

Wijsheid en compassie

Wijsheid en compassie vormen twee kanten van een medaille. Door het ontwikkelen van wijsheid groeit compassie en door een grotere bewogenheid ontwikkelt zich een verdergaande wijsheid. Je kunt het vergelijken met als we iemand helpen, leren we die persoon beter kennen. En als we die persoon beter leren kennen, kunnen we hem of haar ook weer beter helpen.

Compassie begint met een initieel gevoel van medegevoel, empathie en medeleven. Vanuit dit gevoel kan dan de motivatie, wens, intentie opkomen om iets aan het leed (pijn, frustratie, angst) te willen doen. Belangrijke vragen vanuit compassie zijn dan ook: “Wat kan ik bijdragen en wat is er nodig?” Als deze motivatie vervolgens wordt doorgezet in het handelen door middel van de toepassing van zes leercompetenties, dan wordt dit sociaal vaardig handelen genoemd.

Waarom is het ontwikkelen van compassie in het onderwijs belangrijk?

Compassie is een uiterst belangrijke voorwaarde voor de totale ontwikkeling van elk kind. Als kinderen meer begaan zijn met elkaar, elkaar proberen te helpen en te begrijpen, dan is dit goed voor elk kind. Kinderen kunnen natuurlijk ook compassie voor zichzelf ontwikkelen door bijvoorbeeld minder perfectionistisch voor zichzelf te zijn en niet het gevoel te hebben alles zelf te moeten doen, maar dat je ook om hulp kunt vragen. De ontwikkeling van compassie is erg belangrijk voor positief zelfgevoel, zelfvertrouwen, sociale competentie en zorgzaamheid voor elkaar.

“Compassie moet wereldwijd onderdeel worden van het onderwijs “

Dalai lama (Tibetaanse monnik en Nobelprijswinnaar)