

# "Zinvolle gesprekken met schijnbaar doelloze jongeren. Wat helpt?"

Enkele ideeën en gesprekstechnieken  
uit oplossingsgericht werken en de  
motivatietheorie.

Nadine Callens,  
[nadine.callens@clboostende.be](mailto:nadine.callens@clboostende.be)



# Waarom doen we iets?

## Extrinsieke motivatie

Omdat het  
moet van...

Omdat  
ik me anders  
schuldig /slecht  
voel

Gecontroleerd, druk

## Intrinsieke

Omdat  
ik er iets door  
bereik dat  
nuttig/  
leuk is

Omdat  
het leuk/  
aangenaam is  
om te doen

Autonoom, zelfgekozen...

# Wat helpt er om iets graag te doen.....

- Autonomie
- Bindingen met anderen
- Competentie

# Ook al lijkt alle motivatie ver weg....

- Elk kind/elke jongere heeft een natuurlijke drang tot leren. Het **wil** evolueren, groeien...
- Elk kind /elke jongere **wil** graag dat zijn ouders (en anderen) trots op hem zijn. Elk kind /elke jongere wil goede dingen doen voor zijn ouders (en anderen)
- Jongeren **willen** geen 'probleemgeval' zijn en/of **willen** 'gerust gelaten worden'



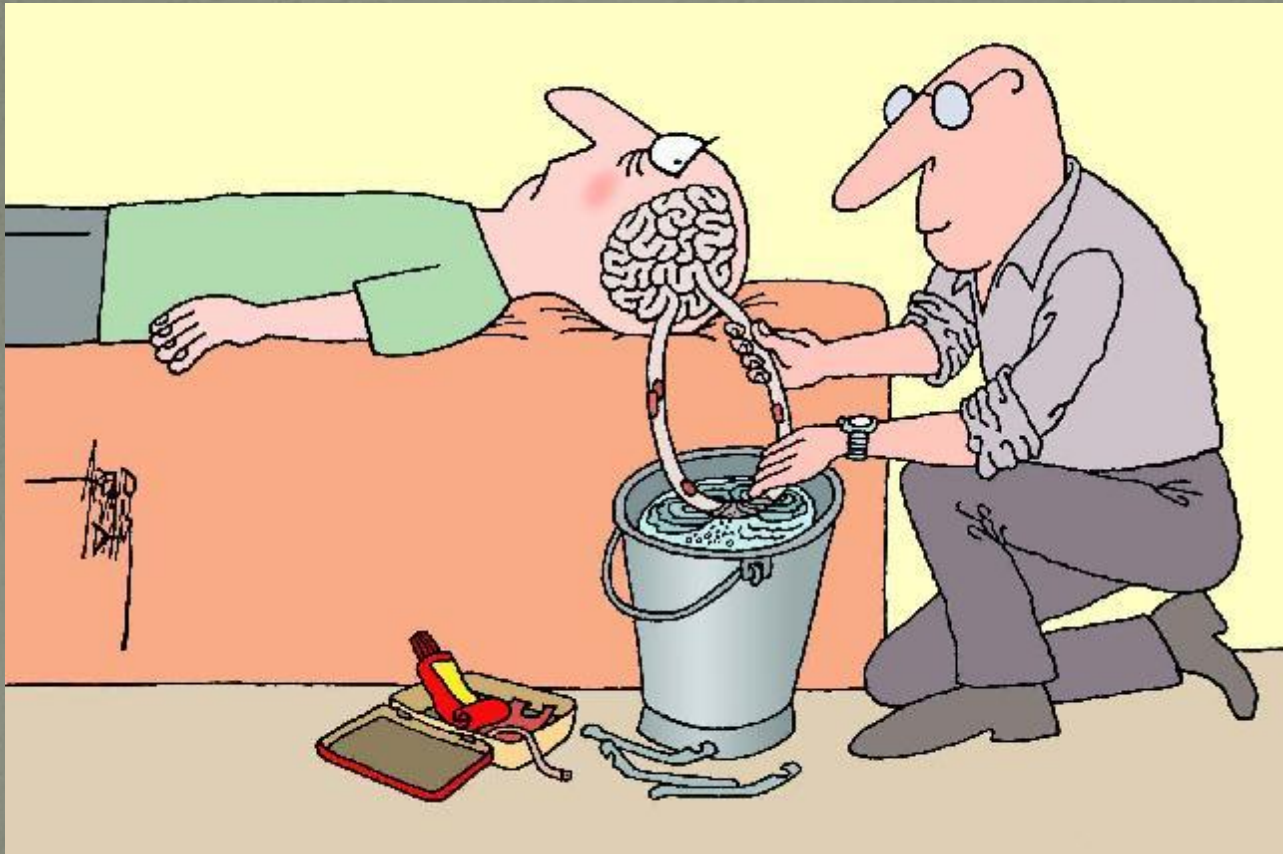
“ergens”

zal nog wel een doel/motivatie te vinden zijn!?

# Oplossingsgerichte therapie

- Ontstaan van “Solution-focused therapy”('80)
- OGT, korte therapie, Brugs model ('96)...
- op diverse domeinen....
- Krachtengericht, doelgericht ...en respectvol!
- Geen analyse van probleem, wel analyse van de oplossing(en) andere structuur van gesprek.
- Leuk, luchtig...en lastig
-

# Probleemanalyse en 'probleempmaat vermijden....



# Waarom levert praten over problemen niet altijd oplossingen op?

- Link tussen oorzaak/probleem en oplossing vaak niet aanwezig
- Problemen aanpakken vraagt energie. Praten 'over' maakt vaak moedelozer.
  - “Talking can be helpfull or harmfull”
- Problemen aanpakken vergt geloof in succes...maar “ik twijfel zo aan mezelf”....
- Na probleemanalyse is energie en motivatie van hulpverlener en cliënt op?

# Van 'klacht' naar 'doel'

- Start met :Waarmee kan ik je helpen? Wat moet er in dit gesprek gebeuren....ipv met 'wat is het probleem
- Wat is de grootste zorg van de jongere?
- Wie is nog belangrijk voor de jongere?
- Wat is nog belangrijk voor de jongere?
- Tip : Welke 'klacht' wordt met emotie geuit?
- Check of jongere dat liever anders zou willen?
- Blijf bij de woorden van de jongere, hergebruik ev. sleutelwoorden
- Luister vanuit houding van niet-weten
- Begrijp vanuit 'you must have good reasons for doing this'

# Doelen aantrekkelijker maken....

- Positief verwoorden
  - Vb als een te leren vaardigheid (ipv de vroegere slechte gewoonte)
- Filosofisch einddoel OK maar met vermelding van 1<sup>e</sup> stap, tussenstappen
- Haalbaarheid van doelen bewaken. Wat is veranderbaar, wat is een beperking...waar je kan leren mee omgaan.
- Concreter maken door te visualiseren
  - Stel je voor....
  - Wat zal dan anders zijn?
  - Effect op relaties ?

# Stel je voor

- Dat we 5 jaar verder zijn en jij bent 'gelukkig' en je hebt bereikt wat je wil bereiken.
  - Wat is er dan voor jou anders dan nu?
  - Hoe zullen anderen dat merken? Waaraan zullen ze het merken? Hoe zullen ze daarop reageren?
- Dat er een moment komt waarop jij er geen moeite meer mee hebt om naar school te gaan.
  - Wat zal er dan voor jou nog veranderen?
  - Hoe zullen anderen daarop reageren?

# Stel je voor...

- Dat je op een bepaald moment erin geslaagd bent om 'gezond' te leven. Je hebt zelfs geen zin meer in die grote hoeveelheden alcohol, of in die vele joints....
  - Wat zou dat voor effect hebben?
  - Wat zou er nog veranderen?
  - Hoe zouden anderen daarop reageren (ouders, vrienden, je lief,...) En wat zou het effect van hun reactie op jou zijn?

# Via 'kids skills' of 'mission Possible'

- Vanuit jouw doel : Welke vaardigheden moet je nog leren om dat doel te bereiken?
- Stel dat je die vaardigheid hebt of geleerd hebt, wat zal dan anders zijn, voordelen?
- “De mirakel-of wondervraag” cfr “[Benjamin](#)”
- En [Cédric](#)



# Competentiegevoel verhogen...

- Bij aanhoren 'klacht' vooral focussen op 'coping'
- Doel voorstellen als een 'uitdaging', maar ...gezien kwaliteiten van jongere haalbaar!
- Zoeken naar sterktes en kwaliteiten ! Focussen op problemen doet vergeten dat die er ook zijn!
- Supporters?
- Uitzonderingen analyseren
  - Hoe komt het dat het toen gelukt is? Wat heb jij daarvoor gedaan

# De kracht van uitzonderingen

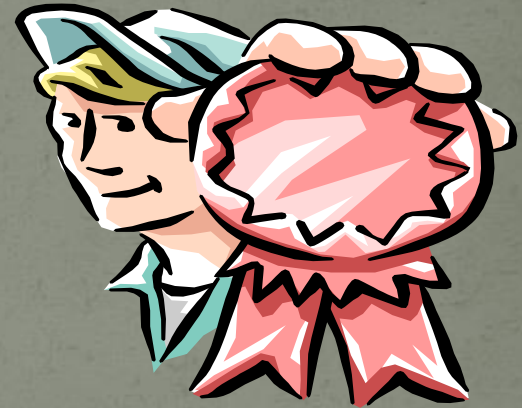
- Geen enkel probleem is 24u/24u, 7 dagen/7 aanwezig.
- Hoe komt het dat het probleem dan niet of minder aanwezig is/was? Wat heb je daarvoor gedaan?
  - Hoe komt het dat je soms wel naar school komt? Hoe heb je jezelf aangezet om te komen? Waarom ben je gekomen? Wat ging er door je hoofd?
  - Denk eens terug aan een moment waarop jij zin had in een joint en er toch geen genomen hebt?. Hoe kwam dat? Wat heb jij daarvoor gedaan? Wat heb je in de plaats gedaan
  - zijn er al momenten geweest dat je je 'vaardigheid' kon ?

- Toevallige of opzettelijke uitzonderingen?
- Versterken van wat werkt.
- Uitbreiden, laten observeren van wat nog geholpen heeft, van wat werkt.

# De kunst van het complimenteren

- Directe complimenten

- Positieve reacties
- Positieve evaluaties

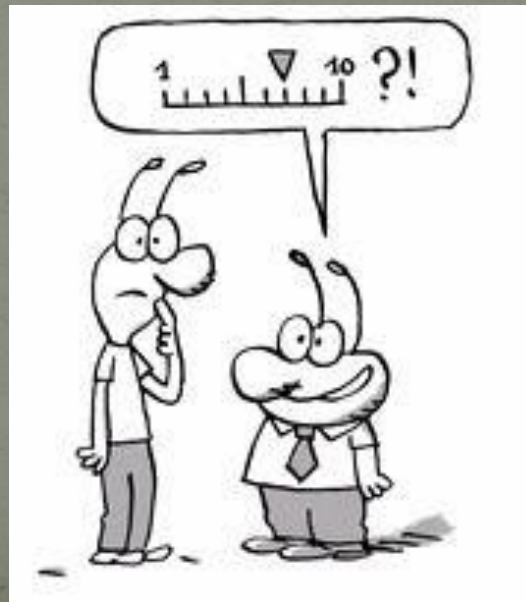


- Indirecte complimenten

- Vraag die impliceert dat cliënt iets kan

# Inschalen van motivatie en van geloof in succes!

0



10

# Meer weten...?

- Diverse boeken over ‘oplossingsgericht werken’
  - “Survivalkit voor leerkrachten, over oplossingsgericht werken op school”, Myriam Lefevere de ten Hove, Tine Gheysen en Nadine Callens.
- Kids Skills....(cfr website [www.kidsskills.org](http://www.kidsskills.org))
- Nascholingen oa [www.korzybski.be](http://www.korzybski.be)