

# Psychologische veerkracht voor de leerkracht

## ACT in het onderwijs

Leerkrachten maken het onderwijs. Zij vormen onze kinderen. Leerkrachten die vanuit hun hart werken en doen wat ze echt belangrijk vinden, die veerkrachtig, vol energie en aandacht voor de klas staan, hebben een enorm effect op de wereld.

Door je als leerkracht te verbinden aan je werk vanuit dat wat je waardevol vindt, helpt je om iets moois voor elkaar te krijgen, geeft voldoening en inspiratie om het vol te houden. Aan de andere kant kan je kracht ook je kwetsbaarheid zijn. Als je je zo verbonden voelt met wat je doet, kan je snel over je grens gaan en uit het oog verliezen of dat wat je doet ook werkt. Dan liggen overbelasting en burn-out op de loer. Werken in het onderwijs vraagt op allerlei vlakken veel van je.

Femke Klomp, trainer, coach en opleider, en Maaike Steeman, gezondheidszorgpsycholoog, geven leerkrachten inzichten en praktische handvatten om de psychologische flexibiliteit te vergroten en om de leerkracht te zijn die ze graag willen zijn.

De inhoud is gebaseerd op nieuwe en baanbrekende inzichten vanuit Acceptatie- & Commitment Therapie (ACT) en maakt de vertaalslag naar de mens achter de leerkracht en zijn onderwijspraktijk. Uitgangspunt is wetenschappelijke kennis en ervaren, leren en exploreren in de praktijk.



**ISBN:** 9789088509384

**Auteurs:** Maaike  
Steeman, Femke Klomp

[www.swpbook.com/2204](http://www.swpbook.com/2204)