

WORDT EEN BEGRENSDE BEGELEIDER

Contact is essentieel in het werk van een begeleider van leerlingen, zowel bij persoonlijke moeilijkheden als bij keuzevraagstukken. Dit vraagt van de begeleider dat hij zijn grenzen helder heeft. Echt contact kan immers alleen aan de grens ontstaan.

door Henk Galenkamp

Mensen kennen drie soorten grenzen: fysieke grenzen, psychologische grenzen en tijdgrenzen. Wanneer iemand een van deze grenzen van jou overschrijdt, is het normaal dat jij boos wordt (zie tabel). Boosheid is hier gedefinieerd als het (interne) gevoel dat optreedt wanneer iemand over je grens gaat. Het is een signaal van deze grensoverschrijding. Wanneer je goed naar dit signaal luistert, dan stop je de ander in zijn grensoverschrijdende gedrag. De ander weet dan waar hij met jou aan toe is. Hij leert je grens kennen, waardoor echt contact ontstaat. We zeggen wel eens: constructieve boosheid is een energie die contact bevordert.

Deze boosheid mag niet verward worden met de negatieve connotaties die we vaak hebben bij boosheid, namelijk schreeuwen, schelden, vloeken of agressief gedrag. Dat zijn in feite uitingen van (onbewuste) angst. Het is de vechtreactie van de angst.

Leerlingen die om hulp vragen

Wanneer leerlingen in de thuissituatie in de knel zitten, kan er sprake zijn van grensoverschrijdend gedrag, bijvoorbeeld van de eigen ouders of andere volwassenen. Ook bij pestgedrag, in contact met klasgenoten, worden grenzen

overschreden. De leerling is (of voelt zich) niet in staat zijn grenzen aan te geven; deze worden vervolgens stelselmatig overschreden. De leerling heeft in dit geval noodgedwongen geleerd om zijn grenzen niet aan te geven. De boosheid, die met de overschrijdingen ervan ontstaat, gaat dan ondergronds. De leerling herkent de gezonde signaalfunctie van boosheid niet (meer).

Aan de andere kant herkennen leerlingen, die slachtoffer zijn van grensoverschrijdend gedrag, ook de grenzen van anderen niet goed. Zo kan het gebeuren dat in het zoeken van hulp bij een mentor of leerlingbegeleider, de leerling ook over de grenzen van de begeleider gaat. Deze gaat zich (te) intensief met de leerling bemoeien, neemt de verantwoordelijkheid op zich om het probleem van de leerling op te lossen, laat zich soms zelf claimen of 'psychologisch 'gijzelen' door de leerling. De grenzeloosheid die de leerling thuis of in zijn peergroup ervaart, zet zich in het begeleidingscontact voort.

De begeleider

Wanneer dit laatste gebeurt, is het natuurlijk een cruciale vraag hoe het kan dat een begeleider dit laat gebeuren. Natuurlijk is empathie een belangrijke en noodzakelijke

Tabel: drie soorten grenzen

Soort grens	Voorbeelden van grensoverschrijding	Effect op jou van deze grensoverschrijding
FYSIEKE GRENS	Ongewenste aanraking, slaan, laten struikelen, (kinder)mishandeling, seksueel misbruik	Boosheid
PSYCHOLOGISCHE GRENS	Uitschelden, bedreigen, afspraken niet nakomen, negeren, roddelen, pesten, kwaadspreken, verwaarlozing	Boosheid
TIJDGRENS	Claimgedrag, te laat komen, onder tijdsdruk zetten, te veel werk opdragen	Boosheid



eigenschap van een begeleider, maar wát maakt dat deze in de boven geschetste valkuil trapt? Dat hij in feite in de reddersrol van de zogenaamde dramadriehoek stapt?

Centraal in de vele antwoorden die op deze vraag mogelijk zijn, staat opnieuw het thema 'grens'. Welke ervaringen heeft de begeleider (in zijn jeugd of daarna) gehad met grensoverschrijdend gedrag? Wat heeft er voor gezorgd dat hij de gezonde signaalfunctie van zijn eigen boosheid niet opmerkt?

Soms vertellen mensen mij dat ze niet boos kunnen worden op iemand die in de knel zit, 'die heeft het al zo moeilijk ...'. Dit is uiteraard een drogreden. Het is beter om je te realiseren dat het werkelijk van belang is, dat de leerling leert om assertief te worden: zelf de verantwoordelijkheid op zich te nemen voor zijn eigen welbevinden, zo grenzen te stellen en zijn eigen constructieve boosheid (weer) te leren hanteren in contact met anderen. Van wie kan hij dat dan beter leren dan degene die hij in vertrouwen genomen heeft. Zo kan de begeleider een rolmodel worden voor de leerling ten aanzien van grensstellend gedrag. Door als begeleider goed voor zichzelf en zijn eigen grenzen te zorgen, leert de leerling ook om datgene te doen waar hij krachtiger van wordt.

Henk Galenkamp is consultant, trainer, coach en supervisor in Bureau Galenkamp&Schut. www.galenkampschut.nl. Hij schreef vijf onderwijsboeken, waaronder 'Bang voor boos? De invloed van emoties op veiligheid in de school' en 'Krachtige leraren, prachtig onderwijs. Naar meer contact en bezieling in de school'

Een begrensde begeleider worden

De mentor, decaan of leerlingbegeleider die een krachtige en begrensde begeleider wil worden, zal daarvoor een aantal dingen moeten doen. Een beknopte opsomming: **Zelfreflectie plegen:** 'Kom ik wel eens moe en uitgeblust thuis?', 'Zo ja, wat is er dan gebeurd?', 'Hoe begrens ik mezelf in het contact met leerlingen/in mijn werk?'

Eigen gevoelens leren kennen en serieus nemen: 'Wat gebeurt er met mij in de ontmoeting met deze leerling, wat zegt mijn gevoel mij?'

Zelfonderzoek doen: 'Wat maakt dat ik me aangetrokken voel tot het werk van leerlingbegeleider?' wat is mijn geschiedenis met grensoverschrijdend gedrag?'

Onderzoek doen naar het effect van je werkzaamheden: 'Wordt de leerling krachtiger en autonomer van wat ik met hem doe, of voelt hij zich steeds meer slachtoffer en nemen de hulpvragen in aantal of intensiteit toe?'

Zelf steun of support zoeken: bij de zorgcoördinator, bij de teamleider, bij de schoolpsycholoog of schoolmaatschappelijk werker.

Een intervisiegroep oprichten van begeleiders die van zichzelf en van en met elkaar willen leren en bereid zijn zich in dit groepje open en kwetsbaar op te stellen.

Werken aan eigen professionalisering: een gedegen opleiding volgen, supervisie vragen, een training volgen, een coachingstraject aangaan, en studeren, veel studeren.