

## Krachtgericht werken

**Waarom?** De positieve psychologie laat zien hoe belangrijk een focus op kracht is. Aandacht voor positieve gevoelens bevordert groei van mensen. De methodiek van de groeizin kan je gebruiken om de kracht van de andere of jezelf aan te boren en eventuele belemmeringen te hanteren. Wat zijn de noden en hoe kunnen we mogelijke opties verkennen? Waarderend veranderen – niet vertrekken vanuit het probleem maar wat al goed loopt en waar het beter kan.

**Starten vanuit wat er al is... en waar nog potentieel is zit.**

### Hoe?

Je laat de ondersteuners op een blanco blad de groeizin schrijven. Ze vullen één van volgende zinnen aan. Het is belangrijk om de groeizin dichtbij te houden en deze soms eens te herlezen. De groeizin formuleert kleine successen op weg naar het doel. Ze geven goesting.

#### Groeizin

Het lukt mij al steeds beter om ....

Ik kan al steeds beter.....

Ik zie mezelf al steeds beter dit of dat doen.

Bvb. Sinds september kan ik al beter de leerkracht aanspreken in verband met de ondersteuning van mijn leerling.

Bvb. Sinds ik als ondersteuner aan de slag ben lukt het mij al beter om tijd te nemen om in gesprek te gaan met de zorgcoördinator van de school.

### Inspiratie?

[https://youtu.be/RoUIZPWY\\_4](https://youtu.be/RoUIZPWY_4) (positieve psychologie)

<https://youtu.be/Ug-4cwjr-As> (waarderend veranderen)