wat de ander wel en niet wil
- Begrip tonen als de ander iets niet wil
- Kunnen stoppen als jij zelf of de ander niet verder wil
- Zorgen voor voorbehoedsmiddelen
- Elkaar waarschuwen bij geslachtsziekten

Spanjaard & Slot

Vialogos – Gedeelde zorg – Bart Libbrech