

Welbevinden op School

Welbevinden op School is een kennis- en ondersteuningsprogramma met als doel om scholen (po, vo, go en mbo) en hun partners (zoals GGD en gemeenten) in staat te stellen integraal te werken aan welbevinden. Welbevinden op School is een samenwerking van het Trimbos-instituut en Pharos Expertisecentrum Gezondheidsverschillen. De kennis, tools en deskundigheidsbevordering van Welbevinden op School hebben hun basis in wetenschappelijk onderzoek.

Kinderen en jongeren ontwikkelen én leren beter als ze goed in hun vel zitten. Als ze zichzelf kunnen zijn en opgroeien in een kansrijke omgeving. En omgekeerd zorgt goed onderwijs voor een beter welbevinden. School zou dus een veilige omgeving moeten zijn die, naast leerprestaties, welbevinden en een inclusief schoolklimaat vooropstelt.

Scholen doen al veel om het welbevinden van leerlingen en studenten te bevorderen. Dit gebeurt vaak in de vorm van losse (beleids)maatregelen en/of interventies. Vaak zijn problemen die zich voordoen de aanleiding om ermee aan de slag te gaan. Internationaal onderzoek en praktijkervaring wijzen uit dat betere resultaten worden behaald wanneer er een plan is voor de lange termijn, gedragen op alle niveaus binnen en rondom de school.

Wat levert het op?

De kracht van integraal werken is de preventieve insteek, en de inzet op het verbeteren van het welbevinden van álle leerlingen en studenten. Zo creëren scholen een veilig en kansrijk school- en studieklimaat waarbinnen kinderen en jongeren zich optimaal kunnen ontwikkelen. Daarmee zijn zij weerbaar tegen (toenemende)maatschappelijke druk, en worden psychische problemen tijdig gesignaleerd en zoveel mogelijk voorkomen. Ook leidt de inzet op het welbevinden van alle leerlingen tot minder probleemgedrag, minder angst- en depressieklachten en minder schooluitval.

Werken in het onderwijs kan gepaard gaan met een hoge werkdruk en stress onder leraren, bijvoorbeeld vanwege de hardnekkige lerarentekorten. Het is dus belangrijk om ook aandacht te hebben voor het welbevinden van leraren. Werken vanuit een duurzame, gezamenlijke visie op welbevinden en leren voorkomt dat onderwijspersoneel veel tijd kwijt is aan losse initiatieven.

Praktische tools

Integraalwerken begint met kleine, haalbare stappen. Een concreet stappenplan laat zien welke stappen je als school kunt zetten om integraal aan welbevinden te werken. Een aantal stappen bevat aanvullende tools, zoals:

- Een checklist om de huidige situatie in kaart te brengen.
- Concrete werkvormen om een visie op welbevinden en leren te ontwikkelen.
- Inspiratiekaarten met tips, tools en praktijkvoorbeelden van andere scholen.

De tools zijn ontwikkeld in nauwe samenwerking met onderwijsprofessionals.

Benieuwd naar meer tools? Kijk op www.welbevindenopschool.nl.