

De getuigenis van Luc

In deze rubriek licht COⁿnect normaal gezien een tipje van de sluier over haar werking. We kiezen daarbij telkens voor herkenbare verhalen die we in een of andere vorm ook in onze praktijk meemaken. Uit respect voor de privacy van individuele leden maken we het verhaal onherkenbaar of kiezen we voor een combinatie van verschillende 'cases'.

We krijgen vaak positieve feedback. Sommige leden herkennen zich in de voorbeelden en nemen ook contact op. Zo iemand was Luc. Na afloop van de begeleiding wou hij graag zelf een bijdrage leveren. Dat leidde tot deze unieke Case in de Kijker. Bedankt, Luc!

Als beginnend leraar keek ik op naar de collega's met ervaring. Ze leken zo zelfverzekerd, hadden op alle vragen een antwoord, speelden met de leerstof en hadden hun klas strak in de hand. Zo wou ik ook worden. Maar het liep anders.

Nu ik zelf dertig jaar voor de klas sta, vijftien jaar in het secundair onderwijs en vijftien jaar in het volwassenenonderwijs, voel ik me niet de leraar die ik dacht en hoopte te worden.

Ik heb genoeg kennis en vaardigheden om geslaagde lessen te geven, maar al een hele tijd zag ik alleen maar de onvolkomenheden van mijn lessen. Ik kon perfect aantonen waar de instructie te snel ging, de opdracht te hoog gegrepen was, de evaluatie te uitgebreid en de les niet helemaal het vooropgestelde doel bereikte. Die analyse maakte ik niet alleen na de les, ook bij de voorbereiding kon ik urenlang zitten aanpassen. Ik zag de vele mogelijkheden, kon niet beslissen en bleef maar sleutelen.

Tijdens de les raakte ik niet meer in een flow, ik zag mezelf lesgeven vanop een afstand, mijn innerlijke criticus draaide overuren en een gefronste wenkbrauw van een leerling of cursist was een bevestiging van mijn falen. Een ingebeeld falen, want na de lessenreeks kreeg ik meestal positieve reacties. Ik werd geconfronteerd met de raadgevingen die ik zelf als coach aan startende leraren gaf: "Neem het niet persoonlijk, de ideale les bestaat niet, je moet ook kunnen afsluiten, leg je lat niet te hoog." Ik weet het, maar weten volstaat blijkbaar niet.

Weekends brachten geen rust, want het molentje in het hoofd bleef draaien. De goede raad van kennissen en dokter dat ik vooral moest doen wat ik graag doe om te ontspannen en energie te krijgen, hadden niet het gewenste effect. Ik fietste naar school en het enige waar ik aan dacht was: "Was ik al maar terug op weg naar huis." Ik telde de minuten in de klas af, elke minuut was er een gewonnen.

Dat hou je een tijdje vol: komaan, nog even, nu niet loslaten, het is bijna vakantie, tijd om even uit te blazen, het is niet zo erg, je programma is niet zo druk, kijk eens naar die collega's die het veel drukker hebben, doe niet zo flauw, wat ben je nu voor iemand ...

Het hoofd is nog sterk en wil nog mee, maar het lichaam wringt tegen met spierpijnen rond de borststreek, versnelde hartslag, droge keel, zwetende en bevende handen, hyperventilatie. Slapen lukt niet meer zo goed: één keer wakker blijf je wakker en wordt het wachten tot de ochtend. En dan, na een paar maanden en toch nog onverwacht, niets meer. Het lijf wil niet meer, is op en het hoofd draait bij en laat zich zakken. Genoeg, genoeg, *rien ne va plus*.

De dokter neemt de situatie meteen ernstig en schrijft me twee weken rust voor. Die twee weken worden een maand, twee maanden worden drie maanden. De eerste week doe ik weinig anders dan slapen. Lezen, muziek luisteren, televisie kijken: niets lukt nog. Het zijn te veel prikkels die me alweer vermoeien. De enige overblijvende gevoelens zijn frustratie, moedeloosheid, uitzichtloosheid.

Tijd heelt, zeker niet alle wonden, maar de rust begint toch stilaan effect te hebben. Misschien is de bodem wel bereikt en ik sta weer op, ga wandelen en heb voldoende energie om hulp te zoeken, want dit wil ik niet meer meemaken. Een collega verwijst me naar COⁿnect, een organisatie van de vakbond die zich bezighoudt met psychosociale problematiek binnen het onderwijs.



Ik stuur een kort mailtje over verlamdende angsten en een week later zit ik in een brasserie tegenover een medewerker van COneCt die me vrijwel meteen deze vraag stelt: "Jij vraagt je waarschijnlijk af hoe het komt dat iemand met jouw ervaring in deze situatie verzeild is geraakt?" Plat erop, die persoon lijkt me te kennen zonder me ooit gesproken of gezien te hebben. Er worden nog een aantal vermoedens en mogelijke ervaringen uitgesproken die bijna allemaal kloppen.

Ik ben dus toch niet alleen. Wow. We bespreken een kader waarin ik blijk te passen en mijn ervaringen van de laatste maanden krijgen een plaats en vallen als puzzelstukjes in elkaar.

Ben ik dan toch geen mislukkeling? Voor het eerst lijkt de frustratie te wijken voor een begin van aanvaarding, inderdaad ook fases in een rouwproces.

Twee weken later spreken we opnieuw af en ik sta sterker in mijn schoenen, de balans zit beter, de evenwichtsbalk is breder. We kunnen de analysefase verlaten en overstappen op mijn vraag naar oplossingen. Die worden aangereikt: stappen die ik kan zetten, organisaties die ik kan aanspreken.

We spreken af na de zomervakantie voor een stand van zaken. Ik heb stappen gezet en kan verder zonder COneCt, maar dankzij COneCt. Ik ben nog niet waar ik wil zijn, maar ik werk eraan en ben op weg.

COC ZOEKT

EEN NATIONAAL SECRETARIS VOOR HET DEELTIJDS KUNSTONDERWIJS EN VOLWASSENENONDERWIJS



COC is op zoek naar een nationaal secretaris voor het deeltijds kunstonderwijs en het volwassenenonderwijs, inclusief de basiseducatie.

Als nationaal secretaris:

- Volg je alle dossiers op rond jouw sectoren, inclusief de personeelsregelgeving en inspraakregeling die er van toepassing is.
- Verdiep je je in de decreten rechtspositie.
- Onderhandel je met beleidsmakers en neem je binnen COC deel aan beleidsvergaderingen.
- Coördineer je de vormingsactiviteiten voor jouw sectoren.
- Schrijf je voor ons ledenmagazine Brandpunt.

Ben je geïnteresseerd in wetgeving in het algemeen en de onderwijswetgeving in het bijzonder? Wil je je op het hoogste niveau inzetten voor onderwijspersoneel? En ben je een kei in onderhandelen? Grijp de kans om mee het verschil te maken en stel je kandidaat!

Je kan kandideren door **vóór 7 november 2022** je cv en sollicitatiebrief te sturen naar de assistent van het secretariaat-generaal Skye Vrancken (skye.vrancken@acv-csc.be).

De volledige vacature en vereisten vind je op www.coc.be.

