



WEL IN ONTWIKKELING

Bijlage bij Tussentijdse leerrapportage
schooljaar 2023-2024

Wat als school niet (meer) past
als je
boos bent, angstig of heel stil
overbelast, overprikkeld of overvraagd
wat als het niet meer loopt?

Zoveel mensen met zoveel plannen
die weten wat goed is voor jou
en wat zou moeten
school altijd een doel
maar juist dát niet, niet nu
je valt stil....

En dan!
iemand aan tafel die luistert
oprecht nieuwsgierig en vol vertrouwen
open en zonder oordeel
wat wil jij?

Niets hoeft en alles mag
elk stapje is er een
je bent WEL in ontwikkeling!

WAT LIGT ER ONDER WEL IN ONTWIKKELING? WAAROM WERKT HET WEL?

1. De WEL-aanpak komt tegemoet aan de 3 psychologische basisbehoeftes van ieder kind:

- competentie – (weer) ontdekken dat je het kan
- autonomie – wat jij wil is het uitgangspunt, jij staat aan het stuur en bepaalt het tempo
- relatie – we doen het samen, ik sta naast jou en je ouders

Deze termen zijn afkomstig uit de zelfbeschikkingstheorie of zelfdeterminatietheorie (ZDT), een door Edward Deci en Richard M. Ryan ontwikkelde macrotheorie over de menselijke motivatie. De kern van de theorie wordt gevormd door de stelling dat er drie natuurlijke basisbehoeften zijn die, indien deze bevredigd worden, een optimaal functioneren, welbevinden en groei van een persoon toestaan. Wanneer een of meer van die drie behoeften niet vervuld zijn, loopt een persoon risico op slechte prestaties en stress. Dat jeugdigen in WEL (die zich een 'vierkantje voelen dat door een rondje moet') overbelast,

overvraagd en overprikkeld zijn, verbaast dus niet. Dat zij, en de mensen in dit project, (wel weer) in ontwikkeling komen als aan hun basisbehoeften wordt voldaan.... dat verbaast dus ook niet!

2. De WEL-aanpak vertrekt vanuit de positieve psychologie:

De positieve psychologie is een tak binnen de psychologie waarbij de focus ligt op waar je graag naar toe zou willen, in plaats van op de klachten en wat er minder goed gaat. De aanpak richt zich op dingen die goed gaan of die iemand helpen om te groeien. De techniek van het 'waarderend onderzoek' is afkomstig uit de positieve psychologie. Een waarderend onderzoek is de eerste stap in een geslaagd veranderingstraject en vertrekt vanuit de sterktes om een gedeelde en gewenste toekomst waar te maken. Er zijn altijd dingen die nu al goed werken. Beweging wordt gecreëerd door te onderzoeken wat waardevol is en wat werkt, dit te versterken en erop verder te bouwen. Want denken in kansen en mogelijkheden is efficiënter en motiverender dan problemen oplossen.

De positieve psychologie richt zich ook op veerkracht. Veerkracht zorgt ervoor dat je kunt herstellen van onverwachte of negatieve gebeurtenissen, of om kan gaan met tegenslagen. Het trainen van je veerkracht is dan ook iets wat vaak terugkomt binnen de positieve psychologie. Veerkracht refereert niet aan een vaste eigenschap die is te meten is. Volgens Anne-Laura van Harmelen, hoogleraar Brein, Veiligheid en Veerkracht aan de universiteit van Leiden gaat het om een proces van dynamische adaptatie aan stress. Veerkracht is dus niet te zien of te testen, maar wel af te leiden uit iemands reactie op stress, of iemands functioneren na stress.

3. De houding van de professional binnen de WEL-aanpak kenmerkt zich door:

- een open houding – overtuigingen en aannames worden zoveel als mogelijk losgelaten
- oprechte nieuwsgierigheid – wie ben jij en wat heb jij nodig om je te ontwikkelen?
- vertrouwen – ik geloof dat jij weet wat je nodig hebt, dat je weet wat je kan en dat je het vermogen hebt je in je eigen tempo te ontwikkelen
- rust – pauzes zijn nodig en nuttig
- tijd – er is geen haast, geen deadline
- out of the box denken en creativiteit – we zoeken samen naar hoe het wel kan
- ... en dit alles vanuit het besef dat deze elementen voor ons allemaal gelden, iedereen elkaar beïnvloedt en ook iedereen kan bijdragen aan positieve verandering!

