

# Oplossingsgerichte Korte Counseling

## Programma

1. Ervaren
2. Nuttig?
3. Overzicht
4. Demo wonder of schaal
5. Oefenen in groepjes
6. Wat is nog meer nuttig?



## Oplossingsgerichte Korte Counseling



Dirk van der Wulp

Begin Zomervakantie was daar mijn laatste gesprek, m'n laatste woorden waren: "Bedankt, ik red me nu wel!"

Alleen er ontbrak iets. 3 jr lang had ik niks aan school gedaan ondanks dat was ik wel ieder jaar overgegaan maar niet echt op een manier die ik wilde.

Nu zou ik naar 4-Mavo gaan en dus eindexamen doen.

Na de Mavo wou ik graag havo doen maar ik wist dat ik dat niet zomaar kon.

Ik zou hard moeten werken en vooral moeten leren om te leren.

Door middel van mezelf een cijfer te geven, afspraken te maken en natuurlijk de brief met de voor anderen inhoudsloze zinnen zoals: "Doe meer van de dingen die je moet doen om een beter cijfer te halen" leerde ik voor mezelf te werken, huiswerk niet als een plicht te zien, maar iets waarmee ik een doel kon bereiken.

Nu doe ik dus mijn huiswerk en nog goed ook.

Vaak behoren mijn cijfers bij de beste van de klas, soms wel de beste.

Nu noemen mensen mij een studie maar daar zit ik niet mee, ik weet wat ik wil en hoe ik 't kan bereiken.

Nu kan ik pas ik zeggen dat alles is afgerond en

Bedankt, ik red me nu echt wel.

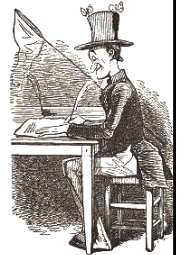
Ervaren

Overzicht

Zelf Oefenen



Je bent als de bioloog die met een vlindernetje op een mooie zomerdag vlinders vangt.



Zo vang je positief gedrag van leerlingen  
- waar het zich maar voordoet -  
en bekrachtigt dit gedrag met een  
openlijk of privé compliment.

## Uitgangspunten/Richtlijnen

Niet kapot? Dan niet repareren!

Werkt iets? Doe er meer van!

Werkt iets niet? Doe iets anders!

## Oplossingsgerichte Counseling

Wat moet er gebeuren of veranderen om te maken dat je ...

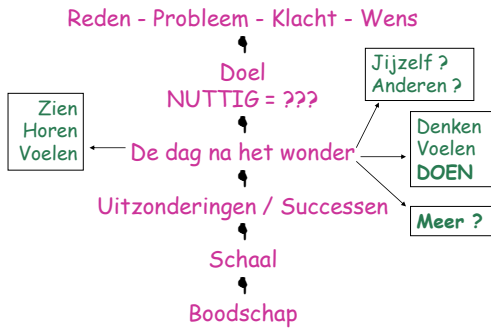
- als je er achteraf op terugkijkt -

... tegen jezelf kunt zeggen ...

"Dat was nog eens een nuttig gesprek!"

## Oplossingsgerichte Counseling

En telkens weer: Applaus



## Oplossingsgerichte Counseling

"Kun je me alsjeblieft vertellen, welke kant ik op moet?"  
vroeg Alice.

"Dat hangt er voor een groot deel vanaf waar je naar toe wilt"  
zei de kat.

"Het maakt mij niet zoveel uit waar naar toe..."  
zei Alice.

"Dan maakt het niet uit welke kant je opgaat"  
zei de kat.

Lewis Caroll - Alice in Wonderland

## Leer de mensen te verlangen

Wanneer je een schip wilt gaan bouwen,  
breng dan geen mensen bijeen om  
timmerhout te sjouwen,  
of te tekenen alleen.

Voorkom dat ze taken ontvangen.  
Deel evenmin plannen mee,  
maar ...

leer eerst de mensen  
om te verlangen naar de eindeloze zee.

Antoine de Saint-Exupery (1900-1944).

## De Wondervraag (1 van 2)

A heeft het probleem, B stelt de vragen, C observeert en geeft feedback.

Gebruik voor deze oefening een (verander)wens waar je maar niet toe komt of iets waarvan je zou willen dat het niet meer gebeurde of een andersoortig eenvoudig probleem.

- "Stel je voor ... je gaat straks naar huis... doet dat wat je normaal ook doet... en ... tenslotte ga je naar bed en valt in slaap... en terwijl je slaapt gebeurt er een wonder ... en dat wonder is... dat je probleem helemaal is opgelost... , maar omdat je sliep merkte je niet dat het wonder gebeurde... en als je dan wakker wordt... waaraan zou je dan toch merken dat dat wonder gebeurd is?"
  - > "Wat zou het eerste teken zijn dat dat gebeurd is?"
  - > "Wat zou je anders **DOEN**?"
  - > "Wat zou je nog nog **MEER** anders **DOEN**?"
  - > "Wie zou het eerste één van die dingen die je nu anders doet op merken?"
  - > "Wat zouden ze aan je opmerken?"
  - > "Zodra ze dit verschil merken ... , Hoe reageren ze dan naar je?"
  - > "En wat zou daarop weer jouw antwoord zijn? Hoe zou jij daarop reageren?"
  - > "Wat zouden ze nog **MEER** aan je merken?" Enzovoorts.....

## Schaalvragen

A heeft het probleem, B stelt de vragen, C observeert en geeft feedback.

- Gebruik voor deze oefening
  - > een simpel probleempje dat je gestoord heeft de laatste tijd of
  - > een wens, iets waarvan je zou willen dat het anders zou gaan."
- Introductie schaal en benoemen van 0 en 100
  - > 0 is als je probleem op zijn ergst is
  - > 100 is als je probleem opgelost is, de gewenste situatie
- Schaalvragen stellen
  - ♦ Waar sta je nú?
  - ♦ Wanneer ben je tevreden? (hulp is verder niet nodig, voldoende opgelost probleem, kan het verder zelf wel af)
  - ♦ Wat kun je doen om een minimaal klein stapje te stijgen op de schaal?
  - ♦ Méér???
  - ♦ Wat wil je doen?
  - ♦ Wat gá je doen?
- Ondertussen zeer alert zijn op uitzonderingen en successen!

Nabespreken en wisselen van rol.

Dirk van der Wulp training & coaching

Dirk van der Wulp  
Keizersgracht 288  
1016 EW Amsterdam

Dirk@vanderWulp.eu  
www.vanderwulp.eu  
020 6233719



Oplossingsgericht Werken op School

# OPLOSSINGSGERICHT WERKEN OP SCHOOL

## EEN DRIEDAAGSE TRAINING IN NOVEMBER / DECEMBER

U heeft altijd wel leerlingen onder uw hoede die worstelen met een persoonlijk probleem. Dit kan variëren van een onvermogen tot concentreren, uitstelgedrag, onzekerheid of ongemotiveerdheid tot problemen in de privé- situatie of slachtoffer zijn van pestgedrag. Dit zijn de leerlingen waarover u zich zorgen maakt en waarvoor u méér wilt doen. Maar uw tijd is beperkt.

In deze training leert u werken met Solution-Focused Brief Counseling (SFBC): een krachtige methode voor hulp aan kinderen, jongeren en volwassenen. Deze is in Amerika ontwikkeld op basis van observatie van counselingssessies en wetenschappelijk onderzoek naar de effectiviteit van de verschillende interventies. Binnen slechts enkele individuele gesprekken biedt de methode bij tal van hulpvragen een maximum aan hulp. Het bijzondere hierbij is, dat u de leerling zelf zijn oplossingen laat zoeken én ook vinden. Hiermee vergroot u aanzienlijk de competentiebeleving van de leerling, die bovendien een strategie heeft geleerd om een vergelijkbaar probleem zelfstandig op te lossen.

Door de manier waarop u de gesprekken voert, krijgt de leerling al snel een positieve kijk op zichzelf en op de toekomst. Zo ontstaat de motivatie en het plezier om te gaan experimenteren en met ander gedrag aan de slag te gaan. Zelf hoeft u niet op de hoogte te zijn van alle 'ins en outs' van de problemen. Hierdoor heeft u met Solution-Focused Brief Counseling een techniek in handen, die u bij vrijwel alle hulpvragen met succes gebruiken zult.

Het effect van deze optimistische, ook voor u plezierige aanpak berust op interventies die u in de gesprekken toepast, binnen een flexibel in te zetten gespreksprotocol:

- Het samen vaststellen van wat de leerling wil bereiken.
- Bewerkstelligen van een snelle overgang van probleembespreking naar het zoeken van oplossingen.
- Concretiseren van het gewenste toekomstbeeld door het stellen van de Wondervraag.
- De leerling zelf zijn omgeving (ouders, vrienden, leraren) laten benutten ter bekrachtiging van de gestelde doelen.
- Het opdelen van de Weg naar het Doel in kleine en meetbare stapjes.
- Inventief gebruiken van een schaal, waarop de leerling zelf ontdekt hoever hij al gekomen is en vervolgens hem te leren de positieve vorderingen meer uit te buiten.
- Op allerlei momenten: het complimenteren van de leerling.
- Het schrijven van een slotboodschap voor de leerling, met 'doe'- en/of 'let op'- suggesties.

### Programma

Op de bijeenkomsten ligt de nadruk op demonstraties en Intrainen van vaardigheden; de theorie blijft daar beknopt. Tussentijdse toepassingsopdrachten en de uitwisseling daarover, zorgen er verder voor dat u de technieken in de vingers krijgt en de transfer naar allerlei hulpvragen kunt maken.

### BESTEMD VOOR

Intern begeleiders, Leerlingbegeleiders, mentoren, decanen en counselors BO, VO, MBO, en HBO.

### TRAINER

Drs. Dirk van der Wulp, docent en counselor in het VO.

### PLAATS EN DAG

Open Inschrijving: Amsterdam, op 3 zaterdagen in nov/dec., zie voor meer info de website  
In-company trainingen in overleg.

### TIJD

10.00 -17.00 uur

### PRIJS

Open Inschrijving € 700,- (inclusief koffie, thee en cursusmateriaal)  
In-company op aanvraag

Inschrijf formulier op de website: [www.vanderwulp.eu/okc](http://www.vanderwulp.eu/okc)

# INTRODUCTIE OPLOSSINGSGERICHTE GESPREKSVOERING



## EENDAAGSE WORKSHOP:

**13 juni 2014**

In deze workshop komen aan de orde, en maak je kennis met:

- de belangrijkste theoretische uitgangspunten,
- de oplossingsgerichte grondhouding,
- een aantal veelgebruikte basisinterventies en
- de opbouw van een oplossingsgericht gesprek.

De workshop beslaat 2 dagdelen en is gecertificeerd en geaccrediteerd door de Stichting Keurmerk Beroepsscholingen, SKB

Trainer: Conny van der Wulp

Locatie:

Buitenkruier 7, 1841 EP,  
Stompetoren (gemeente Schermer, N-H),  
Ruime (gratis) parkeergelegenheid

Kosten: € 155,- (incl. handout, benodigd materiaal, koffie, thee, lunch en certificaat van deelname, excl. btw).

Meer informatie : [www.vertrouwopjevleugels.nl](http://www.vertrouwopjevleugels.nl)  
of 06- 34056463

Aanmelden? Dat kan per e-mail: [info@vertrouwopjevleugels.nl](mailto:info@vertrouwopjevleugels.nl)  
Vermeld je naam, adres en telefoonnummer.

Conny van der Wulp, docent, psychosociaal therapeut, vertrouwenspersoon. Lid van de Vakgroep Psychosociaal en Maatschappelijk Werk (VPMW)  
Geregistreerd bij:

Nederlandse Federatie Gezondheidszorg (NFG) registratienummer 5710255340,

Stichting Registratie Beroepsbeoefenaren Aanvullende Gezondheidszorg (SRBAG) licentienummer 501018

Centraal Register Kort Beroeps Onderwijs (CRKBO) onder "Vertrouw op je Vleugels", en in het Lerarenregister onder eigen naam.

Landelijke Vereniging van Vertrouwenspersonen (LVVV) als gecertificeerd vertrouwenspersoon.

Vektis AGB-code: 90 031716 Z, AGB-praktijkcode: 90(0)10642 P, zorgverlenerssoort/specificatie: 90-genezers/9006-natuurgeneeskunde,

BTW: NL0772.97.015.B01, A.V.KVK: 37145688, ING: 3418395, [www.vertrouwopjevleugels.nl](http://www.vertrouwopjevleugels.nl), [conny.vanderwulp@hetnet.nl](mailto:conny.vanderwulp@hetnet.nl)

# EXCELLENT GEMOTIVEERD TALENT AAN ZET

## EEN MOTIVERENDE NASCHOLING VOOR DOCENTEN EN MENTOREN (en hun leidinggevend)

*"Een zes is toch voldoende?"*

*"Ze zitten alleen maar achterover en doen niets"*

Je hoort het vaak in de lerarenkamer: klagen over leerlingen die niet willen. Je doet je best ze te motiveren, maar het haalt niets uit. In deze training gaan we, aan de hand van wetenschappelijk-theoretische achtergronden, aan de slag met de vraag hoe we leerlingen in de klas kunnen inspireren en motiveren tot hogere prestaties.

### INHOUD

De nascholing bestaat uit vier workshops van elk vier uur. Deelnemers gaan het geleerde uitproberen in hun les. Er wordt toegewerkt naar het ontwerpen van een les die overdraagbaar is naar de vaksectie of anderen binnen de school en die inspirerend is voor collega's. De nadruk in de eerste twee workshops ligt op leerling en docent/mentor, daarnaast op talent, motivatie, presteren en feedback. Op dag één bespreken we wetenschappelijke theorieën over motiveren en vervolgen dan met het analyseren van eigen lessen op meer of minder motiverende onderdelen. Er worden korte gesprekstechnieken geoefend en lessuggesties uitgewisseld. Op dag twee wordt, na opnieuw een theoretische inleiding, de nadruk gelegd op feedback geven en hoe je dat effectief stimulerend en motiverend kunt gebruiken in de klas. De deelnemer neemt eigen voorbeelden als uitgangspunt om die op een aantal punten te analyseren en zo mogelijk te verbeteren. In workshop drie en vier gaat het over de klas en verwerken we de verkregen inzichten in eigen lessen. De nadruk zal liggen op differentiatie binnen de klas aan de hand van voorbeelden uit de literatuur en van andere scholen. Het uiteindelijke doel is dat de deelnemers elementen die besproken zijn daadwerkelijk gaan gebruiken in hun les opdat hun leerlingen meer gemotiveerd worden en meer gaan doen. Op de vierde dag geven de deelnemers inspirerende en motiverende presentaties over hun zelfontworpen lessen. We sluiten af met de vraag hoe het geleerde verder verspreid kan worden onder de collega's binnen de school. De training is zodanig opgezet dat de deelnemers voortdurend worden benaderd volgens dezelfde motiverende principes die de trainers hén aanbevelen. Daardoor ervaren de cursisten zelf al meteen tijdens de training het motiverende effect van de gepropageerde methoden.

### MATERIAAL, PLAATS EN TIJD:

Alle deelnemers krijgen een reader en een USB stick met achtergrondinformatie.

De training geschiedt in-company, vier uur op vier verschillende dagen met een tussenpoos van minimaal twee weken. Tijden in overleg. Voor meer informatie: [vanderwulp.EU/okc](http://vanderwulp.EU/okc) of mail Sandra Elzinga [sandra@betaonderwijsopmaat.nl](mailto:sandra@betaonderwijsopmaat.nl) / Dirk van der Wulp [dirk@vanderwulp.eu](mailto:dirk@vanderwulp.eu).

### KOSTEN:

Op aanvraag

### TRAINERS:

Dirk van der Wulp & Sandra Elzinga

Deze nascholing is mogelijk gemaakt door Platform Bèta Techniek



Is gevalideerd door



Activiteitnr.: BCDSNKNU18

32 RU



Dirk van der Wulp Training, Coaching & Counseling