

H.1 Observeren, eenvoudig... of toch niet?

1.1 Wat is observeren in het dagelijks leven?

Alledaags observeren = Het voortdurende en ongemerkte waarnemen, verwerken en interpreteren van zintuiglijke prikkels.

1.1.1 Wat observeer je dagelijks?

Je observeert vaak overeenkomsten of verschillen tussen verbale en non-verbale signalen van anderen. Je probeert te toetsen of dat wat de persoon zegt, overeenkomt met dat wat de persoon lijkt te denken of te voelen → in dagelijkse interacties onbewust vaak focus op non-verbale signalen.

Verbale gedrag = Alles wat een persoon in woorden uitdrukt. Wat je uit non-verbale en fysieke kenmerken afleidt is sterk afhankelijk van omgeving, plaats en tijd, of cultuur.

Non-verbaal gedrag = Alle signalen die een persoon niet in woorden uitdrukt, zoals gelaatsuitdrukking, oogcontact, lichaamshouding, gebaren en bewegingen.

Paraverbaal gedrag = Gedrag dat niet verbaal is maar wel met de spraak verband houdt, zoals de toon, de stemhoogte en het ritme van de spraak.

Basisgevoelens = De vier universele gevoelens: boosheid, vreugde, verdriet en angst; en aanvullend ook de gevoelens afkeer, verrassing en minachting.

1.1.2 Waarom observeer je in het leven van alledag?

Observeren doe je om je snel sociaal te plaatsen tegenover andere(en). In het beste geval gebruik je de eerste indruk alleen in het begin. Naast informatie over anderen te krijgen, observeer je ook over hoe andere jou waarnemen (hoe jij denkt of voelt dat anderen jou waarnemen). Dus doelen van observatie:

- Informatie krijgen over anderen, met wie je al dan niet direct communiceert
- Informatie verkrijgen over relaties en situaties, waarbij je al dan niet betrokken bent
- Informatie krijgen over jezelf, vooral door zelfobservatie en 'afgeleide' observatie.

Eerste indruk = De eerste gedachten en gevoelens die je je over iemand vormt op basis van je allereerste waarneming van die persoon.

Zelfobservatie = Jouw waarneming van je eigen gedrag en innerlijke prikkels (lichamelijke gewaarwordingen, gevoelens en gedachten).

Afgeleide observatie = Jouw waarneming van hoe anderen zich in verhouding tot jou gedragen, waaruit jij 'afleidt' wat zij over jou denken en voelen.

1.1.3 Hoe loopt het dagelijks observeren?

Zelfs wanneer je iemands gevoelens observeert, worden spiegelneuronen actief → bijdragen aan inlevingsvermogen. Attributie gebeurt niet toevallig, maar volgens strategieën die vastleggen op welke manier je gedragingen meestal interpreteert. Pas als je deze strategieën kent, begrijp je hoe je van je waarneming van een gedrag naar de interpretatie ervan overstapt.

Spiegelneuronen = Hersencellen die actief worden door het observeren van wat iemand anders doet.

Attributie = Het automatisch toekennen van betekenis aan en het zoeken naar verklaringen voor het gedrag van anderen en jezelf.

1.2 Hoe verschillen alledaags en professioneel observeren? Vinger aan de pols

Omdat alledaags observeren gebeurt zonder dat je er bewust bij stilstaat, heeft het beperkingen. Het is moeilijk om op alles tegelijk te letten, lastig om te beseffen wat je innerlijk voelt terwijl je je omgeving waarneemt, en omgekeerd, en lastig om de focus te houden → selectiviteit van de alledaagse waarneming. Subjectiviteit van de alledaagse waarneming is door tijdelijke invloeden (je niet lekker voelen) en door blijvende invloeden (persoonlijkheid, denk- en voelwijzen, sociale en

culturele achtergrond). Professioneel observeren vereist dat je vakkundig handelt. Observeren in dagelijks leven is dus een subjectief, continu en impliciet persoons-, situatie en momentgebonden proces van waarneming en interpretatie.

Waarnemen = Het opnemen van externe en interne prikkels met de vijf zintuigen (het zicht, het gehoor, de reuk-, tast- en smaakzin).

Selectiviteit van de alledaagse waarneming = Het brein kan altijd maar een deel van de beschikbare zintuiglijke informatie verwerken.

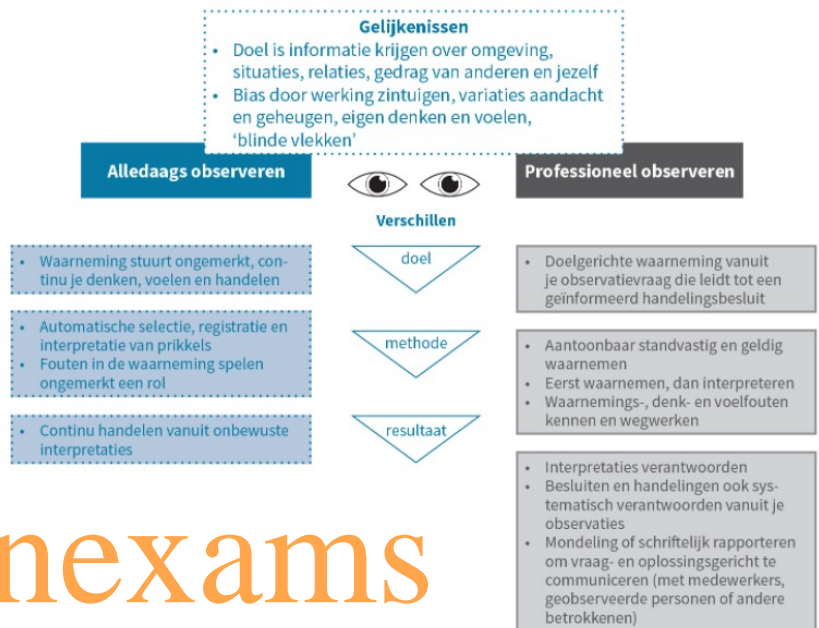
Subjectiviteit van de alledaagse waarneming = De ongemerkte verwerking van je waarnemingen ondergaat heel wat vertekeningen.

1.3 Hoe leer je professioneel observeren? Vier kwaliteitseisen

Observeren als beroepsvaardigheid om gedrag, personen of situaties te begeleiden noemen we professioneel observeren. Definitie bevat een viertal delen, die de kwaliteitseisen van observeren in het werkveld aangeven

1. Je neemt bewust informatie op.
2. Er is sprake van doelgerichte aandacht.
3. Je observeert met je zintuigen.
4. Je wil in het werkveld de observaties doorgaas op de ene of andere manier registreren en communiceren.

Professioneel observeren = Bewust en met doelgerichte aandacht door de zintuigen waarnemingsprikkel opnemen en verwerken.



FIGUUR 1.1 Alledaags versus professioneel observeren: gelijkenissen en verschillen

H.2 WWW/H Professioneel observeren: waarom, wanneer, wat... en hoe?

2.1 Waarom observeren?

Om zicht te krijgen op het gedrag van anderen en jezelf 'zoals het zich in werkelijkheid voordoet'. Het einddoel is vaak het voorspellen van gedrag. Eerste doel van observatie is vooral beschrijvend.

Aanvullend wil je ontdekken hoe het gedrag samenhangt met de omgeving. Pas als je hieruit een duidelijke vraag afgebakend hebt/voldoende voorinformatie hebt, kun je ook toetsend observeren.

Tijdens observatie manipuleer je zelden (gewild) kenmerken → op vele aspecten van de situatie geen grip → meestal niet geschikt om oorzaak-gevolgverbanden met zekerheid te bepalen.

Professioneel observeren (volledige definitie) = Het verzamelen en ordenen van waarneembaar gedrag, vooral door de visuele en aanvullend de auditieve waarneming (dus de ogen en het gehoor).

De observatie gebeurt in de natuurlijke omgeving van de persoon zonder of met minimale controle op het gedrag door de observator.

Hypothese = Een toetsbare verwachting of voorspelling van hoe het gedrag of de interactie zal lopen in een gegeven situatie.

2.2 Wanneer en wat observeren?

Voordat je begint met observeren: wanneer is observeren de meest geschikte methode? Welk gedrag is observeerbaar? Observatie minder geschikt:

- Als het gedrag zich niet op het moment zelf afspeelt of weinig frequent/ onvoorspelbaar is
- Als je informatie wil over een groot aantal personen
- Als je een weinig toegankelijk onderwerp hebt (intieme of taboeonderwerpen)
- Bij cognities en emoties → als de afstand tussen het waarneembare gedrag en het innerlijke proces waarover je informatie zoekt groter is.

Observatie wel geschikt:

- Als je informatie wil over het gedrag waar mensen niet bij stilstaan of maar deels zicht op hebben.
- Bij personen die om diverse redenen verbaal beperkt zijn of als er sprake is van taalverschillen.
- Wanneer je verwacht dat personen hun gedrag onnauwkeurig, onvolledig of onjuist in een gesprek of vragenlijst zullen beschrijven, door cognitieve, emotionele of situationele eigenschappen of beperkingen.
- Bij verbaal of non-verbaal gedrag, dat bij voorkeur zo direct mogelijk waarneembaar blijft.

2.3 Hoe maak je gedrag meetbaar? Van psychologische eigenschappen tot observatie

De relatie tussen geobserveerd gedrag en innerlijke processen is meervoudig. Observatievragen moeten vaak eerst geoperationaliseerd worden. Operationaliseren kan via inductieve en deductieve denkweg. Figuur 2.1a is inductief. 2.2b is deductief. Inductief gebeurt vooral in onsystematische observatie en kan samengaan met vele subjectieve indrukken. Deductief gaat vaak gepaard met systematische observatie. Er

is een continuüm van gedragsniveaus, waarbij macroniveau en microniveau de uitersten zijn. Construct (psychologisch) = Innerlijke en uiterlijke eigenschappen, verzameld onder één term (bijvoorbeeld 'agressie').

Operationaliseren = Het werkbaar of meetbaar maken van de psychologische begrippen die je wilt observeren door ze te vertalen naar gedrag dat je wel direct kunt waarnemen.

Inductieve denkweg = Manier van denken om uit de concrete gedragswaarneming af te leiden welke onderliggende eigenschappen deze vertegenwoordigt.

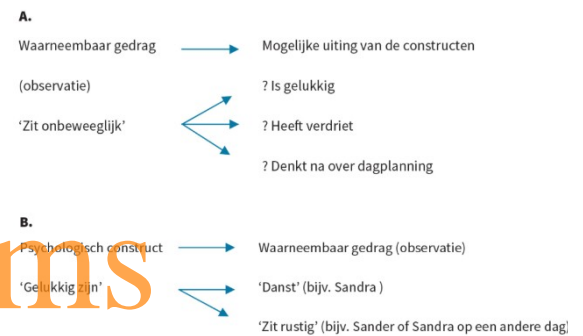
Deductieve denkweg = Manier van denken om een onderliggende eigenschap (bijvoorbeeld agressie) te vertalen naar direct waarneembaar gedrag (bijvoorbeeld schelden, roepen, stampen).

2.3.1 Observatie op macroniveau

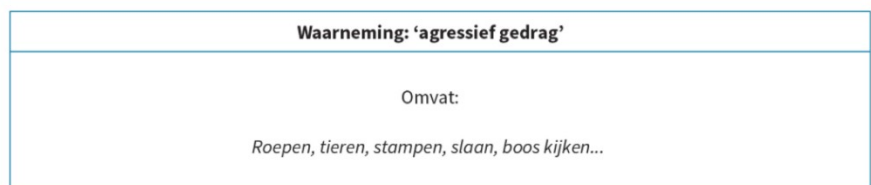
De ruime betekenisvolle gedragseenheden (agressief gedrag) zijn niet direct fysiek waarneembaar, het vereist meer waarnemingen en interpretatie dan bijvoorbeeld

'geeuwen', wat bestaat uit enkele deelgedragingen met duidelijke fysieke kenmerken. Het startpunt van macro-observatie is dus weinig concreet.

Macro-observatie (of observatie op macroniveau)/Molaire observatie = De waarneming van ruime betekenisvolle gedragseenheden bij individuen of groepen.



FIGUUR 2.1 Meervoudige relatie waarneembaar gedrag en denk- en voelprocessen



FIGUUR 2.2 Observatie op macroniveau