

## Persoonsvorming in het curriculum: Een persoonlijke visie

Jacqueline Boerefijn



*It's easier to build strong children, than to fix broken men*

Frederick Douglas - van wie dit citaat is - kon dit heel goed weten. Hij werd in 1818 in de Verenigde Staten geboren als slavenkind en groeide op tot slaaf. Later heeft hij zijn vrijheid bevochten en ook die van vele van zijn lotgenoten. Hij moet onnoemelijk veel leed van *broken men* van dichtbij gezien hebben.

Zelf kan ik het een beetje weten. Zeven jaar heb ik als verpleegkundige in een psychiatrisch ziekenhuis gewerkt, waar duidelijk was dat veel kapotte volwassenen inderdaad niet zo gemakkelijk, soms zelf helemaal niet meer te repareren zijn. Sommigen zijn zo ziek dat er helemaal niets helpt. Ik denk aan die jonge man, die letterlijk van angst onder onze handen stierf. Alles geprobeerd, alle therapieën, alle medicijnen, niets hielp. Als laatste redmiddel vroegen we of we elektroshocks mochten proberen, maar die werden in die tijd niet gegeven. Hij stierf van angst vanwege een ingebeelde schuld.

Dat het moeilijk is om volwassenen te repareren, wil echter niet zeggen dat het gemakkelijk is om, zoals het citaat begint, sterke kinderen op te voeden. Dat doen we, en dat doen we in veel gevallen goed. Nederlandse kinderen groeien over het algemeen gelukkig en (mentaal) gezond op en geven in meerderheid aan dat ze 'gelukkig' zijn. Toch gaat het niet altijd goed. Jaarlijks heeft 1 op de 22 jongeren in Nederland een depressie, en 1 op de 5 jongeren heeft depressieklachten (Meijer, Smit, Schoenmaker & Cuijpers, 2006). Het gemiddelde geluksniveau van adolescenten daalt vanaf begin tienerjaren tot 16 jaar, gevolgd door een kleine herstel op 18-jarige leeftijd (Csikszentmihalyi & Hunter 2003). Meer dan de helft van de ziekmeldingen van de Nederlandse beroepsbevolking in Nederland gebeurt vanwege psychisch lijden.

Geluk is een beschermende factor tegen een reeks van psychische- en gedragsproblemen in de adolescentie (Suldo & Huebner 2006). Mijn voorstel is daarom om op school structureel aandacht te geven aan welbevinden.

### Leren te zijn

De Internationale Commissie voor Onderwijs voor de 21e eeuw noemt vier kerntaken van het onderwijs: 'leren te weten', 'leren te doen', 'leren te zijn', en 'leren samen te leven' (Jacques Delors 1996, voor UNESCO). Van deze vier pijlers zijn (of lijken) er twee vanzelfsprekend. Scholen zijn opgericht om kinderen te 'leren te weten' en 'leren te doen'. 'Leren om samen te leven' is inmiddels aan de curricula toegevoegd in de vorm van burgerschap.

'Leren te zijn' sluit als doelstelling aan bij psychologisch inzichten die de periode van de puberteit en de adolescentie cruciaal vinden voor de ontwikkeling van de persoonlijkheid. De invloedrijke Amerikaanse psycholoog Eric Erikson (1950) beschouwde de adolescentie als een periode van identiteitscrisis. Als deze fase succesvol is afgerond, resulteert het in een gevoel van 'een zijn met zichzelf, en met een gevoel van verbondenheid met een gemeenschap. Als deze fase van identiteitsvinding niet goed verloopt, kan een adolescent er voor kiezen om 'niemand', 'een slecht iemand', of zelfs 'dood' te zijn, in plaats van 'niet helemaal iemand' (Erikson, 1968).

Voor mij betekent – in aansluiting op Erikson - persoonsvorming een vorming richting een volwassen individu met dat gevoel van 'een zijn met zichzelf', en met een gevoel van verbondenheid met een gemeenschap. Volwassen is een mens die met zichzelf en zijn omgeving om kan gaan, die zichzelf kan redden, verantwoordelijkheid kan dragen. Maar wat mij betreft gaat het verder en kunnen we streven naar meer welbevinden. Welbevinden hoort als

## Persoonsvorming in het curriculum: Een persoonlijke visie

Jacqueline Boerefijn

serieus onderwerp thuis in het onderwijs.

### Welbevinden



*Welbevinden is geen leuk extraatje, maar raakt de kern. We weten dat welbevinden een belangrijke voorwaarde is om open te staan voor nieuwe ervaringen. Leerlingen leren beter en ontwikkelen zich breder met een wakkere en positieve geest*

Jan Walburg

Welbevinden raakt ook onze gezondheid. De Wereldgezondheidsorganisatie hanteert sinds 1948 de volgende definitie van gezondheid:



*Het lichamelijk, psychisch en sociaal welbevinden, en niet alleen de afwezigheid van ziekte*

Deze definitie is zo scherp gesteld dat weinigen van ons echt gezond zijn, omdat er altijd wel iets is, zoals René Gude zei: 'Het leven is een gedootje'. Machteld Huber van het Louis Bolk Instituut is een Nederlandse arts die een nieuwe definitie van gezondheid voorstelt, die beter werkbaar is in een land met veel kneuzen.



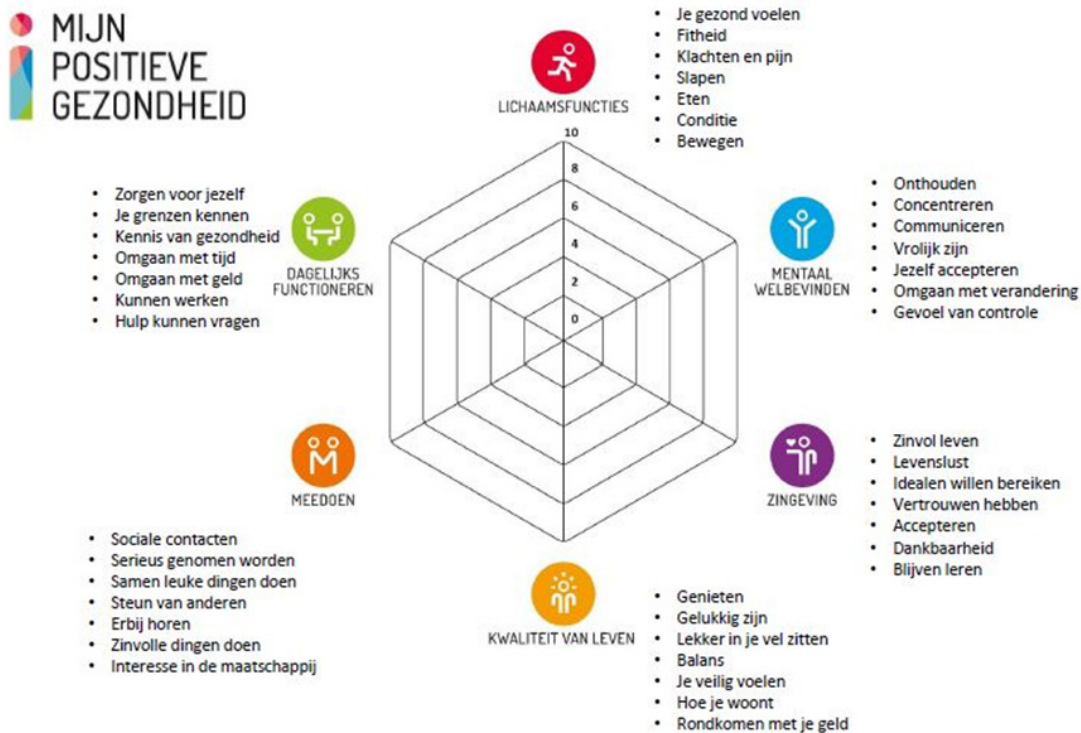
*Gezondheid: het vermogen goed om te gaan met tijdelijke of blijvende veranderingen in onze lichamelijke en geestelijke conditie*

Niet gebreken of afwijkingen bepalen hoe ziek of gezond we zijn, maar veerkracht en het vermogen de regie over ons leven te blijven voeren. De manier waarop dit gemeten kan worden is met een spinmodel met 6 dimensies.

Als je de determinanten leest die bij de 6 dimensies horen, zijn er toch aardig wat die je ook op school leert of kunt leren en oefenen.

## Persoonsvorming in het curriculum: Een persoonlijke visie

Jacqueline Boerefijn



De World Health Organization Europe (2008) heeft 'Sociale cohesie voor het mentale welzijn van adolescenten' uitgeroepen tot prioriteit voor de komende decennia. De manier waarop dit gestalte krijgt is vaak eigenaardig. Veel preventieprogramma's op scholen zijn negatief van aard. Ze gaan over onderwerpen als drugs, pesten of suïcide op een manier van: "We verdiepen ons grondig in dit onderwerp, alle nare oorzaken en gevolgen, en spreken dan met elkaar af dat we het niet zullen doen". Dat de meeste van dergelijke programma's niet effectief zijn is niet zo gek. De gedragspsychologie weet al lang dat het beter werkt om te zeggen "Blijf wakker" in plaats van "Wordt geen slaaprijder".

Geluk is deels maakbaar. Daarom roepen psychologen als Ruud Hollander en Ap Dijksterhuis op om op scholen geluksles te geven. Dit is een mooi initiatief, maar ook zonder speciale gelukslessen kunnen scholen veel doen om kinderen te helpen zich te ontwikkelen tot gelukkige en gezonde volwassenen.

Daarom wil ik dit betoog eindigen met de stelling dat we op school kinderen moeten helpen zich te ontwikkelen in de richting van gelukkige en gezonde volwassenen. We moeten stoppen met steeds maar te wijzen naar die zeven sloten, te waarschuwen voor de bullebakken, en dan maar hopen dat onze leerlingen er niet in vallen. We kunnen ze beter een polsstok geven en ze leren ver te springen.

Dit kan met behulp van lesprogramma's, maar dat hoeft niet. Persoonsvorming is vooral mensenwerk. Een boek kan hoogstens een beetje helpen. Veel belangrijker is het dat we leraren in hun opleiding meer kennis meegeven van de psychologische ontwikkeling van kinderen tot gelukkige volwassenen. Leraren moeten zich ook bekommeren om hun eigen welbevinden. Zij hebben een voorbeeldfunctie en kunnen, tussen de regels van hun eigen vak door, kinderen helpen zich te vormen.

## **Persoonsvorming in het curriculum: Een persoonlijke visie**

Jacqueline Boerefijn

Scholen moeten er van doordrongen zijn dat kennisoverdracht en het halen van een diploma slechts een deel van hun taak is. De manier waarop leraren en school hieraan bij kunnen dragen zou een dagelijks gespreksonderwerp moeten zijn.

Jacqueline Boerefijn is biologiedocent en Master toegepaste positieve psychologie. Ze probeert het onderwijs in Nederland vooruit te helpen met kennis uit de positieve psychologie. Op dit moment werkt ze op verzoek van de stichting 'Lessen in geluk' aan een uitbreiding van het programma 'Lessen in geluk' en een docententraining. Verder geeft ze lezingen aan ouders, trainingen aan lerarenopleidingen en nascholingsbijeenkomsten voor docenten.

### **Referenties:**

Csikszentmihalyi, M., & Hunter, J. (2003). Happiness in everyday life: The uses of experience sampling. *Journal of Happiness Studies*, 4 (2), 185-199.

Delors, J. (1996). *Learning: The treasure within. Report to UNESCO of the International Commission on Education for the Twenty-first Century*. Unesco Publishing.

Erikson, E. H. (1950). *Childhood and Society*. New York: Norton.

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.

Meijer, S.A., Smit, G., Schoemaker, C.G. & Cuijpers, P. (2006). 'Gezond verstand. Evidence-based preventie van psychische stoornissen'. Bilthoven: RIVM.

Suldo, S.M., & Huebner, E.S. (2004). Does life satisfaction moderate the effects of stressful life events on psychopathological behavior during adolescence?

*School Psychology Quarterly*, 19, 93–105.

Suldo, S.M., & Huebner, E.S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous? *Social Indicators Research*, 78, 179–203.

World Health Organization (2008). *Social cohesion for mental well-being among adolescents*.

Kopenhagen: WHO Regional Office for Europe.