

Werken in het onderwijs is intensief. Er wordt veel van je verwacht. Je wilt veel geven, maar je krijgt niet altijd de waardering en steun die je nodig hebt. Veel docenten en leerkrachten raken ongemerkt vermoeid, hun vuur dooft en het plezier neemt af. Een burn-out ligt op de loer.

Maar liefst 1 op de 5 docenten/leerkrachten kampt met burn-outklachten. Wat is dat met de onderwijsbranche dat mensen zo uitgeput kunnen raken? Is het alleen de hoge werkdruk? Of kun je als docent zelf ook invloed op jouw werkplezier uitoefenen?

Lesgeven is een dienend beroep. Geven en ontvangen zijn niet vanzelf in balans. Veel docenten zien hun werk bovendien als een roeping en zijn bereid veel offers te brengen, zonder veel terug te ontvangen. Daarmee is het risico groot dat het je op een dag te veel wordt. Leren omgaan met geven en nemen is cruciaal om een burn-out te voorkomen.



Juist de meest bevlogen docenten zijn vatbaar voor een burn-out. Deze bevlogenheid uit zich in een warm hart voor de leerlingen en een groot verantwoordelijkheidsgevoel.

Je hoort docenten vaak dingen zeggen als:

*"Wanneer ik het niet doe dan gebeurt het niet",
"Het is leuk, maar erg veel",
"Ik ben nooit klaar met mijn werk".*

Met ons boek helpen we hen om te onderzoeken waar zij energie van krijgen en waar hun energie weglekt. We laten zien hoe je je werk zo kunt inrichten dat je energie en plezier ervaart voor de klas.'

Onderwijsvuur helpt docenten om bevlogenheid gezond in te zetten
Het boek staat vol met herkenbare ervaringsverhalen en praktische oefeningen.

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. Hoe zou het met Tessa gaan? Doet ze met plezier haar werk? Komen haar kinderdromen over haar werk uit? Of slokken de dagelijkse beslommeringen op haar werk haar langzaam op?

Onderwijsvuur

een boek dat je meeneemt in de zoektocht naar jouw eigen vuur en hoe je deze brandende kunt houden.

Bestellen?

Stuur een berichtje naar thitia.papillon@gmail.com

Onderwijsvuur

Met energie en plezier voor de klas
Rolien Dijksterhuis en Thitia Kollen
Paperback, € 22,50