

NLP & Onderwijs

Onderwijs met NLP!

Wat kun je binnen het onderwijs niet gebruiken van NLP?

Na elf jaar werken met VMBO'ers van twaalf tot en met zestien jaar is dat voor mij geen vraag meer en ik zal je graag uitleggen waarom. Het afgelopen jaar stond er een artikel in de krant met de kop 'Vmbo'ers zijn nergens echt trots op'*. Jongeren zitten vooral op het vmbo omdat ze iets níet kunnen. Leerlingen hebben er soms al een lange geschiedenis van falen achter de rug, of zien het nut van school niet. Sommigen geven zichzelf, anderen de buitenwereld de schuld van hun matige prestaties. Hard werken is voor hen een risico, want zolang ze zich niet voor hun schoolwerk inspannen, kunnen ze slechte cijfers aan hun luiheid toeschrijven, in plaats van aan hun eigen onvermogen. Tijd voor verandering: tijd dat docenten de leerling echt zien en begrijpen wat er precies in die koppies omgaat. Geef ze een doel!

NLP

Voor de docent kan alleen al het bewust worden van taalpatronen een enorme eyeopener zijn:

- hoe je een leerling effectief aan kunt spreken,
- het effect van de keuze voor je positieve of negatieve bewoordingen,
- 'moet' je iets of 'wil' je iets,
- gaan we het 'proberen' of 'doen',
- heeft de leerling 'zoveel fout' of 'zoveel goed'.

Zijn we bewust van het filteren van informatie, de metaprogramma's, is een leerling visueel, kinesthetisch of juist meer auditief ingesteld, enzovoort.

Neem bijvoorbeeld de vooronderstellingen. Met regelmaat hoor je een docent iets zeggen in de trant van: 'Ik heb het nu drie keer verteld, als je het nu nog niet begrijpt...' Het is dan prettig voor de leerling en voor jezelf als docent om de overtuiging te hebben, dat het resultaat van jouw communicatie het antwoord is dat je krijgt. Of: 'Als je doet wat je deed dan krijg je wat je kreeg.'

Zo blijf je meer open staan om te zoeken naar mogelijkheden om een leerling te bereiken en zo in zijn behoeften te kunnen voorzien. Ook neem je zelf de verantwoordelijkheid als docent voor het leerproces.

Voor docenten (en natuurlijk voor iedereen) is het goed om bestaande overtuigingen een keer onder de loep te nemen en te heroverwegen. Ik heb eens gelezen dat er ooit een onderzoek is gedaan door Robert Rosenthal en Lenore Jacobson met twee identieke klassen. Over de ene klas werd gezegd dat ze een wat lager IQ had en over de andere klas dat ze juist een hoger IQ had. De overtuiging van de betreffende docent was later terug te zien in de resultaten van de leerlingen: de leerlingen met het zogenaamde hogere IQ hadden betere prestaties. De uitslag verraste mij niet; overtuigingen sturen je gedrag, in dit voorbeeld werd dat nog eens heel duidelijk. Neem de docent die van oudsher gericht is op fouten in plaats van wat er allemaal goed gaat. Voor leerlingen is het zó goed om te ervaren dat ze de dingen goed doen, dat fouten niet bestaan en er alleen feedback is. Zelf vertel ik de leerlingen altijd dat ze geen fouten kunnen maken omdat ze alles toch zo goed mogelijk doen. Het resultaat kan afwijken van het gewenste resultaat en dat zijn nu juist de leerpunten. Het is zaak om te kijken wat en hoe het dan beter kan om het gewenste resultaat meer of helemaal te bereiken. Dat is leren!

Zo kun je ook prima gebruik maken van ankeren binnen de klas, zeker wanneer je met regelmaat dezelfde groepen hebt. Echt heel eenvoudig is het om de leerlingen met een goed gevoel binnen te laten komen en aan het einde van de les met een goed gevoel weg te laten gaan. Even een vriendelijk woord of vriendelijke blik, een schouderklopje of een hand bij binnenkomst en bedank de leerlingen eens voor een leuke les. Dit alles helpt enorm om leerlingen een volgende les weer in een positieve stemming binnen te krijgen. Help de leerling ook eens herinneren aan een keer dat het heel goed ging, zo breng je ze in een vermogende stemming. Ook 'ruimtelijke plaatsankers' werken goed. Waar leg je iets uit en wanneer wil je de aandacht? Voor de docent zelf is de circle of excellence een goede manier om in de juiste stemming te komen en met een goede houding in de klas te staan. Binnen de leerlingbegeleiding leer ik leerlingen zelfvertrouwen of ontspanning te ankeren zodat ze dat op kunnen roepen in situaties waar ze dat nodig hebben.



Ronald Koenders, die al ruim een decennium als docent en leerlingbegeleider in het onderwijs werkzaam is, heeft sinds vele jaren zijn hart verpand aan NLP. Zijn ervaring is dat NLP een onmisbare aanvulling is op het effectief lesgeven aan en werken met jongeren. In dit artikel zet hij voor je uiteen wat nu precies het NLP-verschil is dat in Onderwijsland een echt verschil maakt: hoe je de leerling echt kunt bereiken, de leerlingen succeservaringen laat beleven en laat ervaren dat ze wat waard zijn.



Nog meer NLP

Gedrag laat zich scheiden van identiteit. De mensen die dit lezen en kennis hebben van NLP en de neurologische niveaus weten precies wat ik bedoel. Voor degenen die hier geen weet van hebben is het goed om deze kennis wel te verkrijgen. Globaal kun je stellen dat wanneer er een probleem is, dan ligt de oplossing vaak op een ander, hoger niveau dan waar het probleem zich aandient. Als er op het niveau van gedrag een probleem is dan is het goed om op een hoger niveau, bijvoorbeeld het niveau van capaciteiten of overtuigingen naar een oplossing te kijken. Je kunt dit uitvragen bij het kind of de klas en dan aan het gedragsniveau werken door ondermeer andere capaciteiten aan te leren. Vaak hoor je binnen het onderwijs, het is een ADHD'er, het is een dyslect, het is een rot-klas, vervelende klas/groep/leerling. We veroordelen dan de klas of het kind in plaats van het gedrag. De neurologische niveaus laten zien dat gedrag gemakkelijker te veranderen is dan identiteit, dat biedt ruimte. Dit wordt nog meer versterkt als je daar dan weer de vooronderstelling bij hebt dat ieder gedrag een positieve intentie heeft. Iedereen is van binnen toch een goed mens?

Kennis van het door Lucas Derks ontwikkelde Sociaal Panorama vind ik ook zo mooi en effectief. Ik heb docenten meegemaakt die een klas of een leerling zo

groot in hun innerlijke panorama hadden staan dat het logisch was dat zij met de zenuwen in hun lijf voor de klas stonden. Door de betreffende docent er bewust van te maken dat het een mentaal proces is, een mentale projectie, en je de leerling of de leerlingen ook kleiner kunt maken, ze op een andere plek te projecteren en dit vervolgens laat ervaren, zie je in een korte tijd heel veel veranderen. Uiteraard kun je dit ook heel goed gebruiken bij leerlingen. Het blijkt regelmatig dat leerlingen die gepest worden deze pester heel groot en recht voor zich geprojecteerd hebben, veel groter dan de werkelijke grootte. Door met je hand de pester aan te geven op de plaatst waar de leerling deze ervaart en deze vervolgens jouw hand laat volgen wanneer

je die laat zakken, zie je bijna direct de uitdrukking en houding van de leerling veranderen. Dit schept echt ruimte!

Iedere docent zou een leerling kunnen aanleren om ontspannen een toets te maken. Bijvoorbeeld door het werken met submodaliteiten. Vraag de leerling eens hoe hij/zij weet dat hij/zij zenuwachtig is. Let dan vooral ook op de oogbewegingen! Regelmatig maak je mee dat het om beelden gaat, de leerling ziet zichzelf falen voor de toets, vraag wat het meest vervelende is in dit beeld en laat dit veranderen. Bij een vervelend gevoel kun je de omdraaietechniek van Bandler gebruiken. Vraag maar eens waar ze dit gevoel in het lichaam ervaren. Meestal zie je direct aan een armbeweging die het gevoel aanwijst ook hoe het gevoel beweegt. Laat de leerling het gevoel als het ware even uit het lichaam trekken en voor zich visualiseren, vraag welke kleur het heeft. Mijn ervaring is dat deze vraag, met de suggestie er in, beter werkt dan vragen óf het een kleur heeft. Wanneer de leerling een kleur aangeeft vraag je wat een fijnere kleur zou zijn, een kleur waarbij ze meer ontspanning kunnen ervaren. Ik heb tot nu toe bijna alleen nog maar meegeemaakt dat de kleuren spontaan gezegd werden. Mocht dat niet zo zijn dan vraag je: 'Stel dat het een kleur zou hebben, welke zou die dan zijn?' Vervolgens stel je voor het gevoel met de nieuwe kleur in tegengestelde

richting te laten bewegen, sneller laten gaan en groter maken. Dan plaatst de leerling het gevoel terug in het lijf en zal direct een ontspannen gevoel ervaren. Binnen de leerlingbegeleiding maak ik ook veelvuldig gebruik van tijdlijnen. Leerlingen die in het verleden zijn gepest kun je terug laten gaan met nieuwe hulpbronnen en deze inzetten bij de oude ervaring. Je ziet dan het gezicht en de hele houding veranderen. Een leerling zei eens: 'Nu doen ze ineens normaal tegen me, ze kijken me aan en gaan gewoon aan het werk!' Voor leerlingen die vooral in 'het NU' leven is het ook goed om een doel in de toekomst te visualiseren. Mijn ervaring is dat leerlingen vaak de dingen die nog ver weg liggen redelijk onbelangrijk vinden. Door ze te laten bedenken hoe het zou zijn wanneer ze een toekomstdoel waargemaakt hebben, krijgen ze er ook meer zin in om daar voor te gaan. Het motiveert ze!

NLP XXL

De school waar ik werk is een echte 'groene' school. We hebben veel dieren waaronder reptielen en vogelspinnen. Een ideale omgeving om leerlingen met NLP van fobieën af te helpen. Leerlingen die in eerste instantie gaan huilen bij het idee de vogelspin op hun hand te houden, hebben de spin na hooguit een half uur echt over hun hand lopen. Wanneer je een goed contact met leerlingen hebt dan komen er ook verhalen los. Zo vertelde eens een leerling over zijn fobie voor naalden, hij ging al zweten bij het woord naald en er naar kijken kon al helemaal niet. Als je dan hoort dat er al van alles aan gedaan is en zo'n jongen zelfs zijn gebroken arm vanwege deze angst heeft laten zetten zonder verdoving, dan wordt de uitdaging wel groot. Soms lost de leerling zijn probleem in diezelfde les nog op, zo ook de jongen met de naaldenfobie. Nu kun je denken dat dit niet in een reguliere les thuishoort. Ik kan zeggen dat juist deze onderbrekingen de klik met de klas geweldig vergroot en ze juist harder gaan werken.

Leerlingen met dyslexie zijn enorm te helpen met de NLP-spellingstrategie en met de door Ingrid Stoop vanuit NLP ontwikkelde MatriXmethode. Onlangs liet ik een meisje het woord fiets spellen, ze spelde dat als v-i-e-t-s. Nadat ik haar liet visualiseren, de letters een andere kleur liet geven en groter liet maken, zei ze ineens: 'O nee, het is zo'n lange, f-i-e-t-s.' Na een kleine anderhalf uur coachen kon ze zich veel beter concentreren, sneller lezen en zag ze de woorden voor zich. Later bleek er een nadeel te zijn, ze vertelde dat ze van de docent op haar werk moest kijken en niet zo naar buiten moest kijken of naar de muur staren en juist daar zag ze de juiste spelling staan! Ik hoor een

docent van vroeger nog tegen me zeggen, 'het staat niet op het plafond hoor, kijk op je blaadje'. Tja, maar de woorden staan daar echter wel! Tijdens toetsen kijken de meeste leerlingen met regelmaat even schuin omhoog om woorden of plaatjes te visualiseren. Het meisje van de 'viets' komt regelmatig bij me met een andere leerling om te zeggen dat die ook dyslexie heeft.

Na al die jaren kan ik me nog steeds verbazen over de eenvoud van NLP en de uitwerking die het heeft. De snelle verandering en de technieken die leerlingen zelf gemakkelijk kunnen gebruiken of die je als docent eenvoudig kunt inzetten.

NLP? Ja... wanneer eigenlijk niet? Terwijl ik dit schrijf voel ik dat ik nóg enthousiaster kan worden! Hoe ik dat precies weet en waar ik dat precies voel?

Het beweegt vanaf net onder mijn borstbeen omhoog en draait voorlangs naar beneden.

Heerlijk, houden zo! Toch?

** Trouw 8 mei 2011: 'Vmbo'ers zijn nergens echt trots op', Hanne Obbink*

RONALD KOENDERS IS DOCENT EN LEERLINGBEGELEIDER EN DAARNAAST OPGELEID TOT NLP TRAINER. HIJ IS EIGENAAR VAN KOENDERS COACHING & TRAINING EN GEEFT OPLEIDINGEN EN WORKSHOPS IN NLP EN HYPNOSE.

Voor meer info en contact auteur: www.lichaamengeest.com



Ronald Koenders