

INSPIRATIEKAART

Tips, tools en voorbeelden uit de praktijk

Welbevinden in het primair onderwijs
en gespecialiseerd onderwijs



Deze inspiratiekaart bouwt voort op kennis uit praktijk en wetenschap over wat werkt bij integraal werken aan welbevinden. De voorbeelden, tools en tips sluiten aan bij de vier pijlers van de Gezonde School- aanpak: **Beleid, Schoolomgeving, Educatie, en Signaleren.**



Wil je met een kernteam binnen jouw school gestructureerd werken aan welbevinden? Bekijk dan **dit stappenplan**.



Breng met je kernteam eerst de huidige situatie in kaart, bijvoorbeeld met deze **checklist** of vul samen de ondersteuningspiramide in (zie stappenplan). Deze inspiratiekaart past bij stap 5 'Maak een plan'.

Gelijke kansen op welbevinden

Werken aan welbevinden gaat om het bevorderen van het welbevinden van *alle* leerlingen. Daarbij is het belangrijk om specifiek aandacht te hebben voor leerlingen die opgroeien in ongunstige (sociaaleconomische) omstandigheden. Voorbeelden hiervan zijn: financiële stress of armoede, of het meemaken van ingrijpende of traumatische gebeurtenissen zoals oorlog, discriminatie of mishandeling.

Deze omstandigheden kunnen een negatieve invloed hebben op het mentaal- en fysiek welbevinden van leerlingen en daarmee ook op hun mogelijkheden om te kunnen leren. Het risico op een valse start door deze kwetsbare situaties vraagt om extra aandacht voor deze leerlingen.

Juist voor leerlingen die opgroeien in kwetsbare situaties heeft de school een grote rol in het bevorderen van het welbevinden. De school is immers – naast thuis en de wijk of de straat – een belangrijke plek waar leerlingen zich ontwikkelen. Leerlingen worden in hun thuissituatie en sociale omgeving niet allemaal op dezelfde manier gestimuleerd in hun ontwikkeling. Hierdoor komen zij met verschillende kennis, vaardigheden en ervaring de school binnen. Ook dit kan van invloed zijn op hun leerprestaties en hun welbevinden. Let bij het werken aan welbevinden op leerlingen en ouders/verzorgers die minder goed bereikt worden of minder betrokken worden op school. Door integraal te werken aan welbevinden draag je bij aan gelijkere kansen voor deze leerlingen.

- Op zoek naar voorbeelden, tools en tips voor gelijke kansen op welbevinden? Bekijk de **inspiratiekaart gelijke kansen** en lees deze **infosheet** voor meer achtergrondinformatie.



Lekker in je vel leert beter

Leren lukt het beste als leerlingen en onderwijsprofessionals zich goed voelen. Ook helpt goed onderwijs leerlingen om beter in hun vel te zitten. Hoe werk je als school concreet aan welbevinden? In deze inspiratiekaart vind je goede voorbeelden, tools en tips uit de praktijk.

Visie en draagvlak

Ontwikkel een visie op welbevinden en leren

Wil je als school aan de slag met het herijken of ontwikkelen van een visie op welbevinden en leren? **Deze handreiking** beschrijft verschillende werkvormen die je samen met het team, leerlingen en/of ouders kunt gebruiken.

“Werken vanuit waarden geeft energie, motivatie en uiteindelijk ook betere resultaten. Als je goed hoort wat mensen in je team echt belangrijk vinden, gaan ze er als vanzelf samen iets goeds van maken. Niet omdat het hoort of moet, maar omdat mensen het zelf willen. Daarmee boor je energie en creativiteit aan die een team vleugels kan geven.”

- Marieke te Plate, Gezondheidsmakelaar School & Jeugd

“Mijn belangrijkste advies is altijd: begin klein en sluit aan bij wat al goed gaat op school en waar de energie zit. Zorg hierbij wel voor samenhang tussen de dingen die je doet als school. De Gezonde School-aanpak helpt hierbij. Werk bijvoorbeeld naast het aanleren van sociale vaardigheden in de klas ook aan een fijn en inclusief schoolklimaat met positieve gedragsverwachtingen.”

- Thera Knopperts, Gezonde School-adviseur

Praktijkverhaal: Versterk wat er goed gaat

In dit **interview** delen schoolpsychologen Laura Stroo en Hanneke Visser hun visie op een integrale aanpak rondom welbevinden.

“Als je als school een helder overzicht hebt van wat je al doet op het gebied van welbevinden en met welk doel, wordt snel duidelijk waar de hiaten zitten. En welke stappen je nog zou kunnen zetten.”

– Hanneke Visser, schoolpsycholoog



Een veilige inclusieve school

Creëer een veilig en inclusief schoolklimaat

Een veilig en inclusief schoolklimaat is een randvoorwaarde om goed te kunnen leren en tot ontwikkeling te komen. Bekijk hier (voor **po** en **go**) concrete tips over het creëren van een veilig en inclusief schoolklimaat. Of ga aan de hand van het **spel 'Gedragen gedrag'** met je team, leerlingen en/of ouders in gesprek. Hoe willen jullie werken aan een positieve en veilige sfeer op school?

GOED VOORBEELD: CBS De Tamboerijn in Gorinchem

De Tamboerijn werkt met de erkende methode 'De Vreedzame School'. En met effect: *"Het unieke van deze methode is dat je inzet op het stadium vóór pesten. Wat doe je als iemand iets doet wat je niet leuk vindt? Als je daar structureel aan werkt, voorkom je dat het uit de hand loopt."*

➡ [Lees hun verhaal.](#)

TIP: Lees het artikel [5 tips om pesten op school aan te pakken](#) van Gezonde School.

Veilige online omgeving

Het leven van een leerling speelt zich voor een groot deel online af. Daarom zijn goede sociale online omgangsvormen onderdeel van een veilig en inclusief schoolklimaat. Net zoals je in de fysieke omgeving (de klas) afspraken maakt, kan dat ook voor de online omgeving op het niveau van de klas, de school en het schoolteam. Gebruik de **tips en tools voor sociale media** van Stichting School en Veiligheid ter ondersteuning.

Check jouw inzet voor gelijke kansen in de klas

Benieuwd hoe bewust jij bezig bent of jouw team bezig is met het creëren van gelijke kansen in de klas? Vul dan **deze zelfscan** in. En wil je meer weten over de achtergrond en onderbouwing van deze scan? [Lees hier meer.](#)

Leerlingen actief betrekken

Inspirerende werkvormen

- Gebruik de discussiekaarten van Gezonde School (voor **po** en **go**) om met leerlingen in gesprek te gaan over leefstijlthema's, waaronder welbevinden. Wat verstaan leerlingen zelf onder welbevinden? En wat willen zij dat er op school gebeurt rond dit thema?
- Bekijk **de pagina van het Nederlands Jeugdinstituut** voor creatieve werkvormen, zoals leerlingen laten tekenen hoe hun de klas er volgens hen uit zou moeten zien of door dit aan te geven op een wensmuur.
- SLO heeft vier tools ontwikkeld om leerlingenparticipatie op school te vergroten. Klik **hier** om deze tools te bekijken.

Tips om alle leerlingen actief te betrekken

- Laat een diverse groep leerlingen meedenken en -praten op een manier die aansluit bij hun taalniveau, leeftijd en ontwikkelingsfase;
- Maak duidelijk aan leerlingen wat er met hun adviezen gebeurt. Geef dus altijd een terugkoppeling; óók als het advies niet in de praktijk wordt gebracht.
- Zorg dat iedere leerling de kans krijgt om betrokken te worden, maar ook dat iedere leerling weet dat deelname vrijwillig is.

Meer informatie over leerlingparticipatie? Bekijk dan **dit magazine** van het Nederlands Jeugdinstituut met tips, geleerde lessen, handvatten en aanvullende kennis.

GOED VOORBEELD: OBS Het Avontuur in Almere

OBS Het Avontuur heeft een leerlingenraad. Hoe hebben zij dat aangepakt?

➡ Ontdek het in **deze video**.

Welbevinden en professionalisering van schoolteam

Welbevinden van het schoolteam

“Het is goed om af en toe met het schoolteam te kijken: hoe gaat het met onszelf? Een veerkrachtig schoolteam kan zorgen voor veerkrachtige leerlingen. Als het onderling normaal wordt om over welbevinden te praten, lukt dat ook gemakkelijker met leerlingen.”

– Laura Stroo, schoolpsycholoog



TIP: Meer informatie over het verbeteren van het welbevinden van het schoolteam? Bekijk dan de webinar **Welbevinden schoolteam** waarin het gaat over verbinding en werkplezier, veerkracht van het schoolteam en het vormgeven van een positieve schoolcultuur.

Werkdruk aanpakken

Wanneer je als onderwijsprofessional gedurende de werkdag taken niet afkrijgt of niet de kwaliteit kan leveren die je wenst én je hier niks aan kan veranderen, kan er werkdruk ontstaan. TNO ontwikkelde de **Werkdruk Wegwijzer** als hulpmiddel om werkdruk systematisch aan te pakken.



GOED VOORBEELD: Basisschool De Elstar in Elst
Welbevinden op school gaat niet alleen over de leerling. Basisschool De Elstar investeert in een veerkrachtig team dat de principes van de positieve psychologie voorleeft en doorgeeft.

➡ Zo doen zij dat.



GOED VOORBEELD: De Parkschool in Delft

Op basisschool De Parkschool in Delft is er de hele dag door aandacht voor het welbevinden van leerlingen. Wat vraagt dit van leerkrachten op een school waar veel leerlingen met een migratie-achtergrond of een vluchtverhaal les krijgen?

➡ Ontdek het in deze video.

Praktijkkennis over welbevinden

Bij de **kenniscommunity Nationaal Programma Onderwijs** vind je allerlei tutorials over welbevinden, bijvoorbeeld over groepsdynamiek, ouderbetrokkenheid, sociaal-emotioneel leren en het welbevinden van docenten.



Organiseer een studiedag over welbevinden

Wil je als school blijvend werken aan het welbevinden van leerlingen en het schoolteam? Dan kan het organiseren van een studiedag een belangrijke stap zijn. Meer lezen over het organiseren van een studiedag over welbevinden? Lees dan de **Handreiking: Studiedag organiseren**.

Bekijk de webinar werken aan gelijke kansen

Door extra aandacht te hebben voor het welbevinden van leerlingen die opgroeien in kwetsbare omstandigheden draag je als school bij aan het creëren van gelijke kansen. In de webinar **Werken aan gelijke kansen** leer je meer over hoe je dit schoolbreed en structureel kunt aanpakken.



Klasklimaat en groepsdynamiek

Vorm een veilige groep

Hoe zit het ook alweer met de Gouden en Zilveren weken? Lees in **dit artikel** van Stichting School & Veiligheid hoe je aan het begin van het schooljaar een fundament neerzet voor goede groepsvorming. En hoe je daar het hele jaar aandacht voor houdt.

“Onderwijs speelt zich altijd af in groepen. Aandacht voor groepsdynamiek, klassenmanagement en wat je van een klas als geheel verwacht heeft ook een positief effect op de individuele leerling. Dat zijn vaak kleine dingen zoals hoe je elkaar op de gang begroet, de taal die je gebruikt, maar ook lessen rond levensvaardigheden.”

- Hanneke Visser, schoolpsycholoog

➡ Lees meer in **dit interview**.

TIP: Bekijk de **webinar Grip op groepsdynamiek** en ontdek hoe je als leraar meer grip krijgt op groepsdynamiek. Met aandacht voor de stevige offline basis én de dynamiek die online speelt.

Omgaan met actuele spanningen

Sommige onderwerpen die zich in de actualiteit voordoen kunnen zorgen voor spanningen in de klas. Voorbeelden hiervan zijn oorlogen, het klimaat, seksuele diversiteit of migratie. Meer leren over hoe jij deze spanningen om kunt zetten naar waardevolle gesprekken? Bekijk dan de **e-learning Dialoog onder Druk**.

Fysieke omgeving

Welbevinden op het schoolplein

“Wij hebben het schoolplein ontwikkeld vanuit een visie op welbevinden. Dat hebben we gedaan samen met de kinderambassadeurs. Vanuit de leerkrachten zijn we op gaan halen wat zij belangrijk vinden. Het schoolplein is nu een plek waar dat allemaal terugkomt. Er zijn plekken waar je je kunt terugtrekken, zo is er een overdekte binnentuin met een relaxte zithoek en vuurkorf. Er is een theater aan het water waar we samen vieringen doen. En er moest volgens de kinderen een boomhut komen, ook dat is gelukt.”

– Jelle Rommers, leerkracht groep 8

TIP: soms zijn er (lokale) subsidies beschikbaar. Bekijk hier [voorbeelden van groenblauwe schoolpleinen](#) in regio Zuid-Holland Zuid.



Samenwerken met ouders/verzorgers

TIP: Beter samenwerken met ouders
Meer informatie over hoe je de samenwerking met ouders/verzorgers op school kunt inrichten? Bekijk dan de [korte tutorial](#) van Kinder- en Jeugdpsycholoog Noëlle Pammeijer over ouderbetrokkenheid en welbevinden of bekijk [dit webinar](#) van het Nationaal Programma Onderwijs.



Gereedschapskist ouderbetrokkenheid

Wil je aan de slag met ouderbetrokkenheid? Gebruik dan deze [uitgebreide gereedschapskist](#) van de Hogeschool Rotterdam. Hierin vind je tips voor het voeren van gesprekken, het betrekken van ouders bij de schoolloopbaan, taalstimulering, het verzachten van de gevolgen van armoede en identiteitsvorming.

Quickscan ouderbetrokkenheid

Ben je benieuwd hoe je er op dit moment als school voor staat op het gebied van ouderbetrokkenheid? Gebruik dan **deze quickscan**, ontwikkeld door het Lectoraat 'Samenwerken met ouders' van de Hogeschool Rotterdam.

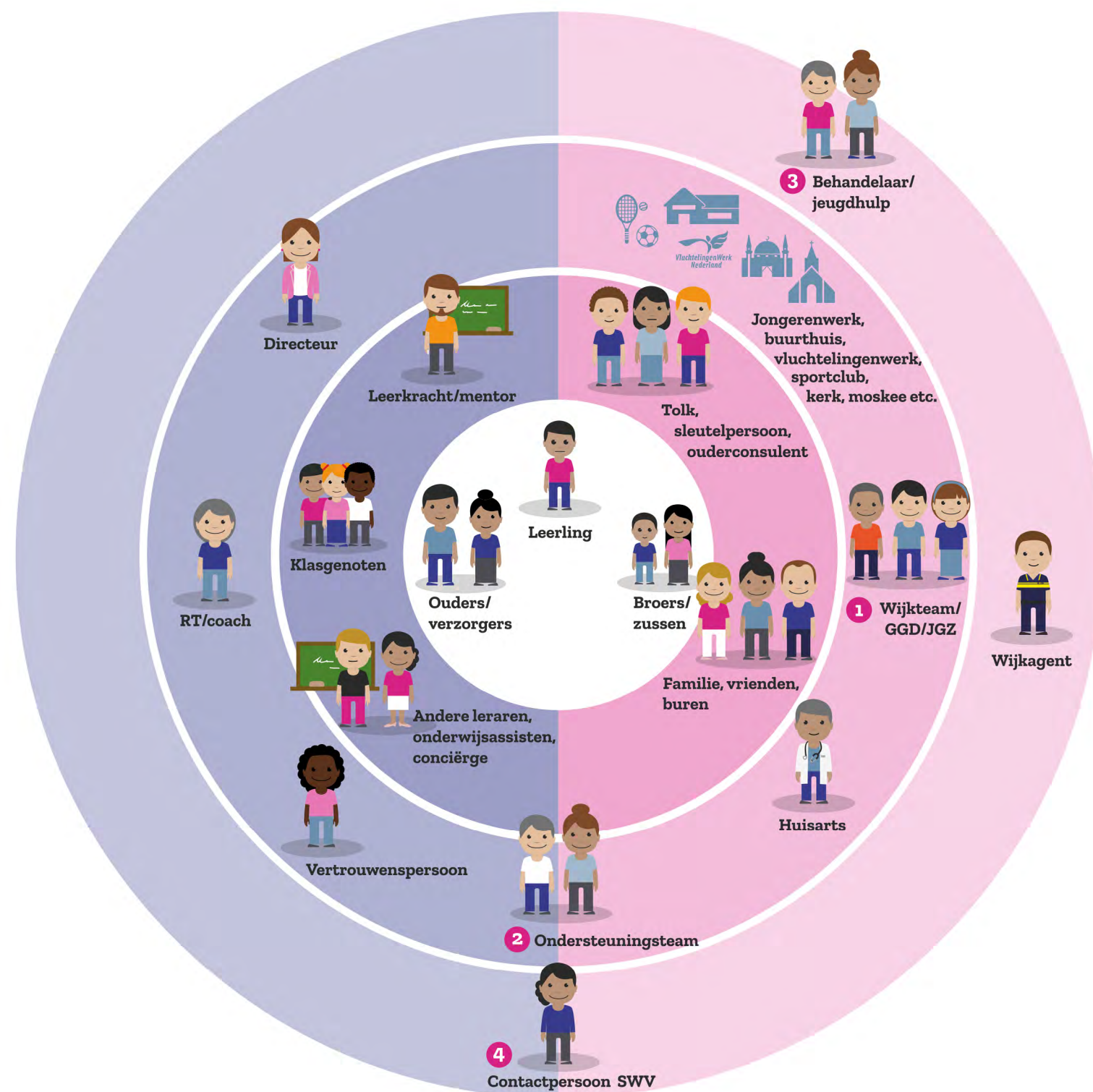
Toolkit 'Sámen voor het kind'

Wil je weten hoe je open in gesprek kan gaan, en een waardevolle samenwerking met ouders kan opbouwen? **Deze toolkit** van het Nederlands Jeugdinstituut helpt daarbij.



De ondersteuning in en rond school in beeld

Hoe leg je leerlingen en ouders duidelijk uit welke ondersteuning er in en rond de school beschikbaar is? De praatplaat **Ondersteuning in en rond de school** van Pharos helpt om hierover in gesprek te gaan.



Samenwerken met externe (zorg)partners

Ervaringen en lessen van samenwerking

Het Arbeidsmarktplatform PO heeft onderzoek gedaan bij vier basisscholen die op succesvolle wijze samenwerken met zorgpartners. De bevorderende en belemmerende factoren én het resultaat van deze samenwerkingen lees je **hier**.

Praktijkvoorbeelden: integraal arrangeren

De werkwijze integraal arrangeren leidt tot beter maatwerk voor individuele kinderen en gezinnen. Samen met de ouders/verzorgers en de leerling wordt gekeken welke zorg er nodig is en hoe dit het beste in school kan worden georganiseerd. Bekijk **hier** drie praktijkvoorbeelden.

Praktijkvoorbeelden: onderweg naar inclusief onderwijs

Laat je inspireren door tien voorbeelden uit de **special Verrassend Passend**, met verhalen van scholen en samenwerkingsverbanden die zich inzetten voor de professionalisering van hun teams om inclusief onderwijs te realiseren.

Samenwerking in de wijk

GOED VOORBEELD: Obs De Striepe

Op openbare basisschool De Striepe in Friesland is welbevinden een belangrijk speerpunt. Eén van de elementen van de aanpak op deze school is een samenwerking met het buurtsportnetwerk in de gemeente.

➡ Meer lezen over de aanpak op deze school? Klik [hier](#).



GOED VOORBEELD: ARCHIPEL KINDCENTRUM

Archipel kindcentrum in Middelburg zet met het project 'GO' in op de cultuurontwikkeling van kinderen, ook buiten schooltijd. Het doel is om te zorgen voor gelijke kansen in de wijk door verschillende cultuuractiviteiten zoals dans, drama muziek en beeldende vorming. Bij dit project zijn verschillende regiopartners betrokken.

➡ Meer lezen? Klik [hier](#).



Sociaal-emotionele ontwikkeling en erkende universele interventies

Werken aan welbevinden met Gezonde School-activiteiten

Benieuwd welke interventies beoordeeld zijn op kwaliteit? Bekijk dan het **activiteitenoverzicht van Gezonde School**.

Tips bij het inzetten van een interventie:

- Stel vast wat je wilt bereiken en voor wie
- Kies iets dat past bij jullie visie en doelen
- Zet de interventie in als onderdeel van een integrale aanpak
- Betrek collega's vanaf het begin bij de keuze voor een interventie: Wat vinden zij belangrijk en zijn ze bereid met de interventie te werken?
- Inventariseer wat het team nodig heeft (bijvoorbeeld tijd en/of extra scholing en ondersteuning)
- Wees realistisch over wat haalbaar is (denk aan voldoende tijd en middelen)
- Bekijk of de interventie toegankelijk is voor alle leerlingen, ook in het geval van een taalbarrière of als er sprake is (geweest) van ingrijpende levensgebeurtenissen

➡ Meer weten over waar je op kunt letten? Bekijk dan **deze handreiking**.

GOED VOORBEELD: Kindcentrum De Linge in Kapelle-Biezelinge

Op Kindcentrum De Linge ervaren ze hoe het anti-pestprogramma KiVa invloed heeft op zowel het school- en leerklimaat, de sfeer in de klas en ook een verschil maakt voor de individuele leerling.

➡ **Lees hun verhaal**.

TIP: De **podcast van Gezonde School** bespreekt verschillende thema's die te maken hebben met welbevinden. Luister bijvoorbeeld aflevering 1 over mentale gezondheid en aflevering 12 over pesten.

Inbedden in reguliere lessen: positieve relaties en voorbeeldgedrag

Werken aan welbevinden kan afschrikken, omdat het groot en veelomvattend klinkt. Maar je versterkt het welbevinden van leerlingen niet alleen met speciale lessen of programma's. Dat gebeurt juist tijdens alledaagse situaties: in de les, op het schoolplein of tijdens een gesprekje. Denk bijvoorbeeld aan hoe je contact maakt met leerlingen en welk voorbeeld je geeft. Benieuwd naar voorbeelden? Bekijk dan de volgende handreikingen met concrete tips.

TIP: Bekijk deze handreiking met concrete handvatten voor docenten om zelf en met het team aan de slag te gaan. De handreiking start met aandacht voor het welbevinden van de docent.



“Ik plan ongeveer drie keer per jaar kindgesprekken in. Ik leg dan aan de leerling uit dat ik er voor hen ben, niet alleen voor schooldingen, maar ook als ze ergens mee zitten, als het thuis niet goed gaat. Dan merk ik dat kinderen best open zijn om dingen te vertellen.”

- Leerkracht po

Voorbeeldactiviteiten: schoolbreed en in de klas

In deze **handreiking van SLO** vind je voorbeelden van activiteiten om de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen te stimuleren en het groepsproces te sturen. Denk bijvoorbeeld aan schoolbrede afspraken over het begroeten van leerlingen en samen klassenregels opstellen.

Leerkracht-leerling relaties

Op **deze poster van het NRO** staan zes aanbevelingen over leerkracht-leerling relaties. De aanbevelingen en bijbehorende voorbeelden helpen leerkrachten bij het opbouwen en

onderhouden van positieve relaties met leerlingen. Denk bijvoorbeeld aan positief gedrag bekrachtigen, oprechte interesse voor elke leerling en je voorbeeldfunctie.



TIP: Doe mee met themaweken

Een andere manier om structureel aandacht te besteden aan welbevinden is om deel te nemen aan jaarlijkse themaweken.

➤ Voorbeelden zijn de **Week tegen pesten**, de **Week van respect** en de Week van de mentale gezondheid.



Ontwikkeling in kaart brengen en signalen herkennen

GOED VOORBEELD: Schooladviesgesprekken

“Wij bieden scholen een adviesgesprek aan naar aanleiding van de monitoring sociale veiligheid. We merkten namelijk dat scholen jaarlijks de monitoringsvragenlijsten invulden, maar niet alle scholen de resultaten van deze monitoring benutten om gerichte interventies in te zetten om de sociaal-emotionele ontwikkeling van hun leerlingen te versterken. Bij deze adviesgesprekken is een gezondheidsbevorderaar van de GGD aanwezig, de jeugdarts/jeugdverpleegkundige en de IB’er en/of de directeur van de school. De gezondheidsbevorderaar kijkt groeps- en schoolbreed naar mogelijk passende interventies en kan zo nodig de Gezonde School aanpak onder de aandacht brengen. De jeugdverpleegkundige/jeugdarts kijkt met de school mee naar individuele vraagstukken. Dat is een van de succesfactoren: je belicht de situatie daarmee vanuit alle hoeken. En daarnaast zorg je dat alle partijen bij elkaar aan tafel zitten en dat scholen aan de slag kunnen met de informatie die ze hebben opgehaald.”

– Afdeling Gezondheidsbevordering Jeugd -
GGD Hollands Midden (gbeugd@ggdhm.nl)



Systematisch problemen in beeld brengen

Met de **Praktijkaart Probleemverkenning en doelstelling** van EducationLab breng je problemen in beeld bij individuele leerlingen, of op groeps- of schoolniveau. Aan de hand van vier stappen signaleer en verken je het probleem, formuleer je een doel om de situatie te verbeteren en vervolgens kies je een passende interventie.

Aandacht voor leerlingen die opgroeien in kwetsbare situaties

Gelijke Kansen Alliantie

Hoe signaleer je of leerlingen opgroeien in ongunstige omstandigheden, en wat kun je doen voor deze leerlingen? Op de website van de **Gelijke Kansen Alliantie** vind je achtergrondinformatie, ervaringsverhalen en tools rondom verschillende thema’s zoals armoede, ouderbetrokkenheid, taal en identiteit. Je vindt hier ook de praktische handreiking **Omgaan met armoede op scholen**.

Signaleren

TIP: Ondersteun ouders bij het aanvragen van bijdragen

Sommige leerlingen hebben geen toegang tot naschoolse sportactiviteiten vanwege armoede. Ondersteun daarom leerlingen of hun ouders bij het aanvragen van bijdragen (Jeugdsportfonds, Stichting Leergeld, etc.) waardoor leerlingen kunnen meedoen aan activiteiten. Denk bijvoorbeeld aan zwemles of andere sportactiviteiten.



GOED VOORBEELD: Basisschool De Regenboog zet welbevinden voorop

Basisschool De Regenboog staat in één van de meest kwetsbare wijken van Zoetermeer. “We hebben schuldhulpverlening de school in gehaald, een brugfunctionaris [tussen ouders en onderwijs, red.] en schoolmaatschappelijk werk. Gemiddeld ontbijten er zo’n vijftig leerlingen elke ochtend in de aula.”

– Anna Vreugdenhil, directeur

➡ [Lees hun verhaal in Didactief.](#)



Nieuwkomersleerlingen

Wil je meer informatie over wat jij als leerkracht kunt doen om leerlingen die nieuw zijn in Nederland extra te ondersteunen? Bekijk dan de webpagina **Welbevinden op school met nieuwkomersleerlingen.**



GOED VOORBEELD: Traumasensitief werken

“Wij hebben ons als team laten scholen in traumasensitief werken en dat was echt een eye-opener. We kijken nu veel meer achter het gedrag en zijn bewust aan stressregulatie gaan werken. Gedurende de hele dag en door alle lessen heen. Iedere klas heeft nu bijvoorbeeld een concentratieplek, leerlingen kunnen een koptelefoon gebruiken, er is sensorisch materiaal en ook een timer. Een kind kan dan bijvoorbeeld op een rustige plek zitten en na een kwartier weer terugkomen. Als dat niet voldoende blijkt dan kijken we weer verder. Maar vaak helpt het al enorm, het werkt echt preventief en dat is wat onze leerlingen nodig hebben.”

– Claire Schilte, IB’er basisschool De Zuidwester

➡ [Lees meer over traumasensitief werken op school](#) bij Pharos.

Signaleren

Extra ondersteuning voor leerlingen die mantelzorger zijn

Gemiddeld is een kwart van de kinderen en jongeren een jonge mantelzorger. Zij groeien op met een familielid met een beperking, chronische ziekte, psychische kwetsbaarheid en/of verslaving. Zij kunnen te maken krijgen met zorgtaken thuis, mentale zorgen of met het missen van zorgen voor zichzelf.

Op zoek naar praktische tools en tips om jonge mantelzorgers te signaleren en ondersteunen? Bekijk dan:

- **Signaalkaart** jonge mantelzorgers in de klas
- **Signalenkaart** en **extra informatie** over kinderen van ouders met een (licht) verstandelijke beperking (KOVB)
- **Signalen** en **extra informatie** over kinderen van ouders met psychische en/of verslavingsproblemen (KOPP/KOV)

Tip: Wil je aandacht besteden aan bewustwording, signalering en ondersteuning van jonge mantelzorgers? Neem dan contact op met een **jonge mantelzorgprofessional**.

➡ Meer informatie over een Jonge Mantelzorg Vriendelijke School vind je **hier**.



Hulp en ondersteuning op school, waar nodig verwijzen naar passende hulp

Hulp voor specifieke groepen leerlingen

Op zoek naar interventies voor specifieke groepen leerlingen? Bijvoorbeeld voor leerlingen met faalangst of leerlingen van wie de ouders gescheiden zijn en die hier problemen van ondervinden? Bekijk dan **het activiteitenoverzicht van de Gezonde School**.

Jeugdhulp binnen jouw school: hoe ziet dat eruit?

Psychosociale hulp aanbieden binnen school heeft positieve effecten op het welbevinden van leerlingen. Een stapsgewijze aanpak helpt daarbij, in nauwe samenwerking met ouders, leerlingen en jeugdhulp. De **Ondersteuningsroute primair onderwijs en jeugdhulp** van het Nederlands Jeugdinstituut laat zien hoe de stappen en de bijdragen van jeugdhulp eruit kunnen zien. Op pagina 2 kun je zelf aan de slag met het invullen van de ondersteuningsroute op jouw school.

GOED VOORBEELD: Handle with Care

Wanneer kinderen iets ingrijpends meemaken, geeft dat veel stress. Snelle steun op school van een betrouwbare volwassene is dan heel belangrijk. In het project Handle with Care krijgen scholen een signaal van de politie als een leerling thuis geweld heeft meegemaakt. Op die manier kan de leerkracht gedurende de volgende schooldag extra steun bieden aan de leerling. Steeds meer regio's sluiten zich aan bij dit project.

➡ Meer weten? **Bekijk de video of lees meer informatie**.

➡ Op zoek naar meer voorbeelden van samenwerking met externe (zorg)partners? Bekijk dan de pijler "**Omgeving**".



Over Welbevinden op School

Deze inspiratiekaart is ontwikkeld vanuit **Welbevinden op School**, het landelijke kennis- en ondersteuningsprogramma van Pharos en het Trimbos-instituut. 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 structureel te werken aan welbevinden. De inhoud is mede ontwikkeld door de **Expertgroep Schoolpsychologen Mentale Gezondheid** van het Nederlands Instituut van Psychologen (NIP).

De genoemde voorbeelden in deze inspiratiekaart zijn een greep uit wat er allemaal is en al gebeurt in het onderwijs. Het is daarmee geen volledig overzicht, en de voorbeelden zullen herzien en aangevuld worden.

Kennispartner van Gezonde School

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

Ontwerp

The Creative Hub | Canon

Financiering

Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport

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

Artikelnummer AF2147

© 2025

Pharos



Trimbos-instituut

