

Meesterschap in begeleiding: Contact Centraal

Karin Hofman
Annemiek Jonker

Contact maken



Gewaar zijn

- Feiten



- Interpretaties



Gewaarwording in gesprek brengen

- Het lijkt alsof....
- Ik heb het gevoel....
- Is het mogelijk.....
- Heb je ervaring met.....
- Speelt..... een rol?
-



Klopt dat?

Ontmoeting

Ontspannen contact, zelfbewust en met respect. (samen) behoeften onderzoeken en opties bespreken

Vluchten

Weglopen, ontwijken, het contact verbreken, oordeel/dreiging serieus nemen, bang zijn

Bevriezen

Zwijgen, niets doen, dichtklappen, toegeven aan de wensen van een ander, hard je best doen

Vechten

Uitdagen, stellingen poneren, (nonverbaal) intimideren, pesten, onder druk zetten, fel zijn, aanvallen, verdedigen, onrust stoken

Hoe reageer jij onder stress?



- Hoe ben je als je stress hebt? wat betekent dit voor hoe je er mee om gaat?
- Wat voor soort aandacht/opmerkingen/begeleiding heb je nodig om de stress weer het hoofd te kunnen bieden?

Bevriezen/verstijven

Kenmerken

- Bang om fouten te maken
- Perfectionistisch
- Zelfveroordeling
- Rationaliseren

Kwaliteiten

- Nauwkeurig en precies
- Betrouwbaar
- Betrokken
- Doelgericht

Interventies

- Geruststellen
- Het is ok om bang te zijn
- Wat jij doet/kiest is goed
- Accepteer en benoem onderliggende gevoelens (angst/boosheid)
- Durf maar op onderzoek uit te gaan
- Speelse opdrachten



Vechten

Kenmerken

- Grenzen/spanning zoeken
- Opportunisme/egocentrisme
- Macht
- Rebellie

Kwaliteiten

- Humor
- Daadkracht
- Moed
- Energie



Interventies

- Uitdagen
- Verantwoordelijkheid laten nemen
- Langere termijn consequenties
- Een beetje onvoorspelbaar zijn, maar wel betrouwbaar

Vluchten

Kenmerken

- De wereld is gevaarlijk
- Contact met de werkelijkheid verliezen
- Passiviteit
- Contact vermijden
- Ontkennen van angst

Kwaliteiten

- Creativiteit
- Vrij denkend, buiten kaders
- Uitdiepen op de cm²



Interventies

- Niet te warm/begripvol
- Uitdagen om actief te zijn/
op onderzoek uit te gaan/
kop uit het zand te steken
- Sterker structureren: wat
ga je doen en hoe?

Smaakt naar meer?

- 2-daagse masterclass op **11 en 12 januari 2018**
- We sturen je de presentatie en de folder
- Durf te experimenteren



www.contactcentraal.nl
info@contactcentraal.nl