

# Actief aandacht

Veel docenten zijn vooral 'zenders': ze doceren, daarvoor zijn ze opgeleid. Tegenwoordig is de tendens in veel vormen van onderwijs dat de rol van de docent verandert in coach en begeleider. Daarvoor is een andere 'mindset' nodig.

Soms komen lijnen in je leven op een bijzondere manier bij elkaar. In het tijdschrift 'Van twaalf tot achttien' stond een artikel over 'Een Goed gesprek' (Zie QR-code onderaan dit artikel) en ik ben bezig met de correctie van Het Grote Deugdenboek voor het Onderwijs. Daarin is ruim plaats voor het voeren van gesprekken. Het zou te ver voeren om dieper op het deugdenaspect in te gaan, maar bij het onderdeel 'Bied actief aandacht' worden Zeven Stappen gevolgd voor een constructief gesprek waar niet alleen wordt gezonden, maar ook ontvangen, en vooral, geluisterd. Zorg daarbij dan ook dat je je volledige aandacht aan de ander geeft. Zorg bijvoorbeeld dat je oogcontact maakt. Twee van de stappen (stap 5 en stap 7) zijn specifiek gericht op de inzet van deugden – u weet wel, de positieve karaktertrekken, die iedereen heeft, maar die soms bij de een beter ontwikkeld zijn dan bij de ander – in een gesprek kun je die gebruiken, maar je kunt ze natuurlijk ook achterwege laten.

Zelf heb ik er op school goed en geregeld gebruik van kunnen maken. En nu, ruim tien jaar nadat ik er de Zeven Stappen introduceerde, zie ik, als ik op school ben, de kaart nog hangen.

### 1. Zet de deur open

Als je een gesprek begint, stel je vragen die helpen om de deur te openen, zoals:

"Wat is er aan de hand?"

"Wat gebeurt er / Wat is er gebeurd?"

"Hoe gaat het nu met je?"

Vraag in ieder geval nooit "Waarom?", daarmee druk je een gesprekspartner meteen in de verdediging en klap je het gesprek dicht.

### 2. Luister met aandacht en bied stilte

De stilte hoeft niet gevuld te worden. Geef je leerling de tijd om rustig na te denken over een antwoord dat hij wil geven.

### 3. Stel vragen die helpen om het hart te luchten

Je doel is de ander helpen in een open gesprek tot de kern van de zaak komen. Dit doe je door

belangstellend te zijn, zonder oordeel. Volg de spreker. Stel 'wat' en 'hoe'vragen. Vraag liever: "Wat vind je lastig?" "Wat doet pijn?" "Wanneer doet het pijn?" "Hoe is dat voor jou?" Stel open vragen. Leg de ander geen woorden in de mond, zoals: "Ben je bang?" "Gaat het goed met je?"

### 4. Kom tot de kern

Weerspiegel de gevoelens van de ander, volg hem, gebruik zijn taal en let op zijn lichaamstaal en emoties.

Vraag bijvoorbeeld: "Wat is/was het moeilijkst?" Zeg: "Dus, als ik je goed begrijp, dan..." Op deze manier check je de beleving van de ander en kun je ook de kern vatten. Blijf hem je volledige aandacht schenken.

### 5. Stel vragen die deugden weerspiegelen

Help zoeken naar deugden die balans brengen in de situatie en die helpen bij het leermoment.

"Wat zou je de moed geven om ...?" "Wat heb je nu nodig?" "Hoe kan ik je helpen?"

### 6. Stel vragen die leiden tot integratie

Deze twee vragen, bijvoorbeeld, helpen de leerling om zijn gevoelens en zijn denken te integreren en de zaak af te sluiten.

"Wat is je nu duidelijker geworden?"

"Wat heeft je geholpen bij dit gesprek?"

### 7. Benoem een deugd

Eindig altijd met een deugdenerkenning en licht die toe. 'Ik zie je moed, doordat je hebt aangedurfd dit gesprek aan te gaan.'

Denk er in ieder geval aan om een gesprek altijd af te sluiten op een – oprecht – positieve toon.



### BRON

• Kavelin Popov, L. (2021). *Het Grote Deugdenboek voor het Onderwijs*. Groningen: ACT on Virtues.