



Nationale Mentorendag 2026

Van trucjes naar mindset

**Effectief communiceren met
leerlingen en ouders**

Even voorstellen:



Florianne Sollie

- > Taal en onderwijs
- > Tumult-trainer
- > Redacteur Tumult-lesmateriaal
- > Leerlingbegeleiding





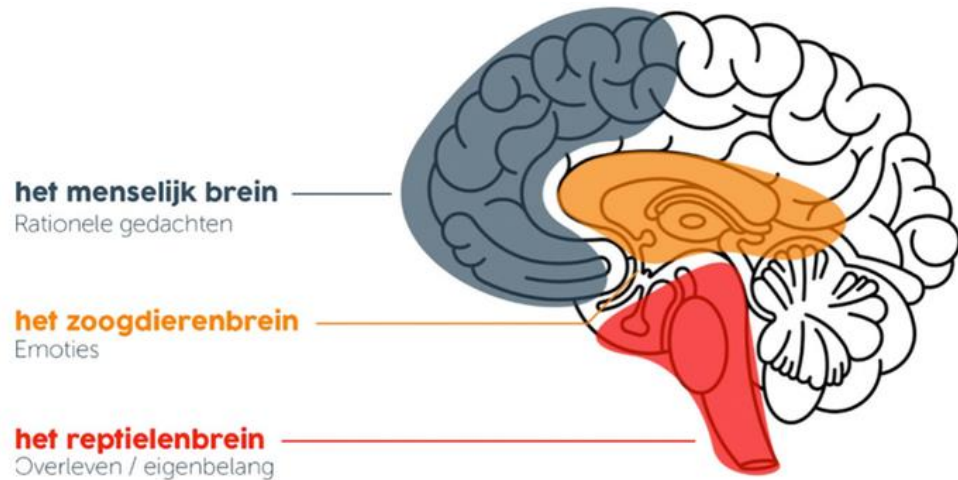
- > Hoe werkt motivatie?
- > Mentormindset
- > Hoe werk jij?
- > Hoe denk/kijk jij?
- > Waar ligt jouw invloed?

Van trucjes naar mindset



Motivatie bij jongeren

Het puberbrein



- > Limbisch systeem (emoties) volop in ontwikkeling
- > Verhoogd testosteron: gevoeligheid voor status en respect
- > “Prefrontale cortex nog niet ontwikkeld”??



Pubers en de prefrontale cortex

- > Nog in ontwikkeling (maar ook daarna nog ...)
- > Rebellie en impulsiviteit hebben functie
- > Andere prioriteiten, sociaal!
- > Minder levenservaring

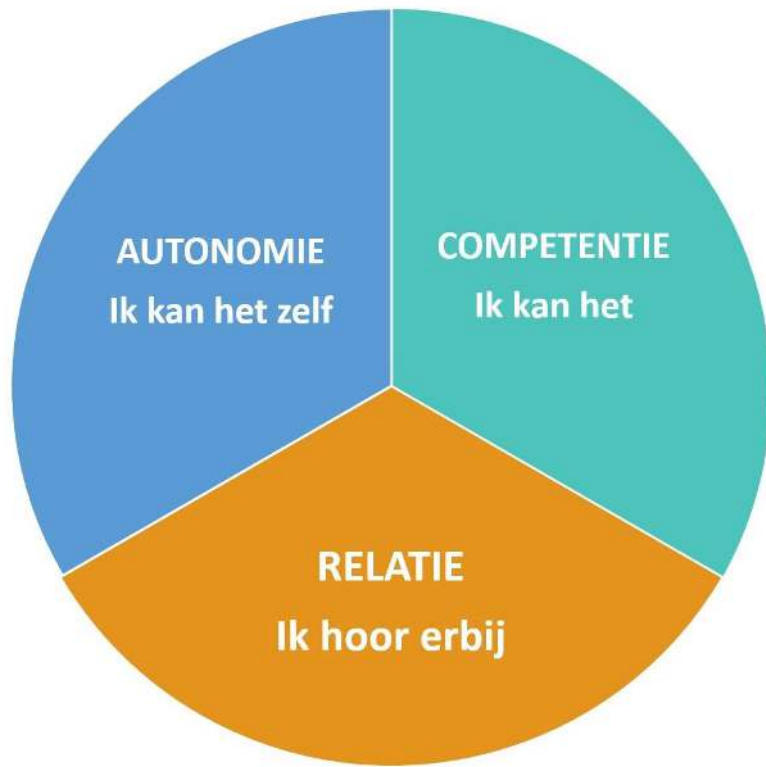


Dus geen excuus om ...

- > ... te wachten met het oefenen van plannen
- > ... niet te luisteren
- > ... jongeren te zien als verminderd toerekeningsvatbaar
- > ... eigen keuzes of organisatie uit handen te trekken
- > ... jongeren als klein kind te benaderen (denk ook aan statusgevoeligheid!)



Motivatie volgens Deci & Ryan



- > **Relatie** -> *mentor toont interesse, geeft complimenten, 'ziet' de leerling*
- > **Autonomie** -> *mentor geeft ruimte en vertrouwen*
- > **Competentie** -> *mentor heeft hoge verwachtingen én biedt stevige ondersteuning*



Praten en denken over stress

- > Alleen growth mindset verbetert prestaties niet
- > Combinatie met stress accepteren wél!
- > “Stress = goed, nuttig, nodig, helpt mij om het beter te doen”

Let op:

- > Stress verminderen is oké, het voelt immers niet fijn
- > Stress $\neq$ paniek

Kahoot!

Mentormindset samengevat (1):

- ✓ Stevige verwachtingen EN stevige ondersteuning
- ✓ Ga niet uit van defect brein:
 - ✓ er zijn andere prioriteiten dan bij jou
 - ✓ er moet nog ervaring verzameld worden
 - ✓ bij sociale motivatie zeer goede werking
- ✓ Benader met respect, geef kans om status te verhogen
- ✓ Benadruk status van leerling, niet jouw eigen status

Mentormindset samengevat (2):

- ✓ Stel vragen
- ✓ Onthoud: jongere probeert het altijd goed te doen
- ✓ Wees transparant over je bedoelingen
- ✓ Streng op de inhoud, flexibel in de vorm
- ✓ Start direct met echt contact maken! Niet pas als het misgaat.

Mentormindset samengevat (3):

Uitdragen:

- ✓ nare situaties kunnen beter worden (perspectief)
- ✓ mensen kunnen groeien (growth mindset)
- ✓ stress is nuttig en kan helpen om beter te presteren (rust/acceptatie)
- ✓ prima: ontspannings-/gedachte-oefeningen om stress iets te verminderen (paniek voorkomen)

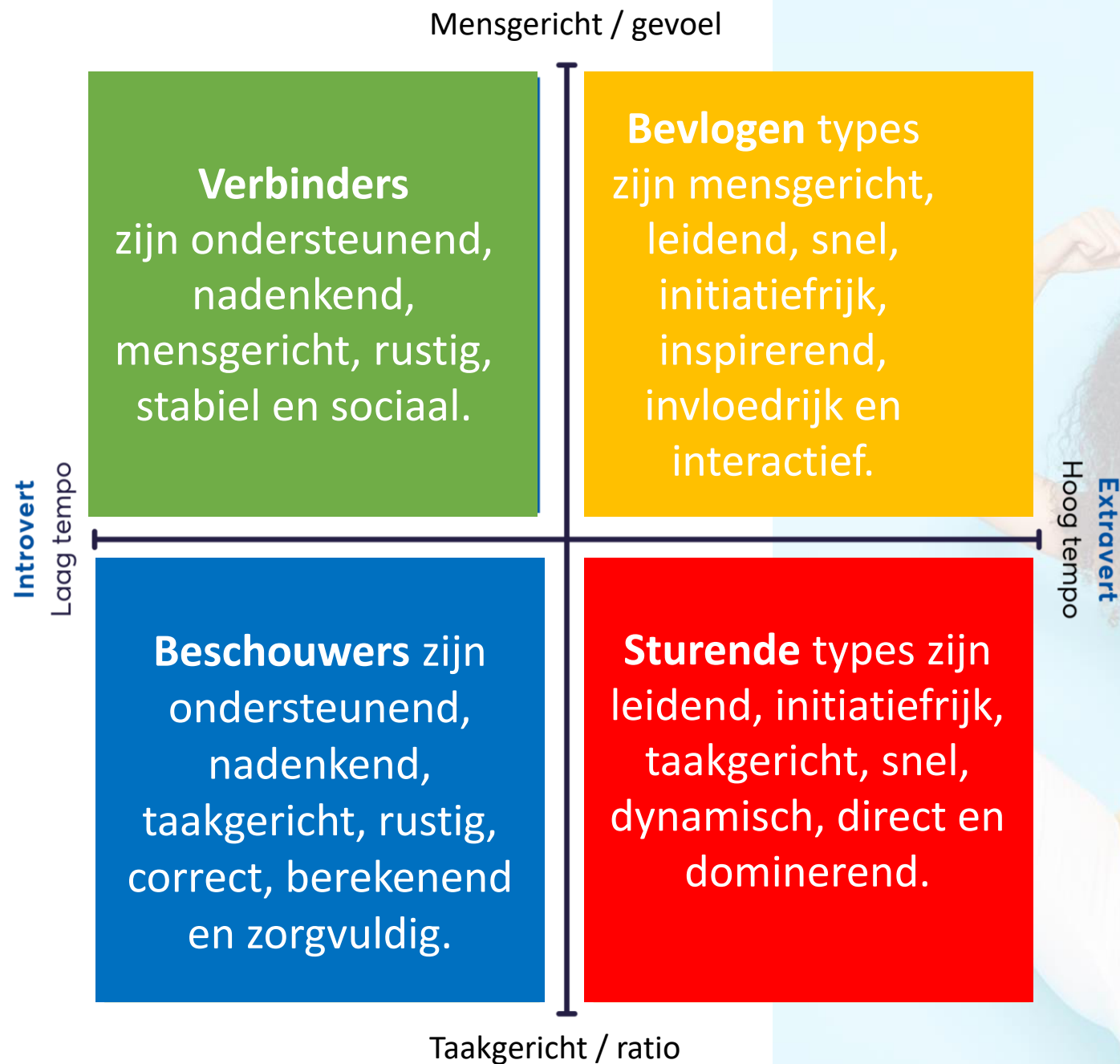


Zelfkennis



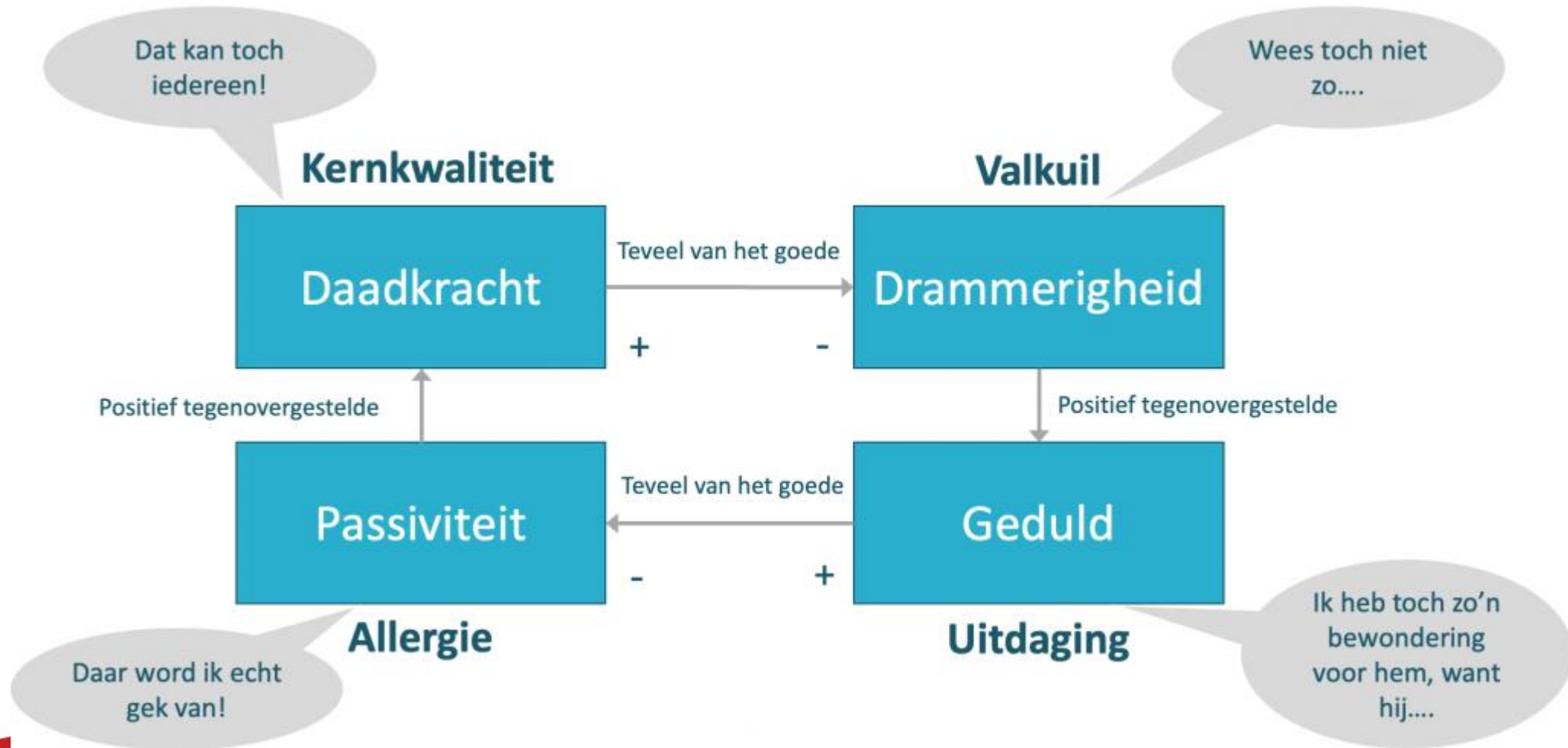
Jouw communicatiestijl

- > Vul de test in
- > Lees thuis op je gemak de info door
(of nu vast, als je snel klaar bent 😊)





Jouw kernkwadrant





Een lastige ouder/leerling ...

- > Welke communicatiestijl heeft deze persoon?
- > Waar kun jij dan dus op letten?
- > Op welke allergie van jou werkt deze persoon?
- > In welke valkuil zit deze persoon?
- > Welk talent heeft deze persoon dus?



Het kernkwadrant in je communicatie

- > Wees je bewust van jouw allergieën
(minder schuld bij/irritatie richting ander)
- > Geef je grenzen aan waar nodig
- > Zie het talent en benoem het!
- > Zeg 'sorry' als je in je eigen valkuil zat
- > Let op jouw uitdaging



**Luister naar het verhaaltje
en onthoud de details.**



Schrijf de antwoorden op.



De wekker van de man gaat om 8 uur af.
Om kwart over acht loopt hij naar de keuken om
thee te zetten.
Om half negen ontbijt hij met zijn partner en
kinderen.
Na het ontbijt kust hij zijn gezin gedag en rijdt
naar zijn werk.



Aannames

- ✓ We hebben ze allemaal! (ouders ook)
- ✓ Niet erg, maar soms irritaties/misverstanden
- ✓ Stel zoveel mogelijk vragen:
 - ✓ Wat weten/snappen ouders?
 - ✓ Wat heeft leerling verteld/ouder begrepen?
 - ✓ Hoe ziet hun situatie eruit?



De socratische methode: vragen!

- Wat heeft u al gehoord over ...
- Hoe gaat het met ...
- Klopt het dat ...
- Hoe is dat voor u?
- Wat zou u het liefste willen?
- Hoe zouden we hier samen aan kunnen werken?
- Vindt u het goed/fijn als ik iets vertel over ...
- Hoe denkt u dat uw kind dit beleeft?
- Wat zou u ervan vinden als ...
- Zouden we dit ook op een andere manier kunnen regelen?/Wat is het plan B?



Jouw invloed





Eigen situatie

Buitencirkel:

- ✓ Wat doet/zegt de ander (misschien)?
- ✓ Wat denkt de ander (misschien)?
- ✓ Wat kan de ander (niet)?
- ✓ Andere omstandigheden?

Binnencirkel:

- ✓ Wat kun jij doen/zeggen?
- ✓ Hoe kun jij denken/kijken?
- ✓ Welke grens geef jij aan?
En hoe?
- ✓ Hoe kun jij je voorbereiden?
- ✓ Wie kun jij om hulp vragen?



Samenvatting in reader!



**Tot slot en voorafgaand aan de Schoolgeluk-pubquiz in de aula:
evaluatiemoment! Thnx!**

