

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 beginsituatie systematisch in kaart te brengen. Wat gaat er goed op school? Wat verdient meer aandacht? Is er voldoende aandacht voor gelijke kansen op een goed welbevinden van alle leerlingen? En wat heeft prioriteit?

Als je samen blijvend wilt werken aan welbevinden, dan heb je een gemotiveerd kernteam nodig. Zo krijg je anderen mee en geef je werken aan welbevinden een vaste plek binnen jouw school. We raden je aan deze checklist samen met het kernteam in te vullen. 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.

Welbevinden

Onder welbevinden verstaan we de mate waarin iemand zich sociaal-emotioneel en lichamelijk goed voelt. In spreektaal gaat het over 'lekker in je vel zitten'. Het gaat verder dan het gevoel van geluk of tevredenheid; het weerspiegelt een goede balans tussen lichamelijk welzijn, emotionele stabiliteit en sociale inclusie. Welbevinden wordt niet alleen beïnvloed door interne factoren zoals zelfvertrouwen, doorzettingsvermogen en het vermogen om met emoties om te gaan, maar ook door externe factoren zoals steun uit de omgeving, toegang tot zorg en onderwijs en een positieve sociale interactie.

Welbevinden en leren

Welbevinden en leren kunnen niet los van elkaar gezien worden. Ze hebben veel met elkaar te maken. Kinderen en jongeren ontwikkelen én leren beter als ze goed in hun vel zitten. Als ze zichzelf kunnen zijn en gezond en veilig opgroeien in een kansrijke omgeving. En andersom: goed onderwijs krijgen en succes ervaren op school helpt hen om beter in hun vel te zitten. Stappen die je als school zet op het gebied van welbevinden kun je daarom niet los zien van leren en didactiek.

Samen schoolbreed werken

Welbevinden ontwikkelen doe je samen: in het gezin, met vrienden, in de wijk, op school, op het werk en in de vrije tijd. Vanuit het onderwijs werken aan welbevinden doe je daarom samen met leerlingen, ouders, professionals in en rond het onderwijs en beleidsmakers. En met een schoolbrede inzet: op alle lagen in en om de school en met verschillende acties en interventies die op elkaar aansluiten. Uit onderzoek blijkt dat een schoolbrede aanpak beter werkt dan losse interventies. De checklist is opgebouwd aan de hand van de vier Gezonde School-pijlers: Educatie, Beleid, Signaleren en Schoolomgeving. Deze checklist kun je naast de themascan van Gezonde School voor primair onderwijs, voortgezet onderwijs of gespecialiseerd onderwijs inzetten om de beginsituatie in kaart te brengen.

DIT IS GEEN TOETS

Er is geen goed of fout, maar hopelijk maakt deze checklist inzichtelijk hoe ver jullie zijn en inspireert het om volgende stappen te zetten!

Vul de vragenlijst niet alleen achter je computer in, maar gebruik de lijst om samen met collega's hier het gesprek over te voeren!



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?

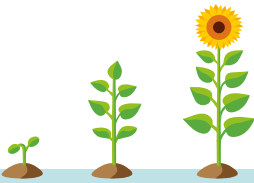
Wat is er nodig om dit onderdeel te verbeteren? (Bijvoorbeeld: externe partijen, visievorming, draagvlak vanuit de schoolleiding, agendering.)

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

Beleid, visie en draagvlak

1. Veel scholen vinden aandacht voor welbevinden van leerlingen en het schoolteam belangrijk. 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 is opgenomen hoe er wordt gewerkt aan gelijke kansen op een goed welbevinden van leerlingen die opgroeien in ongunstige omstandigheden of te maken hebben met ingrijpende jeugdervaringen (zoals opgroeien in armoede, vlucht- of migratieachtergrond, laaggeletterdheid, jonge mantelzorgers, etc.). In de visie is ook beschreven hoe er wordt omgegaan met meertaligheid/inzetten van de thuistaal, respect voor culturele verschillen, inclusie, diversiteit en het actief verbinden van Nederlandse en nieuwkomersleerlingen op school.

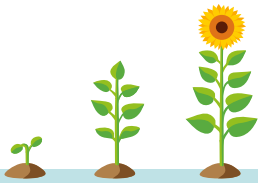
3. Er is voldoende draagvlak voor de visie bij de schoolleiding, het schoolteam, leerlingen en ouders/verzorgers.

4. Is de visie gekoppeld aan beleid, en zo ja: welk?

5. Welke protocollen heeft jullie school?

(Denk hierbij aan protocollen voor pesten, faalangst, agressief gedrag en geweld, seksuele intimidatie, huiselijk geweld en kindermishandeling, discriminatie, spijbelen/verzuim, ongewenst gedrag van ouders/verzorgers binnen de school).





A B C

Uitvoering van beleid

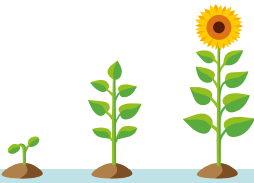
6. **De visie wordt door alle teamleden uitgedragen en nageleefd.**
(Denk hier bijvoorbeeld aan positief voorbeeldgedrag, elkaar aanspreken en motiveren, proactief agenderen).
7. **Hoe leidt de vastgestelde visie tot concrete acties, afspraken of veranderingen in de dagelijkse praktijk? Kunnen jullie hier een voorbeeld van geven?**

8. **Er is op school een kernteam rondom het thema welbevinden.**
9. **Het beleid omtrent welbevinden wordt jaarlijks geëvalueerd.**
10. **Er is sprake van een veilig en inclusief schoolklimaat.**

Welbevinden van het team

11. **Op welke manier(en) besteedt jullie school aandacht aan het welbevinden van het schoolteam?**
(Denk bijvoorbeeld aan: mogelijkheid tot coaching, training in veerkrachtversterkende vaardigheden en strategieën, financiële vergoedingen voor gezonde leefstijl (sporten, fietsenplan etc.)).

12. **Hoe groot is volgens jou de sociale veiligheid binnen het schoolteam?**



A

B

C

Professionalisering van het team

13. Hoe worden teamleden geschoold of gecoacht in verschillende onderwerpen die met welbevinden te maken hebben?

(Bijv. gericht op signaleren van leerlingen met extra ondersteuningsbehoeften, sociaal-emotionele ontwikkeling, groepsdynamiek, signalering van armoede, cultuursensitief werken of werken aan kanselijkheid).

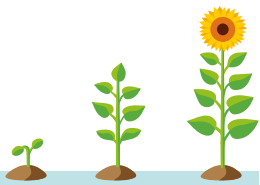
Representatieve leerlingenparticipatie

14. Op welke manier(en) worden leerlingen actief betrokken bij het organiseren van activiteiten en het opstellen van beleid omtrent welbevinden?

15. De groep leerlingen die betrokken is in de medezeggenschap is representatief voor de leerlingenpopulatie.

(Denk aan verschillen in culturele achtergronden, taalvaardigheid, etc.).





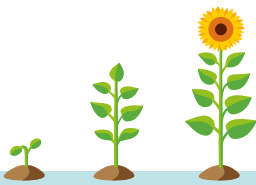
A B C

Educatie

- 16. 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-leerling relatie).
- 17. Voor leerlingen met een vlucht- of migratieachtergrond wordt er aandacht besteed aan bijvoorbeeld visuele ondersteuning van het onderwijs, het behandelen van specifieke thema's die voor deze leerlingen belangrijk zijn (afscheid nemen, rouw, trauma), verbinden van de oude en de nieuwe leefsituatie en het verbinden van de thuissetting en de schoolsetting.**
- 18. Welke interventies en/of activiteiten gericht op welbevinden zetten jullie in op school voor de verschillende leerjaren/groepen? Zowel voor alle leerlingen als voor specifieke groepen leerlingen.**
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.

Interventie/activiteit	Leerjaar/groep							
	1	2	3	4	5	6	7	8
<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- 19. (Nieuwe) leraren worden geschoold in het uitvoeren van de interventies en activiteiten die zijn ingevuld bij vraag 18.**



A

B

C

Signaleren

20. **Op welke manier(en) wordt het welbevinden van leerlingen structureel gemonitord?**

(Denk bijvoorbeeld aan een leerlingvolgsysteem gericht op sociaal-emotionele ontwikkeling en welbevinden, gesprekken met leerlingen, observaties, etc.).

21. **Wat wordt er met de informatie uit de monitoring gedaan op leerling-, klas- en/of schoolniveau?**

22. **Het lukt om álle leerlingen preventief te bereiken met interventies die welbevinden bevorderen.**

23. **Hoe worden leerlingen met extra behoeften voor ondersteuning geïdentificeerd binnen de school en door wie wordt dat gedaan?**

Warme overdracht vanaf KDV of peuterspeelzaal (voor PO)

door:

Warme overdracht vanaf PO (voor VO)

door:

Tijdens het intakegesprek

door:

Tijdens de lessen door leraren/mentoren

door:

Observaties in de klas

door:

Signaleringsinstrumenten

door:

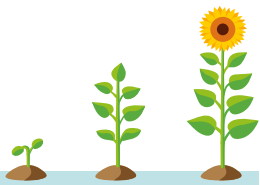
Gesprekken met leerlingen en/of ouders/verzorgers

door:

Anders, namelijk:

door:

24. **Er is een stevige ondersteuningsstructuur vastgelegd voor individuele leerlingen met een (extra) ondersteuningsbehoefte op het gebied van welbevinden, met daarin ook aandacht voor het betrekken en de rol van ouders.**



A B C

25. **Wat is de extra hulp/ondersteuning die (waar nodig) binnen school wordt geboden aan leerlingen?**

(Bijvoorbeeld individuele gesprekken, faalangstraining, assertiviteitstraining, versterking zelfvertrouwen, training sociale vaardigheden, gedragstraining, weerbaarheidstraining, etc.).

Omgeving Samenwerking

26. **Het aanbod van hulp/ondersteuning/preventie door instanties in de gemeente is voldoende bij de school in beeld.**

(Denk hierbij aan JGZ, jeugd-GGZ, jongerenwerk, schoolmaatschappelijk werk, buurtteam, politie, etc.).

27. **Er zijn nauwe samenwerkingen/allianties met deze instanties.**

Betrokkenheid ouders/verzorgers


28. **Op welke manier(en) worden ouders/verzorgers betrokken bij school in het algemeen?**

29. **Op welke manier(en) worden ouders/verzorgers betrokken bij het (werken aan) welbevinden van leerlingen?**

(Niet alleen wanneer er problemen zijn).

30. **Het lukt om alle ouders/verzorgers te betrekken.**

(Denk bijvoorbeeld ook aan de ouders/verzorgers die de Nederlandse taal nog onvoldoende machtig zijn en/of laaggeletterd zijn).



A	B	C
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

31. Zo nodig wordt er samengewerkt met tolken en/of sleutelpersonen in het kader van ouderbetrokkenheid.

Omgeving

32. Er worden door de school activiteiten rondom welbevinden georganiseerd in de omgeving van de school om de buurt/wijk te betrekken bij de school.

33. De fysieke schoolomgeving (zowel binnen als buiten) draagt bij aan het welbevinden op school.

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.

Op zoek naar meer inspiratie en praktijkvoorbeelden? Kijk dan op de website van [Welbevinden op School](#) en [Gezonde School](#).

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 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 te werken aan welbevinden.

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, 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 <http://www.welbevindenopschool.nl/>.

Artikelnummer TRI-62-029

© 2024

Pharos



Trimbos-instituut

