

# wat hebben onderpresteerders nodig?

- geduld, vertrouwen en meer aandacht dan ze lijken te vragen... !
- ouders die normen en waarden stellen, een school die daar op in speelt
- een volwassene die fouten durft te maken alsof dat de gewoonste zaak van de wereld is
- een duidelijke, open, intensieve socratische leiding met een positief-realistische instelling
- veel samen doen en uitwisselen met volwassene of ontwikkelingsgelijke
- verbetering van het zelfbeeld, versterking van zelfinzicht en zelfgevoel in relatie tot anderen
- oefenen in mentale competenties (*Neihart*)
- vrijheid en steun om te oefenen in het (uit zichzelf) geven van aandacht (*Csikszentmihalyi*)
- vrijheid en steun in het volgen van (eigen) interesses
- vrijheid om te slagen in (zelfgekozen) uitdagingen: *leren genieten van het eigen bewustzijn!*
- aandacht voor gevoel (*hoe zou ik me moeten voelen? hoe voel ik me? ben ik daar tevreden mee? hoe zou ik me willen voelen?*)
- leren omgaan met onzekerheid (en isolement)
- drijfveren zoeken, vinden, kiezen, wisselen (*Reiss*)
- vrijheid en ruimte om zelf de urgentie te voelen die nodig is voor inspanning
- leren falen te koppelen aan het ontbreken van vaardigheden i.p.v. aan persoonlijke kenmerken
- leren excuses te koppelen aan falen (en succes aan verantwoordelijkheid)
- geïndividualiseerde doelen leren stellen: superlange, lange, korte, superkorte termijn (die laatste is favoriet!) (*het doel is nooit: "betere resultaten", maar wel: "een beter proces"*)
- begeleiding bij het doorvragen, specificeren, concretiseren
- leren oefenen (ervaren dat de handeling en de voortgang, belangrijker zijn dan de uitkomst)
- leren denken, denken oefenen, leren met denken zichzelf in beweging te krijgen
- constructief en realistisch leren denken over eigen handelen (zelfsturing en zelfcontrole)
- metacognitieve vaardigheden
- leren ordenen (belangrijk/niet belangrijk / dringend/niet dringend)
- leren kiezen
- leren verliezen, leren lachen om fouten, het creatieve voordeel van fouten ontdekken
- leren problemen definiëren en herdefiniëren (leren oplossingen te doordenken)
- intrinsieke beloning: adequate feedback, analyse van succes (vier elke vooruitgang!)
- beloning van goede prestaties of voor inzet (niet voor resultaten of eigenschappen!)

# wat hebben ze niet nodig?

- de schuld
- confrontatie, iemand die hen op hun fouten wijst
- een analyse van hun falen
- verwijten, boosheid
- iemand die voor hen denkt
- geruststelling
- uitstel of uitvlucht
- beloning zonder inzet (voor resultaten of eigenschappen)
- ouders/begeleiders die elkaar tegenspreken
- succes met hun pogingen de boel te stagneren