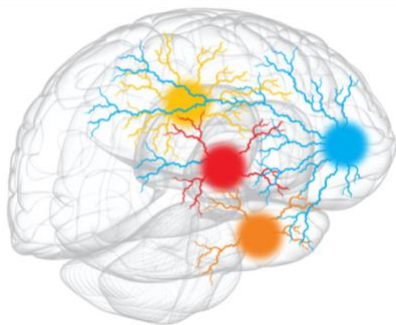


## Level2Teach

Docenten in het voortgezet onderwijs hebben een beroep gekozen, hebben de mooie taak om leerlingen klaar te stomen voor een beroep.

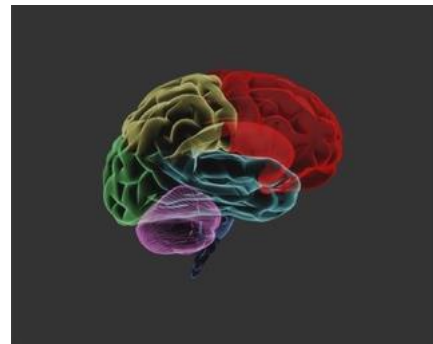
Het plezier lijdt echter onder een toenemende werkdruk, overvolle klassen, leer- en gedragsproblemen van leerlingen, veeleisende ouders en een opstapeling van administratieve taken.

Dit kan resulteren in een gevoel van onmacht, irritatie of moedeloosheid, vormen van stress die vaak kunnen leiden tot demotivatie, lagere energieniveaus of zelfs een burn-out. Het gevolg: minder plezier, minder betrokkenheid, gezondheidsklachten en een afname van de onderwijskwaliteit.

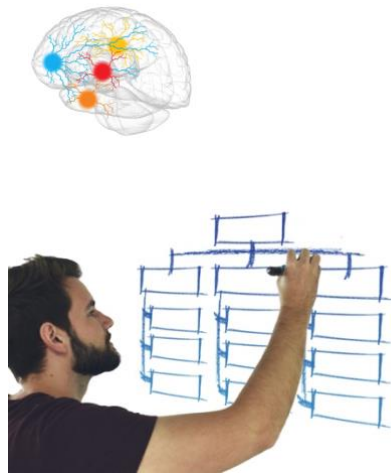


Level2Teach heeft een specifiek trainingsprogramma ontwikkeld voor docenten in het voortgezet onderwijs, gebaseerd op de Neurocognitieve aanpak<sup>1</sup>, dat nieuwe handvaten geeft om het plezier terug te vinden, de stress te beheersen en de focus en de rust in de klas te behouden. We laten zien wat de docent motiveert en hoe bepaalde vormen van motivatie van invloed kunnen zijn op het gedrag en zijn of haar gemoedstoestand. Daarnaast leren we de docent hoe stress wordt veroorzaakt en hoe hij of zij stress kan herkennen.

De basiskennis, basisvaardigheden en de motivaties van middelbare scholieren zijn in de hersenen gevormd in het primair onderwijs en in de thuissituatie. Dit wil echter niet zeggen dat de ontwikkeling van hun hersenen al is voltooid. In tegendeel! De hersenen zijn nog volop in ontwikkeling en dit beïnvloedt het gedrag en het leervermogen van leerlingen. Daarnaast zijn adolescenten snel afgeleid en spelen groepsprocessen een belangrijke rol bij de sfeer en rust in de klas.



<sup>1</sup> Een van de specifieke kenmerken van de Neurocognitieve aanpak is dat we kijken naar de container (d.w.z. de hersenstructuur wordt gemobiliseerd (al dan niet bewust) en niet naar de inhoud. De aanpak maakt het mogelijk om het hersenmechanisme dat interne disfunctioneren veroorzaakt te identificeren en om de juiste oefeningen te gebruiken om "deze container" te veranderen. Hierbij wordt het disfunctioneren onafhankelijk van de context behandeld (Sturing van mentale modi) of om stress te beheersen, duurzame motivaties te versterken (Persoonlijkheid en motivatie).



Reden te meer om docenten meer kennis en vaardigheden te geven die ze kunnen gebruiken om hun eigen stress te beheersen en ook om een goed en rustig leerklimaat te creëren en te handhaven in de klas.

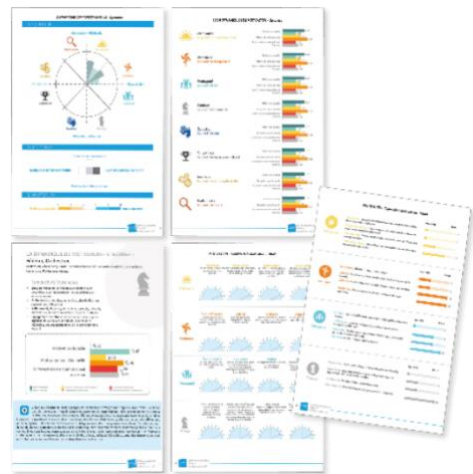
We verstrekken tools om de duurzame motivatie weer een centrale plek te geven en stress op een (pro-)actieve en bewuste manier te verminderen. We trainen de adaptieve intelligente om leraren weer in hun kracht te zetten.

## Trainingsopzet

### Persoonlijkheid en motivatie

**Level2Teach** laat leraren in een eerste module "Persoonlijkheid en motivatie" kennismaken met de verschillende soorten motivatie die ons gedrag sturen. We doen dit met behulp van een innovatieve<sup>2</sup> tool, ontwikkeld op basis van de Neurocognitieve aanpak, die de verschillende facetten van de gedragsdynamiek van mensen in kaart brengt.

Met dit inzicht leren wij de leraar hoe hij of zij zich meer kan focussen op zijn duurzame motivaties en beter om te gaan met activiteiten en taken die minder leuk zijn en energie kosten. Het risico van demotivatie of overinvestering wordt hierdoor duurzaam lager.



Profil'INC maakt het mogelijk om een duidelijk beeld te krijgen van:

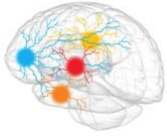
- Onvoorwaardelijke en blijvende motivatie, bron van plezier en prestaties;
- Voorwaardelijke motivatie, gevoelig voor resultaat, erkenning en falen;
- Aversies;
- Emotionele overinvestering, bron van mogelijke burn-out;
- Assertiviteit (zelfvertrouwen en vertrouwen in elkaar);
- Het vermogen om zich aan te passen in complexe of ongecontroleerde situaties.

profil'INC 

- 86 vragen
- 30 minuten
- 3 talen (Frans, Engels, Nederlands)
- 75 dimensies

<sup>2</sup> De meeste persoonlijkheidsmodellen die tot nu toe zijn ontwikkeld, zijn gebaseerd op wiskundig-statistische observatie van menselijk gedrag. Het zogenaamde "primaire en secundaire persoonlijkheid" model, ontwikkeld door het IME begint met de neurobiologische substraten van de hersenen.

Het werpt nieuw licht op de oorsprong van motivatie. Het identificeert de diepe en blijvende (primaire) motivaties die ons plezier, onze aanleg en onze weerstand tegen falen definiëren. Het onderscheidt hen van oppervlakkige en onstabiele (secundaire) motivaties, die voortvloeien uit de mechanismen van emotionele conditionering, afhankelijk van resultaat en erkenning, die ons blootstellen aan demotivatie en stress. Naast het inzicht in de motivaties, verschaft profil'INC inzicht in de sociale positie in de groep (assertiviteit), verbonden aan, de drijfveer van onze instinctieve zelfvertrouwen of het vertrouwen dat wij hebben in anderen. Tenslotte krijgen we inzicht in ons vermogen om ons aan te passen en onze «mindsets» te veranderen, om met veranderingen om te gaan en complexe en onzekere situaties op te lossen.



### Sturing van mentale modi

De tweede module "Sturing van mentale modi" van het trainingsprogramma is gericht op het trainen van de adaptieve intelligentie van leraren: het vermogen om (snel) te schakelen van een automatische naar een adaptieve mentale modus, indien de situatie daarom vraagt.



De training bestaat allereerst uit een uitleg over de wetenschappelijke achtergrond van de Neurocognitieve aanpak en de (neurocognitieve) oorzaken van stress.

Aansluitend wordt aan de deelnemers geleerd om de drie vormen van stress, de oorsprong en de emoties die daaruit voortvloeien (angst, agressie, ontmoediging) te herkennen en te erkennen.

Vervolgens geven we de leraren tools om, indien noodzakelijk, van een zogenaamde automatische naar een adaptieve mentale modus, genesteld in de prefrontale cortex te schakelen.

Deze adaptieve mentale modus stelt de leraar in staat om zich in moeilijk (bijvoorbeeld stressvolle) situaties aan te passen, om de rust voor een goed leerklimaat,

dialogo of activiteit opnieuw te vinden of om minder leuke aspecten van het vak op een makkelijkere manier te kunnen uitvoeren.

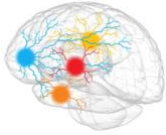
De leraar draait niet meer op de autopiloot, maar zit bewust, attent en scherp in de cockpit.

### Volwassen denken

Zoals hierboven is beschreven, kan het schakelen tussen mentale modi de docent helpen om de rust te bewaren en oplossingen te vinden in moeilijke situaties. Bij leerlingen is de prefrontale cortex nog volop in ontwikkeling en wordt nog maar beperkt en meestal onbewust ingezet, maar kan weldegelijk worden gestimuleerd om vaker te worden ingezet. Leerlingen kunnen dan ook zelf bewust leren schakelen als dat noodzakelijk is, bijvoorbeeld in een onbekende of onzekere situatie of in aanloop naar proefwerken of belangrijke opdrachten. Het aanpassingsvermogen van leerlingen wordt groter, de leercapaciteit en -prestatie nemen toe en de rust in de klas zal toenemen.



In deze module leren wij de docenten hoe zij het adaptieve vermogen van leerlingen kunnen stimuleren.



## Omgaan met agressie en woede



De ontwikkeling van het paleo-limbisch systeem is voltooid rond de leeftijd van 15 jaar. Dit deel van de hersenen is verantwoordelijk voor de sociale of groepspositie van individuen in de groep. Dit deel van de hersenen wordt ook nog eens extra beïnvloed door hormonen, die gepaard gaan met het volwassen worden. Het effect van de hierboven beschreven processen is een onvoorspelbaar en irrationeel “gregrair” gedrag van leerlingen, dat gedreven wordt door een (natuurlijke, instinctieve) angst, voortvloeiend uit een dominante of ondergeschikte positie van individuen, versterkt door het (natuurlijke en instinctieve) groepsgedrag van de klas.

In deze module leren wij de docenten hoe dit gedrag ontstaat, hoe dit gedrag kan worden herkend en nog belangrijker, hoe docenten hiermee kunnen omgaan.

Deze module is hiermee zeer uniek, omdat het nieuwe inzichten verstrekt omtrent het zo bekende “pubergedrag”, maar tevens nieuwe tools geeft om hier effectief mee om te gaan.

## Wetenschappelijke achtergrond en resultaten

De Neurocognitieve aanpak is in de afgelopen 35 jaar op basis van wetenschappelijk onderzoek ontwikkeld door het INC en IME<sup>3</sup>. Het specifieke onderwijsprogramma, gebaseerd op de Neurocognitieve aanpak, is van 2009 tot 2011, samen met de Universiteit van Antwerpen en de Universiteit van Namen, met succes uitgerold in België.

Uit het onderzoek bleek dat leraren in het voortgezet onderwijs:

- Hun eigen stress beter beheersen, zowel in de klas maar ook thuis;
- Hierdoor meer rust in de klas kunnen behouden, mede omdat leerlingen anders naar de docenten gaan kijken, en hierdoor hun tijd beter kunnen indelen;
- Veel genuanceerder worden m.b.t. leerprestaties en het gedrag van adolescenten en dichter bij leerlingen staan;
- Een betere relatie met leerlingen, collega's en ouders krijgen.

---

<sup>3</sup> “Institute of Neurocognitivism” en het “Institut de Médecine Environnementale”, strategisch partners van [Level4Talent](#), eigenaar, respectievelijk ontwikkelaar van de NeuroCognitieve Aanpak