

GA JE JE HUISWERK OOK ECHT MAKEN?

Hoe kun je leerlingen die er maar niet toe komen om hun huiswerk te maken, leren om te plannen en leren om die planning ook daadwerkelijk uit te voeren? Zonder ze te bevoogden? Oplossingsgerichte counseling kan snel tot resultaten leiden.

door Dirk van der Wulp

'SPOED, Suzanne, 3V. Motivatieprobleem, doet haar werk niet en moet nu volgens haar cijfers bij de overgang doubleren of naar 4havo i.p.v. 4vwo. Graag nu, nog voor de zomervakantie hulp, anders wordt het volgend jaar in 4havo ook niks!'

Bovenstaande oproep komt uit een e-mail van een mentor die mij in mijn rol van schoolcounselor om hulp vraagt. Zelf zegt Suzanne er het volgende over: 'Ik heb een probleem met aan het huiswerk te gaan, dat doe ik meestal niet en leren lukt ook niet. Maar blijven zitten is afgrijselijk. De havo vind ik niet zo erg.'

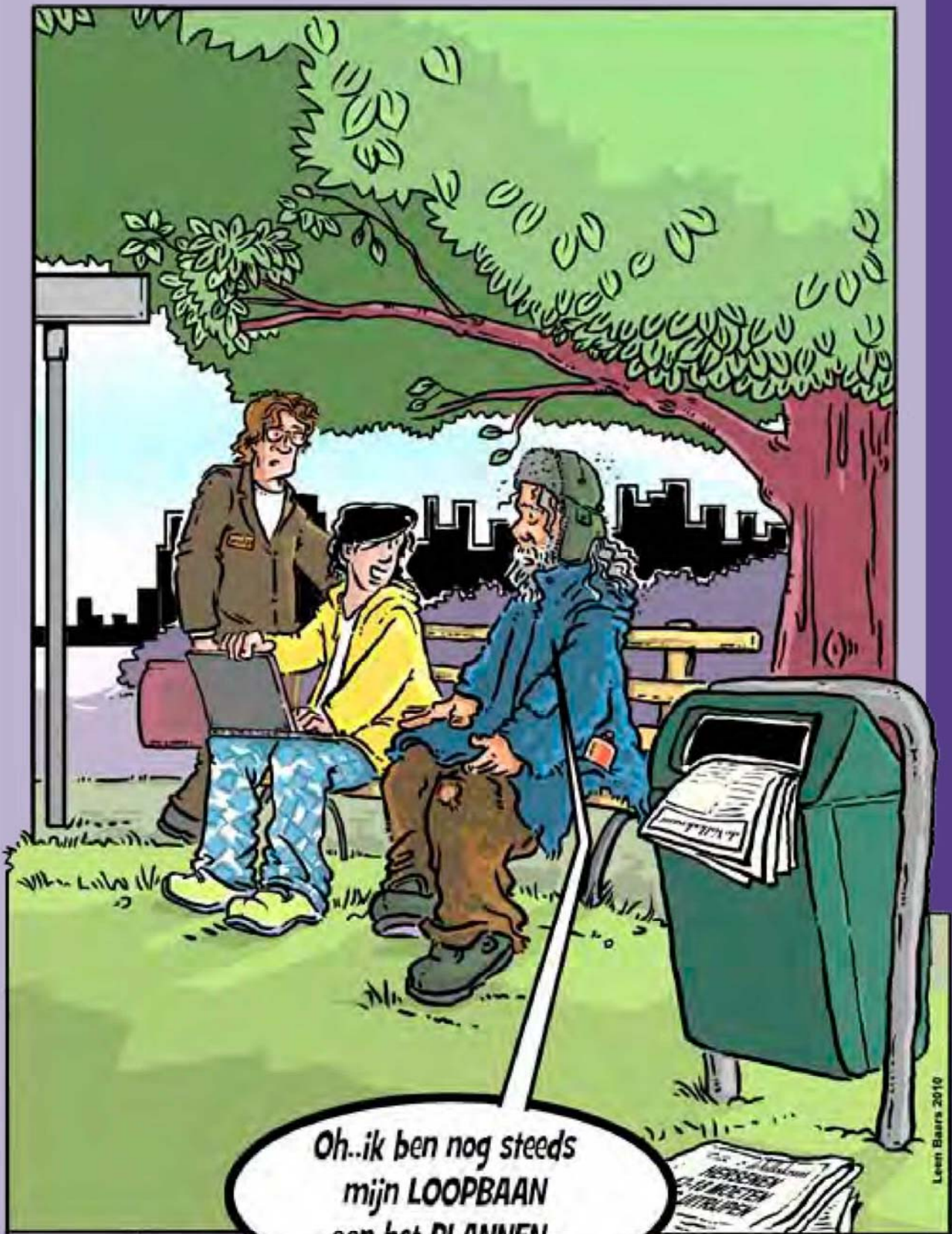
Het is maar één van de vele voorbeelden van leerlingen zoals we die allemaal wel kennen. Keer op keer beloven ze ouders of docenten dat ze nú écht heel hard aan het werk gaan. Maar de volgende keer dat je ze spreekt zijn ze opnieuw bezweken ... Suzanne zegt: 'Ik stel het nu altijd uit: "straks doe ik het wel, morgen kan het ook nog" en dan opeens heb ik geen tijd meer en doe ik het maar niet.'

Daag ze uit

Terwijl 'doen wat je zegt te willen doen' voor volwassenen al moeilijk genoeg is, zou je, als je de kranten leest, gaan geloven dat pubers het in elk geval niet kunnen. Leest u even mee: 'Uit wetenschappelijk onderzoek naar het functioneren van ons brein blijkt dat de hersenen nog uitrijpen tot in de volwassenheid. Bij jongeren in de leeftijd van 12 tot 18 jaar zijn bepaalde delen van de hersenen nog helemaal niet af. Dat zijn vooral de hersendelen die verantwoordelijk zijn voor vaardigheden als zelfstandig werken, plannen, organiseren en structuur aanbrengen', aldus Jelle Jolles (neuroloog Volkskrant, 2005).

*Stel je voor...,
terwijl je slaapt ...
gebeurt er een wonder*

Twee jaar later in Bij de Les 2-2007 zegt Jolles verder: 'Het is de omgeving, dus de ouder, de leerkracht, die het kind een leeromgeving kan aanbieden die dit ontwikkelingsproces optimaliseert. Daarom is de leraar als motivator en inspirator zo belangrijk. Niet om aan het kind voor te schrijven wat het moet doen, maar om ze uit te dagen.'



Oh..ik ben nog steeds mijn **LOOPBAAN** aan het **PLANNEN..**

Leen Baars 2010



Wondervraag

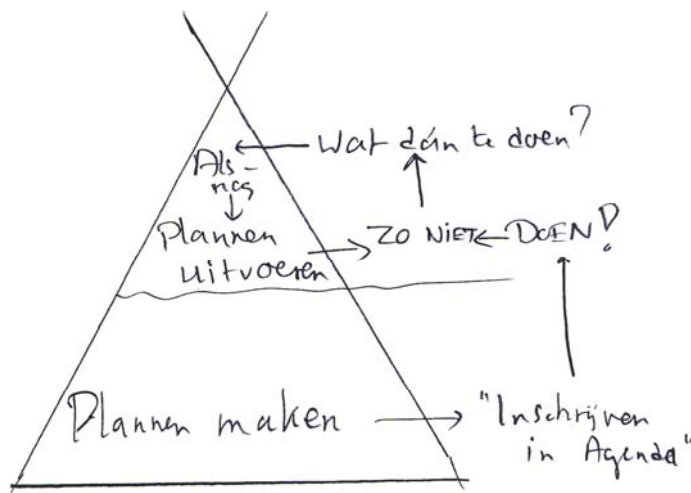
De mentor en docent kunnen ook volgens de wetenschappers de leerling dus wel degelijk helpen bij het leren plannen en het leren uitvoeren van die plannen. Een methodiek die met name bedoeld is om mensen te begeleiden bij het vinden van de motivatie en de daaruit voortvloeiende daadkracht om echt te gaan doen wat ze zich voornamen, is de oplossingsgerichte korte counseling. Kort gezegd werkt dat als volgt:

Eerst bevrage je de leerling over hoe het zou zijn als over enige tijd het probleem zou zijn opgelost. Dit kan heel mooi met de *wondervraag*: 'Stel je voor..., terwijl je slaapt gebeurt er een wonder, je probleem is helemaal opgelost, waaraan merk je dat de volgende ochtend?'. Suzanne antwoordde op deze vraag: 'Dan pak ik mijn tas 's avonds al in, ik heb dan de volgende dag niks vergeten en heb dus ook niet van die vervelende bijgedachten over hoe de leraren gaan reageren, maar integendeel een vreemd en tevreden gevoel.' En verder noemt ze zaken als dat je in de klas de uitleg kunt volgen, je in de pauzes geen huiswerk hoeft over te schrijven en meer van zulke dingen. Heel belangrijk blijkt ook dat moeder dan niet meer zo zeurt!

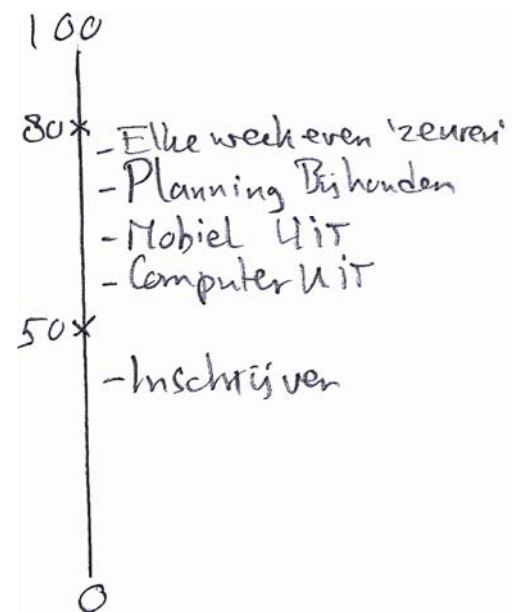
Schalen

Het volgende deel van het gesprek cirkel je dan (m.b.v. de 'schaalvraag') rond de vragen 'wat kun je doen?', 'wat wil je doen?' en 'wat ga je daadwerkelijk doen om het zojuist beschreven wonder een klein stapje dichterbij te brengen?' In dit deel van het gesprek passeren bij Suzanne tal van ideeën de revue, zoals het maken van een planning, het netter houden van de kamer, haar vriendje vragen in elk geval 's avonds niet te bellen, iets bedenken waardoor je je vaker realiseert dat huiswerk gemaakt hebben ook een goed gevoel geeft, en 'tegen mijn ouders zeggen dat zij moeten zeggen dat ik niet meer op de playstation mag.' Op de vraag wat ze daadwerkelijk de komende periode echt gaat doen zegt ze: 'Ik ga mijn kamer netjes houden, in elk geval wiskunde deze week goed bijhouden en eerst mijn huiswerk doen, dan pas een impuls volgen om iets leuks te gaan doen.'

Ik geef haar complimenten voor zoveel goede voornemens en dat ze die ook nog zelf bedacht heeft, en voor het feit dat ze zo overtuigd is dat ze echt straks op de havo haar werk goed wil doen. Klasse!



Figuur 1



Figuur 2

Geslaagd

Daarna heb ik Suzanne nog een aantal keren gesproken. Aanvankelijk had ze zich lang niet altijd aan haar plannen gehouden. In dat geval vroeg ik opnieuw naar haar doel, naar de situatie zoals ze zich die wenste, wat daarvoor

Door herhaald bewandelen het lastige smalle pad verbreden tot een snelweg

moest gebeuren en wat ze zich voor de daaropvolgende periode voornam te gaan doen. In de woorden van neuropsychologen als Jelle Jolles en Eveline Crone zou je kunnen zeggen dat ze zo het lastige smalle pad - van willen naar echt doen - door herhaald bewandelen heeft verbreed tot een snelweg waarlangs je als vanzelf van A (ik wil me aan mijn huiswerk zetten) naar B (dan ga ik nu ook echt beginnen) rijdt.

Dit was alweer een paar jaar geleden. Suzanne is naar 4 havo gegaan, daarna naar 5 havo. Uiteindelijk is ze heel tevreden met een havo-diploma van school gegaan.

Rol mentor

Ook als mentor kun je heel goed op deze manier in korte gesprekjes een leerling helpen. Zo sprak ik bijvoorbeeld met mentorleerling Marije. Eén van de weinigen in de klas die een rapport had waarmee ze wellicht niet over zou gaan. Na de rituele vraag of ze betere cijfers zou willen halen ('ja') gaan we als volgt verder:

- V. Wat kun je doen om betere cijfers te halen?
- A. Harder werken, meer huiswerk.
- V. Goed plan! Ga je dat ook echt doen, wat denk je?
- A. (rood hoofd, diep nadenken) nou, ik denk het niet zo maar.
- V. Mooi van je, een eerlijk antwoord, maar ... klopt het? Je wilt toch echt betere cijfers gaan halen, toch?
- A. Jahaaa.
- V. Wat is er nodig om te zorgen dat je wél meer aan je huiswerk gaat doen? (meteen naar het positieve, naar wat je wél kunt doen, laten merken dat je er vertrouwen in hebt dat ze het prima zelf kan bedenken en doen)
- A. Nou, inschrijven in mijn agenda. Alle vakken.
- V. Stel dat je dat gaat doen, is dat dan genoeg om wat je hebt ingeschreven ook echt te gaan doen?

- A. (nadenken, twijfelen) Nou, ik denk het niet. (op basis van haar antwoorden teken ik in de loop van het gesprek een plaatje (zie **figuur 1** op de vorige pagina) dat ik gebruik om het proces waar ze in zit aan haar te verduidelijken).
- V. Okee, dan moet er meer. Ik teken een tweede plaatje (zie **figuur 2** op de vorige pagina) waarin ik de schaalvraag visualiseer en haar antwoorden noteer). Kijk eens naar deze lijn, die loopt van 0 tot 100. 0 is zoals je totnutoe gewerkt hebt, 100 is als je alles doet wat je kunt bedenken om hogere cijfers te kunnen halen. Vertel eens, waar op die schaal zit je nu, op dit moment als je alles in je agenda zou inschrijven?
- A. hmm... dan zit ik wel al op de 50.
- V. En hoe hoog op die schaal moet je komen om te kunnen zeggen: 'Zo is het genoeg, dan ga ik zeker over'?
- A. 80.
- V. Goed, dan hoeven we dus alleen nog maar plannen te maken voor het stuk van 50 naar 80. Wat kun je doen om, als je alles in je agenda hebt ingeschreven, dan ook thuis te gaan doen wat je moet doen?
- A. (stilte, diep nadenken) Dan moet ik de computer uit laten.
- V. Goed idee. Is er meer dat je kunt doen?
- A. Mijn mobiel uitzetten.
- V. Hmm, zorgen dat je niet gestoord wordt? (knikje) Is er misschien nog meer dat nuttig kan zijn om te zorgen dat je echt je werk gaat doen?
- A. Mijn planning ook bijhouden in de komende weken.

Vervolgens gaat het gesprek verder met vragen over hoe ze haar planning dan kan bijhouden, of het moeilijk is om haar mobiel uit te zetten en computer niet aan te zetten, of daarvoor nog extra plannetjes nodig zijn. Tot slot vraag ik haar of het nuttig of nodig is om een vervolgesprek hierover te voeren. Ook nu weer eerst een stilte, diep nadenken, je ziet haar twijfel en dan toch zegt ze, net als velen die ik eerder de zelfde vraag stelde: 'Ja vraag er volgende week maar naar, dat maakt de kans groter dat ik het echt ga doen.'

Principe

In de voorgaande voorbeelden zie je hoe de leerling door de oplossingsgerichte vragen beseft dat ze echt zelf actie moet - maar vooral ook wil ondernemen. Door door te vragen op hoe ze de hindernissen op weg naar die activiteit denkt te overwinnen, bedenkt ze haar oplossingen om het daadwerkelijk te gaan doen.

Of Marije haar doel uiteindelijk gehaald heeft, weet ik pas na het overgangsrapport, voorlopig geeft ze aan dat ze in elk geval wel haar mobiel en pc al een week uit heeft staan.

Dirk van der Wulp is mentor, schoolcounselor en trainer van mentoren, counselor en andere gespecialiseerde leerlingbegeleiders. www.vanderwulp.eu/okc, dirk@vanderwulp.eu