

# DE EIGENWIJZE KIKKER

*Het geheim van lesgeven en opvoeden*

Om directies, leerkrachten en ouders te bekrachtigen.  
Uit liefde voor onze kinderen en onze samenleving.

**Hilde Van Bulck**

**Paris Books**

## Colofon

Cover en illustraties  
Foto  
Redactie  
Eindredactie  
Vormgeving binnenwerk  
Drukwerk  
Contact  
Uitgeverij

Els Vrints - [www.visualharvesting.com](http://www.visualharvesting.com)  
Jorick Michiels - [www.jorickmichiels.com](http://www.jorickmichiels.com)  
Christine Pannebakker - [www.vrouwenpower.eu](http://www.vrouwenpower.eu)  
Stef Dehullu - [www.dedivenvangerard.be](http://www.dedivenvangerard.be)  
Maarten Radstake  
Drukwerkconsultancy - [www.drukwerkconsultancy.nl](http://www.drukwerkconsultancy.nl)  
[www.the-new-teaching.com](http://www.the-new-teaching.com)  
[www.samtati.com](http://www.samtati.com)  
Paris Books  
Paris Books is een imprint van London Books

© Hilde Van Bulck  
NUR 840 onderwijs algemeen  
ISBN/EAN 9789492179012

Uitgeverij Paris Books  
Prins Hendrikstraat 28  
2411 CT Bodegraven  
Nederland

Eerste druk januari 2015

*Alle rechten voorbehouden.*

*Niets van deze uitgave mag veeleuhoudigd worden en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.*

Ik draag dit boek op aan jou,

de leerling aan wie ik ooit heb lesgegeven.

Je hebt me gemotiveerd en geïnspireerd,

me uitgedaagd en geprikkeld,

me op ontdekkingstocht gestuurd

en de toegang tot mijn hart gevonden.

Ik heb veel van jou geleerd.

## INHOUDSTAFEL

Bedankt jij, leerkracht	6
Voorwoord: Brief aan de beleidsmakers	7
Getuigenis	12
Inleiding	13

### DEEL EEN

1. Kikkerrijtjes	15
Actieve kikersprongen	23
2. Het zaadje wordt een boom.	27
Actieve kikersprongen	36
3. Er is maar één oplossing. Gooi hem buiten.	37
Actieve kikersprongen	43
4. Kinderen van de nieuwe tijd.	47
Actieve kikersprongen	53
5. Kruisbestuiving	55
Actieve kikersprongen	70
4	
6. De vinger van God	73
Actieve kikersprongen	87
7. Skilatten en naaldhakken	91
Actieve kikersprongen	111
8. Een klas vol bomen	115
Actieve kikersprongen	124
9. Gooi eens een bal door de klas.	129
Actieve kikersprongen	132
10. Vijfentwintig jaar later	122

### DEEL TWEE

11. Richtlijnen voor leerkrachten uit 1872.	135
12. Richtlijnen voor leerkrachten bij The New Teaching	137
13. De leraar en de leidinggevende als lerende. Aan de slag met jezelf.	141
Actieve kikersprongen	144

14. Wat je ziet..., wat je denkt...	149
Actieve kikersprongen	151
15. Een leerling kijkt niet naar je vakkenis, maar naar wie je bent.	153
16. Het lichaam als waarnemings- en ervaringsinstrument.	155
Actieve kikersprongen	158
17. Het zijns wiel	161
Hier en nu	165
Lichaams- en aardebewustzijn	168
Gelijkwaardigheid versus onderscheid	172
Verbonden versus afgescheiden	173
Ademen versus niet leven	175
Overgave en loslaten versus controle	178
Authentiek versus onecht	181
Zonder oordeel versus projecties	182
Actieve kikersprongen	183
18. Een checklist voor je EHBO-kit	187
19. Dank je wel	191
20. Bibliografie	195

## VOORWOORD: VISIE OP ONDERWIJS VAN DE TOEKOMST

### Beste beleidsmaker,

De ambitie die ik met dit boek heb, is groot en omvangrijk. Ik wil voor elk kind een schoolomgeving creëren waarin het blij en vrij kan leren en groeien, waarin het zich veilig en geliefd kan voelen, waarin het kan evolueren tot een evenwichtige en gelukkige volwassene. Ik wil leerplannen zien waarin liefde de eerste en de laatste spelregel is en waar het leven doorheen bruist. Ik wil dat leraren opgeleid worden om het leven vóór te leven. Ik wil dat ze kinderen en jongeren mogen begeleiden voorbij het eenzijdig cognitieve waarin ze de ruimte krijgen om hun stralende zelf te exploreren. Ik wil scholen zien waarin een nieuwe wereld wordt gecreëerd vanuit een verbinding met de kern van elk kind, van kosmos en aarde, van lichaam en geest, van intuïtie en gevoel, van exploratie en creativiteit, van universeel bewustzijn, van de natuur, van het zichtbare en het onzichtbare, van pure overvloed en harmonie. Ik droom van scholen waar energie, spiritualiteit en aanverwante begrippen waardevolle woorden zijn. Ik wil scholen zien die voorbereiden op een vredevolle maatschappij met een plaats voor iedereen, waarin men opgewekt kan werken en leven, waarin culturen elkaar in diversiteit kunnen ontmoeten en verrijken. Ik wil een onderwijsstandschap zien waarbij onderwijsvernieuwers vanuit de hele wereld elkaar ontmoeten, inspireren en samenwerken om het beste te bieden aan dat wat we het meeste koesteren: onze kinderen.

7

6

bedankt jij, leerkracht,  
in de leer op zoek naar kracht

als jij verandert, dan verandert de leerling  
als je groeit, dan groeit de leerling  
als je lacht, dan lacht de leerling

als jij huilt, dan huilt de klas  
als je slaapt, dan slaapt de klas  
als je ontwaakt, dan ontwaakt de klas

als jij speelt, dan speelt de school  
als je deelt, dan deelt de school  
als je je verveelt, dan verveelt de school zich

als jij koestert, dan koestert de wereld  
als je droomt, dan droomt de wereld  
als je leeft, dan leeft de wereld

Patrik Somers  
Leerkracht en auteur van *Het boek der Waarden*

Het is absoluut niet voldoende om het onderwijs hier en daar een beetje te hervormen. Een totaal vernieuwd concept dient zich aan. Ik wil voorbij gaan aan vorm en structuur. Ik wil beleidsmakers aanmoedigen om scholen te visualiseren en te creëren die gebaseerd zijn op de universele liefde die leerlingen al heel jong de kans geven om te putten uit kennis- en ervaringsgebieden die nu nog niet aan bod komen. Ik pleit voor vakken die ik in mijn boek aanreik, maar die nu nog niet op het programma staan. Ze mogen echte levenslessen worden. Kennis en intuïtie moeten worden geïntegreerd. Het gevoel mag in ere worden hersteld. Levensthema's mogen in alle lessen de rode draad zijn die wordt geleid door liefde voor de mens, de medemens en voor het leven.

Je mag me een naïeving, een dromer of veeleisend noemen, maar het is een feit dat alle realisaties, kleine én grote, met een droom of een visie zijn begonnen. Het onderwijs kreunt onder talrijke problemen die vooral uitgebreiden in plaats van inkrimpen. Leerlingen steken hun schoolmoeheid niet onder stoelen of banken, kunnen hun faalangst niet loslaten, behalen moeizaam bevredigende resultaten, veroorzaken conflicten met leeftijdsgenoten en leerkrachten, vinden spijbelen een aantrekkelijk alternatief en zijn niet geboeid door de lessen. Leerkrachten worden

moedeeloos en raken gedemotiveerd, worden ziek of stappen uit het onderwijs vanuit de overtuiging dat er toch niets aan te doen is. Het lerarentekort voor de komende jaren is nijpend.

Eentoenemend aantal leerlingen stapt de klas binnen met dyslexie, dyscalculie, autismspectrumstoornissen, verschillende graden van ADHD, hypersensitiviteit en kleine tot zeer ernstige emotionele problemen waarop de individuele leerkracht noch het onderwijs een kant-en-klaar antwoord heeft of denkt te hebben. De leerlingen in onze klassen met het opgekleefde etiket *stoornis*, nodigen ons uit om ons onderwijsstelsel te herbekijken. Ze zijn richtingsaanwijzers die ons op creatieve wijze vertellen hoe het onderwijs van de toekomst vorm kan krijgen.

Het stijgend aantal leerlingen met een anderstalige achtergrond en cultuur heeft een onmiskenbare impact op ons onderwijs en spoort ons aan om vragen te stellen.

Bovendien worden scholen geconfronteerd met meldingen van niet-aanvaardbaar gedrag bij leerkrachten en bij leerlingen. Dit komt het algemeen beeld van het onderwijs niet ten goede. De zenuwen gierren door de leerlingen heen. Zoals we de problemen nu aanpakken, doen we slechts aan symptoombestrijding. We komen nog niet in de buurt van de kern.

Met deze opsomming wil ik echter niet voorbijgaan aan iedereen die zich wél goed voelt in de school en die zich dagelijks inzet en bekommert om de kwaliteit hoog te houden. Ik was er zelf zo eentje en heb er nog vele anderen gezien.

Overal in de maatschappij zie je hoe systemen wankelen: het monetaire systeem, de economie, de katholieke kerk, zelfs landen. Het is de voorbereiding op een hernieuwd inzicht en een groter waarachtig evenwicht voor de toekomst. Ook het schoolsysteem daverd op haar fundamenten en het onderwijs kan aansprakelijk gesteld worden voor de fouten uit het verleden. Het heeft geen zin om te wachten tot het zover is, maar het ligt voor de hand om het onderwijs op te tillen naar een hoger bewustzijnsniveau in het voordeel van al de betrokken partijen: de leerlingen en de leerkrachten in eerste instantie, maar ook de ouders, de directie, de administratieve medewerkers en iedereen die betrokken is bij het welzijn van de leerlingen. Als het bewustzijn kan getransformeerd worden en onderwijs vanuit het hart de normaalste zaak van de wereld wordt, vaart onze maatschappij er op langere termijn wel bij.

De huidige leerlingpopulatie vertoont niet meer dezelfde kenmerken als dertig jaar geleden. We staan voor een totaal andere groep leerlingen, met een levensbewustzijn waarmee de manier van onderwijzen en de inhoud van de vakken

zoals ze nu bestaan niet meer overeenkomt. Ze hebben een voorafsprong genomen en ons huidig onderwijsstelsel huppelt er hulpeloos en verouderd achteraan.

Als leerkracht kun je niet meer boven hen staan, maar groei je samen met hen in een gezamenlijk leerproces. Leerlingen zijn erg leergierig en verlangen dat aan hun leerbehoefte wordt voldaan. Ze maken onderscheid tussen de waarachtige leerkracht die het leven begrijpt en leeft en de leerkracht die kennis doorgeeft vanuit boeken. Hun bewust-zijn en onderscheidingsvermogen is hoger dan wat we gewoon waren en van die aard dat ze geen lessen meer kunnen krijgen die niet overeenkomen met hun leerbehoefte. Hun sensitiviteit is zover gevorderd dat ze alles wat geen levensevenwicht is onmiddellijk detecteren. Het is voldoende dat ze vaststellen dat een leerkracht niet leeft wat hij zelf zegt om hun interesse in de aangeboden stof te verliezen. Lessen die niet inspelen op hun huidige leerbehoefte doen hen de muren oplopen.

Met *De eigenwijze kikker* wil ik leerkrachten, directies en ouders ondersteunen en inspireren om mee te werken aan die droom. Wees gerust, ik ben lang niet de enige met dit verlangen.

Mijn ervaring put ik uit het werkveld zelf dat ik vijftieng jaar lang op verschillende niveaus heb mogen verkennen. Als leerkracht in het BSO, coach voor beginnende leerkrachten, verantwoordelijke voor de mondiale vorming en andere initiatieven, als intern begeleider voor het BSO en later als directeur van een BSO-school, een onderwijsloopbaan verspreid over drie verschillende scholen, heb ik het onderwijsgebeuren vanuit verschillende invalshoeken beleefd en doorleefd. Als directeur bij een opleidingscentrum voor volwassenen, heb ik lesgeven vanuit nog een andere invalshoek kunnen bekijken.

De noden die ik heb waargenomen en de oplossingen die ik ervoor heb gezocht, deden me langzaam maar zeker uitgroeien tot een voorrechter voor een kwaliteitsvol en hartelijk onderwijs. Ik leg niet enkel de focus op de leerlingen, maar ben ook bekommerd om het welzijn van de leerkrachten en de leidinggevenden. De school begint bij hen. Ze verdienen het om zich doeltreffende werktugten eigen te maken om het jonge leergierige volkje te kunnen begeleiden. Gelukkig heb ik als directeur kunnen vaststellen hoe personeelsleden er naar snakken om op dit vlak gesteund te worden en hulpmiddelen aangeleverd te krijgen. Wat je kunt bereiken bij de leerlingen, kun je ook bij het personeel, zo bleek. Als directeur heb je de mogelijkheid om je medewerkers te inspireren en te ondersteunen in de complexe opdracht waarvoor ze vandaag staan en je hele school in beweging te brengen. Overal zijn mensen op zoek naar zinvolle en voldoende gevangende alternatieven die het welzijn van zowel leerlingen als leerkrachten en ten slotte van heel het systeem bevorderen.

Net zoals de leerlingen was ik een leergerige leerkracht. Ik heb mijn mosterd voor een groot deel buiten het onderwijs gezocht. Naast mijn opdracht startte ik een praktijk op waarin energetisch werk mijn methode was om het centraal thema *bewustwording* op alle niveaus te ondersteunen. Vanuit een energetisch bewustzijn begeleidde ik jong en oud op weg naar een evenwichtiger en harmonieuzer leven. De school en mijn praktijk vulden elkaar aan. Ik ontdekte dat ik een heel andere les kon neerzetten, niet door me slechts met de problemen van de leerlingen bezig te houden, maar door mijn bewust aanwezig zijn als leerkracht te verhogen en te bestendigen. Ik stond op een andere manier voor de klas, en hield veel energie en enthousiasme over op het einde van de dag. Ik kon de leerlingen meenemen in hun groei naar een grotere mate van aanwezig zijn waardoor hun leerproces gestimuleerd werd en meer succeservaringen werden behaald.

Het zijn de leerlingen die mijn absolute leermeesters zijn geweest en die me de weg naar een andere aanpak op basis van gelijkwaardigheid en bewust-zijn hebben getoond, geïnspireerd door de universele levenswetten. Het waren leerlingen uit het BSO die dit bij me verwezenlijkt hebben. Ik zal hen altijd erkentelijk blijven en hen in mijn hart dragen voor de rijkdom die ze me in mezelf en in hen hebben doen ontdekken.

Met het opstarten van mijn organisatie **Samtati, Huis Van Bewust-zijn** in 2011 besteed ik nu voltijs aandacht aan het verspreiden van mijn visie en missie via het onderwijsproject *The New Teaching*: via lezingen en trainingen voor de volwassenen diemetjongerenwerken, via individuele coachingen onderwijs- en klasopstellingen. Meer bewust-zijn brengen in alle geleidingen van de maatschappij is waar ik naartoe wil. Hoe kunnen we dat beter realiseren dan vanuit de vorming van jonge mensen boordevol capaciteiten en talenten? Gelukkige afgestudeerden creëren een gelukkige maatschappij. Ze hebben wel leraren en beleidsmakers nodig die er de ruimte en de mogelijkheden voor scheppen.

Toen ik een aantal jaren geleden te gast was op het kabinet van het ministerie van Onderwijs zei de kabinetsmedewerker: 'Wat je vertelt is prachtig, maar je moet eerst een boek schrijven over je zienswijze. Anders luisteren ze niet. Dan kom je terug en geef je het aan de minister.' Nu is het zover. Beste beleidsmaker, dit boek *De eigenwijze kikker* bied ik je als geschenk aan. Ik nodig je uit om de uitdaging aan te gaan, je comfortzone te verlaten en de doeltreffendheid van dit boek te onderzoeken voor het uitstippelen van een liefdevol onderwijs, in eerbied voor het systeem zoals het tot nu toe is geweest, geworteld in dit moment en met de blik gericht op de toekomst. Als je kinderen of kleinkinderen hebt, dan weet je hoe belangrijk een zorgeloze en vreugdevolle schoolloopbaan is.

De kinderen van de nieuwe tijd staan klaar en wachten vol ongeduld op onderwijs dat georganiseerd wordt vanuit het hart.

Met hartelijke en levenslustige groet

Hilde Van Bulck

Be-ziel-ster van *The New Teaching*

## GETUIGENIS

Het belang van een vernieuwing inzien of haar aanvoelen zijn duidelijk twee verschillende zaken. Toen Hilde Van Bulck in haar lessen nieuwe wegen opzocht voor een beter leerproces bij de leerlingen en me hierover informeerde, zag ik aan hun reacties en die van enkele leerkrachten dat er iets interessants gebeurde. Ik zag een nieuw antwoord op een probleem dat me bekend was. Als algemeen directeur van een school met een grote waaiër aan studierichtingen in ASO, TSO en BSO merkte ik dat de noden en vragen van de leerlingen uit het beroepssecundair onderwijs groot waren. Ze waren niet tevreden met een goede vakspecialist. Ze wilden meer. Opmerkelijk was dat steeds meer leerlingen uit het technisch en zelfs uit het algemeen onderwijs hetzelfde verlangen hadden. Toch duurde het nog even voordat eerst enkele collega's en later ikzelf aanvoelden dat er iets ingrijpends bezig was.

Intussen was Hilde directeur geworden in een andere school. Enkele leerkrachten volgden bij haar *Teaching by being* en kwamen me enthousiast vertellen over hun ervaring. Opvallend was hun veranderde uitstraling die ik voelde op het moment dat ze mijn bureau binnenkwamen. Met hen samenwerken was zeer aangenaam en versterkte mijn gevoel dat we op de goede weg waren. Op een pedagogische studiedag kon het personeel kiezen voor een workshop bij Hilde. Deze sessie had zoveel succes dat er tijdens de proefwerken een tweede workshop werd georganiseerd. Na enige tijd ervoer ik dat er in mijn gesprekken met verschillende leerkrachten meer ruimte was voor wederzijds begrip en betrokkenheid. De inrichting van een module die duidelijk geïnspireerd was op *Teaching by being*, in het vak *Seminaris* in het vijfde jaar ASO, was er een natuurlijk gevolg van. De leerkracht toonde me graag de feedback die ze van haar leerlingen had gekregen. Die voelden zich meer ontspannen en tegelijkertijd meer geconcentreerd in de les. Wat ze geleerd en ervaren hadden, namen ze ook mee naar andere lessen en zelfs daarbuiten.

Enkele leerkrachten zochten me op om samen op zoek te gaan naar een nieuwe manier van 'school maken', waarin leerlingen en medewerkers meer 'aanwezig' leren zijn. Gevoelens van een meer open betrokkenheid en een groter vertrouwen begonnen zich langzaam vanzelf te verspreiden. Hoewel ik zelf geen training had gevolgd bij Hilde, werd het faciliteren van het concept van *The New Teaching* op school voor mij een natuurlijke evidentie. Ik mag hopen dat dit boek jou ook op een natuurlijke manier de boodschap en de werkwijze ervan laat aanvoelen.

*Guy Craps, algemeen directeur op rust*

12

## INLEIDING

*De eigenwijze kikker* richt zich eigenlijk tot iedereen die met vragen zit rond lesgeven, opvoeden en leiding geven en een manier zoekt die resultaten oplevert. Ik heb hoofdzakelijk voorbeelden van leerlingen en leerkrachten gebruikt. Maar een directeur, opvoeder, ouder of therapeut kan de personages vervangen zoals ze in zijn of haar kader passen.

Het boek richt zich tot alle onderwijsniveaus, van kleuterschool tot hogeschool en universiteit, gewoon en buitengewoon onderwijs, naar volwassenenonderwijs, kunstonderwijs en naar alle initiatieven waar les wordt gegeven. Het is eveneens van grote waarde voor ouders, grootouders, opvoeders en therapeuten.

De doelgroep van dit boek is uitgebreid. Elke medewerker in de school kan ermee aan de slag, zowel op het niveau van het administratieve personeel als het middenkader, het zorgkader, de leerkrachten, het leidinggevend team en de begeleiders die van buitenaf een dienst aan de school bieden.

Het boek is een ommissbaar instrument voor leerkrachten in opleiding. Door zich de werkwijze van *De eigenwijze kikker* eigen te maken, hebben ze een ommissbare voor sprong op andere leerkrachten.

Omdat het niet mogelijk is om telkens een opsomming te geven van de leerling en al zijn verschi jningsvormen, van peuter over kleuter tot universiteitsstudent, wordt algemeen de term 'leerling' gebruikt. Zo gebruik ik ook 'leerkracht' voor alle andere verschi jningsvormen.

Voor mij persoonlijk is het belangrijk dat het boek zich ook richt tot de beleidsmakers. Door zich de inhoud eigen te maken, kunnen ze een ander beleid uitstippelen. Ik wacht vol ongeduld op hun eerste stappen.

In de voorbeelden heb ik fictieve namen gebruikt, zelfs al had ik de toestemming van de betrokken persoon.

Ik heb soms een koppeltaken gebruikt om een bepaald aspect meer te benadrukken. Bewust zijn leest anders dan bewust-zijn. Met het laatste wil ik de nadruk leggen op 'het zijn'.

Bij de quotes die de hoofdstukken opfleuren staat de bron vermeld. Waar dit niet zo is, komen de quotes van mezelf. Ik vond het een beetje gek om er telkens mijn naam onder te zetten.

13

Het boek bestaat uit twee delen. Deel één gaat over mijn persoonlijke ervaringen en praktijksituaties die ik van dichtbij heb meegemaakt. In deel twee ga ik dieper in op de werkwijze die ik gebruik. Veel hoofdstukken zijn voorzien van oefeningen. Je kunt het boek lezen zonder de oefeningen te doen. Ook omgekeerd kun je de oefeningen uitvoeren zonder het verhaal erachter te lezen. Toch is het aan te raden om ze allebei door te nemen. Het verhaal schetst een achtergrond voor de oefeningen, die zelf een verdieping zijn van het verhaal.

De oefeningen bestaan uit twee niveaus, maar het werkelijke niveau hangt af van de achtergrond die je zelf bezit en hoe diep je erop wilt ingaan. Het bas niveau heb ik *Kikersprongen (KS)* en het verdiepniveau *Voorbij je comfortzone (VCZ)* genoemd.

Op een tweetal oefeningen na, zijn ze allemaal ontstaan op het moment dat ik het boek schreef. Ze testen uit in welke mate je aanwezig bent, en zijn in die zin misschien nieuw voor jou. Het mooie is dat je de meeste oefeningen in veel verschillende omstandigheden kunt toepassen. Vanuit je eigen creativiteit kun je ze aanpassen aan het niveau van je klasgroepen en je leerlingen. Je kunt alle oefeningen een voor een toepassen. Dan zal je wel een tijdje bezig zijn. Maar je kunt er ook een aantal uitpikken. Het beste resultaat bereik je echter door er zo veel mogelijk mee aan de slag te gaan. Aangezien het bewust-zijn herhaling nodig heeft, kun je de oefeningen ontelbare keren herhalen. Je kunt enkele collega's uitnodigen om ze samen uit te testen. Dit werkt aanmoedigend en ondersteunend. Door de feedback zul je leren dat verschillende resultaten mogelijk zijn.

Als je mooie en verrassende resultaten behaalt, mag je je verhaal delen via [info@the-new-teaching.com](mailto:info@the-new-teaching.com). Dat zou me veel plezier doen.

Ik hoop dat je je door het lezen van dit boek geïnspireerd en bekrachtigd voelt, om het even vanuit welke functie je ermee aan de slag gaat. Laat De eigenwijze kikker je uitnodigen om met veel liefde te kijken naar jezelf, je collega's en de kinderen en jongeren waarmee je werkt.

## DEEL EEN

### 1. KIKKERTJES

*'Kikker, kleinje met grote wijsheid,  
leer me de regen aanroepen  
om nieuw leven te laten ontlukken.'  
uit Oude zorgen*



De omgeving is me onbekend en toch bekend. Ik kijk naar mijn rechterarm die in een comfortabele hoek van negentig graden op schouderhoogte hangt, mijn rechterhand losjes met ontspannen vingers naar beneden gericht. Vol bewondering en met een grote nieuwsgierigheid zie ik hoe ze zich uit mijn vingertoppen wurmen en dan met een lichte versnelling recht naar beneden vallen. Het is zo vanzelfsprekend. Zo natuurlijk. Herkenbaar ook. Alles verloopt rustig, maar tegelijkertijd snel. Ze zijn bol van vorm, allemaal gelijkwaardig. Een beetje donker, grijsbruin van kleur. En heel vertrouwd. Mijn vingers produceren er altijd meer en meer. Ze zijn met tientallen. Ik voel hoe ze door mijn arm gestuwd worden en tot aan mijn vingertoppen glijden. Dan is er een ogeenschijnlijk moment van rust, van stilstand, voor de zwaartekracht ze losrukt van mijn vingers en ze recht naar beneden vallen. In het water. In de kleine vijver. De vijver is rechthoekig en niet groot, de grootte van een salontafeltje. Hij is mooi afgeboord en ligt in het midden van mijn woonkamer. Het water spettert omhoog als er een kikkertje in valt. Het ene na het andere valt met een zachte plons in mijn vijvertje. En mijn vingers blijven ze lossen. Geen enkele valt naast het vijvertje. Het lijken wel donkere pingpongballetjes. De vijver ligt vol ronde blaadjes. Er valt er weer een. De plons doet een blaadje een beetje omkantelen en terugvallen naar de oorspronkelijke positie van evenwicht. Ik zie dat er al een kikkertje onder zit. En daar ook. Onder elk blaadje zit er een. Een gelijkaardig exemplaar, even bol van vorm en donker van kleur. De vijver zit boordevol. Er is nauwelijks plaats. En mijn arm blijft maar kikkertjes door mijn vingers stuwen. Als een levenslange productie.

16

Mijn partner keek een beetje bedenkelijk toen ik hem vroeg in de ochtend vertelde wat ik pas had gedroomd. Ik weet niet of hij het meest verbaasd was over mijn droom of omdat ik dit al zo vol energie vertelde terwijl de zon zelf nog maar een zwakke inspanning deed om door het donker van de nacht heen te priemen. De kikkertjes deden me denken aan een geboorte.

'Het is alsof ik gedroomd heb over een geboortekanaal', zei ik enthousiast tegen een slaperig gezicht. De betekenis van dromen hield me niet zoveel bezig, maar ik vermoedde dat de droom van vannacht nu te maken had met de keuzes die voor me lagen. Ik begreep dat het niet zomaar een droom was, maar dat een boodschap in codetaal me probeerde te bereiken. Omdat ik niet zo op de hoogte was, trok ik op onderzoek naar de symboliek van droombeelden.

Mijn opzoekwerk leerde me dat de kikker een klein diertje is, maar dat hij je levensgrote lessen kan leren. Hij daagt je uit om je bewust te worden van je wirwargedachten en ze los te laten. Hij kan je leren om negatieve energie te lossen en te laten. De kikker staat symbool voor geboorte, vruchtbaarheid en leven en duikt in die hoedanigheid op in mythen en sprookjes overal in de wereld. Het is me opgevallen dat in winkels met snuisterijen beeldjes van kikkers fairlijk aanwezig

zijn. Geen wonder als je weet dat hij elke lente duizenden eitjes legt. Zijn kroos krioelt in de oevers van poelen en beken. Als je een nieuwe richting aan je leven wilt geven, staat hij voor je klaar om je bezorgdheden te neutraliseren. Hierdoor ontstaat er ruimte voor zuivering in je gedachten en je emoties. Je wordt voorbereid om vanuit oude nutteloze zorgen en hersenspinsels nieuw en fris leven te laten ontluiken. Je voelt je als herboren.

In het welbekende sprookje *De kikkerkoning* loopt de prinses met de gouden bal terug naar het paleis nadat de kikker hem voor haar uit het diepe water van de bron heeft gehaald. De prinses belooft dat hij haar vriendje mag worden. Ze vergeet echter snel de belofte die ze aan de kikker heeft gegeven en besteedt geen aandacht meer aan het glibberige, onaantrekkelijke beest. De kikker blijft niet bij de pakken zitten en trekt zelf naar het paleis. De prinses weigert om hem binnen te laten, maar haar vader, de koning, vindt dat een gedane belofte moet gehouden worden. Zo eet hij tegen de zin van de prinses mee uit haar gouden bordje. Als ze hem in haar kamer neer smakt, verandert hij plots in een aantrekkelijke koningszoon. Hij vertelt haar dat hij betoverd werd door een heks en dat alleen de prinses hem eruit kon halen. 's Anderendaags worden ze opgehaald door zijn trouwe dienaar en vertrekken ze naar zijn koninkrijk. De kikker had het heft in eigen handen genomen, zich bevrijd van zijn beperkingen en had zo zijn eigen welverande toekomst gecreëerd.

17

De boodschap werd duidelijk voor mij. Ga voor datgene wat je werkelijk wil doen in het onderwijs. Zorg dat het vruchtbaar is en dat er iets nieuws ontstaat. Stel niet meer uit wat hiervoor nodig is, maar zet de nodige stappen.

Enkele weken later speelde de droom een rol in een opleiding van familie- en droomopstellingen. De cursisten van de betreffende organisatie zochten representanten voor hun supervisie-dag om onder deskundige leiding van hun mentor te oefenen met het toch niet zo eenvoudige systemisch werk.

Voor de lezer die niet vertrouwd is met systemisch werk of familieopstellingen geef ik graag een beetje uitleg. Tijdens een opstelling gaan we op zoek naar onbewuste loyaliteiten die in een probleem situatie verborgen zitten. Een familie is een systeem, net zoals een school. Vandaar dat we van systemisch werk spreken. Aan de hand van representanten - vrijwillige deelnemers - stellen we de betrokken personen bij deze situatie op in de ruimte. Dit gebeurt volgens het innerlijk beeld van de cliënt. Vanuit die positie kunnen de representanten de onverwerkte emoties van de betrokken personen bij zichzelf waarnemen. De positie die ze tegenover elkaar innemen en de waarnemingen van de representanten bieden een schat aan informatie over de situatie waar men wil uitgeraken.

Ik was voor de droomopstellingen terecht gekomen in de Beverruimte, een toepasselijke naam voor een gebouw aan de rand van een vijver omringd door een pad met kreupelhout. Zo ver ik kon zien, kwam de rust van meerdere vijvers me tegemoet. Het raam van de werkruimte keek uit op dit schitterend stukje natuur, niet ver van de stad.

Ik had al wel wat opstellingswerk achter de rug, maar ik had nog nooit een droomopstelling gedaan en wist eigenlijk niet zeker of ik wel aan de beurt zou komen. Het leek me echter geen toeval dat ik me een droom zo helder herinnerde en terecht kwam in een groep die met droomopstellingen werkte. Toen één van de cursisten, een jonge dame met een blanke huid en lang lichtrossig haar, aan de beurt was, kwam haar vrouwenwekkende glimlach bemoeiend mijn richting uit. Deze kans mocht ik niet laten voorbijgaan. En wat voor een ervaring is het geweest. De opstelling over mijn droom heeft bij verschillende deelnemers een soort magisch effect teweeg gebracht.

Lies, de jonge cursiste, nodigde me uit om naast haar te komen zitten en mijn droom te vertellen. Ze vroeg me of ik hem op dezelfde manier opnieuw kon verwoorden, maar dan alsof het op dat moment gebeurde om hem nog beter te kunnen aanvoelen. Daarvoor sloot ik mijn ogen. Ik vertelde de droom opnieuw alsof ik het allemaal op dat ogenblik zelf meemaakte. Wat me het meeste opviel, was de vanzelfsprekendheid waarmee ik de gebeurtenissen waarnam. Geen verwondering. Geen vraagtekens. Het was alsof het zo hoorde en ik het altijd had geweten.

'Heb je een idee waarmee je droom in verband kan staan?' vroeg Lies. Dat was niet zo'n moeilijke vraag. Op dat moment stond ik voor een professionele keuze.

'Ik ben directeur van een middelbare school en ik heb ook jarenlang energetisch werk gedaan. Ik ben door beide gepassioneerd en wil hen verbinden. Ik wil de liefde in de scholen doen stromen. Ik wil meer hartelijkheid in de klas. Ik wil dat leerkrachten hun intuïtieve vermogens inzetten. Ik wil dat de leerlingen veel bijleren mogen leven. Ik wil dat de spirituele wijsheid van de kinderen ruime kansen krijgt. Ik wil dat leerlingen en leerkrachten samen al spelend leren. Tot nu toe is liefde in de school slechts een slogan. Ik wil dat de liefde echt geleefd mag worden. Dan gaan leerlingen echt leren. En leerkrachten ook.'

'Hoe wil je dat realiseren?'

'Ik wil studie- en ervaringsdagen organiseren. Ik wil dat directeuren hun hart vrij maken, net zoals de dienaar van de kikkerprins. De trouwe man had drie ijzeren banden rond zijn hart laten smeden omdat hij zo verdrietig was dat zijn prins in een kikker was veranderd. Hij was bang dat zijn hart zou breken van de pijn. Met de ijzeren banden hield hij de brokstukjes bij elkaar. Toen de prins en de prinses elkaar in liefde gevonden hadden, braken de banden van de dienaar. Liefde maakt vrij.'

liefde maakt leren gemakkelijk. Dat staat in geen enkel leerplan. 'Ik zuchtte diep.

'Ik ben bang voor het onbegrip en stel mijn plannen om op grote schaal naar buiten te treden alsmaar uit. Ik hoop bevestiging te krijgen van wat ik in mijn hart al lang weet.'

'Hoe sta je in het echte leven tegenover kikkers?' stuurde Lies me bij.

'Ik ga hen eerder uit de weg. Het is niet hun uiterlijk dat me afschrikt, maar wel de onverwachte sprongen. 'Ik herinnerde me dat ik als klein meisje een omweg had gemaakt toen ik in een beek oog in oog stond met een kikker die al kwakend liet horen dat ik zijn pad betrad. Dat kleine beestje heeft me toen zonder enige inspanning de beek uitgejaagd. Ik maakte een meterlange omweg om een eindje verder mijn weg door de beek verder te zetten.

'Nochtans ben ik ook dikwijls kikkervisjes gaan vangen om ze te zien opgroeien tot minikikertjes.'

Lies stelde me voor om mezelf en een representant, als kikkertje die vele kik kertjes voorstelde, op te stellen. Ik koos een vrouw voor het kikkertje en begeleidde haar intuïtief naar haar plaats in de ruimte, met het gezicht naar het raam en dus ook naar de vijver gericht. Ik wilde schuin rechts achter haar gaan staan, twijfelde, probeerde de linkse kant en ging dan toch schuin rechts achter haar staan.

'Je twijfelt?' vroeg Lies.

'Ja, als ik rechts van haar ga staan, is ze verbonden met mijn hart en als ik links van haar ga staan, is ze verbonden met mijn rechterhand, dus met mijn daadkracht.'

'Je wil je werk verbinden met je hart, maar je vindt het moeilijk om een keuze te maken,' opperde Lies. 'Zullen we er een tweede kikker voor je daadkracht bijhalen zodat je geen keuze hoeft te maken?'

Ik koos een man als representant voor de tweede kikker en plaatste hem op dezelfde lijn als de hartkikker, maar rechts van mij. Ik stond tussen hen in, een kleine stap naar achter. Beide kikkers voelden zich goed op de plaats waar ze stonden. Toen ik tussen hen in ging staan, voelden ze zich nog beter in hun vel. De kikker van de daadkracht nam mijn hand vast. Ik werd krachtig en sterk en kon de wijde wereld inkijken. De opsteller stelde voor om naast de twee droomkikkers een representant voor de kikker van het echte leven binnen te halen. De kikker van de daadkracht vond het op een prettige manier spannend. Ik werd onrustig en was op mijn hoede. Mijn blik naar de wijde wereld verninderde. Mijn aandacht werd afgeleid.

De kikker van het leven kwam vrolijk springend de opstelling binnen en sprong willekeurig in alle richtingen. De daadkrachtkikker vond dit extra spannend. De kikker van het hart was blij met de kikker van het leven erbij. Het op en neer gesprong van de kikker maakte me alert. Ik vond hem niet vies, maar ik hield niet van dat gesprong. Hij kon onverwachte bewegingen maken en dat maakte me

ongerust. Ik wilde liever weten waar hij naartoe zou springen. De kikker van het leven begon nu nog meer te springen en dichterbij te komen. Hij wilde graag op mijn hoofd springen. Daar hield ik echt niet van. De kikker van de daadkracht vond het allemaal geweldig. De opsteller liet me zeggen:

'Ik vind het niet fijn dat je zo in het wilde weg springt. Dat maakt me ongerust.'

'Spring gewoon mee,' zei de kikker van de daadkracht. De kikker van het hart kon al niet meer stilstaan. Ik voelde hoe de springkracht door mijn benen omhoog klom en ik slaagde er niet meer in om ze stil te houden. Met z'n vieren maakten we kikersprongen. Zo eenvoudig. Dit gaf een krachtige verbonden energie en veel blijdschap. Het was allemaal vanzelfsprekend. Met krachtige beenspieren konden we elke sprong maken die de omstandigheden vereisten en we kregen het gevoel dat alles mogelijk was. De opsteller liet me contact maken met de levenskikker:

'Kun je dichterbij komen?' Ik naderde de kikker van het leven en de angst voor zijn wilde sprongen verdween. Met zijn vieren vormden we een prachtig geheel.

Toen stelde de opsteller voor om een representant voor de directeurs binnen te halen. Ik plaatste hem op ongeveer twee meter van me vandaan. Ze vroeg me om me om te draaien naar de directeurs. De directeurs keken me koel en strak aan.

'Ik wil een project rond onderwijs en energetisch werk brengen voor leraren en directeurs,' zei ik tegen de representant.

'Daar hebben wij geen boodschap aan. Ze denkt het beter te weten dan wij. Ze stelt zich boven ons. Wij, directeurs hebben geen problemen. We hoeven haar niet. Dat ze voor zichzelf spreekt. Ze gaat veel te snel voor ons.'

Onmiddellijk verloor ik energie. De reactie was me niet onbekend. Ik voelde me niet begrepen. Ik wilde mijn ervaringen vrijblijvend delen en stootte op interpretaties die mijn bedoeling te buiten gingen. Met als gevolg dat ik mijn diep verlangen en mijn levensdoel uitstelde. Mijn angst voor de reacties van weerstand en de ingevulde interpretaties over mijn bedoeling namen de overhand. Ik verloor de voeling met mezelf en met mijn doel en schoot in de mentale verdediging.

De opsteller vroeg me om me opnieuw om te draaien naar de representanten van de kikers. Ze voelden zich nog altijd goed, maar ze waren iets minder vrolijk. De kikers stelden mijn energetisch werk voor, mijn vertrouwde bron van inspiratie en kracht. Van daaruit vloeiden al mijn inzichten en mijn werk voort. Dat was vanzelfsprekend. Mijn batterijen laadden zich onmiddellijk terug op. Vanuit de kracht van de kikers kon ik me opnieuw tot de directeurs wenden. De opsteller vroeg me het volgende te zeggen.

'Ik ben ook directeur. Ik ben één van jullie. Ik ken jullie werk, maar ik heb ook kennis van bewustzijns- en energetisch werk. Daarin heb ik ontzettend veel ervaring opgedaan die ik graag wil delen.' De representant van de directeurs ontspande zichtbaar.

'Nu herkennen we jou als één van ons. Nu kunnen we wel luisteren naar wat je te vertellen hebt. Het mag niet te snel gaan.' Als ik te dicht bij hun persoonlijke

thema's en emoties kwam, zou er weerstand zijn. Ik moest mijn project stap voor stap voorstellen. Dan konden de leraren en de directeurs die het wensten erin meegaan. Iedereen was opgelucht. Mijn droom kon gerealiseerd worden. Ik draaide me opnieuw om om samen met de representanten van de kikers mijn toekomstig werk op te nemen en ermee naar buiten te komen. Het was hoog tijd, want mijn vijver was overvol en werd te klein. De tijd drong.

De opstelling had me dichter bij mijn doel gebracht dat al jarenlang aan me trok. Ik voelde me vrijer. Het was alsof de deelnemers deelden in de vrijheid en blij waren dat er een nieuwe stroming voor de scholen op komst was. Ik had vanuit een energetische invalshoek met de leerlingen gewerkt, vele leraren, leerlingen, studenten en ook directeurs begeleid in mijn praktijk en via workshops mijn kennis overgebracht. Nu was het tijd om een ander middel aan te boren: een boek over mijn onderwijsproject schrijven. In mijn hoofd was het al lang geschreven. Het boek kon mijn passie, inzichten en ervaring dichter bij de scholen brengen.

Mijn belangstelling voor kikers was gewekt. Dit verhaal over de kikkertjes bevat vele elementen waarop ik in dit boek dieper wil ingaan. Als leerkracht in het beroepssecundair onderwijs heb ik leerlingen gezien die bijna explodeerden omdat ze geen ruimte kregen om hun capaciteiten te tonen. Ze waren zich dikwijls niet bewust van wat die capaciteiten dan wel zouden zijn. Net zoals de kikers wilden ze wilde sprongen maken om te kunnen meedrijven op hun levensstroom en zo al scheppend hun toekomst creëren. Met hun lange onderpoten hadden ze een stevige basis en een enorme kracht om de sprong te maken die noodzakelijk is. Daarbij botsten ze tegen de hindernissen en het onbegrip van de gangbare aanpak in het onderwijs. Hun gekwaak nodigt de leraren uit om samen met hen de sprong naar een vernieuwde aanpak te maken. Een roep naar liefde. Net zoals bij mij vroeger, verontrust dit gekwaak echter heel wat leraren en springen ze net zoals het kleine meisje opzij in plaats van de taal van de kikker te leren.

Als directeur heb ik bij mijn leraars kunnen vaststellen hoeveel moeite het hen kost om hun talenten ongeremd voor de klas te brengen. Die leraarstaten zijn ongetwijfeld aanwezig, maar worden afgeremd door allerlei onbewuste patronen die verhinderen dat de authentieke scheppingskracht kan stromen. De onverwachte wilde sprongen van de leerlingen doen menig leraar twijfelen en grijpen naar oude niet doeltreffende methoden om met hen om te gaan. De ervaring leert ons dat klasmanagement daardoor soms een onoverkomelijk gegeven kan zijn, waarbij belangen van leraren en leerlingen schijnbaar botsen. Toch kan het grote draagvlak van de kikkerpoten de leraar leren om vanuit stevigheid en soepelheid in te gaan op de situatie van het moment en uit te groeien tot een bezield leraar.

In het sprookje van *De kikkerkoning* duikt de kikker diep in de bron om de gouden bal van de prinses te gaan zoeken. De bal staat symbool voor de zonnekracht of de kern van je wezenlijke zijn. Het herkennen van je kern in jezelf, je leerlingen en je collega's brengt een zonnige dynamiek in de klas en in de school. Het ontkennen ervan brengt verstarren en apathie. Jij, de kikker van het hart, de kikker van de daadkracht en de kikker van het leven horen samen. Je staat dus niet alleen voor de klas. Samen kun je de sprong wagen om je eigen zijn en toekomst te creëren. Samen kun je genieten van de creatieve intelligentie, de diepe vreugde en het prachtige resultaat als je de sprong waagt. Dat heet scheppingskracht. De sprong boezemt soms angst in, maar als je beseft dat je nooit verder kunt springen dan op dat ogenblik binnen je mogelijkheden ligt, kun je in alle vertrouwen het avontuur aangaan.

De kikker is een dier dat leeft op het land en in het water. Hij is in twee werelden thuis. Ik heb me in de school en in de klas altijd op vertrouwd terrein gevoeld. Als ik een school binnenstap, word ik blij. Een school is mijn natuurlijke werkbiootop. Tegelijkertijd heb ik me jarenlang verdiept in de beweeglijkheid van energetisch of bewustzijnswerk. Ik voel me veilig in beide werelden en voor mij vormen ze al jaren één geheel. Ze horen samen. Ze inspireren elkaar. De ene wereld kan niet zonder de andere. De unieke combinatie die uit de verbinding voortvloeit, zou ik overal ter wereld willen delen met elke directeur, leerkracht, ouder en leerling. De leerlingen zijn al op de hoogte dat de twee werelden samen horen. Ze voelen dat er een belangrijke wereld in de school ontbreekt. Ze kwaken hoe langer hoe luider. Hun gekwaak bereikt zelfs de media. Hoor je hun gekwaak?

En wat is de rol van de leidinggevende in dit verhaal? Heeft hij alle wijsheid in pacht of durft hij samen te werken met de kikker van het hart, de daadkracht en het leven? Durft hij een beetje kikker zijn en springen in richtingen die hij nog nooit eerder betreden heeft? Durft hij zijn prinselijke aard te tonen? Heeft hij contact met de wijsheid van zijn kern? Kan hij de school leiden vanuit zijn innerlijke bron en zijn innerlijk leiderschap? Kan hij verantwoordelijkheid bij zichzelf en bij de leraar stimuleren? Durft hij zijn hart vrijmaken? Durft hij zijn team uitnodigen om de banden rond hun hart los te maken? Kan hij de kikkersprongen van de leerkrachten toelaten als symbool voor de bruisende en vernieuwende school? Durft hij een andere communicatie met de ouders op te starten? Durft hij een school van de liefde te leiden?

In de paringstijd van kikkers en padden wordt op sommige wegen gevraagd om je snelheid als automobilist te vertragen om hen de kans te geven ongestoord naar de andere kant van de weg te kunnen springen. Kan de directeur de weg vrijmaken voor zijn kikkerleerkrachten die op weg zijn naar een vruchtbare voedingsbodem voor zijn school?



## Actieve Kikkersprongen (KS)

- Aangezien verandering ontstaat in jezelf, zijn de actieve kikkersprongen oefeningen waarmee je met jezelf aan de slag gaat.
- De kikkersprongen zijn er op gericht om je waarnemingsvermogen te vergroten.
- De kikkersprongen vergroten het contact met jezelf en met je omgeving.
- In de loop van dit boek zit er een stijgende vorderingsgraad in de kikkersprongen verwerkt. Toch kun je ze door elkaar inoefenen.
- Kikkersprongen (KS) zijn basisoefeningen, Voorbij je comfortzone (VCZ) zijn verdiepingsoefeningen.
- Je kunt er voor kiezen om alle kikkersprongen te doorlopen.
- Je kunt er ook een of enkele uitkiezen die je wil uitproberen.
- In het begin zullen sommige kikkersprongen een beetje tijd vragen.
- Doe de kikkersprongen verschillende keren per week, dagelijks of zelfs meerdere keren per dag. Je kunt ze dan snel in een mum van tijd toepassen.
- Als je de kikkersprongen werkelijk eigen wil maken, pas ze dan meerdere keren en ook in andere situaties toe.
- Voer de kikkersprongen met je volle aandacht uit.
- Het is belangrijk om geen druk of verwachtingen te leggen op de resultaten. Het is prima in orde zoals je de resultaten waarneemt.
- Het gaat niet om wat je goed of slecht doet. Prestatie is niet belangrijk. Het inoefenen wel.
- Zelfs als je in het begin niets of weinig waarneemt, zul je merken dat je vlug verrassende resultaten boekt door te blijven oefenen.
- Geniet van de oefeningen en van jezelf. Voer de oefeningen met zin voor humor uit.
- Noteer je bevindingen in een schriftje of maak een bestand aan. Zo kun je je vorderingen tijdens het doorlopen van dit boek bijhouden.
- Aangezien de waarnemingen zich op een bewustzijnsniveau afspelen dat je nog niet gewoon bent, is het mogelijk dat je ze snel vergeet. Ik raad je dan ook aan om de resultaten onmiddellijk na elke kikkersprong te noteren.
- Je kunt veel vaardigheid verwerven uit dit boek, maar de kikkersprongen inoefenen met iemand die ze voorleeft, geeft ondersteuning en nog meer inzicht.
- Sommige oefeningen kun je ook met je leerlingen doen. Je past ze gewoon aan hun niveau aan.
- Als je de oefeningen als directeur wil doen, vervang je leerling door leerkracht.