

Succes en geluk



Succes en geluk

| | | |
|---|--|--|
| Uitvoering <ul style="list-style-type: none"> ✓ Klassikaal ✓ Kleine groep ✓ Individueel | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Begeleid ✓ Huiswerkopdracht ✓ Duur: 20/60 min. | Middelen <ul style="list-style-type: none"> ✓ Werkbladen |
| CDDQ schalen <ul style="list-style-type: none"> - Gebrek aan motivatie - Besluiteloosheid ✓ Belemmerende overtuiging | <ul style="list-style-type: none"> - Welke stappen zetten - Jezelf onvoldoende kennen - Gebrek aan info tav studies - Moeilijk goede info vinden | <ul style="list-style-type: none"> - Onbetrouwbare informatie - Innerlijke tegenstrijdigheden - Externe tegenstrijdigheden - Niet CDDQ specifiek |
| ACT categorie <ul style="list-style-type: none"> - Acceptatie - Hier en nu ✓ Waarden | <ul style="list-style-type: none"> - Betrokken actie - Zelf als context - Defusie - Niet ACT specifiek | Moeilijkheidsgraad voor begeleider <ul style="list-style-type: none"> ✓ Direct Toepasbaar - Oefening - Scholing |

Doel

De leerling ontwikkelt ideeën over de rol die succes en geluk in zijn leven zouden kunnen spelen.

Werkwijze

Deel de werkbladen voor de leerling/student uit en moedig de leerling(en) aan om een en ander goed te lezen en de stappen van de opdracht uit te voeren. Bespreek de opgedane ervaringen in de klas of in groepjes. Laat de leerlingen hun lijstjes en antwoorden met elkaar uitwisselen. Besteed vooral aandacht aan de conclusies die leerlingen trekken en aan de vraag of hun mening veranderd is na het gesprek met hun ouders.

Achtergrond

Succes en geluk worden nogal eens door elkaar gehaald. Succes is niet automatisch een geschikt middel om gelukkig te worden. Uit onze ervaring en uit gesprekken met decanen blijkt dat nog steeds veel ouders hun kinderen in zekere zin blindelings stimuleren om zo hoog mogelijke opleidingsniveaus te kiezen. Ons doel is dergelijke automatisen ter discussie te stellen en te stimuleren dat leerlingen zich (deels samen met hun ouders) eens afvragen hoe voor hen de relatie ligt tussen succes en geluk.

Haring (2008) stelt op zeer leesbare wijze de filosofische vraag naar de waarde van succes. SVGB (2014) signaleert kansen in specifieke, interessante doe-beroepen op middelbaar niveau. De econoom Layard (2005) biedt een uitvoerige, vaak geciteerde studie over de factoren die bijdragen aan levensgeluk. De economische factor blijkt daarbij van ondergeschikt belang. Dittmar, Bond, Hurst en Kasser (2014) voerden een meta-analyse uit over 171 wetenschappelijke, meer psychologisch georiënteerde onderzoeken naar de relatie tussen geluk en materialisme. Zij concluderen dat mensen die het belangrijk vinden om veel geld of materiële bezittingen te hebben, minder gelukkig zijn dan mensen die dat niet zo belangrijk vinden. Volgens hun gegevens hechten jongeren steeds meer waarde aan geld en materiële zaken. Ze vinden dat het tijd wordt om deze ontwikkeling tegen te gaan.

Literatuur

Dittmar, H., Bond, R., Hurst, M., & Kasser, T. (2014). The Relationship Between Materialism and Personal Well-Being : A Meta-Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 107(5), 879–924.

Haring, B. (2008). *Voor een echt succesvol leven*. Amsterdam: Nijgh & Van Ditmar.

Layard, R. (2005). *Happiness*. London: Penguin Books.

SVGB (2014). *Zeldzame specialistische beroepsgroepen en kleinschalig beroepsonderwijs*. Monitor SOS Vakmanschap - editie 2014. Utrecht: SVGB.