



De ZKM in het Onderwijs

In een reeks gesprekken interviewt Adrienne Schimmel coaches die met de ZelfKennisMethode (ZKM) werken binnen het onderwijs. We praten over de begeleiding van leraren en de specifieke rol en kracht van het zelfonderzoek voor hun professionele ontwikkeling. We praten met Marjolijn Zwolsman over haar ervaring in het onderwijs en haar plannen met de ZKM-opleiding die ze in het najaar van 2017 is gestart.

Marjolijn wil de ZKM-methodiek in combinatie met creatieve coaching gaan aanbieden. Ze tekent en schildert vanaf haar 4e jaar. Na de kunstacademie werkte zij in het onderwijs als docent beeldende vorming en stagebegeleider bij de opleiding Maatschappelijke Zorg op het ROC van Twente. Als zelfstandig ondernemer werkt ze nu vanuit haar onderneming Atelier Lijn. “Hoe die combinatie creativiteit en ZKM er precies uit gaat zien weet ik nog niet. Wat je ontdekt voor jezelf tijdens het Zelfonderzoek, de doelen die je voor jezelf stelt, kun je natuurlijk heel goed verwerken in creatieve opdrachten. Zelfs in de beginfase van een Zelfonderzoek zou je al met beelden kunnen gaan werken. Het gebruik van metaforen nodigt daar zeker al toe uit. Denk maar aan het beeld van een zeilboot met een mast en een zeil. Je moet zelf dat zeil ophijzen, dan kan de wind er vat op krijgen en kun je gaan varen. Dat beeld kan erg ondersteunend werken bij de coaching. Beelden komen vaak veel directer binnen. Gevoelsmatig spreekt iets je aan en daarna komen de woorden er pas bij. Creatief bezig zijn werkt meteen therapeutisch. Je schakelt alles even uit en verliest de tijd.”

“Studenten moeten zoveel ballen hooghouden”

“Ik heb de kunstacademie gecombineerd met een docentenopleiding. Ik gaf lange tijd les in het mbo, een mooie opleiding richting sociaal agogische vakken, SPW en welzijnswerk. Ik gaf niet alleen een leuke tekenles, maar het was ook de bedoeling dat het de studenten creatiever maakte en dat ze met hun doelgroep ook meer konden bedenken om te doen aan activiteitenbegeleiding. Ik kreeg natuurlijk zelf ook langzaam meer dingen te doen naast het lesgeven, een mentoraat, studieloopbaanbegeleiding en stagebegeleiding. Daar groeide ik steeds meer in. Het onderwijs is in mijn ogen enorm veranderd. In deze tijd is er zoveel aan de hand met studenten. Ze moeten zoveel ballen hooghouden. Ze hebben financiële problemen, relaties die ze proberen te onderhouden. School staat ergens een keer op nummer vijf in het lijstje van belangrijke zaken. De problemen van studenten zijn veel meer binnengedrongen in het onderwijs.”

“Je eigen professionaliteit komt zo te weinig aan bod”

“Het is gewoon buffelen voor leraren. Je moet er veel instoppen en je krijgt er relatief weinig voor terug. Iedereen is gewoon heel druk om alles rond te krijgen. Je moet erg flexibel zijn. De hoeveelheid werk is nooit gelijkmatig. Je hebt altijd te maken met piekperiodes, opeens komt alles tegelijk. Je moet op veel terreinen presteren. Je eigen professionaliteit, het vak waar je deskundigheid ligt en waar je het meest gemotiveerd voor bent, komt zo te weinig aan bod. Je vervangt lessen, alles moet maar doorgaan. Ook al is het misschien niet jouw expertise, en dat slurpt veel energie. Je loopt steeds maar overal achter aan en hebt relatief weinig ruimte voor scholing en jouw eigen ontwikkeling. Als het er is, dan is het vaak in het kader van een onderwijsontwikkeling, maar niet voor jezelf. En dat is juist heel erg nodig in het onderwijs. Als leraar, mentor of coach ben je steeds sterk op de ander gericht. Alles draait om die student, om zijn of haar toekomst. Dat die student de opleiding goed doorkomt met een stage die een beetje lekker loopt.”

“Het is zo fijn om even in de spiegel kijken”

“Een paar jaar geleden mocht ik zelf na een paar omweggetjes buiten school een loopbaantraject volgen en dat is dan zo heerlijk. Die mogelijkheid krijg je veel te weinig, financieel niet en qua tijd niet. Het is zo fijn om even in de spiegel te kijken. Waar ben ik mee bezig? Waar ligt nu eigenlijk mijn motivatie? Hoe ga ik dit volhouden en wil ik dit nog wel op deze manier? Vragen die volgens mij iedereen heeft. Daar even een time-out voor nemen en naar kijken. Dat gun ik iedereen, en de ZKM is dan een geweldig middel. Een zelfonderzoek is relatief kort en heeft veel opbrengst. “



“Ik was zelf heel moe na het vier uur lang vertellen tijdens het Zelfonderzoek. Maar ik heb later ontdekt dat iedere ZKM coach dat weer anders aanpakt. Ik had wel heel erg een gevoel van wauw, het ging wel helemaal om mij! Ik vond het mooi om zo in te zoomen op allerlei stukjes van mezelf. Vermoeiend én fijn. Dan krijg je natuurlijk het scoren van de gevoelens. En komen er allerlei dingen bovendien. In mijn geval was dat ik het moeilijk vind om trots te zijn op wat ik doe. Dat wist ik eigenlijk wel, maar op deze manier kwam het veel meer binnen. Het zei veel meer dan het tot dan toe voor mij betekende. Ik wist dat ik bescheiden ben, niet zo op de voorgrond wilde staan. Nu werd het gekoppeld aan trots, en dat is juist ook een hele positieve kracht.

“Door dat bewustzijn heb ik meer zelfverzekerdheid en meer rust”

“Het komt echt weer even in een nieuw licht te staan, onbewuste dingen komen naar boven en er ontstaat een nieuw inzicht; dat ik trots mag zijn op wat ik allemaal voor elkaar heb gekregen. Ik ben twee jaar geleden, na mijn verhuizing naar Drenthe, in een totaal nieuwe omgeving begonnen met het organiseren van schildercursussen en workshops. Ik had eigenlijk niet gedacht dat ik weer zou gaan studeren, maar ik ben met de ZKM-opleiding gestart. Daar mag ik trots op zijn! Dat ik die dingen oppak en doe en daar moet ik dan niet te gering over denken. Ik heb zelf een website gemaakt, dat heb ik toch maar netjes voor elkaar gekregen. Daar ben ik mij nu veel bewuster van. Door dat bewustzijn ben ik zelfverzekerder en heb ik meer rust. Het is ook goed zo, dit is nu mijn keuze en ik kan het. Ik was ook erg trots op mezelf dat ik de toets van de ZKM-opleiding had gehaald. De eerste keer dat ik het boek ‘Self-Narratives’, van Hermans opensloeg, dacht ik echt, dat gaat me niet lukken. Nu begrijp ik gewoon wat er staat, een erg lekker gevoel!”

“Als coach ga ik mij richten op jongeren en studenten, daar is zo veel aan de hand. De studiestress, het kost zoveel geld en dan ook het op kamers gaan, nieuwe vrienden maken, doe het allemaal maar eens. Je kunt wel ergens een test doen of advies halen en dat werkt dan voor een tijdje, of je raakt alleen nog maar verder van huis. In een Zelfonderzoek ontdek je zelf wat het beste is en daar kom je toch het verste mee. Er zijn niet zoveel plekken waar jongeren ruimte hebben om met dit soort vragen aan de slag te gaan. Natuurlijk ga ik ook met docenten aan de slag. Ik heb tenslotte alles van binnenuit zelf ervaren; de druk van het werk, van de organisatie, de onderwijsvernieuwingen en alle veranderingen, de zorgen die je hebt over de leerlingen. Je komt zelf niet meer aan bod als docent. Het lijkt mij mooi om daar een eigen vorm voor te verzinnen. Ben je tussen de 16 en de 30 en zit je met een dilemma of een vraag? Wat wil ik nu eigenlijk, wat kan ik, wat vind ik nu echt belangrijk? Welke keuzes wil ik maken en welke richting wil ik op? Ik ga graag met je mee op onderzoek!”

Breda, 11-9-2018