

Mentaal welbevinden en veerkracht in de schoolsetting

Prof. dr. Marloes Kleinjan



Mentaal Welbevinden: breed begrip

“Een positieve mentale gezondheid, bepaald door optimisme, zelfvertrouwen, geluk, gevoel van betekenis hebben, het om kunnen gaan met emoties en het ervaren van ondersteuning uit de omgeving”

Mentale gezondheid en welbevinden in het onderwijs



Wat doet welbevinden?

- **Betere leerprestaties**

(Boerefijn & Bergsma, 2011; Durlak et al., 2011; Quinn en Duckworth (2007).

- **Verbetering werkgeheugen en concentratie**

(Keng et al., 2013; Mrazek et al., 2013)

- **Positievere houding jegens school en leerkrachten**

(Gilham & Huebner, 2006).

- **Zin om te leren**

(Brunwasser et al., 2010, Waters, 2012)

- **Minder vertraging diploma behalen en uitval**

(Frisch et al., 2005)



Wat is er en wat werkt?

Factsheet Mentale weerbaarheid en mentaal welbevinden in de schoolsetting

Wat werkt het best?

Integrale programma's gericht op mentaal welzijn gespreid over een langere periode lijken het meest effectief, waarbij:

- Leraren een goede training krijgen
- Lessen een actieve deelname van leerlingen vereisen
- Ouders actief betrokken worden
- Leerlingen worden ondersteund bij sociaal-emotionele ontwikkeling
- Implementatie zorgvuldig gedaan wordt en investeren in welbevinden breed gedragen wordt binnen de school

Welbevinden op School

- Ondersteuningsprogramma PO en VO
- Stimuleren schoolbrede aanpak
- Sinds 2 jaar extra focus op gemeente



www.welbevindenopschool.nl

Schoolbrede aanpak

Kernpunten:

1. Positief pedagogisch klimaat
2. Versterken Sociaal Emotionele Vaardigheden
3. Ouders actief betrekken
4. Ondersteuning leerlingen met zorgbehoefte



Doelen

Welbevinden op School biedt scholen handvatten om op een positieve manier bij te dragen aan de sociaal-emotionele ontwikkeling en mentale gezondheid van hun leerlingen

- ✓ Duurzame samenwerking tussen scholen, GGD'en, gemeente, zorgpartijen en welzijnssector
- ✓ Welbevinden als vorm van collectieve preventie
- ✓ Minder kinderen in zorg/risicogroep en meer kinderen in toestand van mentaal welbevinden



Werken volgens 4 pijlers

1. Educatie: overzicht van beschikbare interventies voor in de klas;
2. Beleid: advies voor het opstellen en invoeren van een gericht beleid;
3. Signaleren en zorg: overzicht van beschikbare signaleringsinstrumenten en hoe je als school samen kunt werken met de zorg;
4. Omgeving: advies over bredere samenwerking, bv met ouders of de wijk.

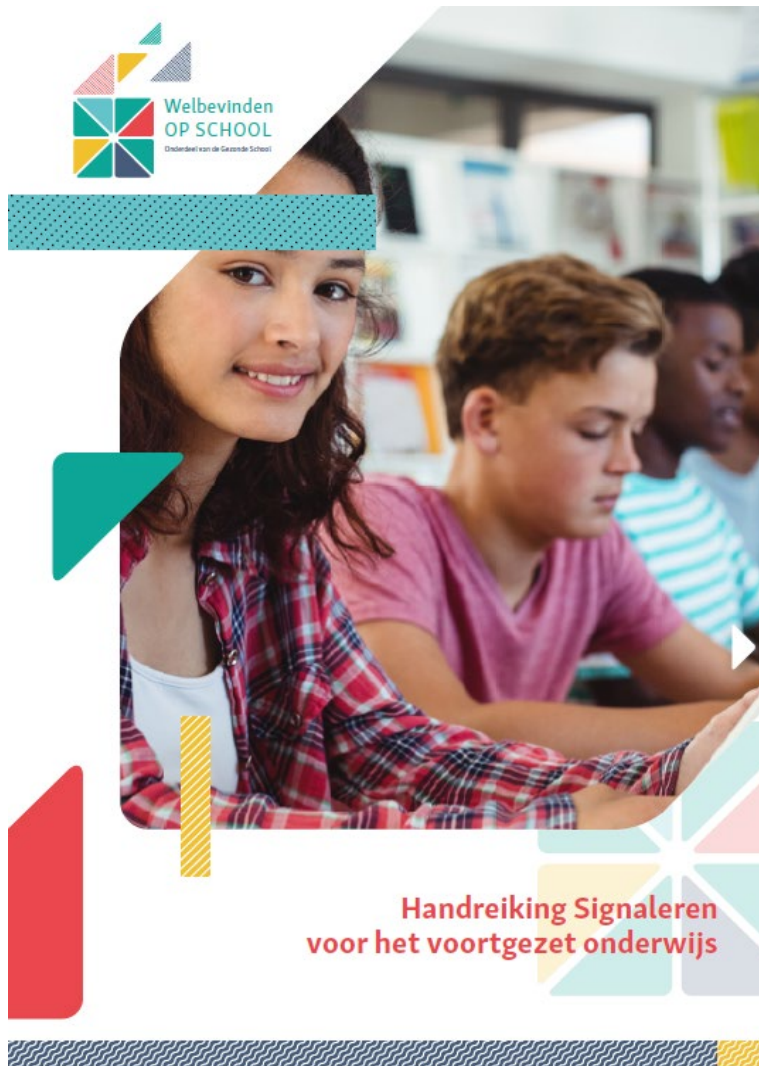
Nuttige producten



Welbevinden
OP SCHOOL

Onderdeel van de Gezonde School

Handreiking signaleren PO en VO



Tips en adviezen voor:

Signaleren op leerling-niveau

Signaleren op klassenniveau

Toeleiding naar zorg:
samenwerking staat voorop

Handreiking bevorderen mentale gezondheid jeugd met tips

Inhoud

- 1 Inleiding
- 2 Stappenplan
- 3 Pijlers van preventief beleid
 - Pijler 1: Een stevig fundament voor alle kinderen en jongeren
 - Pijler 2: Preventie op maat en vroegsignalering
 - Pijler 3: Versterken van de eerste lijn
- 4 Voorbeelden
- 5 Referenties



HANDREIKING

Bevordering mentale gezondheid jeugd

Het bevorderen van mentale gezondheid van de jeugd is één van de ambities in de Landelijke nota gezondheidsbeleid 2020-2024. Deze handreiking geeft gemeenten handvatten om invulling te geven aan deze ambitie op lokaal niveau. Het onderwijs en de kinderopvang zijn belangrijke partners om deze plannen te realiseren. Hoe kunt u als gemeente samen met deze partners werken aan een samenhangend beleid dat de mentale gezondheid van alle jeugd (leeftijd 0-18 jaar) ten goede komt? In de handreiking vindt u zaken waarmee u direct aan de slag kunt: na de inleiding met enkele cijfers en de wettelijke kaders, vindt u een stappenplan om te komen tot een gezamenlijk gedragen plan, gevolgd door tips hoe u invulling kunt geven aan dit beleid en tenslotte enkele inspirerende voorbeelden.

01

HANDREIKING BEVORDERING MENTALE GEZONDHEID JEUGD

VOLGENDE

Preventief werken aan SEO

Preventief werken aan sociaal emotionele ontwikkeling en welbevinden

Een handreiking voor leerkrachten/docenten in het PO en VO

 **Trimbos**
instituut
Netherlands Institute of
Mental Health and Addiction

GO DE GEZONDE
GENERATIE

PHAROS
EXPERTISECENTRUM GEZONDHEIDSVerschillen



NPO en Welbevinden



Ministerie van Onderwijs, Cultuur en
Wetenschap

Nationaal Programma Onderwijs > Alle interventies >

Interventies gericht op het welbevinden en de sociaal-emotionele ontwikkeling

