

IN DIT NUMMER ONDER ANDERE: ▶ DE BRUGKLASMENTOR ALS PONTONNIER
▶ KLAGEN IN DE KWALITEITENDRIEHOEK ▶ EXAMENVREES IS EEN SOORT FAALANGST

11^E EDITIE | GRATIS

Ortho Magazine



ORTHO CONSULT
De mens centraal
SINDS 1999

**TRAININGEN &
OPLEIDINGEN**

**PROGRAMMA
2026-'27**



**ONDERWIJS-
UITGEVERIJ**

**AANBOD
2026-'27**



www.orthoconsult.nl
info@orthoconsult.nl
 0499-841619



www.uitgeverij-quirijn.nl
info@uitgeverij-quirijn.nl
 0499-578555



www.congres-content.nl
info@congres-content.nl
 0499-578544

BOEKEN, DVD'S OF SPELLEN BESTELLEN? GA NAAR WWW.UITGEVERIJ-QUIRIJN.NL OF BEL 0499-578555

BESTE ONDERWIJSCOLLEGA'S,

Voor je ligt ons inspiratiemagazine voor het schooljaar 2026–2027. Ook komend schooljaar zullen we via open inschrijvingen en trainingen op scholen weer duizenden onderwijsprofessionals inspireren. Dat doen we bijvoorbeeld tijdens een studiemiddag, een driedaagse training voor startende mentoren of onze tweejarige praktijkopleiding Contextuele Leerlingbegeleiding.

Al meer dan 25 jaar doen we dat op onze eigen, kenmerkende wijze: praktisch, herkenbaar en direct toepasbaar in de onderwijspraktijk van morgen. Geen ellenlange theoretische monologen en geen PowerPoint-presentaties met 67 slides. Wel compacte stukken theorie die we direct verbinden aan de dagelijkse praktijk. Die praktijk kennen onze trainers als geen ander. We zijn met z'n achten docent in hart en nieren en beschikken ieder over minimaal vijftien jaar ervaring in het PO, VO, PRO en/of MBO.

Onze trainers zijn geen buitenstaanders die even komen vertellen hoe het moet. We kennen de uitdagingen, de dilemma's en de vragen die spelen in het onderwijs. Juist vanuit die er-

varing bieden we effectieve ideeën en handvatten om de regie te behouden of terug te pakken.

Neem bijvoorbeeld onze trainingen rondom klasmanagement. Na afloop geven deelnemers stevast aan dat het prettiger loopt in hun groep of mentorklas. Ook deelnemers aan de tweejarige opleiding Contextuele Leerlingbegeleiding vertellen vaak al na enkele van de dertig opleidingsdagen dat zij meer hebben geleerd over gedrag dan tijdens hun volledige vierjarige lerarenopleiding.

Deze tweejarige opleiding start op 28 september 2026 voor de 26e keer en omvat vijftien opleidingsmaandagen per schooljaar. Voor deelnemers die zich daarna verder willen professionaliseren als leerlingbegeleider organiseren we opnieuw het derde methodiekjaar. Deze twaalfdaagse opleiding start op 29 september 2026 en vindt plaats op dinsdagen.

Daarnaast verzorgt Ivo Mijland vanaf 24 september 2026 voor de 28e keer de praktijkopleiding Transactionele Analyse, een opleiding die al jarenlang veel waardering krijgt van deelnemers uit onder andere managementfuncties. Kim Onk verzorgt opnieuw de opleidingen NLP en Systemisch

OKTOBER

5

DAG VAN DE LERAAR

**UW MEDEWERKERS EEN PASSEND CADEAU GEVEN
OP DE DAG VAN DE LERAAR? DIT ZIJN ONZE SUGGESTIES**



- | | |
|--|---------|
| 1. IK BEN NIET JIJ... EN JIJ BENT NIET IK | € 21,95 |
| 2. STEP YOUR MIND (7 STAPPEN OP WEG NAAR EEN SUCCESVOLLER LEVEN) | € 28,95 |
| 3. WOORDENWISSELING | € 19,95 |
| 4. CERVEAU MIJLAND (BEST VERKOCHTE ONDERWIJSBOEK 2019!)
<small>Bron: wij-leren.nl</small> | € 17,95 |
| 5. HOERA, IK STA VOOR DE KLAS (BEST VERKOCHTE ONDERWIJSBOEK 2017 & 2018!)
<small>Bron: wij-leren.nl</small> | € 14,95 |



BIJ 50 EXEMPLAREN OF MEER BIEDEN WE EEN AANTREKKELIJKE KORTING. VRAAG TELEFONISCH UW PRIJS OP.

Coachen. Bovendien hebben we iets nieuws: toptrainer Astrid van der Lee verzorgt voor ons de unieke opleiding tot mBit-coach. Een absolute aanrader voor iedereen die meer wil leren over de samenwerking tussen hoofd, hart en buik en de invloed daarvan op ons denken, voelen en handelen. Uiteraard besteden al onze opleidingen aandacht aan de vraag wat wel en niet past binnen het professionele mandaat van onderwijsprofessionals. School is immers geen plek voor hulpverlening of therapie. Wel is het de plek waar je hulpverlening en therapie vaak kunt voorkomen door tijdig te signaleren en met relatief kleine interventies een groot verschil te maken.

Ook komend jaar verzorgen we weer teamtrainingen voor het PO, VO en MBO. Daarbij staan drie pijlers centraal:

- Hoe maak je van een klas een groep?
- Hoe voer je effectieve gesprekken op individueel niveau?
- Hoe werk je constructief samen met (lastige) ouders?

Het doel is steeds hetzelfde: de groei- en ontwikkelingsruimte van leerlingen optimaliseren. Onze trainingen worden verzorgd voor groepen van minimaal zes, idealiter twaalf en maximaal zestien deelnemers. Uiteraard stemmen we de inhoud volledig af op de leerdoelen van de opdrachtgever.

Naast deze drie pijlers bieden we vrijwel al onze trainingen en opleidingen ook incompany aan. Voor de meeste trainingen geldt dat deelname vanaf tien personen financieel aantrekkelijker is dan deelnemen buitenshuis in Utrecht.

Wil je laagdrempelig kennismaken met de contextuele benadering, die aan al onze trainingen en opleidingen ten grondslag ligt? Neem dan deel aan de Masterclass van Ivo Mijland in september 2026. Voor €179 ben je erbij, inclusief een boek, koffie, thee, frisdrank, iets lekkers én een uitgebreide lunch. De masterclass vindt plaats op onze vaste locatie: het La Vie Meeting Center, midden in het hart van Utrecht.

Ben jij oud-deelnemer van onze tweejarige opleiding? Dan is er op donderdag 24 juni 2027 voor de tweede maal een inspiratiedag vol ontmoeting en verdieping. Deze dag bieden we de kans om laagdrempelig je oud-klasgenoten te zien, te genieten van de welbekende lunch en uiteraard geïnspireerd te worden door onze 4-koppige opleidingsstaf (Leendert, Anneke, Kim en Ivo).

Zoals je van ons gewend bent, zijn veel van onze thema's en onderwerpen ook beschikbaar in boekvorm. Zo kun je ook al lezend nieuwe inzichten en inspiratie opdoen.

Wij wensen je een inspirerend schooljaar toe. Een jaar waarin je opnieuw het verschil maakt voor jouw klas, jouw leerlingen en hun toekomst.

Team Ortho Consult

Susanne, Lonneke, Brigitte (officemedewerkers)

Ivo, Leendert, Kim, Anneke, Richard, Jan Willem R., Jan Willem S., Madeleine, Astrid en Hans



160 pag.



176 pag.



288 pag.



130 pag.

€ 14,95 - 6^e druk

€ 19,95

€ 19,95 - 4^e druk

€ 17,95

DE BRUGKLASMENTOR ALS PONTONNIER

Een ponton is een brug die twee stukken land verbindt. Een brugklas is een overgangsklas die twee stukken school met elkaar verbindt. Een pontonnier bouwt de verbindingsbruggen die het mogelijk maken om onbereikbare stukken land te bereiken. De brugklasmentor bouwt bruggen om de heel grote overstek van po naar vo veilig te kunnen maken. Tot zover de titelverklaring...

Voor veel leerlingen is de overgang van po naar vo vreselijk eng. Na acht jaar onderwijs op een kleinschalige basisschool met alleen maar bekende juffen en meesters volgt de stap naar de grote school, die vanwege de centralisatie vaak ook nog eens een overgang naar de grote(re) stad betekent. Fietsen naar school, zware boekentassen en een onbekend groot gebouw met veel te grote kinderen. Leerlingen moeten bovendien afstand doen van het concept van eenzelfde leerkracht voor (bijna) alle lessen. Wel vijftien verschillende vakdocenten bemannen de klaslokalen, ieder met zijn eigenaardigheden. Neem daarbij dat de bekende groep - de leerlingen zijn vaak al acht jaar samen - geheel uiteenvalt. Dat betekent verlies

van bestaande veilige groepspatronen. Andersom geldt overigens ook. Een groot aantal leerlingen beschouwt de overstap als nieuwe kans en verlaat een periode van verlegenheid, uitsluiting en negatie. Het zijn de leerlingen die de nieuwe kans desnoods met negatief gedrag aangrijpen. Werk aan de winkel dus. Welke attitude en vaardigheden heeft een brugklasmentor nodig om in zijn brugklas de juiste groeps- en individuele begeleiding te geven en te zorgen dat iedereen veilig kan oversteken? In dit artikel worden een aantal bruggen beschreven die je kunt bouwen. Elke brug helpt jezelf, de leerlingen en de groep. En dus ook ouders en collega's. De brugklasmentor als pontonnier...

DE EERSTE BRUG

Brugklasmentoren doen er goed aan nog voor de zomervakantie kennis te maken met hun nieuwe klas. Op veel scholen wordt dat gelukkig al centraal geregeld op een speciale kennismakingsdag. Op deze dag kun je veilige kennismakingsactiviteiten plannen. Erg leuk is bijvoorbeeld om in een cirkel te werken met de klas. Zelf ga je ook met je stoel in een cirkel zitten. In die cirkel kun >>



160 pag.

€ 19,95



296 pag.

€ 14,50



78 pag.

€ 17,95 - 3^e druk

1-daagse

Masterclass contextuele leerlingbegeleiding

Heb jij interesse in de tweejarige opleiding maar wil je eerst ervaren wat het werk van Ivan Böszörményi Nagy inhoudt, maak er dan kennis mee in deze 1-daagse masterclass.

Trainer: Ivo Mijland

Voor wie: iedereen die met jongeren werkt

Inclusief: het boek 'Ik ben niet jij... en jij bent niet ik' (Anneke Blaauwendraad)

Kosten: € 179,00

1-daagse

Masterclass mentoraat: van goed naar beter

Een masterclass over het belang van een krachtig mentoraat binnen uw organisatie.

Trainer: Ivo Mijland

Voor wie: teamleiders/directeuren VO en MBO

Kosten: € 179,00

2-daagse

Faalangst: een contextuele verdieping

Een training die elke faalangsttrainer verrijkt met nieuwe energie en inspiratie.

Trainer: Ivo Mijland

Voor wie: faalangsttrainers die ervaring hebben met het geven van een trainingsprogramma in PO of VO

Inclusief het boek 'Het geheim achter faalangst' (Ard Nieuwenbroek)

Kosten: € 650,00

Landelijke praktijk-trainingen



Ortho Consult biedt tal van praktijk-trainingen voor werkenden in het primair en voortgezet onderwijs landelijk aan. Al deze trainingen worden sinds jaar en dag verzorgd in zalencentrum La Vie Meetingcenter in Utrecht, vlakbij het Centraal Station.

De trainingen starten telkens om 10.00 uur en duren tot 16.15 uur.

De deelnemersprijs is altijd inclusief werkmateriaal, koffie, thee, fruit, snoep en een uitgebreide lunch.

Elke training/opleidingsdag vereist circa 2 uur thuisstudie of oefenen in de praktijk. Uiteraard is de exacte tijd afhankelijk van de persoonlijke leerstijl/leerwijze.

Na afloop van een training/opleiding krijgen deelnemers vanuit Ortho Consult een certificaat.

Al onze opleidingen en trainingen zijn praktijkgericht en vereisen geen vaste vooropleiding. Qua werk en denk-niveau liggen de opleidingen en trainingen op post-mbo tot post-hbo niveau. Heb je twijfel of een training of opleiding passend is, neem dan even contact op via info@orthoconsult.nl.

>> je leerlingen eerst in tweetallen laten overleggen over wat ze spannend vinden aan de brugklas en wat ze er juist leuk aan vinden. De leerlingen vertellen hun bevindingen in de grote kring. Uiteraard doe je als mentor mee aan die kringoefeningen. Een krachtig middel is om je kwetsbare kant te laten zien, bijvoorbeeld door te vertellen dat je de start van het nieuwe schooljaar altijd heel spannend vindt omdat je hoopt dat je met je nieuwe klas (opnieuw) een heel leuke band zult opbouwen. Andere mogelijke kringoefeningen zijn: vertel iets over je grootste passie of over een plek waar je je heel veilig voelt. Uit onderzoek is gebleken dat werken met dit soort vertrouwensspelen bij leerlingen een belangrijke basisbehoefte bevredigt: ze krijgen de kans om gezien te worden. Hoe meer je deze kringgesprekken in een positieve ambiance laat plaatsvinden - benoem de positieve uitkomsten opvallender dan de negatieve - hoe meer de groep zich in dit stadium al groepen voelt positief te reageren. De eerste brug is de basis van een stabiele mentorgroep.

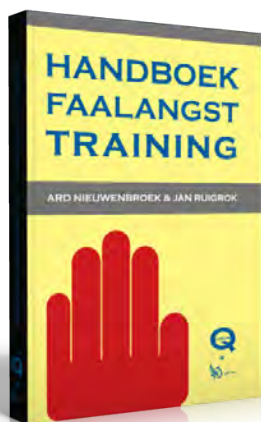
DE TWEEDE BRUG

Naast de frisse kennismakingsmiddag met de nieuwe brugklas, is het van belang om via de leerkrachten van groep 8 kennis te nemen van de bijzondere leerlinggegevens. Afhankelijk van je voorkeuren en van het aantal groepsleerkrachten met wie je als brugklasmentor te ma-

ken hebt, kies je een overlegstructuur die het meest passend is. Ideaal is als je alle leerkrachten van groep 8 kunt bezoeken. Praat dan samen over de leerlingen die in jouw groep zitten. Het is niet de bedoeling om in het gesprek met bindende waarschuwingen opgescheept te worden. Interpreteren kun je zelf. Voor een goede begeleiding van brugklasleerlingen is enige informatie vooraf wel van groot belang. Hoe is de gezinssituatie? Welke gegevens zijn er over het individu bekend (bijvoorbeeld dyslexie, dyscalculie, hoogsensitief, ADHD, etc.)? Door een kennismakingsgesprek met de leerkrachten van groep 8 voorkom je verrassingen in de brugklas. Hoe slordig is het als je bij de derde brug - de kennismaking met de ouders - er niet van op de hoogte bent dat de leerling uit een gescheiden gezin komt of dat jouw nieuwe mentorleerling een broertje heeft verloren door een auto-ongeluk. Een warme overdracht is dus een noodzakelijke brug die je moet bouwen.

DE DERDE BRUG

Voor de goede begeleiding van mentorleerlingen ben je volledig afhankelijk van een goede relatie met de ouders. Je moet proberen om zelfs van de meest kritische ouders, ouders die voor je gevoel zelfs een beetje tegen je zijn, bondgenoot te worden. De allerbeste manier om ouders te leren kennen, maar ook de meest intensieve, is een >>



264 pag.

€ 29,95 - 9^e druk



204 pag.

€ 28,95



156 pag.

€ 19,95 - 4^e druk

>> huisbezoek. Een bezoek aan het gezin levert ontzettend veel informatie op en wordt bovendien zeer gewaardeerd door ouders en kind. Lukt het je niet om huisbezoeken af te leggen of geeft je school je daar de ruimte niet voor, zorg dan dat je al in de eerste lesweken intensief contact hebt. Veel scholen hanteren een kennismakingsavond voor alle ouders van de brugklas. Let goed op welke ouders op zo'n avond ontbreken. Neem contact op met die ouders en vraag of je de informatie op een andere manier alsnog aan hen kunt overdragen. Door contact te zoeken met afwezige ouders neem je elke ouder serieus. Tijdens de kennismakingsavond is het handig om e-mailadressen te verzamelen. Vertel dat je de adressen wilt gebruiken om een aantal keer per schooljaar een nieuwsbrief te sturen. Ouders die zich geïnformeerd voelen, voelen zich gezien. En dat is een brug van bondgenootschap, een belangrijke verbinding op weg naar de eerste individuele ouderavond van het jaar. In die digitale nieuwsbrief kun je bijvoorbeeld vertellen over de gebeurtenissen bij de bouw van de vierde brug.

DE VIERDE BRUG

De vierde brug kan de mentor bouwen tijdens zijn mentoruur. Elke week staat er op vrijwel elke school een mentoruur op het programma. Tijdens dat lesuur kun je een belangrijke verbinding leggen tussen de leerlingen samen: je gaat bouwen aan het groepsproces. Die verbinding begint bij het veilig kennismaken met elkaar. Daar-

bij geef je als mentor natuurlijk het goede voorbeeld. Laat zien wie je bent en je zult merken dat de leerlingen ook bereid zijn om over zichzelf te vertellen. Dat heeft alles te maken met het natuurlijke proces dat imiteren heet. Als je zelf aardig, open, eerlijk en geïnteresseerd werkt, worden je leerlingen dat ook. Werk tijdens de mentorlessen in een kringopstelling en oefen met elkaar op onderdelen als zelfvertrouwen en respect. Tijdens deze mentorlessen kun je veel invloed uitoefenen op een positieve groepsnorm, omdat leerlingen zich gezien voelen, betekenisvol kunnen zijn voor anderen en de kans krijgen om zichzelf op een positieve manier te presenteren binnen de nieuwe groep. De veiligheid wordt vergroot door het groepsproces bewust en met goede oefeningen te sturen.

DE VIJFDE BRUG

Je moet als brugklasmentor de overgang ook begeleiden door individuele gesprekjes te voeren met de leerlingen. Zoek vanaf het begin een aantal vaste momenten in de week waarop je afspraken kunt maken met de leerlingen. Bijvoorbeeld een eerste uur waarop de leerlingen vrij zijn, een tussenuur of een pauze. Elke leerling spreek je tien minuten om te kijken hoe de overgang naar de grote school verloopt.

Dit is een van de verhalen uit het boek 'Alle 50+1 goed! Bloemlezing vol onderwijsinspiratie' van Ivo Mijland.



152 pag.

€ 21,95



88 pag.

€ 17,95 - 2^e druk



136 pag.

€ 21,95 - 4^e druk



168 pag.

€ 18,95

Door Ivo Mijland

DE SCHOOLFOTOGRAAF ALS GROEPSBINDER

Traditiegetrouw worden er in september op veel scholen klassenfoto's en pasfoto's gemaakt van de leerlingen. Leerlingen zijn doorgaans gespannen en druk als ze op de foto moeten. Op de dag van de schoolfotograaf zijn leerlingen, zo blijkt uit onderzoek, extra bezig met hun uiterlijk. 's Ochtends wordt getwijfeld voor de kledingkast, in de schooltas zit plots ook een pot gel en op het toilet wordt nog gauw de make-up bijgewerkt. De volgende oefening werkt ontspannend in dit kader en leerlingen vinden haar erg leuk.

WERKWIJZE

Wijs een leerling aan die een denkbeeldige groepsfoto gaat maken van de klas. Neem daarvoor een digitale camera mee naar school. De 'fotograaf' stelt de groep naar eigen wens op. Zodra hij vindt dat de groep goed staat,

maakt hij een foto en verlaat hij het lokaal. De mentor gaat nu samen met de leerlingen enkele wijzigingen aanbrengen in de opstelling. Twee leerlingen verwisselen, een leerling verstopt zich achter de groep, een leerling trekt een ander vest aan. Zorg ervoor dat er maximaal drie duidelijke wijzigingen plaatsvinden. Roep de fotograaf naar binnen en vraag wat er anders is aan de compositie. Vervolgens wissel je van fotograaf.

VARIËREN

Een leuke variant: geef een leerling een kledingstuk aan van jezelf. Wissel bijvoorbeeld van schoenen, trui of vest. Ook leuk, wel moeilijker: de groep blijft staan zoals ze staat. Geef vijf leerlingen de opdracht hun lichaamshouding aan te passen aan een gevoel (vrolijk, verdrietig, bang, verliefd en verbaasd. Laat de fotograaf raden >>

2-daagse

Oudercontact dat verschil maakt

"Hoe bouw je aan samenwerking met ouders vanaf het eerste moment en juist wanneer het ingewikkeld wordt?"

Trainer: Leendert van Genderen

Voor wie: Iedereen die gesprekken voert met ouders

Inclusief het boek 'De kracht van klagende ouders' (Ivo Mijland), het boek Handboek voor elke ouder (Marinka Brandwijk, Leendert van Genderen en Ivo Mijland)



Kosten: € 675,00

1-daagse

De macht van machomannetjes in school!

"Een dag om niet snel te vergeten: humor en inzicht gingen nog nooit zo mooi samen."

Trainer: Hans Kaldenbach

Voor wie: Iedereen die met jongeren werkt

Inclusief het praktijkboek 'Machomannetjes, 99 tips om de straatcultuur terug te dringen uit uw school' (Hans Kaldenbach)

Kosten: € 495,00

>> welke vijf leerlingen een gevoel uitbeelden en vraag ook welk gevoel dat is. Doorgaans eindigt deze oefening in een vrolijk, hilarisch samenzijn.

Aan het eind van de opdracht gaat ook de fotograaf in de groep staan en maakt de mentor de groepsfoto daadwerkelijk. Uiteraard laat je die foto op groot formaat afdrukken en geef je die een mooi plekje in het klaslokaal. Stuur de foto via e-mail naar je mentorleerlingen, zodat ook ouders mee kunnen genieten van deze opdracht.

Tip: verzamel aan het begin van het jaar alle e-mailadressen van de leerlingen. Deze lijst kun je goed gebruiken voor het verzenden van allerlei informatie (en de foto uit deze opdracht). Je kunt de adressen in BCC-veld plaatsen en je eigen adres in AAN, zodat de leerlingen de e-mailadressen niet voor andere doeleinden kunnen gebruiken.

AFRONDEN

Als de foto gemaakt is, ga je met de klas in gesprek over uiterlijk. Met name in de puberteit is elke leerling op zijn

of haar manier bezig met uiterlijk. Zit je haar goed, vinden je klasgenoten je nieuwe schoenen leuk, zit je haar goed? Uiterlijk veroorzaakt veel onzekerheid bij kinderen. Een grappig gegeven is dat kinderen een verkeerd beeld hebben van hoe anderen tegen hen aankijken. Ze vinden de ander leuker, terwijl de ander dat ook van hem of haar vindt.

Om veilig over uiterlijk te praten, vraag je elke leerling iets positiefs te zeggen over het uiterlijk van degene die naast hem of haar in de kring zit (met de klok mee). Daarna maak je nog een rondje met tips (tegen de klok in): 'doe eens gel in je haar', 'draag je gympen eens zonder veters', 'draag je blouse met een extra knoopje open'. De ronde van de tips kun je alleen doen in heel krachtige groepen.

Dit is een van de tips uit het boek 'Energie voor elke mentor' van Ivo Mijland.

2-daagse

In dialoog met pittige pubers

"Niet reageren vanuit stress of macht, maar vanuit rust, duidelijkheid en écht contact."

Trainer: Jan Willem Ruitenbergh

Voor wie: Iedereen die met jongeren werkt



Inclusief het boek 'Geweldloze communicatie' (Marshall B. Rosenberg)

Kosten: € 675,00

4-daagse

Succesvol werken met sociale vaardigheden in school

"Deze training staat al sinds 1999 op onze agenda. Met elk jaar louter enthousiaste reacties."

Trainer: Kim Oonk

Voor wie: leerkrachten, intern begeleiders, mentoren, leerlingbegeleiders die opgeleid willen worden tot sociale vaardigheidstrainer in het VO en bovenbouw BO



Inclusief het handboek 'Training Sociale vaardigheden' (Esther Bressers en Kim Oonk)

Kosten: € 1.250,00

PLACEBO EN DE KRACHT VAN DE RELATIE

Het placebo-effect is een bekend en goed beschreven fenomeen in de medische literatuur. Het verwijst naar het opmerkelijke verschijnsel dat mensen minder fysieke klachten ervaren na bijvoorbeeld het innemen van neppillen of na een schijnoperatie, ook als daar geen enkele medisch-technische verklaring voor is.

Wetenschappers zijn sinds de Middeleeuwen al bezig met dit gegeven. Michel de Montaigne beschreef in 1572 al dat mensen zich beter voelden door alleen maar te kijken naar een medicijn. In de jaren vijftig van de vorige eeuw werd naar meer bewijs gezocht voor het bestaan van het placebo-effect. Zo ontdekte chirurg Leonard Cobb dat een veel gebruikte chirurgische ingreep

niet werkte vanwege de behandeling zelf, maar vanwege het geloof in de behandeling. Cobb behandelde de helft van een groep patiënten volgens de gangbare methode, bij de andere helft deed hij alsof hij die behandeling uitvoerde. Het verrassende resultaat: alle patiënten voelden zich beter. Een experiment met de nodige ethische bezwaren overigens.

Het placebo-effect wordt waarschijnlijk veroorzaakt door conditionering. Dit fenomeen is bekend geworden door het experiment van Pavlov met een hond, die op een gegeven moment al maagzuur produceerde bij het horen van het signaal van de etensbel. Naast conditionering spelen verwachtingen, positief of negatief, zeer waarschijnlijk een grote rol. >>

2-daagse

Meer motivatie in de klas

“Wat een energie heb ik gekregen van al die nieuwe ideeën. En geweldig die tien praktijkprincipes die leerlingen motiveren. Ze werken echt!”

Trainer: Richard Jansen

Voor wie: iedereen die werkt met jongeren
Inclusief het boek ‘Makkelijker kunnen we het niet maken, wel leuker’ (Ivo Mijland)



Kosten: € 650,00

1-daagse

VO: Effectieve leerlingbesprekingen hebben zichtbaar effect

“Bij passend onderwijs hoort een effectieve leerlingbespreking. Wat is daar nog veel winst te halen”.

Trainer: Leendert van Genderen

Voor wie: geschikt voor iedereen in het VO die te maken heeft met leerling besprekingen: vakdocenten, mentoren, teamleiders en zorgfunctionarissen



Inclusief het boek ‘Nieuwe praktische leerlingbesprekingen’ (Inge Hummel)

Kosten: € 395,00

>> In Nederland deed professor Bensing, klinisch psycholoog, uitgebreid onderzoek naar de communicatie tussen arts, verpleegkundige en de patiënt en het effect hiervan op de genezing en het welbevinden van de patiënt. Ze ontdekte onder meer dat huisartsen die vanuit verbinding, vertrouwen en verwachting een niet werkzame stof voorschreven, meer 'medisch' resultaat boekten dan huisartsen die afstandelijk en met een lage verwachting een werkzame stof voorschreven.

MRI

Door gebruik van verbeterde beeldvormende technieken voor de hersenen, zoals de Magnetic Resonance Imaging (MRI) scan, komt er steeds meer bewijs voor een biologisch werkingsmechanisme van het placebo-effect. Zo beschrijft Bensing in een ander praktijkvoorbeeld dat een pijnstillertje die met een positief praatje over het effect door een verpleegkundige wordt gegeven, veel effectiever en sneller werkt dan bij toediening door een computergestuurd pompje. Omgekeerd, als de verpleegkundige net doet of zij de morfine afzet, krijgen patiënten opeens meer pijn. Fascinerend is dat deze effecten via een hersenscan waarneembaar zijn.

Zowel bij het praatje als bij de toediening van de pijnstillertje raken dezelfde hersengebieden geactiveerd. Waarom? De hersenen maken van nature een kleine hoeveelheid

stoffen aan die pijn en angst onderdrukken, endogene opioïden. Die stoffen zouden worden vrijgegeven op het moment dat er een placebo wordt toegediend. Daarvoor is de hersenschors verantwoordelijk, die ook een belangrijke rol speelt bij het registreren en verwerken van pijn. Hierdoor zou het ruggenmerg minder pijnsignalen registreren waardoor er ook minder pijnsignalen worden doorgegeven naar de hogere hersendelen, met als gevolg een verminderde pijnervaring.

KUSJE

Dat is een ervaring die we waarschijnlijk herkennen vanuit onze jeugd. Had je je bezeerd als kind dan leek een liefdevol 'kusje erop' direct effect te hebben. Het lijkt dus zeer wel mogelijk dat deze simpele suggestie de pijn daadwerkelijk vermindert. De aanbeveling van Bensing is helder: de gezondheidszorg moet veel meer doen met het gegeven dat een relatie, gebaseerd op aandacht en wederzijds vertrouwen, zo ontzettend belangrijk is voor de genezing en het welbevinden van de patiënt. Een aanbeveling waarmee we ook ons voordeel kunnen doen in het onderwijs. Niet alleen in de relatie met leerlingen maar ook in het contact met ouders en collega's.

Dit is een van de hoofdstukken uit het boek 'Hakken in het zand' van Petra Nijdam en Ivo Mijland.



€ 13,95

€ 17,95 - 3^e druk

€ 25,95 - 2^e druk

€ 17,95 - 2^e druk

€ 18,95

EXAMENVREES IS EEN SOORT VAN FAALANGST

Examenvrees kun je met faalangst vergelijken. Alleen bij examenvrees staat maar een ding centraal: het examen! En eigenlijk ook nog iets anders: het afronden van een bijzondere periode in het leven en het zetten van nieuwe stappen in een zelfstandigheidsontwikkeling. Deze twee gegevens maken de examenvreeskandidaat zo bijzonder.

Bij zowel faalangst als examenvrees gaat het om angst. Angst hoort bij mensen. Zonder angst is er geen leven. Angst is een gezond gevoel dat ons waarschuwt voor een dreigend gevaar en het maakt ons lichaam klaar om daar iets tegen te doen. Zonder angst zouden we helemaal geen gevaren zien: gewoon oversteken zonder te kijken, gewoon van te hoge hekjes afspringen. Er is een mooi lied/gedicht van Harrie Jekkers over de dood en het eeuwige leven waarin mensen steeds gekkere dingen gaan doen en angst niet meer bestaat, van vechten met leeuwen en krokodillen tot het springen in ravijnen. Angst is dus no-

dig en gezond, anders zouden we onverantwoorde risico's nemen. Dat is niet alleen van deze tijd; als we ver terug in de tijd gaan, naar de oertijd, was angst absoluut noodzakelijk om te overleven. Wie toen grommend een roofdier op zich af zag komen, moest zonder na te denken hard weg kunnen rennen of de aanval kunnen openen. In zo'n situatie is onmiddellijk samengebalde energie nodig en daar zorgt het lichaam voor.

V,V,V

Bij gevaar kan het lichaam op drie manieren reageren: vechten, vluchten of verstijven. Voor alle drie moeten de spieren meteen in actie komen en krachtig ook. Daar hebben ze extra suiker en zuurstof voor nodig en daar zorgt angst voor. Bij angst komt er namelijk onmiddellijk een stresshormoon vrij dat zorgt voor adrenaline en nor-adrenaline. Deze worden pijlsnel door het bloed vervoerd en zij zorgen ervoor dat het hart sneller gaat pompen en de longen harder gaan werken om energie toe >>



114 pg.

€ 17,95

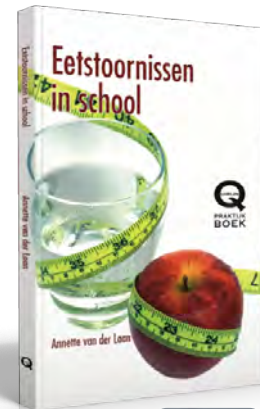


132 pag.

€ 12,34



232 pag.

€ 29,95 - 21^e druk

116 pag.

€ 17,95

>> te dienen aan de spieren. Door deze explosie in het lijf gaan de poriën open staan om de ontstane warmte goed af te voeren waardoor je gaat zweten. De spieren staan onder grote spanning, trillen om in hevige actie te komen. Het bloed trekt weg uit je hoofd zodat je niet kunt nadenken (dat kost immers veel te veel tijd in deze benarde levensbedreigende situatie) maar onmiddellijk in actie kan komen. Er kan zelfs een neiging ontstaan om hard te gaan schreeuwen en soms gebeurt dat ook. Hoe groter de angst, hoe meer stresshormonen er worden aangemaakt. Niets mag afleiden van de opgave waar je voor staat: aanvallen of vluchten. Of zorgen dat je stokstijf blijft staan waardoor je misschien wel onzichtbaar wordt voor de 'vijand'.

HORMONEN

Deze zelfde angst ontstaat ook bij leerlingen met examenangst. De leerling zit in de gymzaal met in zijn hoofd de gedachte dat het examen het grote gevaar is dat hem wil dwarsbomen. Net als bij de angstreactie in andere situaties gaat het lichaam aan de slag met een hormoonboost die ervoor zorgt dat de leerling kan vechten, vluchten of verstijven. Met trillende handen en benen, een hartslag van 180, klotsende oksels en duizelig van een te hoge ademhaling. Een leerling kan niet vechten, een leeraar neerslaan is geen optie en ook vluchten, de gymzaal

uitrennen, heeft geen enkele zin. En verstijven: zestig minuten stilzitten zonder een enkele beweging te maken heeft meestal geen gunstig effect op de totstandkoming van woorden op het toetsbladje. De leerling verliest veel energie aan de angstreactie, waardoor hij minder of zelfs niet in staat is om rustig na te denken. Het lijf blijft gespannen. Meestal slaat de angst niet op de opgave zelf maar op een gedachte, namelijk de gedachte dat het niet zal lukken. Alles in het lichaam is met die gedachte bezig waardoor het lijf gespannen blijft en gericht blijft op mislukken en angst. De leerling kan niet anders meer dan te denken: "Het loopt toch mis." Hij gelooft echt in de gedachte: "Ik kan het toch niet." En houdt zichzelf voor de gek met veralgemeniseringen: "Ik heb nog nooit een voldoende gehaald. Ik ben slecht in leestoetsen. Ik ben voor het ongeluk geboren." Alle andere (reëlere) gedachten lijken geblokkeerd. De hersenen zijn bezig met het probleem 'angst', waardoor de hersenruimte 'kennis' op slot dreigt te gaan. De leerling weet in sommige gevallen niets meer van wat hij heeft geleerd. Dat is examenvrees op zijn ergst. We spreken dan van een black-out: de status waarin je lichaam besloten heeft alleen nog te 'investeren' in de vechten, vluchten en verstijven-modus – ofwel de *fight*, *flight* en *freeze*-reactie. Als een leerling dat gevoel van angst eenmaal kent, als hij het al eens eerder een beetje heeft meegemaakt, dan is hij al langer van tevoren bang.

! PRAKTIJKBOEK
PASSEND
ONDERWIJS

BEST
SELLER

POCKET
EDITIE



118 pag.



112 pag.

! PRAKTIJK
BOEK



204 pag.

! WERK
BOEK



84 pag.

€ 19,95 - 4^e druk

€ 17,95 - 5^e druk

€ 14,00 - 2^e druk

€ 10,95 - 3^e druk

De examenvrees begint dan al ver voor het eerste deel van het examen. Vechten, vluchten en verstijven kunnen er dan ook heel anders uitzien. Vechten, vluchten en verstijven worden dan onderdeel van een strategie.

VECHTEN

Deze groep leerlingen met examenvrees doet er alles aan om de mislukking te voorkomen. Ze nemen geen enkel risico. Studeren zullen ze en hard ook. Elk hoofdstuk wordt tot in detail samengevat en geleerd. Ze leren hard en zijn dag en nacht bezig met opnieuw plannen, nog een keer doornemen. Alles is tot in de puntjes voorbereid. Deze leerlingen zijn erg perfectionistisch (wat ze vaak van huis uit hebben meegekregen). Ze vallen niet op omdat ze serieus bezig zijn met hun studie en je ze niet hoeft te stimuleren aan het werk te gaan. Soms leidt dat tot fantastische resultaten, maar meestal zijn die voor een leerling niet bevredigend genoeg om de angst te verminderen. Alles lager dan een 10 is niet goed genoeg en leidt opnieuw tot teleurstellingen. Bij een deel van deze leerlingen blijven de resultaten uit, ondanks het harde leren. Tijdens het examen zitten ze vast en krijgen ze geen letter

op papier of ze komen in tijdnood omdat ze veel te uitvoerig nadenken en blijven twijfelen. Elke tegenslag is dan een bevestiging dat er nog steviger gevochten moet worden. De leerling gaat het lijf roven. Leren gaat door tot in de nacht en vangt aan in de vroege morgen. Voor nachtrust is geen tijd.

VLUCHTEN

Er is een andere groep leerlingen die vooral de angst wil ontlopen. Ze stellen het studeren steeds maar uit. "Als het toch gaat mislukken," denken ze, "dan haalt het toch niets uit." Wie gaat er nou hard werken voor een nederlaag? Deze leerlingen lijken erg onverschillig om te gaan met hun werk maar in feite zijn ze niet 'vrij', want ze weten dat ze aan de slag moeten. Als ze dat niet hebben gedaan, wordt de mislukking steeds waarschijnlijker. Van die gedachte worden ze nog zenuwachtiger. Dat kan zich ook uiten in agressie of spijbelgedrag.

Kees weet dat hij voor een onderdeel van het examen Nederlands een presentatie moet doen. Over een actueel onderwerp moet hij informatie verzamelen waar hij minimaal >>

4-daagse

Faalangst de baas met een training op school!

"Al meer dan 500 studenten volgden deze populaire training. Let op: deze training is vaak snel volgeboekt."

Trainer: Kim Oonk

Voor wie: leerkrachten / docenten / begeleiders/mentoren die opgeleid willen worden tot faalangsttrainer in de bovenbouw PO en onder- en bovenbouw VO
Inclusief het handboek 'Faalangst-training' (Ard Nieuwenbroek en Jan Ruigrok)



Kosten: € 1.250,00

2-daagse

Motiverende gespreksvoering in het onderwijs

"De leerling met de hakken in het zand en jij met de handen in het haar? In deze training ontdek je hoe je als docent, mentor en begeleider van leerlingen vruchtbare communicatie bevordert."

Trainer: Leendert van Genderen

Voor wie: iedereen die werkt met jongeren vanaf 8 jaar

Inclusief het boek 'Hakken in het zand' (Ivo Mijland en Petra Nijdam)



Kosten: € 650,00

INSPIRERENDE LEZING

De Kracht van Beïnvloeding

Voor het boeken van deze lezing: stuur een e-mail naar info@orthoconsult.nl

Richard gaf ons op een bijzondere manier inzicht hoe makkelijk ons brein te beïnvloeden is. Hierdoor kan ik ook voor de klas mijn leerlingen op een positieve manier beïnvloeden om mee te doen met de les en hun concentratie te focussen op leren!

Van Lodenstein College ★★★★★

Richard heeft bij ons een prikkelende lezing gegeven. Inspirerend en interactief. Goeie vibe!

Malmberg ★★★★★

Mijn doel was....meer tools en handvaten om nog beter om te kunnen gaan met onze leerlingen. Ze d.m.v. mijn houding, blik of door mijn houding te beïnvloeden. Het was super. Ik neem er zeker wat van mee.

Toorop Talent College ★★★★★



ORTHO CONSULT
De mens centraal



RICHARD

Spreker & Illusionist

>> vijf minuten over moet vertellen. Daarna moet hij een stelling formuleren om vervolgens argumenten voor en tegen de stelling te geven en een debat te leiden tussen zes mede-klasgenoten. In totaal duurt de opdracht vijftien tot twintig minuten waarbij Kees in ieder geval zeven minuten aan het woord moet zijn. Kees weet dat hij tijdens de presentatie zo zenuwachtig zal zijn dat hij niets meer weet. Hij is zelfs bang dat hij flauwvalt. Hij haalt liever gewoon een 1, heeft hij besloten. Op de dag dat hij aan de beurt is, meldt zijn moeder hem ziek. Dit gebeurt ook als hij een tweede en zelfs derde kans krijgt.

VERSTIJVEN

Deze groep leerlingen bevriest als het ware bij alles wat er gebeurt. De leerling blijft wel boven de boeken hangen, maar weet niet hoe in beweging te komen. De leerling is

overal aanwezig, doet braaf wat hij moet doen, maar in feite gebeurt er niets.

Chantal moet een spreekbeurt houden voor Engels. Als ze voor de klas komt, staat ze afwezig voor zich uit te kijken. Ze kijkt een minuut strak voor zich uit. Als de lerares haar wakker probeert te schudden, loopt ze huilend het lokaal uit.

Of je nou vecht, vlucht of verstijft: angst is voelbaar in je lijf. De een heeft er buikpijn van, de ander hoofdpijn en weer een ander slapeloze nachten. De een weet ondanks de angst nog goede cijfers te halen maar is niet in staat normaal te functioneren. De ander ziet dat de cijfers kelderen als gevolg van de angst.

Dit is een van de hoofdstukken uit het boek 'Van examenvrees naar examenfeest' van Kim Oonk.

2-daagse

Effectieve aanpak van examenvrees in school!

"Eén op de vier leerlingen ontwikkelt ongezonde spanning in het examenjaar. Hoe je deze leerlingen kunt begeleiden, leer je in twee praktische dagen."

Trainer: Kim Oonk

Voor wie: mentoren, leerlingbegeleiders en faalangsttrainers die betekenisvol willen zijn voor leerlingen in examenklassen
Inclusief het praktijkboek en het werkboek 'Van examenvrees naar examenfeest' (Kim Oonk)



Kosten: € 650,00

1-daagse

Driehoeksgesprekken: een contextuele kennismaking

Uit onderzoek blijkt dat het goed inzetten van driehoeksgesprekken een positief effect heeft op de ontwikkeling van het kind maar ook positief werkt voor de school en de ouders.

Trainer: Leendert van Genderen

Voor wie: mentoren VO en groepsleerkrachten PO



Inclusief het handboek 'Voor elke ouder' (Ivo Mijland, Leendert van Genderen en Marinka Brandwijk) en het boek 'Ik ben niet jij... en jij bent niet ik' (Anneke Blaauwendraad)

Kosten: € 345,00

KLAGEN IN DE KWALITEITENDRIEHOEK

Als je klagen beantwoordt met klagen of met een gevoel van 'arme ik', dan ontstaat er veel schade in de relaties. Is het dan helemaal fout, die rollen in de dramadriehoek? Natuurlijk niet. Aan elk gedrag zit een gezonde kant. In de dramadriehoek zie je Aanklagers, Redders en Slachtoffers. In de kwaliteitendriehoek – soms ook de winnaars- of kansendriehoek genoemd – is er juist sprake van de kracht van deze rollen. Acey Choy publiceerde begin jaren negentig voor het eerst in het TA Journal over de 'Winner's Triangle'. Deze driehoek leert ons welke kwaliteiten er achter de hoeken van de dramadriehoek schuilgaan, om zo een weg te creëren om de dramadriehoek te verlaten.

Een vader belt naar school en zegt: "Mijn kind moet een andere leraar krijgen voor geschiedenis!"

Je kunt reageren vanuit de hoek van de Aanklager. In dat geval reageer je vanuit een positie waarin je de ander afvalt en jezelf op een podium zet. "Wat denkt u nu zelf? Zoek lekker een andere school." Aanklagers nodigen vaak

uit om ook aan te klagen. Er ontstaat dan een spel waarin – vaak onbewust – wordt gezocht naar de macht. 'We zullen wel eens zien wie er het beste kan klagen!'

AANKLAGER

Wil je de dramadriehoek verlaten, dan moet je bekijken welke mogelijkheden er zijn. Daarvoor stel je jezelf de vraag: wat kan ik leren van Aanklagers? In ieder geval komen ze goed voor zichzelf op. Aanklagers zijn vaak assertief en doen hun best voor hun belangen op te komen. In een klacht zit een probleem verpakt. Mensen die klagen zeggen duidelijk wat ze niet willen. Het gezonde van aanklagen is dat je grenzen stelt.

Zijn kritische ouders een probleem of een kans? Als je de assertieve kant van klagen kunt zien, heb je respect voor het feit dat ouders aangeven wat ze niet willen. De grondhouding die daarbij hoort, is dat je duidelijk maakt dat het niet erg is als je een conflict hebt met elkaar en dat je dat conflict ziet als een mogelijkheid om er samen – vaak beter – uit te komen. Wil je reageren vanuit deze hoek, doe dat dan met de intentie dat je niet zegt wat de ander

100 LESIDEEËN VOOR JE MENTORUUR



156, 152, 152 en 160 pag.



200 pag.



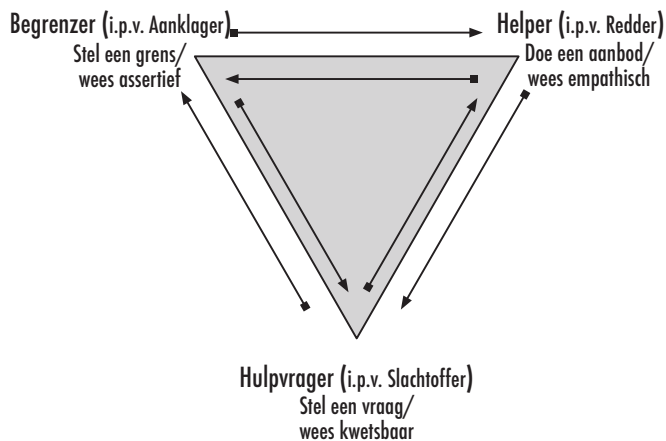
220 pag.

€ 22,95 per deel, alle delen voor € 65,-

€ 28,95 - 12^e druk

€ 29,95 - 3^e druk

moet doen, maar wat je zelf als grens ervaart. In deze hoek van de kwaliteitendriehoek geef je aan wat je grens is, met een houding waarin je het belang van beide partijen in beeld hebt. "Ik merk dat ik het lastig vind dat u zo fel spreekt over mijn collega. Wilt u eens aangeven wat u niet bevalt aan zijn les, zodat we kunnen bekijken wat we samen kunnen doen om de situatie te veranderen?"



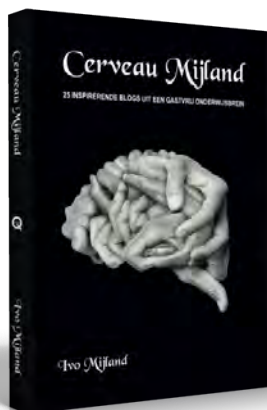
Binnen de kwaliteitendriehoek nemen mensen vanuit zichzelf verantwoordelijkheid voor zichzelf. Ze geven in ik-boodschappen aan welke behoeftes er zijn (en welke niet). Er is sprake van constructieve communicatie met als grondhouding: ik ben oké, de ander is oké. In de kwaliteitendriehoek richt je je op de toekomst.

REDDER

Je kunt daarnaast reageren vanuit de hoek van de Redder. Je laat de klacht volledig op je inwerken en bedenkt welke acties je allemaal kunt ondernemen om deze vader tevreden te stellen. "Morgen ga ik direct naar de directie om te bekijken hoe we uw wens kunnen inwilligen. Het kan inderdaad niet zo zijn dat uw kind les krijgt van een leraar met wie ze geen klik heeft!"

Meestal veroorzaakt Reddersgedrag een nieuw probleem op een nieuwe plek. De hoek van de Redder kent echter ook een heel gezonde kant: een groot empathisch vermogen. In de rol van Redder is dat een doorgeslagen empathie die bijna wordt opgedrongen, in de kwaliteitendriehoek is de empathie passend.

Het is heel simpel om Reddersgedrag gezond te maken. Door eerst te vragen of de ander behoefte heeft aan jouw empathie, wordt de ander medeverantwoordelijk. Een ja betekent 'help me'. Een nee betekent 'nu even niet'. Het is belangrijk dat je een 'nu even niet' accepteert. Als je daarop reageert in de trant van 'je weet niet wat je misloopt' stap je terug in de dramadriehoek. Wil je de vader uit het voorbeeld vanuit de gezonde variant van Reddersgedrag aanspreken, dan zeg je bijvoorbeeld: "Ik hoor uw zorgen over deze situatie. Wat zou u er van vinden als ik een gesprek regel met de leraar en uw kind om eens te onderzoeken wat er nodig is om de situatie te verbeteren?" >>

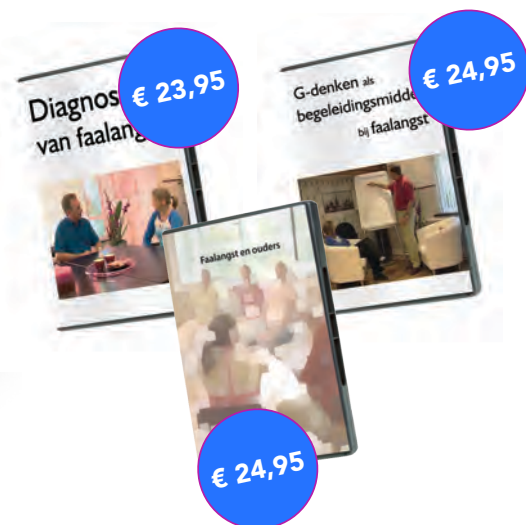


240 pag.

€ 17,95



€ 27,95



ACTIE: 3 dvd's € 65,-

SLACHTOFFER

De derde hoek om te reageren op deze vader, is die van het Slachtoffer. “Meneer, u bent de zoveelste met deze klacht. Ik weet het ook niet meer, hoor. Het zal allemaal wel waar zijn, maar moet u mij daar nou mee lastigval- len? Ik slaap toch al slecht de laatste tijd.” Klagende ou- ders – zeker als ze zeer krachtig zijn in hun basishouding – nodigen vaak uit tot Slachtofferschap. De ouders drin- gen de mentor in de hoek waar de klappen vallen. Een reactie kan zijn: ‘u hebt gelijk, maar er zal vast nog veel meer zijn dat ik fout heb gedaan’.

VRAGEN

Als je Slachtofferschap uit de dramadriehoek wilt trek- ken, gezond slachtofferschap dus, communiceer je vooral in vraagvorm. Er is dan sprake van kwetsbaarheid. Want Slachtofferschap is geen probleem als je vragen stelt aan de Aanklager om tot een oplossing te komen. Het gezon- de van slachtoffers is dat ze bereid zijn om hun eigen kwetsbaarheid te onderkennen. Ze weten dat ze dingen niet alleen hoeven op te lossen, maar dat ze daar hulp bij mogen vragen. Als je dat doet, zit je in de kwaliteitendrie- hoek. Dat klinkt bij de klacht van de vader dan bijvoor- beeld zo: “Wat u omschrijft is inderdaad een vervelend probleem. Uw kind heeft recht op goed onderwijs. Ik vind het even lastig om daar een goed idee bij te vormen. Kunt u eens met me meedenken?” Door deze reactie no- dig je de Aanklager vrijwel direct uit om de dramadrie-

hoek te verlaten. Doet de ander dat niet, dan zegt hij: “Ik wil zeker meedenken, zorg er maar voor dat mijn dochter vanaf morgen een andere leraar heeft.” Blijf in dat geval in je kwetsbare positie: “U zegt het mooi, maar hoe ziet u dat dan voor zich? Ik heb nog niet eerder met zoiets te maken gehad namelijk... Kunnen we samen niet eens onderzoeken of er makkelijkere oplossingen zijn?” Bui- ten de dramadriehoek richt je je op de toekomst, binnen de dramadriehoek steek je je energie in het verleden. Kennis van de dramadriehoek en de kwaliteitendriehoek helpt bij het doorzien van het communicatieve proces. Door andere keuzes te maken, ontdek je vanzelf de kracht van klagende ouders.

Dit is een hoofdstuk uit het boek ‘De kracht van kla- gende ouders’ van Ivo Mijland.

INDIVIDUEEL COACHEN

Soms loopt het niet lekker met een leraar in je team. Ortho Consult heeft veel ervaring in individuele coachingstrajecten. In drie tot acht gesprekken met een van onze coaches zetten we leraren succesvol terug op het spoor. Uiteraard maken we elk traject op maat.



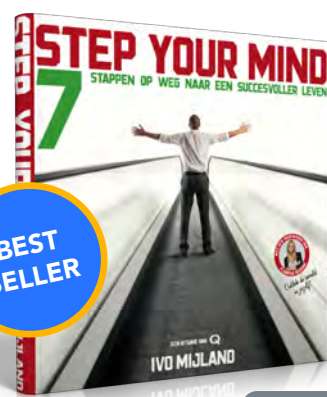
192 pag.



96 pag.



76 pag.



228 pag.

€ 28,95 - 2^e druk

€ 17,95 - 6^e druk

€ 17,95

€ 28,95

DIT ZIJN ONZE TRAINERS



Leendert
van Genderen



Anneke
Blaauwendraad



Kim
Oonk



Ivo
Mijland



Astrid
van der Lee



Hans
Kaldenbach



Richard
Jansen



Jan Willem
Ruitenbergh



Madeleine
Streefkerk



Jan Willem
Samsom

2-daagse

Stop pesten effectief

"Een uiterst effectieve kijk op een complex probleem. Mooi dat niet de feiten centraal staan, maar de verlangens van alle betrokkenen."

Trainer: Ivo Mijland

Voor wie: mentoren, leerlingbegeleiders, intern begeleiders, (groeps)leerkrachten, vertrouwenspersonen

Inclusief het boek 'Handboek Alles over pesten' (Jan Ruigrok)



Kosten: € 650,00

1-daagse

Basis voor elke mentor

"Je ervaart wat jouw mentorleerlingen straks nodig hebben."

Trainer: Ivo Mijland

Voor wie: mentoren VO



Inclusief de handboeken 'Voor elke mentor' en 'Positieve groepsvorming' en 'Energie voor elke mentor' (deel 1 t/m 4)

Kosten: € 495,00



IN HOGE MATE...

Onze trainingen evalueren we altijd bij de deelnemers. Ook de opdrachtgever vragen we om feedback. Van alle opdrachtgevers namen er velen de moeite om ons te laten weten hoe de dienstverlening ervaren werd. Graag laten we jullie meekijken, want we zijn trots op de resultaten in het schooljaar 2025-'26.

We stelden onder andere de volgende vragen:

Hoe tevreden was u over de dienstverlening?

In hoge mate:

In voldoende mate:

In onvoldoende mate:

In het geheel niet:

Hoe waardeert u de training in relatie tot de prijs?

85 *Meer baten dan kosten:* 17

12 *Goede kosten/batenverhouding:* 82

3 *Meer kosten dan baten:* 1

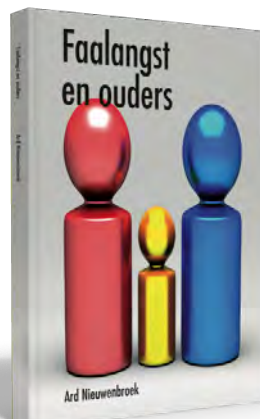
0

Wij gaan het volgende schooljaar dus verder waar we gebleven waren. We hopen dan weer veel studenten te inspireren, zowel op scholen als tijdens ons open aanbod (trainingen en opleidingen) in Utrecht.



336 pag.

€ 19,95



140 pag.

€ 17,95



76 pag.

€ 16,95 - 8^e druk

1-daagse

Gedoe in de klas - Hoe jouw rugzak zichtbaar wordt

"Gedrag van leerlingen is vaak een spiegel van henzelf én van jou."

Trainer: Astrid van der Lee

Voor wie: Iedereen die met kinderen en jongeren werkt

Inclusief het boek 'Jij hoort bij ons' (Marianne Franke-Gricksch)



Kosten: € 395,00

1-daagse

Op weg naar inclusief onderwijs

"De meest autistische mens is de mens die geen contact kan maken met de autistische mens."

Trainer: Ivo Mijland

Voor wie:

Leerlingbegeleiders, zorgcoördinatoren, intern begeleiders, teamleiders en mentoren.



Inclusief het boek 'Ik ben toch te gek!' (Ivo Mijland)

Kosten: € 395,00

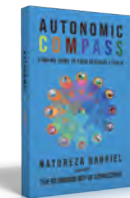
1-daagse

Masterclass mBraining: emotieregulatie bij jongeren

"Ontdek hoe neurofysiologie, adem en bewustzijn samenkomen in effectieve begeleiding."

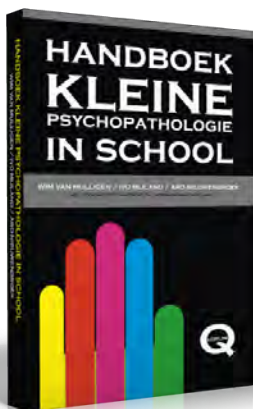
Trainer: Astrid van der Lee

Voor wie: iedereen die werkt met kinderen en jongeren die moeite hebben om zichzelf in balans te



houden
Inclusief het boek 'Autonomic Compass' (Natureza Gabriel)

Kosten: € 395,00



174 pag.

€ 28,95



90 pag.

€ 8,95



158 pag.

€ 19,95

6

DE OPLEIDINGEN VAN ORTHO CONSULT

1

MBIT COACH OPLEIDING WERK MET HOOFD, HART EN BUIK

Het innerlijke conflict leidt vaak tot verwarring, twijfel en zelsabotage omdat een deel van jou zich niet gehoord voelt. Wanneer je leert naar alle drie de breinen te luisteren en hun wijsheid weet uit te lijnen, voelt een beslissing juist, in zowel je hoofd als je lichaam.

Duur: 5 opleidingsdagen

Opleider: Astrid van der Lee

Voor wie: Docenten, mentoren en begeleiders, leidinggevend en teamcoaches, professionals in onderwijs, zorg of persoonlijke ontwikkeling

Kosten: € 1.295,00

2

TWEEJARIGE PRAKTIJKOPLEIDING CONTEXTUELE LEERLINGBEGELEIDING

Ouders en school moeten samenwerken, of ze willen of niet! Hoe kun je, als professional in of rond de school, de bedreigde samenwerking tussen thuis en school positief beïnvloeden? De opleiding 'Contextuele leerlingbegeleiding' geeft op deze vraag duidelijke antwoorden en geeft deelnemers nieuwe en passende vaardigheden die een kwalitatieve bijdrage geven aan Passend Onderwijs.

Duur: 2 jaar van elk 15 opleidingsdagen

Opleiders: Ivo Mijland, Leendert van Genderen, Kim Oonk en Anneke Blaauwendraad

Voor wie: begeleiders binnen het voortgezet onderwijs, primair onderwijs, ROC's en onderwijsbegeleidingsdiensten. Ook zeer geschikt voor mentoren en mentorcoaches

Na het afsluiten van deze opleiding kun je je registreren bij de VCW (www.orthoconsult.nl/registratie-vcw)

Kosten: € 2.995,00 per opleidingsjaar



KIJK OP ORTHOCONSULT.NL
voor meer informatie en de actuele data

3

DERDE OPLEIDINGSJAAR CONTEXTUELE METHODIEKEN

Na de tweejarige opleiding is er vaak vraag naar een kwaliteitsvol en vooral praktijkgericht vervolg. Dit derde jaar biedt een praktisch instrumentarium dat is ontwikkeld voor contextueel werkers in diverse beroepsgroepen. In twaalf dagen staat centraal hoe contextuele hypothesen in de praktijk te duiden en hoe vervolgens methodisch te handelen.

Duur: 1 jaar van 12 opleidingsdagen

Opleiders: Ivo Mijland en Leendert van Genderen

Voor wie: contextueel geschoolde leerlingbegeleiders, hulpverleners en pastoraal werkers

Kosten: € 2.495,00

4

SYSTEMISCH COACHEN IN VIJF DAGEN

"Ik was als coach veel te hard aan het coachen en trok vaak aan een dood paard. Ik heb nu volop mogelijkheden om het echt anders te doen. En effectiever."

Duur: 5 opleidingsdagen

Opleider: Kim Oonk

Voor wie: iedereen die wil leren hoe je een ander kunt coachen

Kosten: € 1.295,00

5

NLP VAARDIGHEDEN VANUIT EEN CONTEXTUELE BASIS

NLP is gericht op communicatie en verandering. Deze nieuwe opleiding koppelt, voor het eerst in Nederland, de kwaliteiten van toe te passen NLP vaardigheden aan de contextuele benadering. In deze opleiding richten we ons vooral op de toepasbaarheid binnen leerlingbegeleiding, met uiteraard ook winst en persoonlijke groei voor deelnemers zelf.

Duur: 5 opleidingsdagen

Opleider: Kim Oonk

Voor wie: iedereen die met mensen werkt

Kosten: € 1.295,00

6

TRANSACTIONELE ANALYSE, VANUIT CONTEXTUEEL PERSPECTIEF!

Deze opleiding is een uitgesproken mogelijkheid om meer grip te krijgen op jezelf én op de ander... Je moet weten hoe je zelf communiceert, als je wilt weten hoe je effectiever met een ander kunt communiceren.

Duur: 7 opleidingsdagen

Opleider: Ivo Mijland

Voor wie: iedereen die met mensen werkt

Kosten: € 1.750,00

Door Pascal Cuijpers

'MENEER, BENT U MOE?'

"Meneer, bent u moe?" Verbaasd en enigszins betraptd keek ik hem aan. Het bleek een serieuze vraag te zijn van een leerling die doorgaans graag de discussie aangaat en zijn mening niet onder stoelen of schoolbanken steekt. Iemand die uitdaagt en prikkelt maar tevens ook een harde werker is en me vriendelijk gedag zegt wanneer we elkaar tegenkomen in de wandelgangen. Zijn vraag was oprecht. Wie was ik om daaraan te twijfelen? "Ja, ik ben inderdaad moe, Jasper..."

Het was een dinsdagmorgen, het tweede lesuur, en ik had zojuist de totempaaltekeningen uitgedeeld aan de leerlingen van mijn gymnasium 2-klas. Zondagavond was om 19.22 uur mijn oma overleden. De vrouw waarmee ik vroeger samen hutten bouwde en verstoppertje

speelde. Met wie ik samen MTV ontdekte in de jaren tachtig en waar ik samen mee op het behang tekende. De vrouw die als credo had 'dat bij oma alles mag' en me in bijna veertig jaar tijd slechts een half moment teleurstelde door me, met pijn in haar hart, van mijn wankel Sinterklaasgeloof af te helpen. Na een zware buikoperatie, die wonderbaarlijk goed was verlopen, ging ze die zondag snel achteruit. We waren de hele dag bij haar. En ondanks de surrealistische wetenschap dat de dood op haar wachtte, straalde ze een en al rust uit. Ze was niet bang om dit leven in te wisselen voor het magische ongewisse.

Nadat Jasper zijn vraag stelde had het geen zin om te ontkennen. En waarom zou ik tegen beter weten in acteren dat ik niet moe was en mijn emotie van dat moment

2-daagse

Geweldloos verzet in het onderwijs

De kracht van verbindend gezag zit in de gezamenlijke aanpak binnen jouw team en jouw school!

Trainer: Jan Willem Ruitenbergh

Voor wie: iedereen die met jongeren werkt

Inclusief het boek 'Geweldloos verzet op school' (Wil van Nus)

Kosten: € 675,00

1-daagse

Positieve groepsvorming: een onderschatte noodzaak

"In positieve groepen wordt beter gepresteerd en minder gepest. Een preventieve blik op hoe je klas kunt begeleiden, vanaf dag 1."

Trainer: Ivo Mijland

Voor wie: iedereen die met kinderen in groepen werkt

Inclusief het handboek 'Positieve groepsvorming' (Maya Bakker en Ivo Mijland)



Kosten: € 395,00

teniet doen? De impact die het overlijden van een dierbaar iemand op ons heeft is immers universeel en menselijk. Herkenbaar voor velen en niets om je voor te schamen. Het maakte me kwetsbaar en tevens zorgde zijn reactie voor een moment van erkenning. Ik legde hem uit wat er gebeurd was. Hij knikte veelzeggend en begrijpend. Door zijn reactie gaf deze leerling me zijn loyaliteit en sympathie om een mens te mogen zijn. Ik mocht moe zijn. Ik mocht mijn verdriet hebben. Wellicht herkende hij bij binnenkomst van het lokaal de non-verbale signalen die ik onbewust overbracht en die hem wezen op verdriet dat hij ook ooit had?

Soms is lesgeven een accuraat middel om niet-schoolse problemen even te vergeten en om je zinnen te verzetten. Het geven van je lessen is daarbij een medicinaal middel om aan voorkomende, persoonlijke problematieken te ontsnappen. En hoe gek het ook klinkt: het kan soms afleidend en ontspannend werken. Er gebeurt elke dag veel en er wordt geregeld geklaagd over het onderwijs. Maar daar staan het enthousiasme en onbevangenheid van de leerlingen, de drukte van de dag en de eer van je werk tegenover als contragewicht.

The show must go on. Het leven is te immens om te wachten op persoonlijk leed. De leerlingen gaan zelfstandig en enthousiast aan de slag met het ontwerp van hun totempaal. Sommigen hebben het ontwerp al af en mogen beginnen met schilderen. Nadat ik het digitale klassenboek heb ingevuld, observeer ik vanachter mijn bureau het creatieve proces van de jonge individuen voor mij in het lokaal. Ik realiseer me opeens dat lesgeven ook vaak het spelen van een rol is. Een soort act, waarbij alles moet wijken voor dat ene moment in de week waarop de leerlingen een vakkunstje van je verwachten. Waar er naar je wordt gekeken en waarbij elke *slip of the tongue* wordt uitvergroot en bekritiseerd. Met geregeld de nodige hilariteit eromheen. Waar van je wordt verwacht dat je er staat. Dat je je dingetje doet. Goed bent voorbereid. En alles kunt en weet, op, in en over jouw vakgebied. >>

Hoe bekostig je een training?

Om leraren en begeleiders te professionaliseren zijn verschillende geldpotjes beschikbaar. Je hebt de lumpsum, de lerarenbeurs, de prestatiebox en de stadslerarenbeurs. Het is voor onze studenten niet altijd duidelijk uit welk potje een training of opleiding betaald kan worden. Tijd voor duidelijkheid dus.

De lerarenbeurs is veertien jaar geleden, in 2012, afgeschaft voor alle praktijkgerichte scholingen. Dat betekent dat je deze alleen nog kunt inzetten voor masters en bachelors die zich kenmerken door leren, leren en leren. Ortho Consult werkt met doen, doen en doen, waardoor de lerarenbeurs niet meer inzetbaar is. Voor deze opleidingen is in 2012 de prestatiebox ingezet. Dat is een zak met geld die bovenop de lumpsum is gekomen, waarmee scholen kunnen investeren in beter onderwijs op alle terreinen. Deze box is in 2022 afgeschaft, maar het geldbedrag dat in die box zat, blijft wel omdat de prestatiebox toegevoegd is aan de lumpsum. Voor een brede scholengemeenschap is dat al snel drie ton.

Op een school van 2.000 leerlingen gaat het om bedragen ruim boven een miljoen euro. Dat betekent dat je voor deelname aan de tweejarige opleiding bijvoorbeeld minder dan een tiende procent van dat budget nodig hebt om de opleiding te financieren. Mocht jouw school slechts een deel van de opleidingskosten willen betalen, dan denken we met onze studenten mee en bieden we gespreide betaling aan. Een ding is zeker, met alle potten met geld die onderwijsbesturen vanuit de rijksoverheid aangeboden krijgen, is het argument dat er geen budget is voor jouw deelname, onjuist. ✓

STEP YOUR MIND

STAPPEN OP WEG NAAR EEN SUCCESVOLLER LEVEN

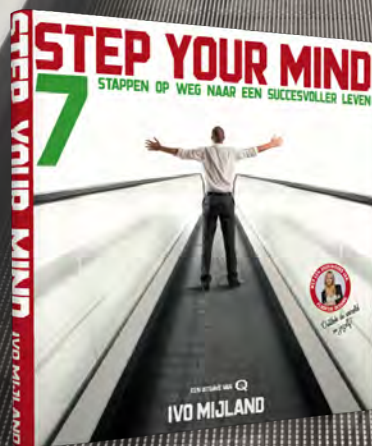
7



*'Lees dit boek,
je wordt er rijker van!'*



*'Ontdek de wereld
in jezelf!'*



>> Maar is dat ook wel zo? Voelen leraren zichzelf niet geregeld een beetje té belangrijk omdat ze hun vak en verantwoordelijkheid zo serieus nemen? Laten ze zich niet geregeld meeslepen in de waan(zin) van de dag en de dwingende criteria en normen op weg naar de eind-examens? Misschien wel. Kwetsbaarheid kunnen en durven tonen is echter een groot goed in de band die je opbouwt met je leerlingen. Investeer daarin. Je mag als leraar moe zijn en uitleggen waarom dat zo is. Het geeft een signaal aan de leerlingen dat je ze vertrouwt. Des te groter is de wederzijdse opbrengst in de omgang met elkaar tijdens de rest van het schooljaar en de jaren die nog volgen. Daarnaast geeft het ook rust en voldoening en biedt het veiligheid en kansen tot relativering. Ondertussen denk ik na over een volgende les. De muren zijn nog erg wit in het nieuwe tekenlokaal. Zou het niet een uitdaging zijn om de geschetste totempalen onder begeleiding van luide muziek op de muren te schilderen? Oma zou het in elk geval prachtig hebben gevonden.

Dit en vele andere verhalen over het onderwijs zijn te vinden in het boek 'Leraren zijn net echte mensen' van Pascal Cuijpers.

Liever op locatie?



Alle praktijktrainingen kunnen ook 'op locatie' worden uitgevoerd. Afgestemd op de speciale wensen van jouw school maken we een training 'op maat', waarbij rekening wordt gehouden met het eigen karakter van de school.

Kijk op www.orthoconsult.nl voor het complete aanbod

ONZE BOEKEN TOP 5



Handboek voor elke mentor



Handboek positieve groepsvorming



Leraren hebben meer vakantie dan mensen die werken



Hoera, ik sta voor de klas!



Motivatiwaaier

En dit is inderdaad geen boek :)

De boeken zijn te bestellen via www.uitgeverij-quirijn.nl

AANDACHTSTEKORTSTOORNIS 2.0

Inspiratielezing

Duur: 75 minuten

"Wat je aandacht geeft groeit."

"Je kunt het gedrag van een ander niet veranderen. Je kunt wel je eigen gedrag veranderen. Het goede nieuws is dat de ander dan ook wil veranderen."

Dit zei het publiek:

- ★★★★★ "Deze show is zó het bijzijn waard. Ik heb er enorm van genoten."
Loes van Gemert
- ★★★★★ "Zijn boodschap is krachtig, prachtig en vanuit eigen ervaring en hart gebracht."
Gio Vogelaar
- ★★★★★ "Een rasverteller."
Joris van de Loo
- ★★★★★ "Soms lekker platvoers, maar ook kippenvel van hart tot hart."
Han Buwalda
- ★★★★★ "Een must voor iedereen die met kinderen werkt."
Rob van Overbeek
- ★★★★★ "Aanrader. Zeker ook voor onze nieuwe minister van onderwijs."
Wijnand van de Velden

Je kunt deze inspirerende lezing
boeken voor een studiedag of congres.
Stuur een e-mail naar info@orthoconsult.nl

