Oplossingsgerichte technieken toepassen bij oudercontacten

Eindwerk oplossingsgerichte cognitieve systeemtherapie

Nathalie Goris

Academiejaar 2024-2025

INHOUDSOPGAVE

Voorwoord 4

1 Inleiding 5

2 Onderzoek 6

2.1 Doel van het onderzoek 6

2.2 Opstelling van de bevraging 6

2.3 Dataverzameling en verwerking 8

2.4 Analyse onderzoeksresultaten 8

2.5 Conclusie en aanbevelingen 13

2.6 Reflectie op het onderzoek en een kritische noot 15

3 Theoretisch kader 13

3.1 Het belang van oudercontacten en oplossingsgerichte technieken 16

3.2 Het Brugse model toegepast op oudercontacten 16

3.2.1 Tien uitgangspunten 17

3.2.1.1 Gericht op gezondheid 17

3.2.1.2 Utilisatie 17

3.2.1.3 Verandering is onvermijdelijk 18

3.2.1.4 Toekomstgericht 18

3.2.1.5 Duidelijke doelstellingen 18

3.2.1.6 Alliantie 19

3.2.1.7 Autopoëtische mechanismen 19

3.2.1.8 Keuzes 19

3.2.1.9 Mandaat 21

3.2.1.10 Oplossingen, oplossingen, oplossingen 22

3.2.2 Voordelen en uitdagingen 23

3.2.3 De Brugse flowchart en de verschillende soorten relaties bij oudercontacten 24

3.2.3.1 De zoekende relatie 24

3.2.3.2 De vrijblijvende relatie 25

3.2.3.3 De consulterende relatie 26

3.2.3.4 De co-expertenrelatie 28

3.2.3.5 Het beslissingsmodel op basis van de flowchart 29

4 Praktische voorbeelden en toepassingen 30

4.1 Voorbeelden van oplossingsgerichte oudergesprekken 30

4.2 Leerkrachtenfiches 'Hoe pak ik een oudercontact aan?' 34

5 Besluit 37

6 Bibliografie 38

VOORWOORD

Het schrijven van dit eindwerk heeft me de opportuniteit gegeven om mijn opleiding te integreren in mijn job.

Als moeder, student en zorgcoördinator ben ik me bewust van de uitdagingen die oudercontacten met zich kunnen meebrengen.

Dit eindwerk heeft me geïnspireerd om op zoek te gaan naar manieren om oudercontacten effectiever en betekenisvoller te maken voor ouders, leerkrachten en leerlingen.

Graag wil ik de ouders en de leerkrachten bedanken die hun ervaringen met mij hebben gedeeld. Deze vormden een belangrijke basis voor mijn onderzoek.

Ik hoop dat dit eindwerk een inspiratie kan vormen voor scholen die streven naar een constructieve samenwerking tussen ouders en leerkrachten, in het belang van de jongere.

Ik wil zeker ook mijn dankbaarheid uitspreken naar Myriam, Geert, Erwin, Sébastien en Dirk die ons het oplossingsgericht werken hebben bijgebracht en voor hun waardevolle feedback tijdens dit proces. Ook mijn medestudenten wil ik graag bedanken. Tijdens deze opleiding heb ik mogen ervaren hoe waardevol het is om te leren in een omgeving van gelijkgestemden, waar we onze onzekerheden, twijfels en ervaringen konden delen met elkaar mét de nodige dosis humor.

Tot slot wil ik zeker ook nog mijn gezin, familie en vrienden bedanken voor hun steun gedurende deze vierjarige opleiding. Met behulp van hun aanmoediging heb ik de stap durven zetten om deze opleiding aan te vatten. En zeker niet te vergeten: de leerlingen, die me heel veel leerkansen hebben geboden en die ik dan ook heel veel warmte toedraag.

1 INLEIDING

Oudercontacten vormen de brug tussen de school- en de thuiscontext van de leerling. Ze bieden een kans om de groei en de ontwikkeling van de leerling te bespreken, de verwachtingen af te stemmen en een gezamenlijk plan op te stellen om de ontwikkeling van de jongere optimaal te ondersteunen.

Een sterk oudercontact draagt bij aan het wederzijdse begrip en versterkt het vertrouwen in elkaar als partner in de opvoeding en begeleiding van de leerling.

Hoewel oudercontacten een krachtige tool kunnen zijn om de ontwikkeling en de groei van de leerling te bevorderen, kunnen ze ook zeker een uitdaging zijn. Soms zijn de verwachtingen en communicatiestijlen niet op elkaar afgestemd of spelen emoties op. Traditionele oudercontacten kunnen ook 'probleemgericht' zijn en leggen de nadruk weleens op wat er niet goed gaat. Dit kan ontmoedigend werken en de samenwerking moeilijker maken.

In dit eindwerk wordt eerst wordt in een onderzoek geanalyseerd hoe leerkrachten en ouders oudercontacten momenteel op onze school ervaren en welke technieken reeds succesvol zijn. Daarna wordt er een theoretisch kader uiteengezet van oplossingsgerichte technieken die kunnen worden ingezet op school tijdens oudercontacten. Tot slot worden de oplossingsgerichte technieken en de analyse van het onderzoek samengebracht in een praktische tool voor leerkrachten om oudercontacten te optimaliseren. Er worden voorbeelden uitgeschreven van stukken uit oplossingsgerichte oudergesprekken. Daarnaast zijn er ook hulpfiches ontworpen die een inspiratie kunnen zijn om in te zetten bij een oudercontact.

2 ONDERZOEK

2.1 Doel van het onderzoek

Door middel van een bevraging bij ouders, leerkrachten en directie hoop ik om een diepgaand inzicht te krijgen in hoe oudercontacten momenteel ervaren worden op onze school en welke oplossingsgerichte technieken gehanteerd worden of als wenselijk beschouwd worden. Enerzijds wordt onderzocht welke aspecten van de huidige oudercontacten goed werken en bijdragen aan een efficiënte en positieve communicatie tussen ouders en school. Anderzijds beoogt de bevraging te achterhalen welke verbeterpunten er zijn en hoe een ideaal oudercontact er volgens de ondervraagden uitziet.

Specifiek wordt nagegaan:

- Welke oplossingsgerichte technieken momenteel worden toegepast in oudercontacten en hoe deze ervaren worden.
- Welke uitdagingen leerkrachten en andere betrokkenen tegenkomen in de communicatie met ouders.
- Hoe de structuur, inhoud en frequentie van oudercontacten geoptimaliseerd kunnen worden.
- In hoeverre flexibiliteit, digitale communicatie en de aanwezigheid van het kind bijdragen aan een succesvol oudercontact.

Door deze elementen te analyseren, kunnen gerichte aanbevelingen geformuleerd worden om oudercontacten verder te versterken. Dit onderzoek draagt bij aan een breder begrip van oplossingsgerichte communicatie in de onderwijscontext en biedt concrete handvaten om de samenwerking tussen school en ouders te verbeteren.

2.2 Opstelling van de bevraging

Om een zo volledig mogelijk beeld te krijgen van de ervaringen en verwachtingen rond oudercontacten, werden de vragenlijsten opgebouwd rond schaalvragen, open vragen en meerkeuzevragen, met als doel zowel kwantitatieve als kwalitatieve gegevens te verzamelen.

De bevraging werd afgenomen na afloop van een oudercontactmoment zodat de ervaringen nog vers waren en zo authentiek mogelijk weergegeven konden worden.

De vragen die aan de ouders werden gesteld:

1. Op een schaal van 0 tot 10 (waarbij een 0 niet oké is en een 10 helemaal oké): hoe ervaart u momenteel de oudercontacten op school?

2. Op een schaal van 0 tot 10 (waarbij een 0 niet oké is en een 10 helemaal oké): vindt u dat de onderwerpen die besproken worden tijdens een oudercontact goed aansluiten bij uw verwachtingen?

3. Wat vindt u het meest waardevolle aan deze gesprekken?

4. Welke aanpak of vragen helpen u het meest om een goed beeld van uw kind op school te krijgen?

5. Vindt u dat uw kind ook aanwezig moet zijn tijdens het oudercontact?

- O Ja
- O Neen
- O Dit zouden ouders en het kind zelf moeten kunnen beslissen.

6. Hoe vindt u de frequentie en de timing van de oudercontacten op school?

- O Te weinig
- O Te veel
- O Precies goed
- O Eigen antwoord: …

7. Stel dat het ideale oudercontact plaatsvindt: wat is dan er anders dan nu?

De vragen die aan leerkrachten, zorgcoördinatoren, directie werden gesteld:

1. Op een schaal van 0 tot 10 (waarbij een 0 niet oké is en een 10 helemaal oké): hoe ervaart u momenteel de oudercontacten op school?

2. Wat vindt u het meest waardevolle aan deze gesprekken?

3. Zijn er uitdagingen die u regelmatig tegenkomt tijdens oudercontacten?

4. Vindt u dat de leerling zelf ook aanwezig moet zijn tijdens het oudercontact?

- O Ja
- O Neen
- O Dit zouden ouders en het kind zelf moeten kunnen beslissen.

5. Welke aanpak heeft u gebruikt die ouders positief hebben ontvangen?

6. Hoe pak je het aan om een positieve en constructieve sfeer te creëren tijdens oudercontacten?

7. Hoe vindt u de frequentie en de timing van de oudercontacten op school?

- O Te weinig
- O Te veel
- O Precies goed
- O Eigen antwoord: …

8. Stel dat het ideale oudercontact plaatsvindt: wat is er dan anders dan nu?

2.3 Dataverzameling en verwerking

De bevraging bij 'Oplossingsgerichte technieken bij oudercontacten' werd door 141 ouders en 33 leerkrachten van de secundaire school Campus Russelberg in Tessenderlo ingevuld, net na het oudercontact op 19 december 2024. De resultaten werden per vraag geanalyseerd en hieronder beschreven.

2.4 Analyse onderzoeksresultaten

<u>Rapport 1: Oplossingsgerichte technieken bij oudercontacten – Ouders</u>

1. Algemene ervaring met oudercontacten

Uit de bevraging blijkt dat ouders overwegend positief staan tegenover de oudercontacten. De meeste respondenten gaven scores tussen 7 en 10, met een gemiddelde score van 8,17. Op 141 ouders geven 3 ouders een score lager dan 5.

Belangrijkste bevindingen:

- De sfeer en de manier van communiceren tijdens oudercontacten wordt als positief ervaren.

  "Er is een goed en fijn contact met de leerkrachten. Alles kan besproken worden."

  "De openheid, tijd die genomen wordt voor verduidelijking, er wordt geluisterd naar de ouders en gerustgesteld. Je voelt als ouder dat er ruimte is voor samenwerking."

  "Hele open communicatie."

- Ouders waarderen de betrokkenheid van de leerkrachten.

  "Wat ik het meest waardevolle vind, is dat er op alle vragen een reactie komt, de leerkrachten blijk geven mijn kind 'echt' te kennen en dat er met respect gesproken wordt over mijn kind."

  "Wat ik heel waardevol vind, is hoe er mee nagedacht wordt en oplossingen gezocht worden voor kinderen die het niet gemakkelijk hebben."

  "We appreciëren de luisterbereidheid en de bereidheid om op individueel niveau aanpassingen te doen."

  "De manier waarop er tegen mijn zoon gepraat wordt, doet mij zien dat ze mijn kind wel kennen."

- Er is een grote mate van tevredenheid over de manier waarop informatie gedeeld wordt.

  "Ik krijg goede feedback over hoe mijn zoon het doet zowel qua leren als zijn "schoolbeleving"

"Via gesprekken met de leerkrachten van mijn kind, krijg ik een beter beeld van haar gedrag/houding/sociale vaardigheden... in de klas/school."

2. Verwachtingen en inhoud van de oudercontacten

De meeste ouders vinden dat de besproken onderwerpen goed aansluiten bij hun verwachtingen. Scores liggen wederom hoog, meestal tussen 7 en 10, met een gemiddelde van 8,19. 7 op 141 ouders geven een score lager dan 5.

Wat ouders belangrijk vinden:

- Sommige ouders geven aan dat ze graag meer gedetailleerde feedback willen over het leerproces.
- Sommige ouders geven aan dat ze meer info willen krijgen én geven over het sociaal-emotioneel welzijn van hun kind.

  "Wat ik goed vind aan de gesprekken is om te horen dat mijn kind zich goed voelt op school, want ondanks de goede punten is dat niet altijd het geval."

  "Ik vind het belangrijk dat je over je kind als persoon kunt praten want soms gebeuren er dingen die je kind zelf niet ter sprake durft brengen."

  "Ik wil weten hoe mijn kind zich gedraagt op school en of hij veel vrienden heeft, dus ruimer spreken dan enkel over resultaten."

- Sommige ouders willen een persoonlijkere feedback.

  "Op het rapport zou een persoonlijke reactie van de leerkracht mogen staan. Deze vinden wij persoonlijk vaak heel algemeen."

  "Omwille van overboeking kunnen ouders niet altijd bij de klascoach terecht en worden ze doorverwezen naar de hulpcoach, die hun kind niet altijd goed lijkt te kennen."

- Een kleine groep ouders wenst meer tijd per gesprek. Vooral wanneer er moeilijkheden zijn, zijn 10 minuten of 15 minuten te weinig om dit te bespreken. Het oudercontact zou dan ook op een ander moment kunnen plaatsvinden. Momenteel is het oudercontact steeds op een donderdagavond tussen 18u en 21u. Door het mogelijk te maken om ook op andere momenten een afspraak te maken, kunnen ook ouders die op donderdagavond moeten werken, inschrijven.
- Sommige ouders geven aan dat de 'wachttijd' te lang is, dat ze meer dan een half uur moeten wachten voor ze aan de beurt komen.
- Tot slot geven verschillende ouders aan dat er een te korte periode is tussen het online intekenen en het oudercontact. Een langere reserveringsperiode zou beter zijn.

3. Waardevolle elementen van oudercontacten

Ouders benoemen diverse aspecten die zij als waardevol ervaren:

- Het initiatief van de school om het contact met ouders te bevorderen.
- Een positieve en oplossingsgerichte benadering van feedback.
- Open communicatie en eerlijke terugkoppeling over hun kind.
- De mogelijkheid om hun eigen inzichten te delen over het thuisleren.

4. Efficiënte aanpak en vragen

Ouders benoemen verschillende technieken en structuren die hen helpen een beter beeld van hun kind op school te krijgen:

- Samenvattingen van de klassenraad waarin sterktes en aandachtspunten belicht worden.
- Duidelijke en transparante communicatie via Smartschool of andere digitale platformen.
- Regelmatige updates over het functioneren van hun kind.
- Meer toelichting bij rapporten per vakgebied.

5. Aanwezigheid van de jongere bij oudercontacten

Over de aanwezigheid van kinderen bij oudercontacten zijn de meningen verdeeld:

- Een deel van de ouders vindt het waardevol dat hun kind aanwezig is. (29%)
- De meeste ouders geven aan dat dit vrij te kiezen zou moeten zijn. (57 %)
- Een kleine groep ouders vindt dat oudercontacten zonder kinderen efficiënter zijn. (14%)

6. Frequentie en timing van oudercontacten

- De meeste ouders geven aan dat de huidige frequentie en timing goed is.
- Enkele ouders zouden graag meer contactmomenten zien.

  “Het mag meer bij moeilijkheden.”

  “Ook een dagmoment graag.”

- Ouders ervaren de school als toegankelijk bij vragen of problemen.

  “Ik vind de huidige frequentie goed. Indien er zich bepaalde problemen voordoen is het altijd mogelijk om een extra afspraak te maken met de leerkracht (klastitularis).”

7. Het ideale oudercontact

Ouders beschrijven het ideale oudercontact als:

- Duidelijk en efficiënt.
- Voldoende tijd om vragen te stellen zonder tijdsdruk.
- Voldoende tijd om in te schrijven.
- Een persoonlijke benadering waarin zowel sterke punten als uitdagingen benoemd worden.

Rapport 2: Oplossingsgerichte technieken bij oudercontacten – door leerkrachten

1. Algemene ervaring met oudercontacten

Uit de bevraging blijkt dat de meeste leerkrachten de oudercontacten positief ervaren. De scores variëren. Grotendeels liggen ze tussen de 7 en 10, met een gemiddelde van 7,78. Geen enkel personeelslid geeft een score lager dan 5.

Belangrijkste bevindingen:

- Leerkrachten vinden oudercontacten waardevol om ook inzichten van ouders te krijgen.
- Ouders worden overwegend gezien als betrokken en bereid tot samenwerking.
- De sfeer wordt over het algemeen als constructief en ondersteunend ervaren.

  "Ik vind het zeer leuk dat ouders zo talrijk aanwezig zijn. Ouders zijn vaak begripvol, wat maakt dat er fijne gesprekken zijn. Ook is het een meerwaarde dat ik dit samen met mijn collega kan doen! We kunnen ook steeds rekenen op zorgcoördinatie, indien nodig!"

2. Waardevolle elementen van oudercontacten

Leerkrachten benoemen verschillende aspecten die zij als waardevol ervaren:

- Het directe contact met ouders en het delen van informatie over de leerling.

  "Het zijn momenten waarop je samen met de ouders (en eventueel de leerling) het groeiproces en resultaten van hun zoon of dochter kan bespreken. Indien nodig kunnen we ook samen oplossingsgericht denken en actiepunten opstellen om het groeiproces een positieve wending te geven."

- Het bespreekbaar maken van groeikansen en talenten van de leerling.
- Ouders de kans geven om hun perspectief op de leerontwikkeling te delen.

3. Uitdagingen tijdens oudercontacten

Hoewel de algemene ervaring positief is, benoemen leerkrachten enkele terugkerende uitdagingen:

- Tijdgebrek per gesprek, waardoor niet alles voldoende kan worden besproken.

  "Als klascoach van leerlingen van de 1e graad ben je meestal helemaal volgeboekt en is 10 minuten soms te kort."

- Niet alle ouders komen opdagen, wat het opvolgen van sommige leerlingen bemoeilijkt.
- Moeilijke gesprekken bij zorgen over gedrag of prestaties van de leerling.
- Taalbarrières bij anderstalige ouders.

4. Efficiënte aanpak en technieken

Leerkrachten benoemen verschillende technieken die positief ontvangen worden door ouders:

- Altijd beginnen met positieve punten voordat uitdagingen besproken worden.

  "Ik begin altijd met het positieve."

  "Het gesprek starten met positieve punten en successen van hun zoon of dochter. Dit zorgt ervoor dat het gesprek op een constructieve en open manier gevoerd kan worden."

  "Positief zijn en altijd kijken naar de groei die hun zoon of dochter maakt. Het is niet omdat er één ding negatief is, dat alles negatief is."

- Zich vriendelijk en geïnteresseerd opstellen en oprecht luisteren.

  "Een rustige en empathische houding aannemen. Praten in het wij-verhaal."

  "Ik bied steeds eerst een luisterend oor en vraag telkens wat zij vinden van het rapport alvorens ikzelf de bevindingen van de klassenraad deel."

  "Een open en geïnteresseerde houding, doorvragen, oprechte interesse, niet het gevoel geven om iemand als een nummertje te beschouwen."

- Duidelijke, opbouwende feedback geven met concrete voorbeelden.
- Het belang van korte opvolging en transparante communicatie benadrukken.
- Ouders in een team ontvangen, zodat er meerdere perspectieven gedeeld worden.

  "Soms zijn er moeilijke gesprekken of moeilijke boodschappen te brengen. Ikzelf vind dat niet zo moeilijk omdat ik denk vanuit wat goed is voor de leerling. Reacties van ouders of leerlingen kan ik plaatsen vanuit hun standpunt en neem ik niet als persoonlijk omdat ik maar de

spreekbuis ben van de klassenraad. Ik merk bij nieuwe en jonge collega's dat het helemaal niet evident is en dat een sidekick in een gesprek veel kan doen."

5. Aanwezigheid van het kind bij oudercontacten

De meningen over de aanwezigheid van leerlingen zijn verdeeld:

- Sommige leerkrachten vinden het waardevol dat de leerling aanwezig is. (31%)
- De meeste leerkrachten geven aan dat dit vrij te kiezen zou moeten zijn. (61%)
- Een kleinere groep vindt dat oudercontacten zonder leerlingen effectiever zijn. (8%)

6. Frequentie en timing van oudercontacten

- De meeste leerkrachten vinden de huidige frequentie en timing passend. (73%)
- Enkele respondenten geven aan dat betere spreiding in de timing gewenst is.
- Het belang van flexibele contactmogelijkheden wordt onderstreept.

7. Het ideale oudercontact

Leerkrachten beschrijven het ideale oudercontact als:

- Efficiënt en to-the-point, zonder tijdsdruk.
- Mogelijkheid om open en eerlijke gesprekken te voeren.
- Voldoende tijd om ouders van gerichte feedback te voorzien.
- Een positief en oplossingsgericht gesprek waarbij groeimogelijkheden centraal staan.

2.5 Conclusie en aanbevelingen

Uit de bevraging bij ouders en leerkrachten blijkt dat oudercontacten in het algemeen als waardevol en constructief worden ervaren.

Ouders waarderen de betrokkenheid van leerkrachten en de open sfeer waarin gesprekken plaatsvinden. De meerderheid van de respondenten ziet de meerwaarde van oplossingsgerichte technieken in het creëren van een positieve dialoog. Transparantie en duidelijke feedback worden als essentiële voorwaarden gezien voor een geslaagd oudercontact. Daarnaast blijkt uit het onderzoek dat een flexibele aanpak – bijvoorbeeld rond de aanwezigheid van leerlingen – positief onthaald wordt.

Daarnaast zijn er enkele aandachtspunten die verbeterd kunnen worden om oudercontacten nog efficiënter te maken.

- Tijdgebrek: zowel ouders als leerkrachten ervaren soms dat de beschikbare tijd per gesprek te beperkt is.

- Niet alle ouders voelen zich voldoende geïnformeerd over de brede ontwikkeling van hun kind (sociaal-emotioneel, niet enkel academisch).
- Leerkrachten ervaren soms moeilijkheden in gesprekken met ouders door taalbarrières of verschillende verwachtingen over de rolverdeling tussen school en ouders.
- De structuur en timing van oudercontacten kunnen niet altijd aan ieders behoeften voldoen.

Op basis van deze resultaten kunnen enkele aanbevelingen worden geformuleerd:

1. Blijven inzetten op een oplossingsgerichte en positieve communicatie.

Dit kan o.a. door te starten met oplossingsgerichte vragen:

"Wat gaat al goed?"

"Waar is vooruitgang merkbaar?"

"Wat heeft er al geholpen?"

"Wat kan een volgende kleine stap zijn?" (We spreken niet over een eerste stap, wel over een 'volgende' stap waardoor we erkennen dat men al stappen heeft gezet en men niet van 0 moet starten. Onrechtstreeks geven we hierdoor ook een compliment voor de reeds geleverde inspanningen.)

2. Meer flexibiliteit wat betreft de aanwezigheid van leerlingen

Dit kan door ouders de keuze te geven om hun kind al dan niet te laten deelnemen.

3. Efficiënter gebruik van tijd tijdens oudercontacten

Dit kan door met een vaste gesprekstructuur te werken.

- Een positieve start
- Bespreking van de huidige situatie
- Doelen en oplossingen formuleren
- Afronding

4. Uitgebreidere feedback aan ouders

Soms wachten leerkrachten te lang met contact op te nemen, vooral wanneer het moeilijk loopt en vallen ouders soms uit de lucht bij een oudercontact. Ouders geven dan wel eens aan dat ze graag eerder feedback hadden ontvangen. Dit kan bijvoorbeeld door een belronde te organiseren in september, vooral naar ouders van nieuwe leerlingen, om te polsen naar de eerste ervaringen. Het is ook fijn dat dit eerste contact een positief contact is, met het doel elkaar te leren kennen.

Wanneer het moeilijk gaat, moet men zeker niet wachten tot er een georganiseerd oudercontact plaatsvindt. Het is aangewezen om sneller een update te geven. Dit kan ook via een online platform zoals Smartschool, of telefonisch gebeuren.

5. Ondersteuning bij moeilijke gesprekken

Een workshop of nascholing rond oplossingsgerichte gesprekken voeren kan voor leerkrachten een meerwaarde bieden, zeker bij moeilijke gesprekken.

Gesprekken waarbij op voorhand al een sterk vermoeden is dat ze moeizaam zullen verlopen, kan één van de zorgcoördinatoren, een collega of de directie ondersteunen.

Wanneer ouders anderstalig zijn, kan een collega die de taal machtig is worden ingeschakeld, een tolk of eventueel een digitale vertaaltool.

De bovenstaande aanbevelingen bieden concrete aanknopingspunten om oudercontacten meer oplossingsgericht te maken. Tegelijkertijd is het belangrijk om stil te staan bij de beperkingen van dit onderzoek. Een kritische blik helpt om deze bevindingen in perspectief te plaatsen.

2.6 Reflectie op het onderzoek en een kritische noot

Het onderzoek kan wellicht een waardevol inzicht bieden in oplossingsgerichte oudercontacten. Anderzijds zijn er wel een aantal beperkingen.

De bevraging vond enkel plaats op één school, in de gemeente Tessenderlo-Ham. Voor een bredere toepasbaarheid is het nuttig om deze bevraging ook in andere scholen te doen.

Niet alle leerkrachten zijn vertrouwd met oplossingsgericht werken. Een nascholing kan hier zeker helpend zijn om de manier van werken breder te kunnen dragen.

Ondanks de bedoeling om oplossingsgericht te werken, blijft de tijdspanne van een oudergesprek beperkt.

De resultaten van het onderzoek maken duidelijk dat er nood is aan een gemeenschappelijk begrippenkader rond oplossingsgericht werken. In het volgende hoofdstuk wordt daarom dieper ingegaan op de theoretische fundamenten, met bijzondere aandacht voor het Brugse model en de vertaling ervan naar de schoolcontext.

3 THEORETISCH KADER

3.1 Het belang van oudercontacten en oplossingsgerichte technieken

Een oplossingsgericht oudercontact gaat verder dan het puur overbrengen van informatie. Het is een gelegenheid waarbij zowel de school als de ouders en de jongere waardevolle inzichten kunnen delen en samen kunnen zoeken om de ontwikkeling en het welzijn van de leerling nog meer te bevorderen. Door zich te richten op 'wat er werkt' en welke sterktes ingezet kunnen worden om uitdagingen aan te pakken, focussen we op mogelijkheden in plaats van op problemen. In plaats van te zoeken naar oorzaken van problemen richt men zich op de toekomst en mogelijke oplossingen.

Belangrijke principes van deze oplossingsgerichte technieken:

- Oplossingsgericht denken: De focus ligt op wat al werkt en hoe dat uitgebreid kan worden.
- Uitzonderingen zoeken: Situaties uitspitten waarop het probleem zich minder voordoet en deze proberen zo concreet mogelijk te krijgen.
- Kleine stappen: Kleine, haalbare doelen stellen die tot grotere veranderingen kunnen leiden.
- Positieve formulering: Problemen omzetten in kansen en mogelijkheden.

3.2 Het Brugse model toegepast op oudercontacten

Het Brugse model is een oplossingsgericht kader dat ontwikkeld werd binnen de psychotherapeutische context dat ook zeker deels bruikbaar is binnen onderwijs en oudercontacten.

Het Brugse model is gebaseerd op de principes van de systeemtherapie, de therapie geïnspireerd door Milton Erickson en de oplossingsgerichte therapie van Steve de Shazer en Insoo Kim Berg en het zoekwerk naar wat therapie efficiënt maakt werd binnen de Korzybski-groep in Brugge en Parijs verder uitgewerkt door o.a. Luc Isebaert, Myriam Le Fevere de Ten Hove, Erwin De Bisscop (Brugge), Marie-Christine Cabié (Parijs), e.a. De samenwerking tussen therapeut en cliënt wordt hierin benadrukt.

Het Brugse model veronderstelt dat alle aangeleerde gedragingen en gewoontes als vaste structuren in de hersenen zijn opgeslagen en mensen tussen deze gewoontes kunnen kiezen. De therapeut helpt cliënten ontdekken dat ze keuzes hebben en bekijkt het symptoomgedrag als de beste oplossing die de cliënt op dat ogenblik heeft. Dat creëert keuzevrijheid en versterkt het gevoel van eigenwaarde van de cliënt.

3.2.1 Tien uitgangspunten

Het Brugse model steunt op tien belangrijke uitgangspunten. Leerkrachten zijn uiteraard geen therapeuten, noch zijn ze ervoor opgeleid. Toch kan er wel een transfer gemaakt worden van de therapeutische context naar de schoolcontext.

Hieronder vind je hoe de tien uitgangspunten van het Brugse model kunnen worden ingezet bij oudercontacten.

3.2.1.1 Gericht op gezondheid

Focus bij een oudercontact op wanneer de moeilijkheden zich minder of niet voordoen en wanneer het dus beter of goed gaat. Je onderzoekt m.a.w. wanneer de situatie beter is en door dit te benoemen, versterk je deze momenten.

Vragen zoals hieronder beschreven, o.a. uitzonderingsvragen, kunnen hierbij helpen.

- *"Wanneer ging het al een klein beetje anders dan nu?"*
- *"Zijn er momenten dat het wel goed gaat?"*
- *"Wanneer lukt het uw kind beter om zich te concentreren?"*
- *"Wat was er anders?"*
- *"Wat gebeurt er op dagen dat het beter gaat?"*
- *"Wat doet hij of zij anders?"*
- *"Wat heeft u al gedaan dat hielp?"*
- *"Hoe kan je daar nog meer van doen?"*

3.2.1.2 Utilisatie

In oudercontacten betekent dit dat je de aanwezige krachten en hulpbronnen van zowel ouders als jongeren benut. We geven niet te snel suggesties en halen het vooral uit de ouders en de jongeren zelf.

Het probleem of het symptoomgedrag wordt bekeken als iets dat een nuttige functie heeft. Het kan bijvoorbeeld een manier zijn om met stress, overprikkeling, afwijzing of mislukking om te gaan, een vraag zijn voor aandacht of steun, een beschermingsmechanisme, ... Wat lastig is, kan op deze manier ook een bron van betekenis, beweging en samenwerking worden. Daarnaast kan je door te focussen op wat al werkt en bestaande strategieën te versterken, erkenning geven en hen motiveren om verder te bouwen op hun eigen aanpak. Dit vergroot niet alleen het vertrouwen, het stimuleert ook nieuwe oplossingsgerichte acties.

Enkele voorbeelden van vragen die hierbij kunnen helpen:

- *"Waartegen beschermt dit gedrag of deze gedachten jou, denk je?"*
- *"Hoe is dit nuttig?"*
- *"Wat doe je thuis om gemotiveerd te blijven?"*
- *"Welke aanpak werkt het beste bij uw kind?"*
- *"Wanneer lukt het wél om huiswerk te maken? Hoe doe je dat?"*

- *"Hoe hebt u in het verleden moeilijke situaties met uw kind aangepakt?"*

Door deze vragen te stellen, richt je de aandacht op succesmomenten en bestaande vaardigheden, wat ouders en jongeren in hun kracht zet.

3.2.1.3. Verandering is onvermijdelijk

Elke situatie is dynamisch en verandert continu. Laat kleine positieve veranderingen benoemen en versterk deze.

Bijvoorbeeld:

> *"Ik hoorde dat uw zoon vorige week zijn huistaken zelfstandig gemaakt heeft thuis. Wat maakte dat mogelijk?"*

Zo laat je zien dat de verandering al bezig is. Laat hen dit scenario uitvoerig beschrijven.

3.2.1.4. Toekomstgericht

Richt het gesprek op hoe ouders en school samen een gewenste toekomst kunnen realiseren. Zo ontstaat er ook meer motivatie om aan die gewenste toekomst te werken.

Enkele vragen die hierbij kunnen helpen, zijn bijvoorbeeld:

- *"Hoe ziet een ideale schooldag/ schoolweek/ schooljaar eruit voor uw kind?"* (Concretiseren)
- *"Wat is de gewenste situatie?"*
- *"Hoe ziet een ideale dag/situatie eruit?"*
- *"Wat is voor jou een oké dag/situatie?"*
- *"Wat gaat een volgende stap zijn?"* (Zo geef je indirect mee dat ze al verschillende zaken gedaan hebben.)

3.2.1.5. Duidelijke doelstellingen

Werk samen met de ouders en de jongere aan concrete, haalbare doelstellingen. Focus op welk 'wel stellen' (en dus niet op welk gedrag 'niet stellen').

Enkele vragen die hierbij kunnen helpen zijn bijvoorbeeld:

- *"Wat wil je graag dat je kind binnen drie maanden bereikt heeft?"*
- *"Wat is een volgende stap om daar te geraken?"*
- *"Hoe merk je als ouder merken dat het beter gaat?"*
- *"Hoe merken je ouders dat het beter gaat?"*

3.2.1.6. Alliantie

Ouders kennen hun kind het best. Daarom is het belangrijk dat je met de ouders een samenwerkingsrelatie opbouwt waarin je de ouders als experts van hun kind erkent. Actief luisteren, zonder oordeel, en erkenning geven zijn hierbij van cruciaal belang. Zelfs wanneer je weerstand ervaart bij ouders of leerlingen, geeft ons dat nuttige informatie want zien we heel duidelijk wat ze niet willen.

Enkele vragen die hierbij kunnen helpen zijn bijvoorbeeld:

- *"Wat vindt u belangrijk dat wij als school weten?"*
- *"Hoe kunnen volgens u samen het best uw kind ondersteunen?"*

3.2.1.7. Autopoëtische mechanismen

Moedig ouders aan om zelf te benoemen wat zij al kunnen doen om stappen vooruit te zetten. Zoek samen naar wat ze al kunnen.

Enkele vragen die hierbij kunnen helpen, zijn bijvoorbeeld:

- *"Wat heeft uw kind zelf al bedacht dat helpt?"*
- *"Wat hebben jullie al gemerkt thuis dat werkt?"*
- *"En hoe kunnen we daar meer van doen?"*
- *"Hoe kunnen we deze zaken ook op school nuttig inzetten?"*

3.2.1.8. Keuzes

Volgens Milton Erickson is het symptoom de beste oplossing die een cliënt op dat moment heeft. Ook dit kunnen we doortrekken naar een schoolse context. Het gedrag dat een jongere stelt, helpt hem of haar op de één of andere manier. Tijdens een oudercontact is het belangrijk dat we het 'symptoom' niet veroordelen want ook deze hebben hun functie (gehad) in een bepaalde context. Ze waren op dat moment de best mogelijke oplossing, dus het is belangrijk om dit positief te connoteren. Door hier erkenning voor te geven, creëer je een open sfeer waarin ouders en jongeren zich gerespecteerd voelen. Vanuit die basis kan je samen op zoek gaan naar hoe het op een meer comfortabele manier kan gebeuren.

In oudercontacten kan je dus als leerkracht samen met de ouders en de jongere een context creëren waarin zij opnieuw ruimte ervaren om keuzes te maken. Dit betekent niet dat je hen dwingt om anders te handelen, wel dat je mogelijkheden verkent en uitbreidt.

Een aandachtspunt hierbij is het **vermijden van beperkende hypothesen.** Soms wordt, vaak onbedoeld, een veronderstelling als waarheid aangenomen, wat het gesprek stuurt in een beperkende richting. Bijvoorbeeld:

- *"De leerling kan veel betere punten behalen, maar hij is gewoon lui."*
- *"Ze is depressief, dus ze kan niet leren."*

- *"Door de moeilijke thuissituatie kan de jongere ook niet goed presteren. We mogen al blij zijn dat hij op school aanwezig is."*

In de eerste twee hypothesen worden 'lui' en 'depressief' gezien als vaststaande kenmerken van de leerling, terwijl er mogelijk andere verklaringen zijn, zoals gebrek aan motivatie, faalangst, onvoldoende aansluiting bij de leerstof, ruzie tussen de ouders, …

We moeten ons er ook bewust van zijn dat mensen soms iets anders kunnen bedoelen met hetgeen ze zeggen want anders gaan we met onze eigen interpretatie aan de slag.

Belangrijk is dat we dan herformuleren **(rescribing),** van 'zijn' naar 'doen'.

Dit kan door vragen te stellen zoals:

- *"Wat doet deze leerling dan?", "Wat zie je hem of haar doen waaruit je dat afleidt?"*
- *"Hoe merk je dat?",*
- *"Hoe ben je daartoe gekomen?", "Wat maakt dat je dat denkt?"*
- *"Reageert hij/ zij soms ook anders?"*

In de derde hypothese wordt de situatie van thuis als allesbepalend gezien, waardoor mogelijke kansen en krachten van de jongere en het gezin over het hoofd worden gezien.

Door open vragen te stellen en nieuwsgierig te blijven, help je jongeren en ouders om los te komen van vaststaande ideeën en beperkende overtuigingen.

Je kan bijvoorbeeld vragen:

- *"Wat doe je om je toch in te zetten, zelfs als je weinig zin hebt?"*
- *"En wat nog?", "En wat nog?", …*
- *"Zijn er momenten waarop leren of school wél goed lukt? Wat maakt dat verschil?"*
- *"Welke volgende kleine stap kan vandaag al een verschil maken?"*
- *"Hoe gaan de mensen rondom jou zien dat het beter gaat?"* (naar de leerling toe)

Zo stimuleer je niet alleen het verkennen van nieuwe keuzemogelijkheden, je versterkt ook het gevoel van autonomie en verantwoordelijkheid bij zowel de jongere als de ouders.

Wat ook helpt is het stellen van **positieve hypotheses** waarbij we uitgaan van positieve bedoelingen van de jongeren en de ouders waardoor we ook meer geloof hebben in hun mogelijkheden en dit ook aan hen tonen door het te benoemen.

De oplossingsgerichte visie laat ons inzien dat we ervan moeten gaan dat elke jongere gemotiveerd is om te leren, graag wil dat zijn ouders trots zijn en goede dingen wil doen voor zijn ouders.

We moeten ons dus de vraag stellen waarvoor het helpt om bepaald gedrag te stellen. Het is bijvoorbeeld beter om 'gedemotiveerd' over te komen dan 'dom'.

Daarbij is het interessant om een 'werkbaar doel' te stellen. Wat wil de jongere bereiken? Hoe kunnen ouders en leerkrachten daarbij helpen?

Daarnaast baseert een samenwerkende situatie met ouders zich op de volgende hypothesen: [1]

- Ouders willen in de regel trots zijn op hun kind;
- Ze willen een positieve invloed hebben op hun kind;
- Ze willen hun kind kans op succes geven;
- Ze willen een hoopvolle en goede toekomst voor hun kind;
- Ze willen een goede relatie (met de school van) hun kind hebben.

Uitgaan van deze hypothesen biedt de kans om te kijken naar goede bedoelingen. Ook ouders waarbij de opvoedingskeuzes niet altijd het gewenste effect hebben, kunnen we waardering geven, al is het zelfs gewoon dat ze opdagen voor een oudercontact.

3.2.1.9. Mandaat

Mandaat betekent dat je als leerkracht pas echt iets kan betekenen wanneer ouders en leerlingen bereid zijn om samen naar oplossingen te zoeken. Zonder mandaat kan een gesprek een beetje zinloos aanvoelen. Daarom is het belangrijk om hier oog voor te hebben als leerkracht, of je al dan niet mandaat hebt.

Wanneer is er nog geen mandaat?

- Wanneer het lijkt alsof ouders niet willen meewerken, bv. door te zeggen *"Wij weten niet waarom we hier zijn. Alles gaat goed thuis."*
- Wanneer leerlingen 'weerstand' vertonen, bijvoorbeeld ze willen niet met hulpmiddelen zoals hulpfiches, Sprint, enz. werken.
- Wanneer men de schuld buiten zichzelf legt, bv. *"Het ligt aan de leerkrachten. Ze kennen mijn kind niet en weten niet hoe ze ermee moeten omgaan."*

Wat we dan kunnen doen, is **joinen**.

Joinen doe je door actief te luisteren, erkenning te geven en aan te sluiten bij de taal (zowel non-verbaal als verbaal) van de ouders en/of de leerlingen.

Je kunt ook erkenning geven door bijvoorbeeld het volgende te zeggen:

> *"Ik geloof je dat je dit gesprek misschien niet nuttig vindt. Ik ben geïnteresseerd naar de manier waarop jullie naar de situatie kijken."*

Ook de positieve intenties van de ouders mogen benoemd worden, bijvoorbeeld:

> *"Jullie zijn hier omdat jullie het beste willen voor jullie kind, en dat waarderen we enorm."*

Joinen kan bijvoorbeeld ook door **complimenten** te geven. Onrechtstreekse complimenten werken daarbij beter dan rechtstreekse. Geef dus altijd complimenten in 'DOE'-termen. Wanneer je zegt: "Je BENT intelligent.", dan geeft dat soms nog extra druk,

[1] Berg en Steiner, 2004

zeker wanneer er sprake is van faalangst. Je kunt dus beter een waarderende opmerking geven over een actie of een idee van de jongere, bijvoorbeeld:

- *"Dat heb je slim aangepakt."*
- *"Ik zie dat je er goed hebt over nagedacht …"*
- *"Ik hoor dat je al verschillende strategieën hebt ingezet…"*

Ook vragen stellen kan een manier zijn om een compliment te geven, bijvoorbeeld:

- *"Hoe kwam je op dat goede idee?"*
- *"Hoe kreeg je het voor elkaar om dit aan je ouders te vertellen?"*
- *"Voor jou kan het soms moeilijk zijn om in zo'n situatie rustig te blijven, hoe is dit zo goed gelukt?"*

Je kan ook aan de ouders vragen:

- *"Wisten jullie dat jullie kind dit zo goed kan?"*
- *"Hadden jullie gedacht dat hij of zij dit kon?"*

Ook je non-verbale communicatie kan heel krachtig zijn. Als ouders of de jongeren zelf vertellen over een succes, kun je bijvoorbeeld waarderend knikken, bevestigend glimlachen en een open houding aannemen. Door de lichaamshouding van je gesprekspartner te spiegelen, toon je actief betrokkenheid. Je lichaamshouding kan veel zeggen zonder woorden: ontspannen schouders, oogcontact maken, en een rustige, uitnodigende mimiek helpen om vertrouwen op te bouwen en te laten voelen dat je echt luistert. Soms kan zelfs even stil zijn, in plaats van meteen te reageren, de ander de ruimte geven om verder te vertellen.

Door op deze manier te werken, helpen we jongeren (en ouders) om hun eigen krachten te ontdekken en bewust op zoek te gaan naar mogelijke oplossingen.

3.2.1.10. Oplossingen, oplossingen, oplossingen

Hoe meer je bezig bent met oplossingen, hoe meer je er op termijn zult zien. Dit betekent dat in oudercontacten de nadruk wordt gelegd op resources, successen en vooruitgang. Door ouders en leerkrachten te laten vertellen over deze kleine successen en vooruitgang, verhoog je het bewustzijn van de mogelijkheden.

Vragen die hierbij kunnen helpen zijn:

- *"Wat heeft er al geholpen?"*
- *"Wanneer merk je dat het beter gaat?"*
- *"Welke kleine stappen heeft de jongere al gezet die tot een verbetering leiden?"*

3.2.2 Voordelen en uitdagingen

Door oplossingsgerichte technieken in te zetten, creëer je een positieve sfeer tijdens oudercontacten. Het helpt ouders en jongeren om sneller tot concrete en haalbare acties te komen en hen in de actor-positie te krijgen. Het versterkt ook de relatie tussen de school en de ouders.

Niet alle leerkrachten en ouders zijn vertrouwd met deze gespreksstijl. Het kan tijd vragen om de focus van probleemgericht naar oplossingsgericht te krijgen.

Deze oplossingsgerichte technieken zijn bedoeld als tool en dienen slechts ter inspiratie. Ze zijn zeker niet bedoeld om klakkeloos over te nemen, dan is de valkuil dat ouders en/of leerlingen zich niet gehoord voelen.

Wanneer je voelt dat men wil 'ventileren', kan je naast het luisteren ook **copingvragen** stellen, zoals:

- *"Hoe houd je het vol?"*
- *"Wat heb je gedaan om met deze situatie om te gaan?"*
- *"Wie was in je omgeving een steun om het vol te houden?"*

De technieken werken ook alleen als de leerkracht hier zelf achter staat, m.a.w. authenticiteit is heel erg belangrijk.

Daarnaast is het ook belangrijk om na te gaan of de moeilijkheden die men ervaart, gaan om **een probleem of een beperking**.

Als er geen oplossing denkbaar is, gaat het om een beperking. Bij een leerling die in een sportrichting zit en die in die mate geblesseerd is geraakt waardoor hij zijn leerplandoelstellingen niet zal kunnen behalen, bijvoorbeeld door gescheurde kruisbanden met blijvende instabiliteit, is er sprake van een beperking. Aan de beperking zelf kun je immers niets veranderen, enkel de manier waarop je ermee omgaat. Wat we wel kunnen doen, is helpen zoeken naar een manier om beperkingen te accepteren.

Wanneer er wel een oplossing denkbaar is, gaat het om een probleem.

We moeten dan in de eerste plaats gaan kijken wie dit als een probleem ervaart en of er effectief ondersteuning gevraagd wordt vanuit ouders en/of leerling.

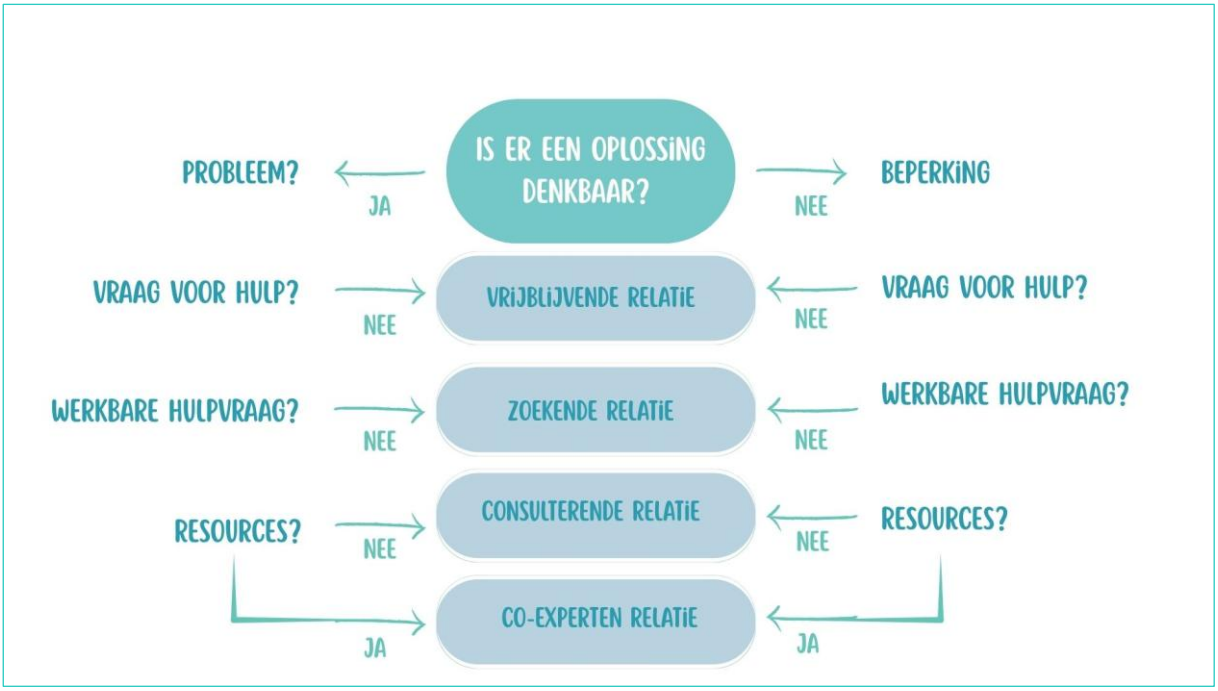
Soms kan het zijn dat leerkrachten bepaalde zaken als een probleem ervaren en geven ze soms, met de beste bedoelingen weliswaar, ongevraagd advies. Daarom is het belangrijk om te checken of ouders en leerlingen effectief een 'hulpvraag' hebben.

De 'flowchart' van het Brugse Model kan hier een inspiratiebron zijn voor oudercontacten.

In het volgende hoofdstuk wordt dit verder uitgelegd.

3.2.3 De Brugse flowchart toegepast op oudercontacten

De Brugse flowchart [2] onderscheidt vier soorten therapeutische relaties.



3.2.3.1. De vrijblijvende relatie

Wanneer er geen of een zeer beperkt mandaat is en/of geen hulpvraag, spreken we van een vrijblijvende relatie.

Opdrachten of adviezen geven zijn hier uit den boze en zullen eerder weerstand opwekken. Wat je dan als therapeut doet, is joinen met de cliënt en een context creëren waarin een hulpvraag stellen, mogelijk wordt. Respect tonen, positieve connotaties maken i.v.m. de afwezige leden van het systeem en onderhandelen over een objectief zijn dan mogelijke interventies.

3.2.3.2 De zoekende relatie

Komt er dan toch een hulpvraag, kijken we of deze vraag werkbaar is. Wanneer dat nog niet het geval is, spreken we van een zoekende relatie. Therapeuten krijgen mandaat, en helpen een kader te scheppen waarin een duidelijke hulpvraag geïnduceerd kan worden. Naast de technieken die therapeuten inzetten bij een vrijblijvende relatie, zijn er nog een aantal andere mogelijke interventies om een context te creëren om tot een werkbare hulpvraag te komen.

Belangrijk is het positief bekrachtigen van hun inzet en accentueren wat goed gaat.

[2] Brugs stroomschema van de therapeutische relatie, dr. Luc Isebaert e.a., 2007

Dit kan door copingvragen te stellen zodat de geleverde inspanningen, ondanks de moeilijkheden, erkend worden.

bv. *"Hoe houd je het vol?"*

Ook schaalvragen zijn nuttig.

Bv. "Op een schaal van 0 tot 10, waarbij 0 staat voor de situatie waarin nog helemaal niets bereikt is, en 10 voor de situatie zoals jij wilt dat die wordt, waar sta je dan nu?"

En dan weer opnieuw door te vragen.

"Hoe is het je al gelukt om te komen op de positie waar je nu al bent?"

"Hoe heb je dat gedaan?"

"Wat werkte vooral goed?"

"Wat heeft nog meer geholpen?"

En dan het visualiseren van één stapje hoger.

"Hoe ziet één stapje hoger op de schaal eruit?"

"Wat zal er dan anders zijn?"

"Wat doe jij dan?"

Daarnaast kunnen ook observatieopdrachten worden gegeven. Men laat dan variaties beschrijven om de uitzonderingen uit te spitten.

Hierdoor gaan cliënten vaak anders kijken naar de dingen.

Bv. "Wanneer je minder piekert, wat doe je dan?"

"Waar ben je dan?"

"Ben je alleen of is er iemand bij jou?"

"Wie is er dan bij jou?"

"Wat gebeurt er dan?"

Ook steunvragen kunnen een belangrijke rol spelen in het versterken van het sociaal netwerk van de cliënt. Ze nodigen uit tot reflectie over wie beschikbaar is om steun te bieden in moeilijke momenten.

Bv. "Wie in je omgeving is er voor jou als het moeilijk gaat?"

"Wie kan je eventueel kunnen inschakelen als je hulp nodig hebt?"

"Wie is dan trots op je dat je hiermee bezig bent?"

Zulke vragen brengen bronnen van steun in beeld die de cliënt mogelijk nog niet had overwogen of actief had aangesproken. Door dit de erkennen kan dit de verbondenheid en draagkracht vergroten.

Ook herkaderen is een nuttige techniek binnen dit proces. Hierbij geef je een andere, vaak positievere betekenis aan wat de cliënt vertelt. Dit helpt om problemen in een nieuw daglicht te zien, en versterkt het gevoel van competentie.

> *Bv. "Je zegt dat je depressief bent. Hoe merk je dat precies?"*
>
> *"Wat doe je dan anders dan anders?"*
>
> *"Je noemt jezelf koppig. Kan je dat ook zien als iemand die vasthoudt aan wat voor haar belangrijk is?"*

Door te herkaderen bekijk je de nuttige functie van, in dit geval, depressie.

> *Bv. "Waartegen protesteren die moeilijke gevoelens?"*

Meestal verzetten die gevoelens zich tegen een negatief zelfbeeld en vormen ze een uitnodiging om je zelfbeeld realistischer te maken. Soms beschermen ze je tegen negatieve opmerkingen van voor jou belangrijke personen, en dan is het een uitnodiging om die opmerkingen los te laten of niet al te serieus te nemen. Herkaderen bevordert de omslag van probleemgericht denken naar het zien van mogelijkheden en krachten binnen hetzelfde verhaal.

3.2.3.3. De consulterende relatie

Indien er een concreet doel is en dus een werkbare hulpvraag en nog geen zicht op passende resources, spreken we van een **consulterende relatie.**

Om vast te krijgen van wat al gedaan is en wat er werkt, kun je uitzonderingsvragen stellen. Dit zijn vragen waarmee je samen met de ouder(s) (en leerling) op zoek gaat naar momenten waarop het probleem er niet was, of minder sterk aanwezig was. Het zijn dus situaties waarin het – ondanks de moeilijkheden – al (een beetje) goed ging.

> *Bv.: "Wanneer gaat het (iets) beter?"*

Als je dit dan heel concreet en gedetailleerd laat beschrijven, opent dit de deur naar een meer genuanceerd en hoopvol perspectief.

Daarnaast kun je ook adviezen geven. Let op: Dit doet men enkel na het uitspitten van de eigen resources en alleen indien de cliënt er daarna om vraagt. Stel de adviezen die je geeft, steeds in vraagvorm en dring zeker geen oplossingen op.

Ook kan men in deze fase opdrachten aan de cliënt geven, bijvoorbeeld de 5-4-3-2-1-oefening, drie vragen voor een gelukkig leven, de piekerstoel, hartcoherentieoefeningen, bewegen en sporten, …. Soms kunnen opdrachten kunnen averechts werken. Het is daarom belangrijk hierbij is dat deze opdrachten heel vrijblijvend aanbiedt en dat je rekening houdt of de opdrachten aansluiten bij de interesse of talenten van de jongeren. Hieronder worden een aantal oefeningen verduidelijkt.

De *5-4-3-2-1-oefening* is een stabilisatietechniek die kan helpen om je gedachten terug te brengen naar het hier en nu, bijvoorbeeld wanneer je je angstig of overweldigd voelt. De

oefening werd oorspronkelijk ontwikkeld door Milton Erickson, die bekendstond om zijn cliëntgerichte aanpak met de focus op het ontdekken van wat wél werkt. Yvonne Dolan, een Amerikaanse psychotherapeute en een belangrijk figuur binnen de oplossingsgerichte therapie, paste deze oefening later aan. Zij werkte nauw samen met Steve de Shazer en Insoo Kim Berg, en was medeoprichtster van internationale netwerken rond oplossingsgerichte therapie (Solution-Focused Brief Therapy, SFBT).

De oefening verloopt als volgt: in een relatief stille ruimte kies je een punt op de muur tegenover jou. Je richt je blik op dat punt en beweegt je ogen langzaam rond dat gebied. Vervolgens benoem je, luidop of stil (afhankelijk van waar je bent), vijf dingen die je ziet. Bijvoorbeeld: “Ik zie het raam”, “Ik zie de bloempot op de vensterbank”, enzovoort. Daarna benoem je vijf dingen die je hoort, zoals: “Ik hoor de verwarming ratelen”, “Ik hoor vogels buiten.” Als het erg stil is, kan dit wat meer tijd vragen, en dat is helemaal oké. Vervolgens benoem je vijf dingen die je voelt in je lichaam, zoals: “Ik voel mijn voeten op de grond”, “Ik voel mijn handen in mijn schoot.” Daarna ga je verder met vier dingen die je ziet, hoort en voelt, dan drie, twee, en uiteindelijk één. Deze oefening helpt je om je aandacht te verleggen naar je zintuiglijke ervaring in het hier en nu.

De drie vragen voor een tevreden leven werden ontwikkeld door Dr. Luc Isebaert. Hij stelde deze vragen samen als een eenvoudige en krachtige tool om je veerkracht te versterken en een positieve levenshouding te bevorderen. Het uitgangspunt is dat tevredenheid niet zozeer afhangt van spectaculaire gebeurtenissen of grote verwezenlijkingen, wel van het vermogen om tevredenheid te vinden in het alledaagse. Het ontstaat wanneer je bewust stilstaat bij wat goed gaat – zowel in jezelf als in je omgeving. Door jezelf dagelijks deze drie vragen te stellen, train je je brein om aandacht te hebben voor het positieve, wat bijdraagt aan een grotere veerkracht. Het doel is om van deze reflectie een dagelijkse gewoonte te maken zodat een positieve mindset als het ware ‘ingesleten’ raakt.

De drie vragen zijn:

1. Wat heb ik vandaag gedaan dat maakt dat ik over mezelf tevreden kan zijn? Deze vraag helpt je stilstaan bij je eigen bijdragen, keuzes of kleine successen. Het versterkt je zelfwaardering en gevoel van eigenwaarde.

2. Wat heeft iemand anders gedaan waarover ik tevreden of dankbaar kan zijn? Dit richt je aandacht op het positieve in je relaties en vergroot je gevoel van verbondenheid en dankbaarheid.

3. Wat heb ik vandaag nog meer opgemerkt waarmee ik tevreden kan zijn? Deze vraag opent de blik naar de wereld om je heen: kleine dingen die anders onopgemerkt blijven, zoals een mooi moment, een vriendelijk gebaar of een rustige wandeling.

Door dagelijks met deze vragen bezig te zijn, ontwikkel je een houding van mildheid en waardering, die je helpt om ook in moeilijkere tijden veerkrachtig en hoopvol te blijven.

De *piekerstoel* is een laagdrempelige techniek die goed inzetbaar is bij jongeren. In de eerste plaats is het belangrijk om het piekeren te erkennen en te bekijken hoe het nuttig is voor de cliënt, waarvoor het een oplossing biedt, en vervolgens te zoeken naar een comfortabelere manier om datzelfde doel te bereiken. Daarnaast richt de oplossingsgerichte benadering zich op het structureren van het piekeren. Door piekeren een tijd en plaats te geven, ontstaat er ruimte voor rust, keuzevrijheid en zelfcontrole. Het doel is niet om het piekeren volledig te stoppen, een niet-opdracht geven werkt immers niet. (Denk maar eens 'niet' aan een roze olifant.) Zo leren jongeren dat ze niet altijd hoeven toe te geven aan zorgen, wel dat ze die kunnen parkeren en op een later moment bewust aandacht kunnen geven.

Hartcoherentieoefeningen helpen jongeren ook om zich even los te maken van moeilijke gedachten of stress en in het nu te komen. Door de ademhaling bewust te reguleren, brengen we het sympathisch en parasympathisch zenuwstelsel opnieuw in balans. Bij hartcoherentie stem je je ademhaling bewust af, zodat je hartslag regelmatiger en vloeiender wordt. Dat noemen we dan een coherente hartritmevariatie. Het zenuwstelsel krijgt daardoor rust. Vooral het autonome zenuwstelsel – dat verantwoordelijk is voor stressreacties – herstelt zich sneller. Idealiter doet de cliënt deze oefening drie keer per dag, wat in totaal 15 minuten vraagt. De bedoeling is dat je 5 seconden inademt, en dan 5 seconden uitademt. 6 keer per minuut ademhalen is ideaal. Omdat dit vaak in het begin nog moeilijk is, kun je starten met 9 keer ademhalen per minuut. Zeker in het begin kan je deze oefening samen doen. Voor jongeren zijn er ook apps beschikbaar die visueel het ademritme weergeven, wat hen helpt om het juiste tempo aan te houden.

Beweging helpt jongeren om spanning fysiek kwijt te raken en heeft ook een diepgaand effect op de hersenen. Wandelen, fietsen en joggen zijn eenvoudige manieren om het lichaam tot rust te brengen, zelfs als je hoofd nog vol zit. Ritmische bewegingen, zoals wandelen waarbij de linker- en rechtervoet elkaar afwisselen, zijn een vorm zijn van bilaterale stimulatie. Dat betekent dat beide hersenhelften om de beurt geactiveerd worden. Dit heeft een regulerend effect op het zenuwstelsel en draagt bij aan het verwerken van emoties of spanning.

Bilaterale stimulatie wordt onder andere gebruikt in therapieën zoals EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing), waarbij oogbewegingen of afwisselende tikjes links-rechts het verwerkingsproces ondersteunen. Maar ook zonder therapie kunnen natuurlijke vormen van bilaterale stimulatie, een kalmerend effect hebben. Ze helpen het brein om opnieuw verbinding te maken tussen denken en voelen, en om vastgelopen gedachten of stress 'los te trillen'.

Beweging hoeft niet intensief te zijn. Een rustige wandeling, een toertje fietsen of zachte dansbewegingen op rustige muziek kunnen al voldoende zijn. [22]Het gaat niet om presteren, maar om ritme, herhaling en het gevoel van veiligheid en controle in je eigen lichaam.

3.2.3.4. De co-expertenrelatie

We spreken van een co-expertenrelatie als de cliënt over de passende resources beschikt, zich hiervan bewust is en deze ook kan inzetten indien het nodig is. De cliënt is de expert m.b.t.

zichzelf, de therapeut is de expert in algemene zin. In deze fase gaat de therapeut vooral valoriseren en supporteren. Vaak is het genoeg om de varianten in de gewoonte die al eerder zijn opgetreden, overzichtelijk voor te stellen.

Hoewel deze termen uit de therapeutische context komen, bieden ze ook binnen oudercontacten een nuttig kader om de samenwerking tussen leerkrachten, zorgcoördinatoren en ouders (en leerlingen) beter te begrijpen.

3.2.3.5 Beslissingsschema op basis van de flowchart

Het volgende beslissingsschema[3] kan een hulp zijn om de aanpak van leerkrachten af te stemmen op de ouders.

Relatievorm	Kenmerken	Interventies
Vrijblijvende relatie	- Er is een probleem of beperking. - De ouders (en/of leerling) tonen weinig betrokkenheid. - De communicatie blijft oppervlakkig. - Er is geen hulpvraag.	- Joinen (actief luisteren, respect tonen, oogcontact maken, een open houding, hmm'en, …) - Erkenning geven - Aansluiten bij de leefwereld en interesses - Taal afstemmen - Trachten tot een hulpvraag te komen
Zoekende relatie	- Ouders tonen betrokkenheid. - Er is leed maar men ziet zichzelf niet in staat om iets te doen. - Ouders weten niet goed hoe hun kind ondersteund kan worden.	- Joinen - Copingsvragen - Schaalvragen - Steunvragen - Herkaderen - Observatieopdrachten
Consulterende relatie	- Ouders hebben een duidelijke hulpvraag en zijn op zoek naar advies. - Men weet nog niet hoe gebruik te maken van de eigen resources.	- Alle interventies van de zoekende relatie - Uitzonderingsvragen - Doe-opdrachten - Focussen op resource activation: 'Wat werkt?'
Co-expertenrelatie	- Ouders en school zijn gelijkwaardige partners - Beide partijen brengen hun expertise in.	- Samen exploreren - Ouders valoriseren en aanmoedigen

[3] Gebaseerd op: Het Brugse Model, dr. Luc Isebaert, Myriam Le Fevere de Ten Hove, e.a., 2007

4 PRAKTISCHE VOORBEELDEN EN TOEPASSINGEN

3.1 Voorbeelden van oplossingsgerichte oudergesprekken

1. Een gesprek met bezorgde ouders over motivatieproblemen

De ouders van Emma (15) komen op oudercontact en zeggen bezorgd:

"*Onze dochter doet niets meer* voor *school. We weten niet hoe we haar kunnen motiveren."*

Leerkracht*: "Ik hoor dat u zich zorgen maakt en graag wilt helpen. Het is duidelijk dat u haar toekomst belangrijk vindt."*

Vader*: "Ja, we willen gewoon dat ze haar best doet, maar ze lijkt nergens zin in te hebben."*

Leerkracht*: "Zijn er momenten waarop ze wel gemotiveerd was? Misschien zelfs kort?"*

Moeder*: "Ja, bij biologie lijkt ze soms wel interesse te tonen."*

Leerkracht: *"Wat is er anders bij biologie? Wat helpt haar daar om betrokken te blijven?"*

Vader*: "De leerkracht doet veel actieve oefeningen en dat vindt ze leuk."*

Leerkracht*: "Dus als ze actief de leerstof kan verwerken, lukt dit beter?"*

Moeder*: "Ja, die indruk heb ik wel."*

Leerkracht*: "Misschien kunnen we haar vragen om zelf manieren te bedenken om de leerstof actiever te verwerken?"*

Leerkracht*: "Dat klinkt als een goed idee. Wat denkt u ervan om dit samen met Emma te bespreken en te vragen wat zij zelf als volgende stap wil nemen?"*

2. Een moeilijk gesprek met en ouder die kritiek uit op de school

De vader van Lyam (14) komt boos het oudercontact binnen.

Vader: *"De school doet te weinig voor mijn zoon. Ik snap niet waarom hij geen extra begeleiding krijgt."*
Leerkracht: *"Ik hoor dat u zich zorgen maakt en dat u wilt dat Lyam de juiste ondersteuning krijgt. Dat is begrijpelijk.*

Vader: *"Ja, want hij krijgt nooit de hulp die hij nodig heeft."*

Leerkracht: *"Kunt u een moment noemen waarop Lyam zich wel goed voelde op school?"*

Vader: *"Soms, als hij een duidelijke uitleg krijgt, lukt het hem beter."*

Leerkracht: *"Wat kunnen we samen doen om ervoor te zorgen dat hij vaker duidelijke uitleg krijgt?"*

Vader: *"Hij durft soms zelf niet goed vragen stellen. Misschien is hij bezorgd dat hij gaat uitgelachen worden."*

Leerkracht: *"Misschien kunnen we samen met hem bekijken wanneer dat beter lukt? We kunnen ook wat voorstellen doen als hij zelf nog niet kan aangeven hoe dat kan. Bij andere leerlingen die ook moeilijk vragen durven stellen, gaat de leerkracht eens vaker langs de bank waaraan de leerling zit en checkt hij zelf even of alles lukt. Sommige leerlingen werken met een kaartje met een vraagteken erop dat ze op de hoek van hun bank leggen als ze een vraag hebben.*

Vader: *"Ja, dat kunnen we zeker eens proberen.*

3. Een gesprek tussen leerkracht, zorgcoördinator en een ouder die het zelf niet meer weet

Julie komt bijna niet meer naar school. De moeder van Julie (15) weet niet meer wat ze moet doen.

Moeder: *"Ik heb alles geprobeerd, maar niks helpt. Ik weet het gewoon niet meer."*

Leerkracht: *"Bedankt dat je hier bent, mevrouw. Ik geloof dat dat ontzettend zwaar moet zijn. Het is duidelijk dat u zich erg bekommert om uw dochter en wil dat ze naar school komt."*

Moeder: *"Ja, ze luistert niet en doet gewoon haar eigen zin.*

Leerkracht: *"Zijn er momenten dat het beter ging, en dat Julie wel graag naar school kwam?"*

Moeder: *"Ja, als ze nog jonger was, lukte het soms beter, maar ze is nooit echt graag naar school gegaan. Met de leerkracht van het vak 'Indirecte zorg' heeft ze wel een goede band. En ze heeft dit schooljaar ook wel meer vriendinnen dan vorig schooljaar. Maar is dat niet genoeg om naar school te komen."*

Leerkracht: *"Wat maakte dat ze een goede band heeft met die leerkracht? Wat doet die leerkracht waardoor Julie zich beter voelt in die lessen?"*

Moeder: *"Ik denk dat ze zich begrepen voelt door haar. Die leerkracht heeft geduld en vraagt hoe het met haar gaat."*

Zorgcoördinator: *"Dat is goed om te horen. Misschien kunnen we kijken hoe we dat positieve gevoel ook in andere lessen kunnen versterken."*

Leerkracht: *"Julie heeft dit jaar ook meer vriendinnen, zei u. Zijn er momenten dat zij haar wel kunnen motiveren om te komen?"*

Moeder*: "Soms spreekt ze af om met haar vriendinnen om samen 's middags in het schoolrestaurant te eten. Daarna gaat ze weer naar huis."*

Zorgcoördinator: *"Misschien kunnen we samen met Julie bekijken of ze een halve dag kan volhouden, en dat geleidelijk opbouwen? Dat we een flexibel traject opstellen."*

Moeder: *"Ik weet niet of ze dat wil, maar ik wil het wel proberen."*

Zorgcoördinator: *"Zullen we een gesprek met Julie plannen om haar hier zelf bij te betrekken? We kunnen haar vragen wat voor haar haalbaar is."*

Moeder: *"Ja, dat lijkt me een goed idee. Ik wil gewoon dat ze haar diploma haalt."*

Zorgcoördinator: *"We plannen een gesprek met jou en Julie in en het CLB om samen een haalbaar plan op te stellen en te kijken hoe we haar het beste kunnen ondersteunen."*

Moeder: *"Dank u. Ik hoop echt dat we iets kunnen vinden dat werkt."*

4. Een gesprek met een ouder en een leerling die in conflict is met een leerkracht

Sarah (17) en haar moeder komen op gesprek.

Sarah zegt boos: *"Mevrouw Van Gestel pikt mij er altijd uit. Ik word er gek van."*
Leerkracht: *"Ik hoor dat dit moeilijk is voor jullie en dat jullie willen dat de samenwerking beter verloopt. Zijn er momenten waarop het contact met mevrouw Van Gestel wel goed verliep?"*

Sarah: *"Soms, als ik een vraag stel, helpt ze me goed."*

Leerkracht: *"Wat maakt dat het op die momenten beter gaat?"*

Moeder: *"Misschien omdat het dan geen kritiek is, maar gewoon uitleg."*

Leerkracht: *"Hoe kunnen we zorgen dat die positieve momenten vaker voorkomen? Helpt het om hier een gesprek over te hebben met mevrouw Van Gestel en samen af te spreken hoe jullie beter kunnen communiceren?"*

4.2 Leerkrachtenfiches ‘Hoe pak ik een oudercontact aan?’

De drie onderstaande fiches zijn ontwikkeld als hulpmiddelen en inspiratiebronnen voor leerkrachten die op een oplossingsgerichte manier willen omgaan met oudercontacten. Ze zijn bedoeld om na te denken over houding, voorbereiding, en gespreksvoering, telkens met aandacht voor samenwerking, respect en wat wél werkt.

Elke fiche heeft een ander doel:

Fiche 1 bevat algemene tips voor een oplossingsgericht oudercontact. Ze bundelt concrete suggesties die leerkrachten kunnen helpen om met een open, waarderende houding het gesprek aan te gaan.

Fiche 2 is gebaseerd op een beslissingsschema dat helpt om de relatie tussen ouder, leerling en leerkracht in te schatten. Dit schema is gebaseerd op de Brugse flowchart. Het biedt een denkkader om te bepalen welke aanpak passend kan zijn in verschillende situaties.

Fiche 3 bevat enkele gerichte vragen om stil te staan bij wat goed loopt, welk doel vooropstaat, en hoe ouders daarin een rol kunnen spelen. Deze fiche ondersteunt het gesprek met concrete positieve observaties en aanknopingspunten.

De fiches kunnen afzonderlijk of in combinatie gebruikt worden, afhankelijk van de context en de voorkeur van de leerkracht. Ze zijn absoluut niet verplicht of vaststaand. Ze zijn bedoeld als handvaten om oplossingsgerichte communicatie te versterken.

Algemene tips bij een oudercontact





Luister actief en geef ouders voldoende ruimte.

- Maak oogcontact.
- Zorg voor een open houding.
- Knikken, hmm'en.
- Blijf authentiek.
- Stiltes kunnen een uitnodiging zijn om meer te vertellen.

Richt je op wat al werkt (in plaats van te focussen op problemen).

- Start positief met iets dat goed gaat.
- Betrek ouders als expert. Wat gaat thuis goed dat kan worden doorgetrokken naar school?
- Vragen zoals: "Wat heeft in het verleden al gewerkt?", "Zijn er soms uitzonderingen?"





Gebruik 'oplossingsgerichte' taal.

- Vermijd het woord 'niet' en 'maar'.
- Probeer je taal ook af te stemmen op het taalgebruik van de ouders.
- Check: "Begrijp ik het goed dat...?"
- Herformuleer. Bv. "Hij werkt niet goed zelfstandig." naar "Wanneer werkt hij goed zelfstandig?"
- "Op een schaal van 0 tot 10, hoe goed lukt het om ...? En wat kan een kleine stap zijn om ééntje hoger te gaan?"

Betrek de leerling zoveel mogelijk.

- Geef als school de keuze om de leerling te laten meekomen.
- Je kan vanuit de school leerlingen op voorhand vragen laten invullen over wat goed gaat en wat hij of zij wil verbeteren.
- Koppel na het oudercontact terug met de leerling via een leerlingcontact.

Zijn er grote bezorgdheden of verwacht je een moeilijker gesprek?

- Plan dit op een ander moment in zodat je meer tijd en ruimte hebt om dit te bespreken.
- Vraag de ondersteuning van de zorgdrager of zorgcoördinator.
- Spreken de ouders een andere taal? Schakel iemand in die kan tolken.

Beslissingsschema:
welke relatie heb je met de ouder?

Gedrag van de ouder	Relatievorm	Aanpak en technieken
De ouder toont weinig betrokkenheid.	vrijblijvende relatie	• actief luisteren • erkenning geven • geen adviezen, wel interesse tonen
De ouder toont betrokkenheid maar weet niet hoe problemen aan te pakken.	zoekende relatie	• bovenstaande technieken • copingvragen • schaalvragen • steunvragen • herkaderen • observatieopdrachten
De ouder heeft een duidelijke hulpvraag en zoekt advies van de school.	consulterende relatie	• bovenstaande technieken • uitzonderingsvragen • doe-opdrachten
De ouder ziet de school als partner en wil samen werken aan oplossingen.	expertrelatie	• expertise van de ouder valoriseren • reflectieve vragen

Fiche oudercontact

1. Voorbereiding op het Oudercontact

- **Bekijk de recente evolutie van de leerling:**
  - Hoe presteert de leerling op de verschillende vakken?
  - Hoe gaat de leerling om met klasgenoten en leerkrachten? Zijn er veranderingen in gedrag of houding?

- **Noteer enkele sterke punten en successen van de leerling:**
  - Denk aan specifieke vakken waarin de leerling uitblinkt of persoonlijke groei die zichtbaar is geworden.

- **Formuleer oplossingsgerichte vragen en positieve feedback:**
  - Maak gebruik van vragen die gericht zijn op vooruitgang en ontwikkeling.

2. Structuur van het Gesprek

Stap 1: Positieve start

Begin het gesprek met een positieve insteek:
- “Bent u goed hier geraakt?”
- “Wat wil u vandaag/vanavond zeker besproken hebben?”
- "Wat waardeert u als ouder het meest aan uw kind?"
- "Welke positieve veranderingen heeft u recent bij uw kind opgemerkt?"
- "Wij zien dat [naam leerling] veel inzet toont voor ... Hoe ervaart u dit thuis?"

Stap 2: Huidige situatie bespreken

Gebruik een neutrale en oplossingsgerichte aanpak:
- "Wat gaat er al goed op school?"
- "Welke vakken of activiteiten lijken [naam leerling] het meeste te interesseren?"
- "Waar merkt u als ouder dat er nog uitdagingen liggen?"

Stap 3: Doelen en oplossingen formuleren

Werk samen aan concrete en haalbare doelen:
- "Wat is een volgende kleine stap om hierin vooruitgang te boeken?"
- "Welke strategieën werken thuis goed die we ook op school kunnen proberen?"
- "Hoe kunnen we als school en ouders samenwerken om [naam leerling] te ondersteunen?"

Stap 4: Afronding

Sluit het gesprek positief af en maak afspraken:
- "Welke concrete acties nemen we de komende weken?"
- "Hoe kunnen we hierover in contact blijven?"
- "Wat neemt u als ouder mee uit dit gesprek?"

5 BESLUIT

Het opstellen van dit eindwerk gaf mij de kans om oplossingsgerichte technieken theoretisch te verdiepen en praktisch toe te passen tijdens oudercontacten op Campus Russelberg. Door de bevraging bij zowel ouders als leerkrachten werd het mij duidelijk dat deze aanpak op verschillende vlakken een meerwaarde betekent.

Uit de resultaten blijkt dat ouders het als bijzonder waardevol ervaren wanneer er tijdens oudercontacten expliciet wordt ingezoomd op wat er wél goed loopt. Ze geven aan zich meer gehoord, gerespecteerd en betrokken te voelen wanneer hun perspectief wordt meegenomen en er ruimte is voor een hoopvolle blik op de toekomst van hun kind. Leerkrachten benoemen dat het gebruik van oplossingsgerichte technieken, zoals het benoemen van sterktes en het stellen van toekomstgerichte vragen, zorgt voor een positievere sfeer tijdens de gesprekken. Ze voelen zich daardoor zelf ook meer bekrachtigd en in verbinding met ouders.

Voor mij persoonlijk was het boeiend om te zien hoe enkele kleine interventies, zoals het vragen naar wat ouders al gedaan hebben of hoe zij merken dat het beter gaat, een groot verschil maken in de dynamiek van een oudercontact. De gesprekken verlopen dan rustiger, constructiever en geven ruimte voor samenwerking in plaats van polarisatie.

Deze ervaringen tonen aan dat de oplossingsgerichte benadering bijdraagt aan een sterkere band tussen ouders en school. Ook binnen het team merk ik dat het delen van deze technieken collega's inspireert om anders te communiceren, met meer aandacht voor wat al werkt en voor het gezamenlijke doel.

Ik hoop dat dit eindwerk collega's mag inspireren om oplossingsgerichte technieken te verkennen en toe te passen. Niet als vast stramien, wel als een manier van kijken, luisteren en begeleiden. Ik ben ervan overtuigd dat oplossingsgericht werken tijdens oudercontacten niet alleen het contact met ouders versterkt, maar ook de leerkracht zelf ondersteunt in het professioneel handelen. Deze manier van kijken en spreken wil ik dan ook verder blijven integreren in mijn werk, en waar mogelijk uitdragen naar collega's binnen en buiten de school.

6 BIBLIOGRAFIE

- Caufman, L. (2022). *Oplossingsgericht werken voor de klas*. Pica.

- Decuyper, S. (2016). *Positief ouderschap en ouderbetrokkenheid in het onderwijs.* Garant.

- De Ten Hove, M. L. F. (2007). *Korte therapie. Handleiding bij het Brugse model voor psychotherapie met een toepassing op kinderen en jongeren*. Garant.

- Isebaert, L. (2006). *Praktijkboek Oplossingsgerichte cognitieve therapie*. de Tijdstroom. Met medewerking van: Myriam Le Fevere de Ten Hove, Louis Cauffman, Geert Van Coillie, Dick J. Van Dijk

- Furman, B. (2004). *Kids' skills*. Pica

- Goossens, S. (2024, 3 oktober). *4 vuistregels voor een geslaagd oudercontact*. Klasse. https://www.klasse.be/712943/oudercontact-tips-geslaagd-gesprek/

- Goossens, S. (2024, 3 oktober). *Een moeilijk gesprek op het oudercontact: hoe hou je verbinding?* Klasse. https://www.klasse.be/703991/moeilijk-gesprek-oudercontact/

- Murphy, J. J., University of Central Arkansas, & TASP-ASPA Summer Conference. (2018). *Solution-Focused Strategies for Working with Parents*. https://tasp.memberclicks.net/assets/conference-materials/2018/SI-Handouts/Solutions-Murphy/ASPA-TASP_SFwParents_JMurphy_Hout%20Part1PPt%20Final.pdf

- Van der Meijden, A. (2014). *Oplossingsgericht werken in het onderwijs*. SWP.

- www.solutionfocused.net