

Gelukkig voor de klas

Gelukkig voor de klas zal de wens zijn van iedere leerkracht. Een win-win situatie voor docenten en leerlingen, dus voor hun school. Heel goed dus dat Jacqueline Boerefijn en Ad Bergsma samen een boek hebben geschreven met als doel om docenten te helpen gelukkiger voor de klas te staan.

Beiden hebben zich al jaren met het onderwerp geluk bezig gehouden. Daardoor hebben zij kunnen putten ten behoeve van de zeer uitgebreide lijst van citaten en onderzoeken waarmee zij hun boek hebben kunnen verrijken. Boerefijn kreeg voor haar project *'Lessen in geluk'* de H.J. Jacobsprijs voor onderwijsvernieuwing. In 2010 studeerde zij af als Master of Applied Positive Psychology. Bergsma promoveerde aan de Erasmus Universiteit op zijn proefschrift *'Onvolmaakt geluk'*, en is auteur van zeventien psychologische boeken. Samen schreven ze eerder *'Opvoeden tot geluk, help je tiener puberen'*.

In *Gelukkig voor de klas* gaat het over de positieve ervaringen van mensen en over de manier waarop scholen een positief verschil kunnen maken binnen de maatschappij. Vaak ontroerend mooi zijn de 'Brieven uit de Toekomst', waar het boek mee gelardeerd is. Daarin bedanken dertigers en veertigers docenten die veel voor hen hebben betekend en specifieke bijdragen hebben geleverd aan hun ontwikkeling en leven.

Interessant is het interview met Onno Hamburger in hoofdstuk 6. Daarin vertelt hij hoe hij, ondanks fantastische leefomstandigheden op Aruba, doodongelukkig werd omdat werk en de werkomstandigheden niet bij hem pasten – of hij niet bij het werk. Hij schrijft: "Mijn kleine werkprobleempje werd al snel even hardnekkig als een onbehandelde kiespijn, en ik voelde mezelf een plant die in de verkeerde aarde stond. Alle uiterlijke en gedroomde kenmerken van succes waren aanwezig, maar het begon me te dagen dat ik volstrekt ongelukkig was in mijn werk." Dat werpt de vraag op: 'sta ik eigenlijk wel op de juiste plaats als docent voor de klas'?

Er zijn mensen die in zo'n situatie denken dat het aan hun mentaliteit ligt en dat ze die moeten veranderen. Dat heb ik zelf in verschillende situaties geprobeerd. Maar als er fundamenteel dingen niet passen helpt dat niet. Een docent die in een dergelijke situatie zit kan het gebed van Franciscus van Assisi – dat ook in het boek is opgenomen - toepassen:

*'Geef me de kracht om te veranderen wat ik kan veranderen,
De moed om te aanvaarden wat ik niet kan veranderen,
En de wijsheid om het onderscheid tussen beide te weten.'*

Onder wat je niet kunt veranderen valt hoe je zelf als persoon in elkaar zit. Wat je intrinsiek en extrinsiek motiveert, en daarbij bovenal wat je voldoening geeft, wat werk zinvol voor je maakt.

Voor de mensen die al voor de klas staan, en daar nu niet gelukkig zijn, is de uitdaging om echt te onderzoeken of ze daar iets aan kunnen veranderen.

In de inleiding van het boek wordt namelijk melding gemaakt van het feit dat van de mensen die een leraren opleiding gaan volgen, 40 % uitvalt tijdens de opleiding, 23 % een andere baan vindt na de opleiding, en nog eens 9 % uitvalt in de eerste vijf jaar van het beroep. Dat betekent dat na vijf jaar na het beëindigen van de opleiding slechts 28 % van de mensen die de opleiding zijn gestart, nog werkzaam is als leerkracht. Het is kennelijk heel moeilijk voor scholieren om de juiste beroepsrichting te kiezen. En onder de 28 % die nog wel als docent werken kunnen ook mensen zijn die verkeerd hebben gekozen.

Als je twijfelt, stel je zelf vragen als: 'geeft het me echt voldoening om jonge mensen een vak te leren, hen te ontwikkelen en klaar te maken voor een constructieve rol in de maatschappij?'. 'En kan ik dat doen onder de omstandigheden waar ik als docent onder moet werken?' Als dat niet zo is, heb dan de moed om iets anders te gaan doen. Dat is goed voor jezelf, voor je eigen geluk, en voor de leerlingen die niet langer les krijgen van een ongelukkige docent. Neem een voorbeeld aan Onno Hamburger, die een nieuwe carrière opbouwde.

Waardevol in het boek zijn ook een aantal oefeningen en suggesties, zoals het bijhouden van een geluksdagboek, en het geven van vijf complimenten per dag. Om dan aan het eind van een week te kijken of en zo ja, wat er veranderd is.

Een punt dat niet echt aan bod komt is de bureaucratie in het onderwijs en de regels waarmee docenten via de schoolleiding worden opgezadeld vanuit Den Haag. En alle vergaderingen die daar het gevolg van zijn. Hoe ga je daar als docent mee om? Als je daardoor gefrustreerd raakt zal je minder blij voor de klas staan.

Geluk is het hoogste goed – dat zei Aristoteles al – zoals de schrijvers vermelden in het eerste hoofdstuk. Mijn conclusie is dat als je dit boek op een manier tot je neemt die bij je past – bijvoorbeeld door suggesties die echt goed bij je binnenkomen te onderstrepen en ze (gedoseerd) toe te passen - het je zal helpen om het doel te bereiken wat Aristoteles benoemt en wat de auteurs voor ogen hebben: met meer geluk voor de klas te staan.

Anton Philips, oprichter en voorzitter van Stichting Emergo, co-auteur van De Kracht van Motivatie.