

Inhoud

Inleiding 9

- 1 **Een nieuw beroep, een nieuwe opleiding 11**
 - 1.1 Het beroep Social Work 11
 - 1.2 Beelden over leren — mentale modellen 15
 - 1.3 Competentiegericht leren 16
 - 1.4 Een open leerhouding 17
 - 1.5 Leren en reflecteren 17

- 2 **Een nieuwe start bouwt voort op het voorgaande 21**
 - 2.1 Je weg vinden in een nieuwe situatie 22
 - 2.2 Een nieuwe start bouwt voort op het voorgaande 24
 - 2.3 Relevantie voor het beroep 26

- 3 **Relaties aangaan 31**
 - 3.1 De eerste indrukken 32
 - 3.2 Vanzelfsprekendheden 34
 - 3.3 Vanzelfsprekendheden en ethocentrisme 36
 - 3.4 Andere kanten van iemand ontdekken 39
 - 3.5 De rol van normen in relaties 41
 - 3.6 De open en kritische houding van de hulpverlener 43

- 4 **Omgaan met gevoelens 47**
 - 4.1 Wat zijn gevoelens en emoties? 48
 - 4.2 Waardoor ontstaan gevoelens? 51
 - 4.3 Wat hebben gevoelens te zeggen? 53
 - 4.4 Bijzondere gevoelens 54
 - 4.5 Op welke manieren kun je omgaan met je gevoelens? 57
 - 4.6 Hoe werk je als hulpverlener met de gevoelens van je cliënt en die van jezelf? 59

- 5 **Zelfbeeld** 67
 - 5.1 Ontstaan van je zelfbeeld 67
 - 5.2 Zelfbeeldvormingen 69
 - 5.3 Het effect van je zelfbeeld op je gedrag en relaties 71
 - 5.4 Invloed op je gedrag als hulpverlener 72
 - 5.5 De kracht van de 'negatieve delen' van je zelfbeeld 75
 - 5.6 Hoe kom je tot een realistisch en genuanceerd zelfbeeld? 75
 - 5.7 Een positief zelfbeeld omzetten in gedrag 79

- 6 **Verskil durven te maken** 83
 - 6.1 Het ontstaan van verschillen 83
 - 6.2 De kracht van diversiteit 85
 - 6.3 Vermijding 86
 - 6.4 Verskil durven maken 87

- 7 **Het conflict** 93
 - 7.1 Het conflict: een afbakening 93
 - 7.2 Hoe kan je reageren op conflicten? 94
 - 7.3 De waarde van een conflict 97
 - 7.4 Reflecteren is de basis voor je handelen 99
 - 7.5 Omgaan met conflicten 100

- 8 **Kritiek en feedback** 107
 - 8.1 Soorten kritiek 108
 - 8.2 Kritiek als subjectieve correctie 109
 - 8.3 Kritiek op inhoudsniveau en betrekkingniveau 110
 - 8.4 Kritiek en projectie 112
 - 8.5 De Innerlijke Criticus 113
 - 8.6 Kritiek of feedback 115
 - 8.7 Onderdelen van een goede feedback 116
 - 8.8 Regels voor feedback geven 118
 - 8.9 Feedback ontvangen 120
 - 8.10 Complimenten geven 120

9	Leren en werken in een team	123
9.1	Wat is een team?	123
9.2	De betekenis van een team	124
9.3	Kenmerken van een goed functionerend team	125
9.4	Je houding in het team	127
9.5	Problemen in teams?	128
10	Beroepshouding	135
10.1	Wat is een beroepshouding?	136
10.2	Polariteiten in beroepshoudingontwikkeling	138
10.3	Kenmerken van een goede beroepshouding	141
10.4	Hoe werk je aan je beroepshouding?	148
11	Aanraken en aangeraakt worden	153
11.1	De betekenis van het contact en aanraking	154
11.2	Aanraken is aangeraakt worden	157
11.3	De invloed van de socialisatie op aanraken	158
11.4	Als hulpverlener aanraken	160
11.5	Hoe kun je jezelf en je cliënt beveiligen?	163
11.6	Hoe verder?	165
12	Afhankelijkheid en macht	169
12.1	De begrippen afhankelijkheid en macht	169
12.2	Macht als tijdsverschijnsel	173
12.3	Macht, afhankelijkheid en persoonlijkheid	174
12.4	Destructief en constructief gebruik van macht	176
12.5	De macht van de hulpverlener	177
12.6	Professioneel gebruik van macht	178
	Nawoord	183
	Literatuur	185
	Register	189
	Over de auteur	191