

INHOUDSOPGAVE

- 7 Voorwoord
- 11 Hoe je dit boek kunt gebruiken
- 13 Inleiding
- 17 Vijf strategieën voor het creëren van een cultuur van karaktervorming

Deel 1

- 25 Strategie 1. Spreek de taal der deugden
- 55 Strategie 2. Herken leermomenten
- 85 Strategie 3. Stel duidelijke grenzen
- 117 Strategie 4. Eer de geest
- 143 Strategie 5. Wees een spirituele kameraad

Deel 2

- 171 Hoe je dit deel kunt gebruiken
- 173 52 deugden, de bouwstenen van ons karakter
- 174 Assertiviteit 234 Hoffelijkheid
- 178 Begrip 238 Idealisme
- 182 Behulpzaamheid 242 Ijver
- 186 Betrouwbaarheid 246 Ingetogenheid
- 190 Creativiteit 250 Integriteit
- 194 Dankbaarheid 254 Liefde
- 198 Dienstbaarheid 258 Loyaliteit
- 202 Doelgerichtheid 262 Matigheid
- 206 Eenheid 266 Mededogen
- 210 Eerlijkheid 270 Moed
- 214 Eerzaamheid 274 Naastenliefde
- 218 Enthousiasme 278 Nederigheid
- 222 Flexibiliteit 282 Onthechting
- 226 Geduld 286 Oprechtheid
- 230 Geloofwaardigheid 290 Ordelijkheid

294	Rechtvaardigheid	338	Vergevingsgezindheid
298	Reinheid	342	Vertrouwen
302	Rekening houden met	346	Volharding
306	Respect	350	Vredelievendheid
310	Samenwerking	354	Vreugde
314	Tact	358	Vriendelijkheid
318	Toewijding	362	Vrijgevigheid
322	Uitmuntendheid	366	Zachtaardigheid
326	Vastberadenheid	370	Zelfdiscipline
330	Verantwoordelijkheid	374	Zelfvertrouwen
334	Verdraagzaamheid	378	Zorgzaamheid
382	Nawoord SVPN		

Voorwoord

Toen ik een jonge moeder was en mijn twee jongens opvoedde in Zuid-Carolina, was ik geschokt en verdrietig toen ik merkte dat mijn kinderen thuiskwamen met waarden die niet overeenkwamen met de geloofsovertuigingen van ons gezin. Ik kan mij herinneren dat mijn jongste zoon Craig, die in groep drie zat, thuiskwam met racistische ideeën en met generalisaties ten aanzien van mensen met een andere huidskleur. Toen ik hem daarover aan de tand voelde, omdat ik wilde begrijpen hoe hij hierop was gekomen, had hij het over 'Roetmoppen' en gebruikte hij soortgelijke woorden die hij had gehoord. Toen ik hem vroeg: 'Maar Craig, hoe denk je dan over Dennis?' (Dennis was zijn beste vriend en had een chocoladekleurige huid), antwoordde hij, met de logica van een zesjarige, 'Nou, hij is niet zo!' Toen ik hem vroeg waarom dat dan zo was, zei hij: 'Omdat hij mijn beste vriend is.' Na dit voorval besprak ik vaak met hem dat het heel belangrijk is om hier zelf over na te denken en je eigen mening te vormen, en sindsdien hoor ik hem niet meer zeggen dat het gevaarlijk is om een relatie aan te gaan met iemand met een andere huidskleur. Het was moeilijker voor mij om hem respect, verdraagzaamheid en eenheid bij te brengen omdat er op school niet over deze deugden gesproken werd.

Ik vond het ook heel vervelend dat mijn zoon voortdurend overweldigd werd door al het lawaai en de verwarring van het experiment van de 'open klas' – een methode die in praktijk werd gebracht zonder veel te begrijpen van de aanpak die dit vereiste. Er werden bijvoorbeeld geen grenzen gesteld in de klas. Op een dag ging ik kijken naar dit 'onderwijsgebeuren' en ik constateerde dat de kinderen schreeuwend rondrenden. Één van die kinderen was mijn zoon. Ik werd bijkans doof van het kabaal. Mijn hart ging uit naar mijn zoon en de andere kinderen, die slecht waren toegerust om te kunnen omgaan met deze chaos. Mijn hart ging ook uit naar de onderwijzer. Ik besloot dat ik hier iets aan wilde doen.

De volgende dag maakte ik een afspraak met de rector. 'Ik weet dat dit openklas-experiment niet goed werkt, maar ja, wat kan ik eraan doen ...' zei hij, terwijl hij verslagen keek. Ik zei: 'Vind je het goed als ik een kleine bijdrage lever?'

‘Hoe dan?’ vroeg hij. ‘Wat is de lastigste klas, de klas met de grootste ordeproblemen?’ vroeg ik. ‘Groep drie’, zei hij. Hij wist dat ik een psychotherapeute was die met kinderen en gezinnen werkte, en hij zei: ‘Ik weet niet wat je van plan bent, maar doe het alsjeblieft.’ Ik benaderde de onderwijzeres van groep drie, die om 11 uur ‘s ochtends al baadde in het zweet. De kinderen waren heel druk. Een klein meisje wierp zich steeds tegen de onderwijzeres. Die zei: ‘Kimmy, hou daar mee op.’ Ik zei tegen haar: ‘Ik zou je graag een aantal keren per week helpen. Geef me de vijf kinderen onder mijn hoede die de grootste uitdaging vormen, de lastigste portretten. Ik zal me twee keer per week een paar uur om hen bekommeren.’ Ik zal nooit vergeten hoe zij toen keek. Ze barstte zowat in huilen uit. Ze wees vijf kinderen aan, waaronder Kimmy. Een paar dagen later kwam ik op school met tekenpapier, kleurtjes, een doosje rozijnen en een idee.

Juf Johnson riep de namen van de vijf kinderen en zij schaalden zich om me heen vol bange voorgevoelens. Ik bukte me en zei tegen hen: ‘Ik neem jullie mee naar een heel bijzondere plek. Jullie zijn door je juf uitgekozen om met mij mee te gaan.’ Ze keken nauwelijks minder bezorgd. Ze liepen, sprongen en slenterden achter me aan naar een kleine voorraadkamer waar ik een kring stoeltjes had neergezet. ‘Neem plaats alsjeblieft.’ Ik keek naar ze en probeerde hun karaktereigenschappen snel in me op te nemen. Leroy keek voortdurend snel om zich heen, het leek wel of hij een neurologische handicap had; Johnny was zo overactief dat hij letterlijk de muur achter zijn stoel probeerde te beklimmen; Kimmy’s kleding was onverzorgd, haar haar zat totaal door de war en ze bewoog zich voortdurend alsof ze erg opgewonden was. Ik vroeg me af of deze kinderen misbruikt werden of verwaarloosd waren. Raymond was traag en veel te dik, en Timmy leek steeds woedend. Kimmy en Johnny waren van Kaukasische afkomst, Leroy, Raymond en Timmy van Afro-Amerikaanse afkomst.

Ik zat op de grond tegenover hen in een halve kring en zei: ‘We gaan samen drie heel bijzondere dingen leren, die iedereen in zich heeft. Het zijn respect, geduld en zelfdiscipline.’ Ik keek naar de vier kinderen die opletten en besteedde geen aandacht aan Johnny, die nog steeds op zijn stoel stond maar moe begon te worden van zijn pogingen om tegen de muur op te klimmen. Opeens draaide hij zich om en hield hij ermee op, misschien wel om te zien of ik hem in de peiling had. Ik buitte het moment onmiddellijk uit. ‘Zie je hoe Johnny nu

naar me kijkt en mij zijn volle aandacht geeft? Dat bedoel ik nu met respect.’ Johnny keek naar me alsof hij door de bliksem was getroffen en ging op een stoeltje zitten. Ik kreeg zijn volle aandacht. ‘Deze bijeenkomsten zijn ons geheim, en als je deze drie dingen hebt geleerd – respect, geduld en zelfdiscipline – dan kun je ze vervolgens aan de andere kinderen van de klas leren.’ Ik maakte elke week woorden van rozijnen en popcorn en als ze zich die woorden eigen hadden gemaakt, mochten ze de woorden ‘opeten.’ Ze lachten en aten. Tijdens de bijeenkomsten besteedden we vooral aandacht aan een paar sociale vaardigheden die hen konden helpen om de drie deugden in praktijk te brengen. Ze leerden dat als de juf om stilte vroeg, ze zo stil moesten worden ‘als een standbeeld.’ Ze vonden het vreselijk leuk om voor standbeeld te spelen en ze begrepen dat het een manier was om respectvol te zijn als er aanwijzingen werden gegeven. Ze leerden dat als zij wilden reageren tijdens de les, zij een hand over hun mond moesten leggen en de andere in de lucht moesten steken, in plaats van de juf te overvallen met geschreeuw. Dit was een manier om zelfdiscipline in praktijk te brengen. Terwijl de anderen tekenden, oefende Kimmy in het maken van een ‘tovercirkel van respect.’ Omdat ze geen besef had van grenzen die andere mensen hebben met betrekking tot hun lichaam, sprong ze tegen hen aan alsof ze een aapje was. Ik deed haar inzien dat iedereen een onzichtbare, eigen ruimte om zich heen heeft, die zij in acht diende te nemen om zichzelf en anderen respect te kunnen betonen. Als het haar lukte om een hele bijeenkomst niet tegen mij of de andere kinderen aan te springen, kreeg ze een knuffel van me aan het slot van de bijeenkomst. Als Johnny zijn best deed om op te letten, erkende ik uitgebreid zijn inspanningen om zelfdiscipline te betrachten. Raymond betoonde enthousiasme en uitmuntendheid in het herkennen van woorden. Binnen een paar weken begonnen ze allemaal te lezen. De rector vertelde me dat er ‘wonderbaarlijke’ veranderingen in de kinderen plaatsvonden. Tegen het eind van het trimester stapten de kinderen trots de klas binnen met hun tekeningen over respect, geduld en zelfdiscipline. ‘Wij zijn jullie leraren vandaag’, zei Raymond met zelfvertrouwen. ‘We gaan jullie leren wat respect inhoudt’, zei Johnny terwijl hij van oor tot oor grijnsde. ‘We gaan jullie ook uitleggen wat geduld is’, zei Kimmy met een vredelievende glimlach. Leroy en Timmy demonstreerden de techniek waarbij zij een hand in de lucht staken en de andere over hun mond legden. We speelden voor standbeeld van respect

met de hele klas. Mijn kinderen glommen van trots, toen de andere kinderen hen trakteerden op een oorverdovend applaus. Het resultaat was dat de school het deugdenproject introduceerde – deze simpele methode om de deugden in de kinderen te ontwikkelen. Er meldden zich vrijwilligers aan om van deze methode een blijvend succes te maken.

Er bestaat behoefte aan methodes die ons helpen om de school om te toveren in een veilige, gelukkige leeromgeving. Het doel van het deugdenproject is om de omstandigheden te scheppen waarin het normaal is dat kinderen de deugden respect, geduld, zelfdiscipline, verdraagzaamheid en het plezier in het leren worden bijgebracht, zodat ze deel gaan uitmaken van hun karakter. Het ontwikkelen van het karakter van het kind moet onze hoogste prioriteit zijn. Het wordt tijd dat onze scholen gemeenschappen worden die goed voor hun leerlingen zorgen door hen aan te moedigen om te leven naar de deugden – het beste dat zij in zich hebben.

Linda Kavelin Popov

Hoe je dit boek kunt gebruiken

Het deugdenboek voor het onderwijs is zo ontworpen, dat leerkrachten gereedschappen en strategieën tot hun beschikking krijgen die hen helpen om het karakter van kinderen te vormen. Dit doen zij door positieve omstandigheden te scheppen die de leerlingen helpen om in hun kracht te gaan staan, terwijl zij hun kennis vergroten en groeien. Deze strategieën kunnen makkelijk worden geïntegreerd in de leerstof, de regels en de manier van omgaan met elkaar op elke school en binnen iedere organisatie. Het wereldwijde deugdenproject is een positieve, brede methode die in veel culturen wordt toegepast om het beste in kinderen en volwassenen naar boven te brengen.

Deze gids geeft voorbeelden van uitmuntend gedrag overal ter wereld, concrete voorbeelden waaraan je kunt zien hoe je de strategieën van het deugdenproject kunt integreren in je eigen school of lesprogramma.

De activiteiten aan het eind van elk hoofdstuk en de beschreven deugden zijn geschikt voor kleuters en kinderen op de basisschool en de middelbare school. Veel oefeningen zijn geschikt voor kinderen van alle leeftijden. We laten het echter aan jou over om te beslissen welke activiteiten passen bij de leeftijd, en de cultuurle en maatschappelijke achtergrond van de kinderen met wie je werkt. Voel je vrij om de oefeningen zo te veranderen dat zij geschikt zijn voor de kinderen die je onder je hoede hebt.

Mentoren zullen baat hebben bij de kunst van spiritueel kameraadschap tijdens hun werk. We bieden een methode aan die kinderen helpt om in te zien wat de kern van de zaak is en die een beroep doet op de deugden die hen kunnen helpen om zelf hun problemen op te lossen. Dit is overigens ook belangrijk gereedschap bij rouwverwerking en zelfmoordpreventie.

Deze gids bevat de volgende drie gedeelten.

DEEL 1. EENVOUDIGE MANIEREN OM EEN SFEER TE SCHEPPEN WAARIN HET NORMAAL IS OM AANDACHT TE BESTEDEN AAN KARAKTERVORMING

- * Deel één is gewijd aan de vijf strategieën van het deugdenproject.
- * Er worden methodes aangereikt om deze strategieën in praktijk te brengen.

- * Er worden voorbeelden van uitmuntendheid gegeven op scholen en educatieve instellingen uit de hele wereld.
- * Aan het eind van elk hoofdstuk over een strategie staan klassenactiviteiten, activiteitenlijsten voor leerlingen en activiteiten voor de hele school.
- * Er staat een samenvatting van elke strategie waarin alle sleutelbegrippen worden vermeld.

DEEL 2. DE DEUGDEN: ONZE INNERLIJKE GESCHENKEN

- * 52 deugden, van assertiviteit tot zorgzaamheid.
- * Hoe je de deugden kunt toepassen in de klas en tijdens activiteiten voor de hele school.
- * Op de eerste pagina van elke deugd staat een omschrijving van elke deugd. De vraag wordt beantwoord waarom je de deugd in praktijk zou brengen en er wordt uitgelegd hoe je dat kunt doen.
- * Op de tweede pagina van elke deugd staan een aantal vragen over het in praktijk brengen van de deugd in verschillende situaties, die in een rollenspel uitgebeeld kunnen worden. De tekens van succes worden genoemd en er wordt een affirmatie gegeven.
- * Op de derde pagina van elke deugd staan voorstellen voor activiteiten, vragen om over na te denken, handenarbeid of kunstprojecten.
- * Bij elke deugd worden punten genoemd die je op een poster over de desbetreffende deugd kunt zetten.
- * Op de vierde pagina van elke deugd staan 'te citeren citaten' die je aan de muur kunt hangen.

Inleiding

ONZE SCHOLEN HEBBEN MET PROBLEMEN TE KAMPEN

De hoeveelheid geweld op scholen is alarmerend; het lijkt wel oorlog op sommige scholen. In Amerika is moord de voornaamste doodsoorzaak van jongeren. Veel jongeren in Amerika gaan naar school met wapens. Bij de deur staan gewapende bewakers met metaaldetectors. Veel kinderen kunnen toveren op technologisch gebied, maar begrijpen niets van ethische principes. Steeds meer scholieren maken hun school niet af, wat ook alarmerend is. Leraren raken steeds meer gestrest doordat ze zich bedreigd voelen, terwijl er toch al zoveel van ze verwacht wordt met betrekking tot het overbrengen van de leerstof. Als we niet doordringen tot de kern van deze problemen, gaan ze niet weg, maar worden ze groter.

HET GEBREK AAN ZINGEVING

Tijdens een onderzoek door het 'Harvard Center for Moral Education' werd aan jongeren die zinloos geweld hadden gepleegd gevraagd waarom ze dat hadden gedaan. Negentig procent van de jongeren zei: 'Omdat ik me verveelde.' Verveling is een spirituele ziekte – de ziekte van de zinloosheid.

Als een gebrek aan zingeving de ziekte is, zal de genezing moeten inhouden dat jongeren de zin van hun leven gaan ervaren. Diep in alle mensen leeft het verlangen om een belangrijke bijdrage te leveren, om een stempel op de samenleving te drukken. Dit verlangen komt voort uit de drang om de aangeboren deugden idealisme, doelgerichtheid en creativiteit te ontwikkelen en tot uitdrukking te brengen. Adolescenten voelen de drang om hun stempel op de samenleving te drukken. Als aan dat verlangen geen positieve richting wordt gegeven en jonge mensen geen kans wordt geboden om te ontdekken en ervaren wat betekenisvol is in hun leven, zal dit verlangen op een disfunctionele manier worden vormgegeven.

DE WEDERGEBOORTE VAN WAARDEN EN DEUGDEN

Gelukkig kunnen we een wedergeboorte van waarden en deugden doen plaatsvinden waarmee we ons op de kern van het probleem richten. Het doel van het leven is volgens de belangrijkste filosofische overtuigingen het cultiveren van de deugden. Rechtvaardigheid is niet nieuw. Liefde is geen nieuw idee. De deugden zijn de oudste ideeën ter wereld. Toch zijn we moreel en spiritueel uitgehongerd wat betreft het in praktijk brengen van deze eenvoudige, tijdloze deugden. Veel onderwijzers en schoolhoofden hebben gemerkt dat het ontdekken en toepassen van de strategieën van het deugdenproject de cultuur van hun school totaal verandert, doordat er een leefomgeving wordt gecreëerd die doordrenkt is van zorgzaamheid en respect. Ontmoedigde leerlingen worden enthousiaste leerlingen, nu we begrijpen dat woorden als 'lui', 'stom', 'waardeloos', 'hopeloos' en 'onacceptabel' de leerlingen demoraliseerden en ontmoedigden. Als in de klas louter bemoedigende woorden worden gebruikt, zoals 'behulpzaam', 'uitmuntend', 'mededogen', 'zelfdiscipline' en 'vriendelijk', komen deze deugden tot bloei, wat te merken valt aan het gedrag van de leerlingen.

De deugden zijn wat goed is aan ons.
Sharon, zes jaar

WAAROM DEUGDEN? WAAROM GEEN WAARDEN?

Uit onze waarden kunnen we afleiden wat wij belangrijk vinden. Dat kan van alles zijn. Misschien vinden we het belangrijk om rijk en beroemd te worden, misschien vinden we het belangrijk om de grootste crimineel te worden uit de geschiedenis van de mensheid of misschien vinden we het belangrijk om macht over anderen uit te oefenen, maar dat betekent nog niet dat we een mooi karakter hebben. Waarden zijn bovendien cultuur gebonden. Wat sommige culturen of families belangrijk vinden, vinden andere culturen of families onbelangrijk. Deugden zijn veel universeler dan waarden. Waarden zijn cultuur gebonden terwijl deugden in alle culturen belangrijk worden gevonden.

EEN BREDE BENADERING

Als leerkrachten jongeren willen helpen om hun karakter te ontwikkelen, raken zij soms ontmoedigd omdat zij niet weten hoe zij over waarden kunnen beginnen zonder mensen met andere overtuigingen voor het hoofd te stoten. Zo zijn er bijvoorbeeld kinderen mét een godsdienstige overtuiging en kinderen zonder geloofsovertuiging. Hoe kunnen wij het karakter van jongeren vormen in een pluralistische samenleving? Hoe kunnen we voorkomen dat we hen de waarden van één geloofsovertuiging opleggen? Een eenvoudige oplossing voor dit probleem is ons te richten op de ontwikkeling van de deugden.

We kunnen ons niet veroorloven om te wachten tot de discussie over normen en waarden is afgerond. Er sterven teveel kinderen. De methode die hier wordt gepresenteerd, omzeilt dus dit probleem en richt zich direct op het inspireren van jongeren met behulp van deugden als moed, eerzaamheid, rechtvaardigheid en mededogen. Alle ouders – van elke geloofsovertuiging of zonder geloofsovertuiging – vinden het prettig wanneer kinderen een integer karakter ontwikkelen.

De strategieën van het deugdenproject zijn een eenvoudige, in de praktijk getoetste methode, die kinderen helpt om zich te herinneren wie ze werkelijk zijn en om te beseffen dat de zin van het leven het leiden van een zinvol leven is. De deugden vormen de inhoud van ons karakter, de basiselementen van de menselijke geest. In potentie zijn zij in ieder kind aanwezig. We hebben behoefte aan een methode die kinderen helpt om zich te gedragen naar het mooiste in hen. Het doel van een ware opvoeder is om de deugden wakker te maken die in het kind sluimeren. Dit boek beschrijft eenvoudige manieren om dit te doen.

Het is het beste om de karakterkwaliteiten van een kind wakker te maken als het nog klein is. Dit is het ideale moment om het kind te helpen om zich ervan bewust te worden dat de deugden ons leven zin kunnen geven. Overigens hebben wij ontdekt dat het nooit te laat is om kinderen te helpen om tot dit zeer belangrijke besef te komen. De deugden leven in onze kinderen – ze dienen gewoon wakker te worden geschud. Als dit door steeds meer mensen wordt gedaan, zullen de deugden overal triomferen.