

## GETUIGENIS

**Amélie klopte aan bij COneCt toen ze nergens anders meer terecht kon**

### **“Ik keek echt uit naar de gesprekken”**

**Amélie is al meer dan 20 jaar leerkracht Frans. Voor haar was onderwijs altijd meer dan een baan. Ze zag het als een roeping: het vormde een groot stuk van haar identiteit. Toen ze in 2021 door een burn-out thuis moest blijven en besepte dat het een herstel van lange adem zou kunnen worden, kwam dat hard aan. Sinds enkele maanden staat Amélie met nieuwe moed en vol enthousiasme opnieuw voor de klas. COneCt speelde daarin een doorslaggevende rol.**

Amélie\* gaf Frans op een school in haar buurt. “Ik was vergroeid met die school. Mijn identiteit hing ermee samen. In mijn gemeente kende iedereen mij. Ik hield soms halve oudercontacten in de supermarkt...” Haar engagement was groot en haar werkdagen liepen soms door tot een gat in de nacht. Het deed haar niet, de leerlingen en de school gingen voor.

Maar in de loop van de jaren begon er hier en daar serieus wat te wringen. Ze zag problemen ontstaan voor haar vak en tussen collega's. De directie weigerde almaar hardnekkiger de kaart van het personeel en de leerlingen te trekken. Ze zag hoe gevestigde leerkrachten die openlijk bezwaar maakten, het leven moeilijk werd gemaakt, tot ze hun engagement opgaven, vertrokken naar andere oorden of zelfs helemaal uitvielen. Ook Amélie ondervond moeilijkheden met de directie. “Op een gegeven moment werd ik geroepen voor een gesprek. Ik kreeg nadien een verslag dat ik moest ondertekenen en waarin ik ervan beschuldigd werd niet loyaal en zelfs onrespectvol te zijn. Om na al die jaren van heel hard werken zoiets te moeten horen van iemand die ooit zelf mijn leerkracht was en heel goed wist waarvoor ik stond... dat hakte er ontzettend in.”

Het ging niet meer. Amélie voelde zich op en misbegrepen. “Net als heel wat van mijn collega's worstelde ik verschrikkelijk met het onrechtvaardigheidsgevoel dat erbij kwam kijken. Ik had immers al met allerlei instanties contact opgenomen, tot de inrichtende macht en de leerplancommissie toe. Overal kreeg ik te horen dat ik gelijk had, maar dat er weinig tegen een directie gedaan kon worden, zolang op papier alles in orde leek. Toen al is me duidelijk geworden dat mijn waarden en normen niet meer strookten met de visie van de directie. Maar mijn leerlingen waren mijn prioriteit, kwaliteit is steeds blijven primeren boven kwantiteit. Ik gaf me niet gewonnen, maar dat ging dus wel ten koste van mijn eigen gezondheid.

#### **“Ik wou werken, maar het lukte niet”**

Amélie's huisarts was duidelijk: thuisblijven, rust nemen, en wel nu. “Vreselijk vond ik dat”, zegt Amélie. “Ik was begin 40, ik wou heel graag werken, maar het lukte niet.” Er volgde een lange periode van herstel. “Het was nodig om voldoende tijd voor mezelf te nemen en afstand te nemen van een voor mij toxische omgeving.”

Waar kon ze nog terecht met haar verhaal? Was ze echt helemaal einde verhaal in de onderwijssector? In haar zoektocht las ze over COneCt, een toen relatief nieuwe dienst van haar

vakbond COC. Die gaf aan dat onderwijspersoneelsleden er konden aankloppen wanneer er iets schortte aan het functioneren in hun job. “Ik probeer het”, dacht Amélie. “We zien wel wat het brengt.”

Er volgde een rist gesprekken met Gert Maene van COneCt. “Die duurden telkens een tot twee uur, soms langer”, zegt Amélie. “Ze hebben me enorm geholpen in mijn herstelproces.”

### **Klankbord, wegwijzer**

Ann en Gert van COneCt zijn geen therapeuten. Ze bieden een luisterend oor, fungeren als klankbord. Maar hun uitgebreide kennis van zowel het onderwijsveld als van mogelijke problemen en hindernissen waarmee leerkrachten en ander onderwijspersoneel worstelen, zorgt ervoor dat ze hun gesprekspartners wel prima de weg kunnen wijzen.

“Op de duur keek ik echt uit naar de gesprekken. Ik wist: ik kan het allemaal even kwijt en Gert zal me aanmoedigen, ik zal me na afloop beter voelen”, vertelt Amélie. Hoe hardnekkiger haar burn-outverschijnselen werden, hoe meer Amélie immers was gaan geloven dat ze zwak was en tegen weinig kon. Haar zelfvertrouwen was compleet gekelderd. En COneCt was ook op dat vlak precies wat ze nodig had. “Er schuilt bij COneCt een enorme kennis: *Heb je daar soms al aan gedacht? Zou je deze piste niet eens onderzoeken?* Dankzij de gesprekken heb ik mezelf veel beter leren kennen en heb ik durven in te zien dat de schuld van mijn ziekte niet bij mij ligt. Dat was een enorme opluchting. En hoewel de coronacrisis ons verplichtte om haast alle gesprekken digitaal te voeren, kreeg ik toch telkens een vertrouwd gevoel. Het was allemaal echt heel erg waardevol.”

### **Verder aan de slag**

Na elk gesprek ontving Amélie een uitgebreid verslag over alles was ze met COneCt besproken had. “Het was een zwart-op-wit-bevestiging van wat er allemaal gezegd was. Alle tips en verdere lectuur die Gert me gaf stonden er ook in. Aan boeken lezen kwam ik eerst niet toe, maar toen ik me eenmaal beter begon te voelen, ben ik wel met een aantal onderwerpen doorgegaan. Ik verdiep me momenteel in hoogsensitiviteit. Het is Gert die de term voor het eerst laten vallen heeft, en hij blijkt helemaal op mij van toepassing. Perfectionisme is nog zo’n thema waar ik in de nabije toekomst mee aan de slag wil gaan.”

### **“Ik leef weer”**

Sinds een tijd gaat het beter met Amélie. In die mate zelfs dat ze graag weer voor de klas wou staan. “Mijn passie voor lesgeven was tijdens mijn burn-out en de jarenlange strijd op school tijdelijk ondergesneeuwd geraakt. Maar eigenlijk was lesgeven op zich nooit het probleem geweest. Ik deed het graag en ik had een geweldige band met mijn leerlingen: ze vonden me streng, maar rechtvaardig.” Na veel wikken en wegen trok ze haar stoute schoenen aan en ging ze zich presenteren op een nieuwe school. “Dat was niet niks. Ik had een hechte band met mijn oude school en de collega’s daar, maar had tegelijk een enorm wantrouwen voor directies opgedaan.”

Amélie werd met open armen ontvangen. “Ze hadden er dringend een leerkracht Frans nodig. Ik bood aan om met enkele lessen te beginnen, want ik wou voorzichtig zijn. Ik kwam immers van ver en moest me inwerken in een nieuwe omgeving, met andere collega’s, andere handboeken enzovoort. De uren die ik op school presteer mag je momenteel gerust maal drie doen, als je er de voorbereidingen en dergelijke bijtelt.”

Amélie staat weer met plezier voor de klas en voelt zich elke dag beter thuis op de nieuwe school. Haar artsen zijn het erover eens dat voltijds werken er niet meer in zal zitten. “Ik zie wel wat de

toekomst brengt. Ik weet ondertussen dat het voor mij heel belangrijk is om open te mogen communiceren, om te kunnen functioneren in een veilige omgeving waar ik me gewaardeerd mag voelen voor het werk dat ik lever, en om te mogen blijven streven naar kwaliteit.”

“Een dikke pluim voor COnneCt, echt waar”, besluit Amélie. “Het gaat nu zoveel beter met me. Ik sta opnieuw in het onderwijs, ik leef weer en ik leef weer graag. Ongetwijfeld zullen er ooit nog moeilijke momenten komen, maar ik voel me nu veel dichterbij mezelf en bij wie ik echt wil zijn. Daardoor sta ik veel steviger in mijn schoenen. En COnneCt heeft daar zonder twijfel een heel belangrijke en grote rol in gespeeld. Alles heeft een reden en ik heb dit hele gebeuren moeten meemaken om te beseffen dat ik absoluut mag vertrouwen op mijn intuïtie. Mocht men eens wat meer willen luisteren naar de ‘kanariepietjes in de mijn’, dan zou veel mensen heel wat leed bespaard kunnen blijven.”

\*Om privacyredenen koos de geïnterviewde voor een schuilnaam.