

1. Wat is welbevinden?

Onder welbevinden verstaan wij dat je je sociaal, mentaal en fysiek goed voelt en dat je een betekenisvol leven kunt leiden, waarmee jij tevreden bent.

2. Onze visie

We streven naar leerlingen die goed in hun vel zitten. Leerlingen die goed in hun vel zitten, kunnen beter leren dan leerlingen die problemen ervaren (NRO, 2024). Andersom is ook waar: leerlingen die leren, gaan beter in hun vel zitten (Trimbos Instituut, 2024). We gaan preventief te werk (beter voorkomen dan genezen) door breed in te zetten op welzijn en leren. Hoe meer ontspannen leerlingen leren, des te meer helpend dat is voor hun welzijn.

Mentaal gezonde leerlingen, hebben meer zelfvertrouwen en veerkracht. Zij zijn in staat om beter om te gaan met tegenslagen en weten deze tegenslagen gemakkelijker te overwinnen. Ze tonen gepast sociaal gedrag en verzuimen minder. Ze kunnen zich beter inleven in een ander, beter omgaan met emoties van zichzelf en anderen, hechtere relaties opbouwen en beter leren.

3. De piramide van welzijn

3.1 Voor alle medewerkers

De basis voor goed onderwijs en het welzijn van onze leerlingen is het welbevinden van ons personeel. Zo heeft het welzijn van docenten effect op de kwaliteit van het lesgeven in termen van klassenmanagement en het welzijn van de leerling in de les (Viac & Fraser, 2020).

3.2 Voor alle leerlingen

Docenten houden in de les rekening met de drie psychologische basisbehoeftes: de behoefte aan relatie, de behoefte aan autonomie en de behoefte aan competentie.

We willen graag dat leerlingen zich competent voelen, zodat ze zelfvertrouwen opbouwen en om kunnen gaan met stress. Docenten hanteren een didactiek van hoge verwachtingen om de leerresultaten en daarmee het welzijn te bevorderen. Docenten bevorderen welzijn ook door leerlingen vaardigheden aan te leren. Vaardigheden zijn belangrijk om goed te kunnen leren en belangrijk voor de rest van het leven.

Mentoren in de onderbouw werken aan een fijne sfeer, sociale veiligheid en positieve groepsdynamiek door het inzetten van daarop gerichte opdrachten en oefenvormen voor de hele klas. Zij hebben persoonlijke aandacht voor leerlingen en bespreken het welzijn in individuele coachgesprekken.

De pijler 'kiezen' krijgt vorm in onze gymnasiale maatwerkband. Leerlingen krijgen in de loop van hun schoolloopbaan steeds meer handvatten om met vertrouwen in en kennis van eigen kunnen keuzes te maken voor lessen binnen het gymnasiaal maatwerk. Kiezen bevordert de autonomie en motivatie en daarmee het welzijn. Wij streven ernaar dat elke jaarlaag één keer per jaar in een Oelbertweek werkt aan een speciaal programma met betrekking tot welzijn.

3.3 Voor specifieke groepen leerlingen

We hebben faciliteiten voor groepen leerlingen met een specifieke leer-, ontwikkelings- of ondersteuningsbehoefte. Zij werken preventief of curatief aan hun welzijn. Zo hebben we de Voorsprongklas, de faalangstreductietraining, speciale huiswerkbegeleiding en het HPG-traject voor leerlingen met een sterk ontwikkelpotentieel.

3.4 Voor de individuele begeleiding

Leerlingen met een ondersteuningsbehoefte die de basisondersteuning overstijgt, worden individueel begeleid door een mentor-coach, leerlingbegeleider of een externe deskundige. We onderscheiden daarbij de leerlingen die tijdelijk ondersteund worden en diegene die structureel ondersteund worden.

Voor de tijdelijke ondersteuning hebben we leerlingbegeleiders, een vertrouwenspersoon en Jeugd Maatschappelijk Werk in huis.

Voor de structurele individuele begeleiding hebben we een vaste begeleider of externe deskundige die, indien nodig, aan de leerling gekoppeld blijft tot het einde van zijn schoolcarrière. Dit type leerling staat in de piramide weergegeven als 'een leerling met een OPP': een plan met het ontwikkelingsperspectief van de leerling.

4. Visualisatie



De piramide visualiseert hoe het Sint-Oelbert naar welbevinden kijkt én wat voor ondersteuningsmogelijkheden er zijn als een leerling extra hulp nodig heeft. De onderkant van de piramide is breed en vormt de basisondersteuning voor alle leerlingen. De middelste schijf bestaat uit ondersteuning voor groepen leerlingen die preventief of curatief aan welzijn werken. De bovenste twee lagen van de piramide visualiseren de individuele ondersteuningsmogelijkheden van tijdelijke en meer permanente aard (leerlingen met een OPP: een Ontwikkelings Perpectief Plan).

Een uitwerking van de piramide, met alle faciliteiten, is als bijlage toegevoegd aan deze visie.

5. Monitoring

We monitoren het welzijn van onze leerlingen in een gedeelte van het leerlingtevredenheids-onderzoek dat jaarlijks wordt afgenomen in klas 1 en 3 en in het onderzoek “Jij en je gezondheid” van de GGD. Hiernaast monitoren we de afwezigheid van leerlingen met het programma M@zl.

6. Signalering

De mentor heeft de essentiële rol om een ondersteuningsaanvraag in te dienen bij de ondersteuningscoördinator indien er een opschaling van ondersteuning nodig blijkt te zijn.

7. Referenties

NRO (2024). *Welbevinden en sociaal-emotionele ontwikkeling*. Geraadpleegd op 4 september 2024 van <https://www.onderwijskennis.nl/kennisbank/welbevinden-en-sociaal-emotionele-ontwikkeling>.

Trimbos Instituut (2024). *Welbevinden op school*. Geraadpleegd op 4 september 2024 van <https://www.trimbos.nl/aanbod/programmas/welbevinden-op-school/>.

Viac, C., & Fraser, P. (2020). Teachers' well-being. *OECD Education Working Papers*. <https://doi.org/10.1787/c36fc9d3-en>.

Bijlage 1. Piramide van welzijn met bijbehorende faciliteiten



**** Mogelijke faciliteiten voor alle leerlingen	*** Mogelijke faciliteiten voor specifieke groepen leerlingen
• Begeleiding door de mentor-coach • Oefeningen voor positieve groepsvorming • Deelname aan introductieactiviteiten • Lessen levenskunst & levensbeschouwing • Deelname aan welzijnsactiviteiten • Deelname aan excursies • Keuzes in de band met gymnasiaal maatwerk • Lessen in vaardigheden • Lessen Rots & Water • Inzet van jongerenwerkers tijdens pauzes	Preventieve activiteiten • Onderwijs in de Voorsprongklas • Inzet van privilege-uren • Deelname aan een van de leerlingenraden: de culturele raad, de GSA (Gender and Sexuality Alliance), de hervormingsraad, de milieuraad, de sportraad en/of de Vitaraad Curatieve activiteiten • Faalangstreductietraining • Begeleiding in vaardigheden voor HB-leerlingen • Deelname aan taalworkshops
** Mogelijke faciliteiten voor individuele leerlingen	* Mogelijke faciliteiten voor een leerling met een OPP
• Begeleiding door Jeugd Maatschappelijk Werk • Begeleiding door de vertrouwenspersoon • Begeleiding door de leerlingbegeleider • Advies raadplegen bij de GGD (M@ZL)	• Begeleiding door de mentor-coach • Begeleiding door een leerlingbegeleider • Begeleiding door een externe professional • Maatwerk mogelijkheden • Expertise raadplegen bij het expertisecentrum van Libréon en/of het RSV Breda