

CHECKLIST

Welbevinden op het mbo



Breng de huidige situatie op jouw locatie in kaart



Wil je meer aandacht voor het thema welbevinden binnen jouw school(locatie)? Gebruik dan deze checklist om jullie beginsituatie systematisch in kaart te brengen. Wat gaat er goed op school/de opleiding? Wat verdient meer aandacht? Is er voldoende aandacht voor gelijke kansen? En wat heeft prioriteit?

Welbevinden

Welbevinden gaat over optimisme, zelfvertrouwen, geluk, vitaliteit, gevoel van betekenis hebben, eigenwaarde, ervaren van ondersteuning uit de omgeving en het goed weten om te gaan met de eigen emoties. Veel gebruikte termen zoals sociaal-emotionele ontwikkeling, psychisch welbevinden en psychische of mentale gezondheid, vallen onder welbevinden. In deze checklist zullen we steeds verwijzen naar de term welbevinden.

Vul samen in!

We raden je aan de checklist samen met een betrokken groep (bijv. docenten, studieloopbaanbegeleiders, teamdeskundigen, zorgmedewerkers, coaches, opleidingsmanagers, bestuurders etc.) in te vullen. Wees daarbij zo eerlijk mogelijk.



Integrale benadering

Een integrale benadering van welbevinden is een combinatie van training, signalering, educatie en beleid ter bevordering van het welbevinden van studenten én docenten. Er wordt daarbij gewerkt vanuit een holistisch model. Teamleden en studenten worden getraind op mentaal, emotioneel en sociaal vlak. Alle aspecten van de onderwijssetting worden betrokken: management, pedagogisch klimaat, interne communicatie, de relatie met ouders/verzorgers/belangrijke anderen en de fysieke omgeving. Al deze onderwerpen komen in deze checklist aan de orde. De checklist helpt hierover met elkaar het gesprek te voeren.

Opleiding, college, locatie of cluster?

Een integrale benadering betekent dat er acties ondernomen worden op alle verschillende onderdelen door de gehele schoollocatie heen. Soms vraagt een bepaalde opleiding aparte aandacht, of zijn sommige clusters of locaties verder dan andere. Bepaal voor welke opleiding, cluster of locatie je deze checklist invult. In verband met leesbaarheid wordt de term 'schoollocatie' gebruikt, je kan daar ook opleiding/college/cluster lezen.

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!



Programma Welbevinden op School

Welbevinden op School is het landelijke kennis- en ondersteuningsprogramma van Pharos en het Trimbos-instituut. Welbevinden op School ontwikkelt, bundelt en verspreidt kennis over wat werkt bij schoolbreed werken aan welbevinden. Er worden handreikingen ontwikkeld, bijeenkomsten georganiseerd en er wordt (wetenschappelijke) kennis (door)ontwikkeld. Onze doelgroepen zijn scholen uit het primair onderwijs, voortgezet onderwijs, speciaal onderwijs en MBO, Gezonde School Adviseurs en gemeenten.

Welbevinden op School is kennispartner van Gezonde School, het landelijk stimulerings- en implementatieprogramma van de PO-Raad, VO-raad, MBO Raad, RIVM en GGD GHOR Nederland, gericht op het bevorderen van een gezonde leefstijl van jeugd door collectieve preventie via het onderwijs.

Deze checklist kan op zichzelf staan of als aanvulling worden gebruikt op de themascan van Gezonde School. De pijlers van de Gezonde School (Educatie, Schoolomgeving, Signaleren en Beleid) komen in deze checklist ook aan bod.



Hoe ver zijn jullie als schoollocatie met het thema welbevinden?

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



A

Dit onderdeel van het thema welbevinden is nog niet (voldoende) ontwikkeld.
(Het heeft veel aandacht nodig, zodat het onderdeel gaat zijn van de schoollocatie.)



B

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



C

Dit onderdeel van het thema welbevinden 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 het College van Bestuur, agendering.)

Vragen die je jezelf 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 organisatie?

Checklist werken aan welbevinden op het mbo

Voor welke schoollocatie(s) vul je deze checklist in?

Opleiding(en)

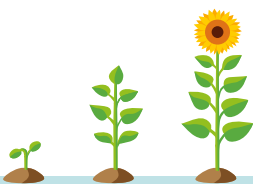
Niveau ('s)

Aantal leerjaren

BOL/BBL

Samen met wie vul je deze vragenlijst in?

.....



A B C

Beleid

Beleid, visie, ambitie en draagvlak

1. Elke mbo-schoollocatie ziet het werken aan welbevinden van studenten en mbo professionals als één van hun taken. Maar niet elke schoollocatie heeft een specifieke visie over hoe dit vorm te geven. Heeft jouw schoollocatie een dergelijke visie?

1a. Wat is deze visie? Waar is deze te vinden? Hoe actueel is deze visie?

2. Is in deze visie ook opgenomen hoe er wordt gewerkt aan het welbevinden van studenten die leven in kwetsbare omstandigheden? Bijvoorbeeld:

2a. Een duidelijke visie op kansengelijkheid;

2b. Een duidelijke visie op meertaligheid en het inzetten van de thuistaal;

2c. Een duidelijke visie op aandacht voor het leven in armoede;

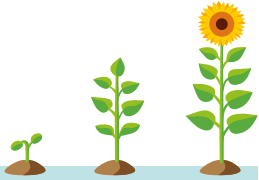
2d. Respect voor culturele verschillen en specifieke aandacht voor inclusie en diversiteit;

2e. Het actief verbinden van Nederlandse en nieuwkomersstudenten op school.

3. Wordt de visie actief besproken in de organisatie?

4. Bestaat er voldoende draagvlak voor deze visie in alle geledingen van de opleiding (mbo professionals, studenten, ouders/belangrijke anderen)?

5. Is deze visie gekoppeld aan beleid? Denk aan het strategisch beleidsplan/sectorplan/pedagogische visie/Gezonde School-beleid/anders?



A B C

Uitvoering van beleid

6. In welke mate wordt de visie op welbevinden door alle teamleden uitgedragen en nageleefd? (Denk hier bijvoorbeeld aan positief voorbeeldgedrag, elkaar aanspreken en motiveren, proactief agenderen).

7. Zorgt de vastgestelde visie tot concrete acties/veranderingen in de dagelijkse praktijk?

7a. Kun je een voorbeeld hiervan geven?

8. Wie coördineert het thema welbevinden op jullie schoollocatie?

9. Is er een kernteam opgebouwd rondom het thema welbevinden?

9a. Zo ja, wie zitten er in het kernteam? (Als jullie volgens de Gezonde School-aanpak werken, zit de Gezonde School Coördinator ook in het kernteam?)

10. In hoeverre lukt het om te meten of het werken aan welbevinden het gewenste effect heeft op studenten?

11. Hoe goed is over het algemeen het inclusief en veilig klimaat op jullie schoollocatie? (Uitgaande van de volgende definitie van pedagogisch klimaat: "School is een veilige plek met duidelijke regels, goede interactie tussen mbo professionals en studenten en een positieve omgang tussen studenten onderling.")

11a. Waar blijkt dit uit?



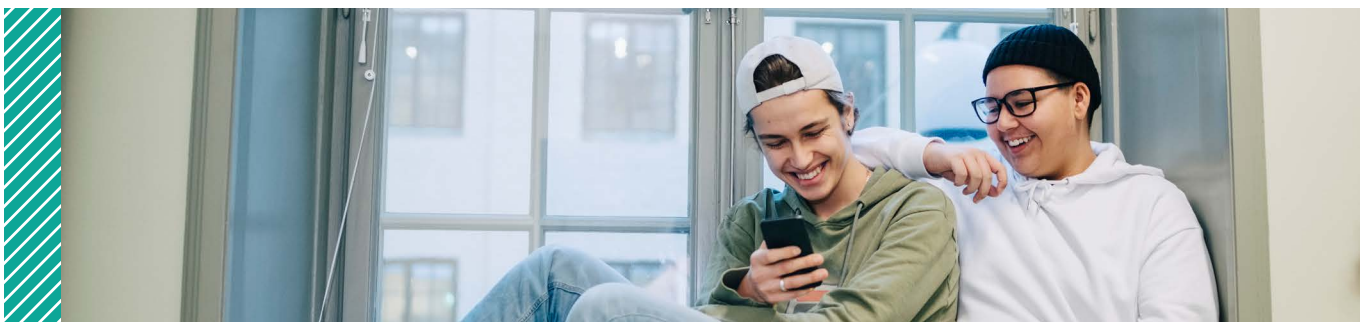
A B C

Betrokkenheid studenten en representatie

12. In hoeverre hebben studenten medezeggenschap? (Hiermee wordt medezeggenschap in de brede zin van het woord bedoeld, waarbij studenten mee kunnen bepalen op thema's, regels, activiteiten etc. binnen de schoollocatie. Bijvoorbeeld via een studentenraad, tevredenheidsonderzoeken, kwalitatieve interviews, gesprekken met mentoren, etc.)
13. Hebben jullie zicht op welke studentenperspectief ondervertegenwoordigd is? (Denk aan verschillen in opleidingsniveaus, culturele achtergronden, taalvaardigheid etc.)
- 13a. Zijn er plannen om juist deze studenten extra te betrekken? Zo ja, welke plannen zijn dat?

Welbevinden van het team

14. In welke mate heeft jouw schoollocatie voldoende aandacht voor het welbevinden van de mbo professionals? (Denk hier bijvoorbeeld aan: mogelijkheid tot opleiding en coaching, training in veerkrachtversterkende vaardigheden en strategieën, financiële vergoedingen voor gezonde leefstijl (sporten, fietsenplan etc.)).
- 14a. In hoeverre lukt het om te meten of het werken aan welbevinden het gewenste effect heeft op de teamleden?
15. Hoe schat je de sociale veiligheid binnen jouw team in? (Met veiligheid wordt bedoeld het je veilig voelen om bijvoorbeeld feedback aan elkaar te geven, om je uit te spreken, jezelf te zijn en je kwetsbaar op te stellen).





Educatie

Welbevinden van de studenten

| 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"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

16. **Vindt er educatie plaats op het gebied van welbevinden? (Met educatie wordt bedoeld dat er binnen de lessen aandacht wordt besteed aan het thema welbevinden.)**

16a. Wat zijn specifieke lessen of uren waar aandacht wordt besteed aan welbevinden? En over welke thema's of onderwerpen gaat het dan?

17. **Wordt er voor studenten met een vluchtachtergrond en/of studenten met een andere culturele- of taalherkomst aandacht besteed aan:**

17a. Visuele ondersteuning in het onderwijs (niet alleen tekst, maar ook gebruik van beelden)

17b. De overgang van de oude leefomgeving naar de nieuwe;

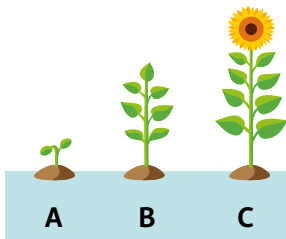
17c. Het actief verbinden van de thuissetting en de schoolsetting;

17d. Behandelen van specifieke thema's in de lessen die voor deze studenten belangrijk zijn (bijv. afscheid nemen, rouw, trauma).

18. **Welke interventies zetten jullie in om welbevinden onder studenten te verhogen? *Kruis aan wat van toepassing is en in welk leerjaar.***

| Programma | Leerjaar | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Happyles | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Mind Young Academy | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Futsal Chabbab | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Lab of Life | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Anders, namelijk: <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Anders, namelijk: <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Anders, namelijk: <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Anders, namelijk: <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |





A B C

19. In welke mate worden mbo professionals geschoold in het werken aan het welbevinden van de studenten? (Denk hier bijvoorbeeld aan *Dialogoog onder druk - School en veiligheid*, de *Online docententraining (mindyoung.nl)* of *trainingen van Gezonde School-adviseurs*).

17a. Heb je voorbeelden van andere scholingen?

Signaleren

Signalering en zorg

20. In hoeverre wordt het welbevinden van studenten op structurele basis gemonitord? (Denk hierbij bijvoorbeeld aan *TestJeLeefstijl.nl*).

21. Bij gebruik van *TestJeLeefstijl.nl*, in hoeverre worden er op basis van de uitkomsten aandachtsgebieden bepaald en interventies gekozen?

22. In hoeverre gebruikt de schoollocatie protocollen voor signalering? (Denk hierbij aan protocollen voor pesten, faalangst, agressief gedrag en geweld, seksuele intimidatie, huiselijk geweld, discriminatie, spijbelen/verzuim, ongewenst gedrag van ouders/verzorgers binnen de schoollocatie).

20a. Als jullie protocollen gebruiken, welke zijn dit dan?

23. Lukt het voldoende om alle studenten preventief te bereiken met veerkrachtbevorderende interventies?

24. Hoe worden studenten met extra behoefte voor hulp/zorg gesignaleerd?

- Warme overdracht vanaf VO of ISK
- Tijdens het intakegesprek
- Tijdens begeleiding door Slb'er/mentor/coach
- Tijdens de lessen door docenten
- Studenten kunnen zichzelf aanmelden bij de zorgcoördinator
- Anders, namelijk:



A B C

25. Hoe stevig staat de ondersteuningsstructuur voor individuele studenten met (extra) behoefte op het gebied van welbevinden?

26. In hoeverre lukt het om studenten met (extra) ondersteuningsbehoefte te ondersteunen?

27. Hoe wordt er extra hulp/zorg binnen de schoollocatie geboden aan studenten? (Bijvoorbeeld individuele gesprekken, taalstraining, assertiviteitstraining, versterking zelfvertrouwen, training sociale vaardigheden, begeleiding voor specifieke doelgroepen zoals jonge moeders of dreigende uitvallers)

28. In hoeverre zijn mbo professionals voldoende toegerust om ondersteuningsbehoeften van studenten te signaleren?

29. In hoeverre lukt het om ouders/verzorgers of andere belangrijke personen te betrekken wanneer er extra hulp/zorg aan de student wordt geboden?

Omgeving Omgeving


30. In hoeverre is het aanbod van hulp/zorg/preventie door instanties in de regio bij jullie in beeld? (Denk hierbij aan: JGZ, Jeugd GGZ (tot 18 jaar), Welzijn, etc.)

31. In hoeverre hebben jullie nauwe samenwerking/allianties met sociale partners zoals het buurtteam, sociaal werk, jongerenwerk, politie, etc.?

Betrokkenheid ouders/verzorgers of belangrijke anderen

32. In hoeverre worden ouders/verzorgers of belangrijke anderen actief door de schoollocatie betrokken bij het werken aan het welbevinden van de studenten? (Dus niet alleen wanneer er problemen zijn)

32a. Kun je hier een voorbeeld van geven?



| 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"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Welbevinden tijdens stages

33. In hoeverre lukt het om het welbevinden van studenten op stages een gedeelde verantwoordelijkheid tussen school en stagebedrijf te maken?
34. Wordt de student voorbereid op het bespreekbaar maken van het eigen welbevinden tijdens stages?
35. In hoeverre is er laagdrempelige communicatie wanneer zich problemen op stages voordoen die het welbevinden van studenten kunnen beïnvloeden? (Denk hierbij aan: Grensoverschrijdend gedrag, discriminatie en pesten)

Afronding

Na het invullen van deze checklist heb je hopelijk een idee gekregen van hoe ver jullie schoollocatie is in het implementeren van een integrale benadering.

Hoe vind je, samenvattend, dat jullie een integrale benadering gericht op welbevinden hebben geïmplementeerd?

Hoe nu verder?

Als je dit formulier opslaat, dan blijven de antwoorden behouden en kun je ze later nog eens terugkijken. Heb je 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. Lees ook meer over de pijlers van de Gezonde School.

Op de website van de MBO Raad is er meer te lezen over goede voorbeelden, interventies en activiteiten op het gebied van welbevinden en het mbo.





Colofon

Ontwikkeld door Welbevinden op School

Deze checklist is tot stand gekomen in samenwerking met betrokken mbo professionals, Gezonde School en de mbo-raad.

Met dank aan

Merel Steinweg en David Kwaadgras

Ontwerp

Canon Nederland N.V.

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 PM0793

© 2023

Pharos



Trimbos-instituut

