



Rent a coach voor 'Welbevinden op school'

als hefboom voor goed leren en sociaal gedrag.

Aanbod voor basisscholen in Vlaanderen

Goed in je vel zitten is een hefboom voor goed leren en sociaal gedrag. Bij stress gaan onze denkende hersenen immers steeds meer offline, waardoor goed leren en sociaal gedrag moeilijker wordt. Daar is onderzoek het over eens. Maar 'Waar moet ik nu precies beginnen?', 'Er is heel wat aanbod, maar ik zie het bos door de bomen niet' of 'Er verandert al zoveel, hoe krijg ik dit ook nog klaargespeeld?' zijn **bezorgdheden** die ik vaak hoor.

Mijn coachingstraject biedt hierop antwoorden. Via een begeleiding op maat ondersteun ik jullie scholen om:

- leerkrachten te versterken in hun eigen welbevinden en dat van hun leerlingen.
- leerprestaties te verbeteren, moeilijk of storend gedrag te verminderen, pesten of uitval tegen te gaan, enz.
- een positieve schoolcultuur te bevorderen die stress vermindert en betrokkenheid vergroot.

Het traject vertrekt vanuit het 'Welbevinden op school'-model, een evidence-informed aanpak **gebaseerd op breed wetenschappelijk onderzoek** zoals neurowetenschappen, psychologie en onderwijswetenschap. Het model is geïnspireerd door succesvolle initiatieven zoals de trauma-informed schools in het VK en de VS en sluit naadloos aan bij de heleschoolbenadering die de EU voorop stelt.

Het WOS-model **richt zich op leerkrachten, leerlingen en de school.**

1. *Het welbevinden van de leerkracht* staat centraal. Het welbevinden van de leerlingen is immers ingebed in het welbevinden van de leerkracht.
2. *De leerkracht creëert een ecosysteem voor de leerlingen* dat steun en ruimte geeft: een warm klimate waarin hun basisbehoeften vervuld zijn (veiligheid, verbinding, autonomie en groei), en waarin leerlingen door psycho-educatie leren hun energie te managen zodat hun brein klaar is om te leren en ze goed gedrag kunnen stellen (zie bijlage).
3. *De school creëert een ondersteunend klimaat voor de leerkracht en een WOS-community.* Er is een werkklimaat voor leerkrachten dat hun basisbehoeften vervult en dat hen de mogelijkheid geeft hun energie te managen. De school creëert daarnaast een community van welbevinden voor iedereen op school en met ouders en externe partners.

Mijn aanpak is co-creatief, op maat en in samenspraak met de directie. Het coachingstraject vertrekt in de eerste plaats vanuit de noden van de leerkracht. Samen gaan we op zoek naar de meest geschikte oplossingen, zoals concrete tools, materiaal of goede praktijken. Welbevinden vereist een heleschoolaanpak en dus gaan we **op verschillende niveaus** aan de slag, met de bedoeling om stap voor stap een olievlekeffect te creëren:

- *Leerkrachten.* We coachen één of enkele leerkrachten per school om hun welbevinden duurzaam te versterken d.m.v. coachinggesprekken, een training, reflectieoefeningen, enz.

- *Leerlingen*. We coachen diezelfde leerkrachten in hoe ze het welbevinden van hun klas of bepaalde leerlingen kunnen versterken: 1) welke ondersteuning hebben ze nodig voor een warm klasklimaat waarin de basisbehoeften van de leerlingen vervuld zijn: inzichten, tools, goede praktijken, inspiratie, enz.; 2) welke ondersteuning hebben ze nodig om te werken aan psycho-educatie in de klas: oefeningen zoals beweging, ademhaling, mindfulness of meditatie, lesmateriaal, kindvriendelijke tools en materialen, ondersteuning d.m.v. co-teaching, enz.
- *School*. Op schoolniveau bekijken we hoe we het ondersteunend ecosysteem voor leerkrachten kunnen versterken door bijvoorbeeld stressoren aan te pakken, teamzorg te versterken of door het beleid rond welbevinden en gedrag te optimaliseren. Hier werken we met alle of een grotere groep leerkrachten.
Indien gewenst kunnen ook *de ouders* betrokken worden in dit traject, bv. via een infosessie waarin we uitleggen hoe de coaching verloopt en hoe zij hieraan kunnen meewerken.
Ten slotte kan ook bekeken worden hoe partners anders of meer betrokken kunnen worden om het beleid rond 'welbevinden op school' krachtig vorm te geven.

Interesse in een coachingstraject 'welbevinden op school'? Dan gaan we als volgt te werk:

- We starten met een vrijblijvend en gratis *oriëntatiegesprek*. Na afloop van dit gesprek beslissen jullie of er een traject opgestart wordt of niet.
- Een *coachingstraject* loopt over minstens 1 schooljaar. Ik reserveer 1 dag per week voor jullie scholengroep. Bij de start worden de verwachtingen besproken, wordt een plan van aanpak met timing opgemaakt en momenten vastgelegd om het traject te evalueren en indien nodig bij te sturen.