Welbevinden
OP SCHOOL

CHECKLIST

Huidige situatie in kaart brengen

Welbevinden in het primair onderwijs, voortgezet onderwijs en gespecialiseerd onderwijs





Wil je meer en blijvende aandacht voor het thema welbevinden binnen jouw school? Gebruik dan deze checklist om jullie huidige situatie systematisch in kaart te brengen. Wat gaat er goed? Wat verdient meer aandacht? Is er voldoende aandacht voor gelijke kansen op een goed welbevinden van álle leerlingen? En wat heeft prioriteit?

Voor wie?

Deze checklist is bedoeld voor het kernteam dat zich bezighoudt met welbevinden. Zoals iemand uit de schoolleiding/het managementteam, het ondersteuningsteam en iemand uit het lerarenteam. De checklist is opgebouwd aan de hand van de vier Gezonde School-pijlers: Beleid, Schoolomgeving, Educatie en Signaleren. Gebruik de checklist als gesprekstool om **samen in gesprek te gaan**.

Tip

Bekijk voordat je de checklist invult het stappenplan 'Werken aan welbevinden'. Hierin lees je meer over het samenstellen van een kernteam en de stappen die je als kernteam kunt zetten om schoolbreed te werken aan welbevinden. Deze checklist helpt je daarbij.

Werk je met de Gezonde School-aanpak en/of als Gezonde School-adviseur?

De vragen en stellingen sluiten aan bij de digitale tool 'Aan de slag' op Jouw Gezonde School. Deze checklist kun je (met de school) gebruiken als gesprekstool: hij biedt extra vragen en stellingen om (met scholen) in gesprek te gaan over de kansen binnen de vier pijlers. Naast de antwoordmogelijkheden A, B en C kun je bijvoorbeeld ook vragen om een cijfer van 1 tot en met 10 te geven.



Hoe ver zijn jullie als school met het thema welbevinden?

Kruis bij elke vraag aan hoe ver dat onderdeel van het thema welbevinden is gevorderd bij jullie op school.



A **Dit onderdeel is nog niet (voldoende) ontwikkeld.**
(Het heeft veel aandacht nodig, zodat het onderdeel gaat zijn van de school.)



B **Er is aandacht voor dit onderdeel, maar er is verbetering mogelijk.**
(Het heeft nog wat aandacht nodig. Het inbedden zal niet helemaal vanzelf gaan.)



C **Dit onderdeel staat sterk.**
(We brengen het in de praktijk en we zorgen ervoor dat dit zo blijft.)

Vragen die je elkaar kunt stellen wanneer je A of B invult:

Kun je voorbeelden noemen van wat er nog beter kan?

Wat is onze ambitie op dit onderdeel?

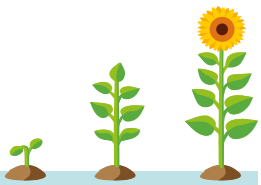
Wat is er nodig om dit onderdeel te verbeteren? (Bijvoorbeeld: externe partijen, visievorming, draagvlak vanuit de schoolleiding, agendering.)

Vragen die je elkaar kunt stellen wanneer je C invult:

Kun je voorbeelden noemen die bewijzen dat het zo goed gaat? Waar blijkt dat uit?

Bevalt de manier waarop het nu is ingericht?

Hoe komt het dat het onderdeel goed is geborgd binnen de school?



A B C

Beleid
Visie, draagvlak en uitvoering

☐ ☐ ☐ **1. Heeft jullie school een (actuele) visie op welbevinden en leren? Zo ja: wat is deze visie en waar is deze te vinden?**

☐ ☐ ☐ **2. In deze visie staat hoe we werken aan gelijke kansen op een goed welbevinden van leerlingen die opgroeien in ongunstige omstandigheden*. Zo beschrijft de visie bijvoorbeeld hoe we omgaan met meertaligheid/ inzetten van de thuistaal, culturele verschillen, inclusie, diversiteit en het actief verbinden van Nederlandse en nieuwkomersleerlingen op school.**
*(*Zoals opgroeien in armoede, vlucht- of arbeidsmigratieachtergrond, moeite met lezen en schrijven, jonge mantelzorgers).*

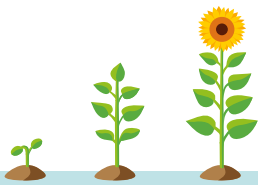
☐ ☐ ☐ **3. De schoolleider (en team-/afdelingsleider) ziet het welbevinden van leerlingen en het schoolteam als een van de belangrijkste taken.**

☐ ☐ ☐ **4. Er is voldoende draagvlak voor de visie bij teamleden. Zij dragen de visie uit en leven deze na.**
(Denk aan positief voorbeeldgedrag, elkaar aanspreken en motiveren, proactief agenderen).

☐ ☐ ☐ **5. Er is voldoende draagvlak voor de visie en activiteiten bij leerlingen, en we betrekken een representatieve groep leerlingen actief bij het organiseren van activiteiten en het opstellen van beleid over welbevinden.**
(Denk aan verschillen in culturele achtergronden, taalvaardigheid, etc.).

☐ ☐ ☐ **6. Er is voldoende draagvlak voor de visie en activiteiten bij ouders/ verzorgers, en we betrekken een representatieve groep ouders/ verzorgers actief bij het organiseren van activiteiten en het opstellen van beleid over welbevinden.**
(Denk aan verschillen in culturele achtergronden, taalvaardigheid, etc.).

☐ ☐ ☐ **7. Hoe leidt de vastgestelde visie tot concrete acties, afspraken of veranderingen in de dagelijkse praktijk? Kunnen jullie hier een voorbeeld van geven?**

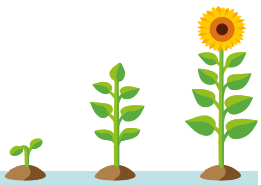


A	B	C	
☐	☐	☐	**8. Er is op school een kernteam rondom het thema welbevinden.**
☐	☐	☐	**9. We evalueren het beleid over welbevinden jaarlijks en stellen waar nodig bij.**

Welbevinden en professionalisering van het team

☐	☐	☐	**10. Op welke manier(en) besteedt jullie school aandacht aan het welbevinden van het schoolteam en aan samenwerken, leren en ontwikkelen als team?** *(Denk aan intervisie, coaching, training, financiële vergoedingen voor gezonde leefstijl, zoals sporten).*
☐	☐	☐	**11. Hoe scholen of coachen jullie teamleden in verschillende onderwerpen die met welbevinden te maken hebben?** *(Bijvoorbeeld gericht op signaleren van leerlingen met extra ondersteuningsbehoeften, sociaal-emotionele ontwikkeling, groepsdynamiek, signalering van armoede, cultuursensitief werken of werken aan kansengelijkheid).*
☐	☐	☐	**12. We nemen nieuwe medewerkers mee in het beleid, regels en activiteiten rondom welbevinden.**





A B C

Schoolomgeving

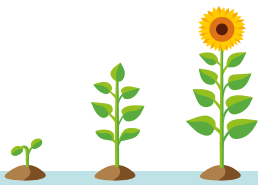
☐ ☐ ☐ **13. In hoeverre heerst er een veilig en inclusief schoolklimaat op jullie school? Wat draagt hier vooral aan bij?**
(Denk aan een rustige en fijne sfeer; groepsdynamiek (zowel in de klas als online); het gevoel van leerlingen om gezien en gehoord te worden; specifieke aandacht voor leerlingen in moeilijke omstandigheden; en afspraken die zijn vastgelegd in beleid).

☐ ☐ ☐ **14. Er zijn nauwe samenwerkingen met instanties in de gemeente.**
(Denk aan JGZ, jeugd-ggz, jongerenwerk, schoolmaatschappelijk werk, buurtteam, politie, etc.).

☐ ☐ ☐ **15. Op welke manier(en) betrekken jullie ouders/verzorgers bij de ontwikkeling en het (werken aan) welbevinden van leerlingen?**
(Niet alleen wanneer er problemen zijn; denk bijvoorbeeld ook aan de inzet van tolken en/of sleutelpersonen bij ouders/verzorgers die de Nederlandse taal nog onvoldoende machtig zijn en/of moeite hebben met lezen en schrijven).

☐ ☐ ☐ **16. Hoe draagt de fysieke schoolomgeving (zowel binnen als buiten) bij aan het welbevinden op jullie school?**
(Denk aan een schoolplein en gemeenschappelijke ruimtes die uitnodigen tot contact, spelen en bewegen, zonder donkere hoekjes; een rustruimte; goede temperatuur, ventilatie en voldoende licht; prettige pauzeruimte voor leraren).

☐ ☐ ☐ **17. We organiseren activiteiten rondom welbevinden in de omgeving van de school om de buurt/wijk te betrekken.**
(Denk aan creatieve activiteiten, zoals muziek en theater, of sportieve activiteiten, i.s.m. jongerenwerk, sportverenigingen en/of welzijnsinitiatieven. Het programma School en Omgeving bevat extra voorbeelden).



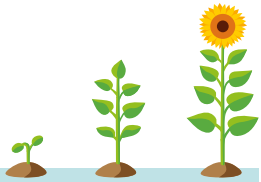
A	B	C

Educatie

☐	☐	☐	**18. Er is in alle leerjaren structurele aandacht voor welbevinden in de lessen.** *(Denk aan aandacht voor groepsdynamiek, sociaal-emotionele ontwikkeling, sfeer in de klas, leraar-leerlingrelatie).*
☐	☐	☐	**19. Voor leerlingen met een vlucht- of arbeidsmigratieachtergrond is er, zo nodig, aandacht voor bijvoorbeeld visuele onderwijsondersteuning, relevante thema's (zoals afscheid, rouw, trauma) en het verbinden van hun oude en nieuwe leefsituatie, evenals het verbinden van thuis en school.**
☐	☐	☐	**20. Welke interventies en/of activiteiten gericht op welbevinden zetten jullie in voor de verschillende leerjaren/groepen (zowel voor álle leerlingen als voor specifieke groepen)? En in hoeverre lukt het om hiermee álle leerlingen preventief te bereiken?** *(Denk bijvoorbeeld aan de erkende Gezonde School-activiteiten. Vul deze in en kruis aan wat van toepassing is in welk leerjaar/welke groep. Vervolgens kun je ook themadagen en -weken of andere activiteiten gericht op welbevinden invullen).*

	Leerjaar/groep							
Interventie/activiteit	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐





A	B	C

Signaleren

☐	☐	☐	**21. Op welke manier(en) monitoren jullie structureel het welbevinden van leerlingen?** *(Denk aan een leerlingvolgsysteem gericht op sociaal-emotionele ontwikkeling en welbevinden, gesprekken met leerlingen, observaties, etc.).*
☐	☐	☐	**22. We vertalen informatie uit de monitoring op adequate wijze naar behoeften op leerling-, klas- en/of schoolniveau.**
☐	☐	☐	**23. We hebben een stevige ondersteuningsstructuur vastgelegd voor individuele leerlingen met een (extra) ondersteuningsbehoefte op het gebied van welbevinden. Daarin is ook aandacht voor signaleren en het betrekken en de rol van ouders/verzorgers.**
☐	☐	☐	**24. We evalueren de ondersteuningsstructuur regelmatig.**
☐	☐	☐	**25. We zorgen ervoor dat leerlingen en ouders/verzorgers weten bij wie ze terecht kunnen bij vragen over welbevinden.**



Hoe nu verder?

Als je dit formulier opslaat, dan blijven de antwoorden behouden en kun je ze later nog eens terugkijken. In het stappenplan 'Werken aan welbevinden' lees je meer over vervolgstappen.

Heb je tijdens of na het invullen van deze checklist behoefte aan ondersteuning? Neem dan contact op met de Gezonde School-adviseur in de buurt en laat je adviseren over eventuele vervolgstappen.

Welbevinden op School

Deze checklist is ontwikkeld vanuit Welbevinden op School, het landelijke kennis- en ondersteunings-programma van het Trimbos-instituut en Pharos. Welbevinden op School is er voor professionals in onderwijs, GGD en beleid. De kennis en tools van Welbevinden op School helpen je snel op weg om vanuit een duurzame, gezamenlijke visie te werken aan welbevinden. De inhoud is mede ontwikkeld door de Expertgroep Schoolpsychologen Mentale Gezondheid van het Nederlands Instituut van Psychologen (NIP).

Welbevinden op School is kennispartner van Gezonde School. Gezonde School brengt de kennis van Welbevinden op School met de Gezonde School-aanpak in de praktijk. De aanpak helpt scholen om structureel bij te dragen aan een goede gezondheid van leerlingen, studenten en medewerkers. Scholen die werken met de aanpak kiezen zelf met welke gezondheidsthema's ze aan de slag gaan - welbevinden is daar één van.



Colofon

Ontwikkeld door Welbevinden op School
Deze checklist is tot stand gekomen in samenwerking met onderwijsprofessionals.

Ontwerp
The Creative Hub

Financiering
Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

Dit is een uitgave van het Trimbos-instituut en Pharos.
De uitgave is gratis te downloaden via http://www.welbevindenopschool.nl/.

Artikelnummer TRI-62-029

© 2026

Pharos

Trimbos-instituut