

Colofon

Tekstadvies en redactie: Nienke van Oeveren, Boekredactie

Advies: Klaas Jan Terpstra, OsmoConsult

Ontwerp: Miranda van Agthoven, Twin Media bv

Vormgeving: Marije van der Linde, Twin Media bv

Uitgever: Donald Suidman, Onderwijs van nu

www.onderwijsvanu.nl

ISBN 9789491757587

Eerste druk, maart 2018

© Thitia Kollen, Rolien Dijksterhuis

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, door middel van druk, fotokopieën, geautomatiseerde gegevensbestanden of op welke andere wijze ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

onder

Met energie en plezier voor de klas

■ ■
wijs

Rolien Dijksterhuis en Thitia Kollen

vuur

Inleiding

Werken in het onderwijs, het mooiste beroep op deze aardbol. Althans dat vinden wij. En met ons vele docenten en leerkrachten. Ons hart gaat sneller kloppen als we denken aan klassen vol leerlingen, de vakken die we mogen geven en de bijdrage die we mogen leveren aan de ontwikkeling van kinderen en jongeren.

Dit boek is dan ook geschreven voor jou! Of je nu in het PO, VO of MBO werkt, of je nu docent bent of onderwijsassistent, je wilt met energie en plezier je werk kunnen doen. Je wilt vol passie je beroep uitoefenen en op een positieve manier de kinderen en jongeren die je ontmoet in je werk, verder helpen.

Of je nu barst van de energie of je regelmatig uitgeblust voelt, inzicht in wie jij bent en hoe jij als docent wilt zijn, kan je helpen om vol vuur je werk te blijven doen of je vuur juist te hervinden. Want naast dat lesgeven een prachtig beroep is, kan het soms voelen als een zwaar beroep. Je begint vol energie, maar in de loop der jaren zwakt de energie gaandeweg af en lijkt de passie verdwenen. Wij zijn er van overtuigd dat als je merkt dat jouw onderwijsvuur afneemt, je het ook weer kunt laten opblaaien. Je kunt zelf het heft in handen nemen en je vuurtje weer flink opstoken.

Jouw werk in het onderwijs is intensief, van buitenaf kan er veel aan je getrokken worden. Vraag is dan of je je laat meetrekken of dat je je eigen grenzen weet te bewaren. Uiteindelijk kun je je omgeving niet beïnvloeden, maar wel hoe je zelf erin staat. Met dit boek willen we je daarbij helpen. Hoe ziet jouw onderwijsvuur er eigenlijk uit? Wanneer brandt jouw onderwijsvuur volop en waardoor dooft jouw vlam soms uit? Hoe kun je je eigen onderwijsvuur maximaal laten branden, zodat je licht en warmte kunt uitdelen aan de kinderen en jongeren in je klas?

In de eerste drie hoofdstukken maken we inzichtelijk welke factoren een rol spelen bij het branden van jouw onderwijsvuur en helpen we je jezelf en je omstandigheden in kaart te brengen. Op deze manier krijg je inzicht in hoeveel energie jij voor je werk hebt. In de hoofdstukken vier tot zes zoomen we in op je functioneren en op de omgeving waarin jij je werk doet. We gaan op zoek naar waar je energie van krijgt en waar je energie misschien weglekt. De laatste vier hoofdstukken geven inzicht in hoe je je werk zo kunt inrichten dat je energie en plezier ervaart als je voor de klas staat. We laten je zien hoe je kunt veranderen en wat je nodig hebt om je nieuwe levensstijl ook vol te houden.

Misschien is je vuur wel zo uitgeblust geraakt dat je thuis zit met een burn-out. We kunnen ons voorstellen dat het dan te veel is om in je eentje zo'n heel boek door te lezen. Het kan dan fijn zijn om dit samen met je coach of therapeut te doen.

Het is niet per se nodig om het boek op volgorde te lezen. Misschien wil je eerst de stukken lezen waar je het meest door geraakt wordt. Je zult merken dat je tijdens het lezen continu deze drie vragen tegenkomt:

- Wie ben jij als docent?
- Waar komt jouw eventuele stress vandaan?
- Hoe kun je vanuit je hart je werk doen?

Het boek is doorspekt met ervaringsverhalen en oefeningen. De verhalen hebben we gehoord van collega's of van cliënten in onze coachingpraktijk en zijn gebaseerd op waargenomen situaties. Wel hebben we namen en omstandigheden veranderd om de privacy van onze cliënten en collega's te kunnen waarborgen. Veel oefeningen kun je zo uitvoeren, maar soms is het fijn om de oefening samen met een collega of vriend te doen. Sowieso hopen we dat je je ervaringen die je opdoet tijdens het lezen van dit boek deelt met naasten. Delen zorgt er vaak voor dat je uit je eigen denkcirkel komt en vanuit de ogen van de ander kunt kijken naar jezelf. Zodat je steeds weer nieuwe dingen leert over jezelf en je werk.

Achterin het boek vind je een aantal notitiepagina's. Misschien vind je het prettig om tijdens het lezen aantekeningen te maken of wil je een aantal oefeningen uitwerken achterin het boek, zodat je ze bij de hand hebt als je weer verder leest.

Tot slot hopen we dat dit boek mag bijdragen aan een positieve boost voor het hele onderwijs. Hoe geweldig zou het zijn wanneer we ons als docent gezien en gekend voelen op school. Zodat wij dit ook naar onze leerlingen uit mogen stralen en hen uitnodigen zichzelf te zien zoals zij zijn. Hoe geweldig zou het zijn als de kinderen en jongeren ons jaren later weten te herinneren en ons als voorbeeld zien van hoe je vanuit je kwaliteiten kunt leven en werken en hoe jij je passie kunt uitdelen aan de mensen om je heen.

Thitia Kollen, Rolien Dijksterhuis

Dedemsvaart/Veenendaal

Inhoudsopgave

Hoofdstuk 1 Gedoofd vuur	15
Hoe kun jij je energie in je werk kwijtraken?	
1.1 Mogelijke oorzaken van de druk in het onderwijs	17
1.2 De volmaakte docent	17
1.3 Als het vuur langzaam dooft	19
1.4 Bevroren vlammen	22
1.5 Nieuw hout sprokkelen	23
1.6 Energietest	29
Hoofdstuk 2 Jouw vuur	31
Geef jij les met hart en ziel?	
2.1 Inspirerend zijn	32
2.2 Gemotiveerd zijn	34
2.3 Dromen	35
Hoofdstuk 3 Het vuur in jou	39
Waar krijg jij energie van?	
3.1 Kwaliteiten en schaduwkanten	40
3.2 Stress en spanning	44
3.3 Gedachten en gedrag	47
3.4 Kosten- en batenanalyse	50
Hoofdstuk 4 De basis van jouw vuur	51
Welke invloed heeft jouw geschiedenis op je leven nu?	
4.1 Je draagt je verleden mee	53
4.2 Je gezin van herkomst	56
4.3 Boodschappen en weerstand	60
4.4 Draag je eigen lasten	62

Hoofdstuk 5 Vuur en lucht **65**

Welke invloed heeft jouw omgeving op wie jij bent en hoe jij je werk doet?

5.1	Jouw persoonlijke plek	66
5.2	Balans in het schoolsysteem	67
5.3	Ordeningen in het systeem	71
5.4	Patronen in gedrag	72
5.5	Energielekken op jouw plek	77
5.6	Identiteit en persoonlijkheid	78

Hoofdstuk 6 Hout en voeding **83**

Klopt jouw plek op school?

6.1	Uitzoomen naar het geheel	84
6.2	Maak kloppend wat niet klopt	89
6.3	Verschillende dynamieken door elkaar	91
6.4	Ingesleten patronen	93

Hoofdstuk 7 Al het rotte hout eruit! **95**

Hoe geef jij jezelf ruimte?

7.1	Ruimte voor jezelf	96
7.2	Rouwen mag	99
7.3	Vooruitkijken	102
7.4	Ik hou van mij	103

Hoofdstuk 8 De baas over je eigen vuur! **107**

Hoe blijf ik eigenaar van mijn passie?

8.1	Kracht- en hulpbronnen	108
8.2	Volop vanuit jouw vuur	111
8.3	Bewustzijn creëren	112

Hoofdstuk 9 Hout drogen	115
Hoe voorkom je dat je terugvalt in je oude patronen?	
9.1 Een nieuwe levensstijl trainen	116
9.2 Doelen stellen	119
9.3 Onze hersenen maken verandering lastig	121
9.4 Trouw blijven aan wie jij bent	123
9.5 Wat je aandacht geeft, groeit	125
Hoofdstuk 10 Licht en warmte uitstralen	127
Wat is de invloed van jouw positieve veranderingen op je omgeving?	
10.1 Veranderingen thuis	128
10.2 Feedback geven en ontvangen	130
10.3 Veranderingen op je werk	133
10.4 Licht en warmte uitstralen	134
Nawoord	135
Literatuur	137
Over de auteurs	138

HOOFDSTUK 1

Gedoofd VUUR

Hoe kun jij je energie in je werk kwijtraken?

Doe het én voor het geld
Én voor de show
Maar doe alles wat je doet met hart en ziel

TRÖCKENER KECKS

Tessa is 31 jaar, mentor en docent Frans op een vmbo-school. Van kinds af aan wist ze het al. Ze wilde juf worden! Uren zat ze boven op haar slaapkamer, met krijtbord, poppen en beren die haar leerlingen voorstelden en speelde ze schooltje. Als ze later groot is, dan wil ze met kinderen werken. Een klas helemaal voor haar alleen, vol enthousiaste koters. Waarbij ze haar geduld en enthousiasme kan inzetten en elke leerling de aandacht kan geven die het nodig heeft. Een grote droom, die uiteindelijk uitkwam! Met 23 jaar had ze haar diploma op zak en kon ze meteen starten op de school waar ze nu nog steeds werkt. Ze wordt gezien in haar werk en krijgt veel mogelijkheden om zich verder te ontwikkelen. Ze blaakt van energie en zit vol verhalen over haar prachtige vak en de kinderen die ze mag begeleiden.

Gedurende de jaren die volgen, merkt ze dat de veelzijdigheid van het vak haar tol begint te eisen. De diversiteit van de leerlingen in de groep, contacten met externen, het leerlingvolgsysteem en alle nascholing doen een behoorlijk beroep op haar uithoudingsvermogen als docent en het begint steeds meer energie van haar te vragen. Ze merkt dat ze vaker dingen laat liggen, telefoontjes naar ouders stelt ze uit. In vergaderingen is ze minder scherp en trekt ze zich meer terug. 's Nachts ligt ze vaker te piekeren en ze merkt dat haar enthousiasme voor het lesgeven langzaamaan afneemt.

Waar Tessa ooit bevlogen en vol vuur begon, neemt gaandeweg haar passie af. Ze voelt haar energie steeds meer weg stromen en er komen vaker frustraties en bedenkingen bij. Waar ze ooit de keuze maakte om het verschil te maken bij de leerlingen en voldoening haalde uit het werken met mensen, komt er steeds meer stress, frustratie en opslokking voor in de plaats. Alles wat haar deed opvlammen staat op een laag pitje en soms zelfs helemaal uit. Haar vuur raakt gaandeweg uitgeblust.

Onderzoek laat de volgende resultaten zien. Nergens komen zoveel burn-outklachten voor als in het onderwijs. Volgens bronnen als TNO, CBS en AOB kampt één op de vijf leraren met deze klachten en maar liefst één op de acht leraren denkt erover om ander werk te zoeken. Belangrijkste overweging is de hoge werkdruk in verhouding tot het salaris. Verder groeit het ziekteverzuim aanzienlijk, is er een lerarentekort en nemen de aanmeldingen bij de pabo's af.

- Wat heb jij nodig om te kunnen blijven stralen in je werk?
- Hoe zorg jij er voor dat jouw onderwijsvuur brandend blijft?
- Hoe blijf jij met energie en enthousiasme naar je werk gaan?

We hopen dat jij gaandeweg het lezen van dit boek antwoorden krijgt op deze essentiële vragen en hoe jij aan de slag kunt om jouw onderwijsvuur weer op te laten laaien. In de volgende paragrafen beschrijven we eerst een aantal externe factoren die ervoor kunnen zorgen dat je uitgeput raakt. In het tweede deel van dit hoofdstuk zoomen we in op jouw docentschap en hoe jij deze vervult.

1.1 Mogelijke oorzaken van de druk in het onderwijs

Het onderwijs scoort het hoogst wat betreft het percentage werknemers met burn-outklachten. Er zijn nauwelijks nog vervangers te vinden bij ziekte en leerlingen worden opgesplitst en verdeeld over andere groepen of krijgen vrij. Hoe komt het dat er zoveel uitval is? Om ons heen horen we allerlei geluiden en krijgen we de volgende veelgehoorde signalen terug:

- Gepersonaliseerd leren vraagt om kennis en kwaliteit van de docent
- Grootte van de groepen met soms meer dan dertig leerlingen
- Verslaglegging vraagt extra tijd en inspanning
- Digitale leerstof vraagt extra voorbereiding
- Continue vernieuwing
- Kritische ouders

Hoe doen we in deze tijd recht aan alle leerlingen en krijgt de leerling dat wat hij nodig heeft en verdient? Dat is een hele uitdaging!

Er zijn hoge verwachtingen van mensen die werken in het onderwijs. We zetten ze als het ware op een voetstuk. We willen een leraar die betrokken is bij de leerlingen, uitzonderlijk goed is in zijn vak en die ook nog de kwaliteit heeft om alles perfect op de leerlingen over te kunnen brengen. Het gaat bijna klinken als een schaap met vijf poten. Elke leerling verdient toch een geweldige leraar! Zou dit ook de oorzaak kunnen zijn van de extra druk die leerkrachten en docenten voelen?

1.2 De volmaakte docent

Er bestaat geen docent die volmaakt is en op alle punten perfect zal scoren, alleen worden de verwachtingen steeds hoger. De docent en de leerkracht moet eigenlijk perfect zijn en dat is onmogelijk. We hebben te maken met een

verscheidenheid aan mensen en dat is het prachtige aan onderwijs. Zoveel verschillende persoonlijkheden voor de klas met elk hun eigen kwaliteiten. Met daarbij de leerling die op zijn eigen manier leert. Diversiteit van docenten geeft hierin juist een sterkere schakering om leerlingen passend te bedienen.

Een van Roliens grote voorbeelden is haar docent scheikunde van de middelbare school. Een ontzettend lieve man, die niet heel streng was of vanuit macht en gezag les gaf. Maar omdat hij zo betrokken was bij zijn leerlingen en zo zorgzaam was, dacht niemand eraan een puinhoop te maken in zijn klas en waren zijn lessen altijd gezellig en leerzaam. Ze weet nog goed dat een van haar medeleerlingen een keer ballonnen had meegenomen en de klas ging volleyballen. De scheikundedocent werd niet boos, maar deed rustig een paar minuten gezellig mee en zei daarna dat iedereen nu ontspannen genoeg was om met de les te beginnen. Geen vuiltje aan de lucht, iedereen pakte z'n spullen en deed mee. Deze docent was Roliens initiator. Hij heeft bij haar het vlammetje laten oplaaien om docent te worden.

Het onderwijs is een gevende organisatie, dienstbaar aan jongeren, dienstbaar aan de samenleving. Dit betekent dat docenten heel veel geven. En ieder mens heeft het nodig om ook weer te mogen ontvangen door erkenning en waardering te krijgen voor wat hij doet. Wordt je geven als docent niet gezien en gewaardeerd, dan kun je uiteindelijk leeggegeven raken en uitgeblust zijn. In hoofdstuk 5 en 6 zullen we hier verder op ingaan, hoe je binnen het onderwijssysteem toch kunt ontvangen wat je nodig hebt, om daarnaast ook te kunnen uitdelen.

Het docentschap wordt door veel docenten gezien als roeping. In het verleden heeft bijna altijd iemand of iets de liefde voor het docentschap geïnitieerd. Een leerkracht, een voetbalcoach, maar het kan ook een ouder of een fijne tijd bij de scouting zijn geweest. Het vuur werd aangewakkerd en jij besloot docent te worden. Misschien is je drijfveer het helpen van jongeren en kinderen of misschien vind je het prettig om je kennis over te brengen. Door lesgeven als roeping te zien sta je je zelf toe om er voor de volle honderd procent voor te gaan. Ook ben je bereid offers te brengen om jouw doel in je werk te kunnen bereiken: overuren draaien, 's avonds doorwerken etcetera.

De combinatie van het onderwijs als een gevende organisatie en het docentschap als roeping kan gevaarlijk zijn. Allebei zorgen ze ervoor dat de docent zich als gevende persoon opstelt. Voor de docent zelf, maar ook voor het onderwijsmanagement is het dus belangrijk in de gaten te houden of de docenten ook genoeg erkenning krijgen en waardering voor hun inzet en hun dienstbaarheid.

1.3 Als het vuur langzaam dooft

Huilend zit Nadia op de fiets richting huis. De hele dag heeft ze zich door de dag moeten slepen. Alles is als een waas langs haar heen gegaan. De leerlingen heeft ze zelfstandig aan het werk gezet met heel veel opdrachten, zodat ze zelf even rustig kon zitten. Ze is zó moe. Ze zet haar fiets aan de kant van de weg, omdat haar benen moeite hebben met het trappen. In tranen pakt ze haar telefoon en belt haar man. Met horten en stoten snikt ze of hij haar wil komen halen, het lukt niet meer. Ze zit er helemaal doorheen!

Alle stress van lange tijd is Nadia te veel geworden en heeft een enorme aanslag gedaan op haar lichaam en geest. Dit uit zich in oververmoeidheid, emotie en lichamelijke uitval.

In ons dagelijkse leven ervaart iedereen van ons weleens momenten met stress. Je voelt bepaalde spanning en je lijf reageert hierop. Je lichaam maakt het hormoon adrenaline aan, waardoor je hart sneller gaat kloppen en je ademhaling omhoog gaat. Het maakt je lichaam als het ware klaar om te vechten, te vluchten of te bevriezen. Deze stressreactie van je lichaam geeft je een bepaalde alertheid en reactievermogen die je tot actie aanzet. Zo kan deze extra spanning jou bijvoorbeeld extra doen presteren tijdens je sport of zorgt ervoor dat je acuut reageert, zodat je net niet onder een auto komt bij het oversteken. Deze extra spanning heeft in deze voorbeelden een positief effect. Af en toe stress voelen is normaal gesproken geen probleem. Alleen wanneer je alleen te vaak en te veel stress ervaart, kan dit grote gevolgen hebben voor jouw gezondheid. Het heeft dan te maken met de hoeveelheid belasting die iemand aankan. Langdurig blootstaan aan stress heeft een grote impact op jouw lichaam en geest en kan ernstige gevolgen hebben en zelfs leiden tot een burn-out.

Ter verduidelijk dit schema:

stress → chronische stress → overspannen → burn-out

Het hele proces naar een mogelijke burn-out bouwt zich geleidelijk op en start vaak bij een simpele vermoeidheid.

Hoewel een ieder die dit overkomt het op zijn eigen manier ervaart zit er wel een rode draad in het hele proces. Buiten kijf staat dat een burn-out een proces is met enorme impact.

Hierna beschrijven we het proces van stress tot burn-out en wat voor alarmsignalen het lichaam hierbij afgeeft en waar je het aan kunt herkennen. Op www.thuisarts.nl kun je eventueel nog aanvullende informatie vinden.

Stress:

Er zijn momenten van stress waarbij je wat lichte hoofdpijn hebt. Af en toe slaap je een nachtje wat minder maar je kunt dit in prima banen leiden, doordat je de spanning afwisselt met regelmatige ontspanning. De schakeling met leuke dingen zorgt ervoor dat de stress verdwijnt.

Chronische stress:

De stress neemt de overhand en gaat je leven overheersen. Er is geen tot weinig tijd meer voor ontspanning en je lichaam krijgt geen kans meer om te herstellen. Na een vakantie voel je je weer topfit om aan de slag te gaan, maar na een paar dagen val je weer terug in je oude patronen. Je

Lichamelijke klachten die bij chronische stress horen:

Figuur 1.1 Lichamelijke klachten

HOOFDSTUK 5

Vuur en lucht

Welke invloed heeft jouw omgeving op
wie jij bent en hoe jij je werk doet?

Afwezigheid is voor de liefde wat wind is voor vuur:
Het blust het kleine maar het ontsteekt het grote.

ROGER DE BUSSY

Ahmed is al achttien jaar scheikundedocent op een scholengemeenschap. In het verleden heeft hij bewust gekozen voor scheikunde. Hij was goed in exacte vakken en had er plezier in om allerlei ingewikkelde vraagstukken op te lossen. Nadat hij een aantal jaren bij een technisch bedrijf had gewerkt, besloot hij zich om te laten scholen tot scheikundedocent. De laatste tijd merkt Ahmed dat hij niet meer zoveel zin heeft om naar zijn werk te gaan. Zijn lessen bereidt hij minder goed voor dan eerder en hij heeft geen inspiratie om nieuwe werkvormen of materialen uit te proberen. Hij vraagt zich af of hij wel scheikundedocent wil blijven tot aan zijn pensioen of dat hij niet toch nog beter iets anders kan gaan doen. Hij besluit zijn gedachten voor te leggen aan een bevriende collega. Zijn collega schrikt. Ahmed is een fijne en professionele collega, iedereen mag hem graag. Hij kan goed lesgeven en heeft de vaardigheden om zijn leerlingen een stapje verder te helpen. De collega vertelt dit aan Ahmed en geeft aan dat hij niet snapt waarom Ahmed niet tevreden is. Dan vraagt hij waarom Ahmed eigenlijk docent is geworden en Ahmed antwoordt dat hij het zo fijn vindt om met mensen bezig te zijn en niet alleen met scheikunde. 'Ligt daar dan niet het antwoord op je vraag?', zegt de collega. Ahmed besluit de tijd te nemen eens op een rijtje te krijgen wat hem nu eigenlijk parten speelt.

Je omgeving is van invloed op de kracht van jouw vuur. Als er niet genoeg zuurstof is, zal je vlam klein blijven, goede condities daarentegen zorgen voor een stabiel en warm vuur. Ook de plek waar jij je vuur laat branden is van invloed. Veel of weinig wind, vochtige of droge lucht, jouw plek draagt bij aan hoe gepassioneerd jij kunt zijn voor je werk en of je wel of niet verstikt wordt door je omgeving. In dit hoofdstuk kijken we naar jouw plek in je persoonlijke context en in je professie, zodat je ontdekt waar jij energie van krijgt, of waar je energie juist weg dreigt te lekken.

5.1 Jouw persoonlijke plek

Ieder mens is onderdeel van een systeem dat verbonden is door verschillende relaties zoals familie, gezin, werk, vrienden etcetera. Dit begint al als je geboren wordt. Je krijgt letterlijk een plek in een bestaand systeem, namelijk een gezin. Samen vorm je een familie met eigen verhoudingen en dynamieken. Veel van je overtuigingen vinden bodem in de familie

waarin je bent opgegroeid. Allerlei boodschappen en loyaliteiten zorgen voor onzichtbare lijnen en patronen in je gezin. Niet alleen je gezin van herkomst is zo opgebouwd, ook de omgeving waarin je nu thuis bent is van invloed. Je hebt inmiddels misschien zelf een gezin gesticht, of je woont samen met een partner of huisgenoten. De dynamiek tussen geven en ontvangen zorgt voor de balans van ons persoonlijke systeem. Op het moment dat er iemand verandert of wegvalt, raakt het evenwicht verstoord en moet iedereen in beweging komen. Dit maakt het lastig om uit vaste patronen te stappen. Als je wilt veranderen heb je aan de slag te gaan met je interne weerstanden, maar als jij verandert, kun je ook van buitenaf weerstand verwachten omdat je het systeem uit balans brengt. Het is dus een zoektocht naar wat jouw plek is en mag zijn. Je bevindt je dus altijd in een onzichtbare bedrading van context. Je zou het kunnen vergelijken met een mobile (zo'n evenwichtshanger die vaak boven een kinderbedje of box hangt). Je persoonlijke context is in evenwicht doordat ieder een passende plek heeft gekregen. De onzichtbare lijnen zijn de behoeftes die we richting elkaar hebben, maar ook de gezamenlijke overtuigingen die we delen.

5.2 Balans in het schoolsysteem

Niet alleen is je familie en persoonlijke context een systeem, ook de school waar je werkt kunnen we beschouwen als een levende organisatie en dus een systeem.

De school als organisatie bestaat al honderden jaren en is daarmee een heel oud systeem waar allerlei patronen en dynamieken zijn ingesleten. Uit de tijd van de oprichting van de school is er waarschijnlijk niemand meer, maar toch is de organisatie in hoofdlijnen hetzelfde gebleven. Jij als docent bent aan de schoolorganisatie verbonden en levert je bijdrage aan de schoolontwikkeling. Ook ontwikkel je jezelf en als je al een keer van school en dus werkplek gewisseld bent, heb je een plek vrijgegeven en zelf weer een nieuwe plek ingenomen. Elke plek in het systeem geeft je een bepaalde mate van bewegingsvrijheid. De vrijheid op deze plek is afhankelijk van de voorgangers die deze plek hebben ingenomen en hoe zij zich daar gepositioneerd hebben. Jouw plek en de geschiedenis daarvan bepalen voor een belangrijk deel hoe jij aan het werk kunt zijn. Het kan een fijne plek zijn, maar ook een plek waar je niet op een goede manier kunt werken. Daarom is het de moeite waard om jouw plek eens te onderzoeken.

Op jouw plek is bijvoorbeeld het evenwicht in geven en ontvangen erg belangrijk. Wat geef jij in je werk en wie plukt daar de vruchten van? Daarnaast ook de vraag van wie jij iets terugverwacht, van leerlingen of van je collega's? Hoe zit het met je verwachtingspatroon op je werk? Een interessant onderwerp om eens met je collega's over te hebben. Misschien herkennen zij de (on)balans op het werk en kun je door het bespreekbaar te maken elkaar verder helpen.

Dit evenwicht in je werksituatie is heel belangrijk. Je zou kunnen stellen dat dit mechanisme juist de organisatie in stand houdt. Het evenwicht is nodig om te zorgen dat er op een vruchtbare manier verhoudingen ontstaan en er in goede balans gewerkt kan worden. Helemaal in een organisatie binnen het onderwijs. Omdat het een dienend beroep is, wordt er altijd een gevende houding verwacht. Het is dan ook belangrijk om te kijken hoe je terug ontvangt. Gelukkig krijgt de balans tussen geven en ontvangen niet alleen vorm door geld, maar kent het vele vormen. Door financiële zekerheid, een werkplek, erkenning voor wat je doet, gezelligheid etcetera, krijg je iets terug voor het werk dat je doet. Je geeft jezelf in je werk, aan je leerlingen, aan je collega's en ontvangt daar weer erkenning en waardering voor.

Wat het onderwijs ingewikkeld maakt, is het feit dat het al zo'n oud systeem is, gecombineerd met de stelling uit hoofdstuk 1 dat een heel aantal docenten hun werk als roeping zien. Als je werkt in het onderwijs kom je binnen in allerlei patronen en dynamieken die al jaren vaststaan. Juist in het onderwijs spelen wortels en verleden een hele grote rol. Als je teruggaat in de geschiedenis en kijkt naar het ontstaan van het onderwijs zie je dat vanaf zo'n tweehonderd jaar geleden onderwijs door de overheid werd geregeld. Toen zo'n honderd jaar later de eerste leerplichtwet werd aangenomen, werd het onderwijs daarmee definitief een gevend systeem. Kinderen en jongeren hadden door deze wet recht op onderwijs en een leerkracht stelde zich ten dienste van de leerlingen op. Ook nu nog wordt er van een docent een dienstbare houding gevraagd richting je leerlingen. Daarnaast speelt de verhouding tussen de docent als professional en de leerlingen als kwetsbare groep een rol.

En er zijn docenten die hun werk dus zelfs als roeping zien. Roeping is een groot woord, het gaat over het gevoel dat je meewerkt aan een groter geheel. Dat je onderdeel bent van een systeem dat bijdraagt aan het welzijn en de ontwikkeling van kinderen. Roeping zorgt ervoor dat je bereid bent veel offers te brengen omdat je missie je veel waard is. Daarnaast zorgt je roeping ervoor dat je het als minder belangrijk ervaart om terug te ontvangen van wat je geeft.

Bill Banning gaat in zijn proefschrift *Leraren, wat boeit jullie?* (2015) nog een stapje verder. Volgens hem gaat roeping niet alleen over de oorspronkelijke motivatie van leraren, maar is het ook de blijvende motivatie als resultaat van het omgaan met je leerlingen en je dienstbaar naar hen opstellen. Deze blijvende motivatie is volgens Banning een diepe bron van voldoening en vormt een bevestiging van de oorspronkelijke motivatie. Vanuit dienstbaarheid geeft de docent zijn leerling de mogelijkheid om zijn vleugels uit te slaan, de docent gaat naar de achtergrond en de leerling naar de voorgrond.

Dit maakt meteen duidelijk dat het dus lastig kan zijn voor een docent om ook terug te ontvangen. Doordat je als docent steeds minder op de voorgrond bent, kun je je ongezien gaan voelen. Veel leerlingen, met name in de puberteit, zien docenten ook niet echt als mensen, meer als dingen die ervoor zorgen dat je kunt leren. Daarentegen, als je leerlingen ernaar vraagt, zullen ze zich vaak de docenten herinneren die zich dienstbaar opstelden en mogelijkheden boden voor de leerlingen om zich te ontwikkelen. Gesprek over meer dan alleen vakinhoud en pedagogische aanpak is daarom van groot belang. Hoe vaak vier jij met je collega's successen omtrent je leerlingen? En als je hoort dat een oud-leerling van je goed terecht komt in een leuke baan, durf jij jezelf dan ook een schouderklopje te geven? Jij bent onmisbaar geweest in zijn ontwikkeling, jij hebt ruimte geboden aan de leerling om te groeien.

Als je lesgeven in de loop van de tijd verandert van een willen in een moeten, verdwijnt ook het gevoel van roeping. Hierdoor sta je jezelf toe onbalans te ervaren doordat jij als docent blijft geven en er naar jouw idee te weinig voor terugkrijgt. De grote vraag ontstaat dan hoe jij weer terug mag vragen van je omgeving zodat je balans weer kan herstellen. Wat ook regelmatig voorkomt, is dat je als docent eigenlijk niet wilt ontvangen (of het niet geleerd hebt), omdat je daarmee gevoelsmatig iets doet wat je als docent niet hoort te doen. Je taak is geven en dat moet volgens jezelf dan genoeg zijn. Als je bijvoorbeeld een heel inspirerende les hebt gegeven en je ziet dat je leerlingen enthousiast aan het werk zijn, dan kun je op twee manieren daarnaar kijken: je denkt dat het zo hoort en gaat over tot de orde van de dag of je bedenkt dat het gaaf is dat de leerlingen jouw les zo goed hebben ontvangen en je ziet wat zij jou teruggeven, namelijk het genieten van het resultaat van je les. Je zegt tegen de leerlingen dat je het fijn vindt om te merken dat ze zo enthousiast aan het werk zijn. Je benoemt dus hun geven aan jou en stelt jezelf in staat om dit ook weer te ontvangen van je leerlingen.