

Beschrijving weerbaarheidstraject

De weerbaarheidstraining heeft als doel leerlingen in hun puberteit te ondersteunen. Dit door hen weerbaarder te maken omtrent hun sociale competenties, zelfbeeld en door hun zelfvertrouwen te vergroten. Bijkomend voordeel is dat deze leerlingen samen met hun groepsgenoten worden getraind, waardoor ook inspelen op groepsklimaat en gebeurtenissen in de groep tot de mogelijkheden behoren. Leerkrachten krijgen door deelname aan een docenttraining handvatten aangereikt de weerbaarheidstraining te integreren in hun lessen. Naast de weerbaarheidstraining op school, levert het GGD HM een (huis)werkmodule, waarmee leerlingen met hun ouders/opvoeders de lessen thuis verwerken. Daarnaast levert GGD HM een ouderfolder die speciaal voor ouders/verzorgers is geschreven, zodat ze na elke les of ter voorbereiding van de volgende les met hun kind in gesprek kunnen gaan over weerbaarheid. Dit om ook ouders te betrekken bij de weerbaarheidsontwikkeling.

Wat houdt het aanbod in?

- Eén (combinatie-) groep 6, 7 of 8 krijgt 1 training van 7 lessen van elk 1 uur.
- Jongens én meisjes van deze groep krijgen **apart** van elkaar les.
- Om ouders voor te bereiden op de training en hen hierbij intensief te betrekken, verzorgt GGD HM een ouderavond voorafgaand aan de training.
- Ouders werken thuis met hun kind aan een huiswerkmodule waarin het leefstijlthema is gekoppeld. School kan kiezen tussen: 1. (On)gezonde gewoontes of 2. Voeding en bewegen of 3. Lijf en relaties of 4. Jezelf en anderen.

Procesbeschrijving GGD HM en weerbaarheidstrainers

- GGD HM werft de scholen voor de training of neemt vragen aan omtrent calamiteitstrainingen.
- GGD HM neemt contact op met de school om de ouderavond in te plannen.
- GGD HM zorgt voor een informatiebrief voor ouders met daarin werving voor de ouderavond inclusief aanmeldstroomje.
- GGD HM neemt contact op met school om de oudervoorlichting in te plannen en voert deze voorafgaand aan de training uit.
- GGD HM koppelt een trainer aan de school (beschikbaarheid / ervaring trainer).
- De trainer neemt contact op met de school voor telefonische intake.
- De trainer plant het beoogde aantal lessen met de school in en stemt de uitkomst af met GGD HM per email.
- Trainer voert de lessen uit. Indien nodig houdt trainer contact met GGD HM over voortgang.
- GGD HM is aanspreekpunt bij problemen en vragen voor trainer en school.
- GGD HM draagt zorg voor lesmateriaal voor leerlingen, trainer en docent/leerkracht.
- GGD HM zorgt voor evaluatieformulieren voor leerlingen die in de laatste training worden afgenomen.
- GGD HM draagt digitaal zorg voor evaluatie van ouders, leerkracht/docent en IB-er.
- De trainer draagt zorg voor vastleggen leerling-ontwikkeling (globaal).
- De trainer maakt met school afspraken over registratie huiswerk (al dan niet gemaakt). School draagt zorg voor begeleiding leerlingen en zoekt eventueel afstemming met ouders hieromtrent.
- Na de laatste training vindt een evaluatiegesprek plaats. De trainer plant dit in met de leerkracht en nodigt de IB-er uit. Trainer geeft de gemaakte afspraken door aan GGD HM die de jeugdverpleegkundige/JGT-er die aan de school is gekoppeld, uitnodigt voor het evaluatiegesprek.
- De trainer geeft schriftelijk terugkoppeling van het proces van de school aan GGD HM.

Inhoud van de training voor leerlingen

- De leerlingen krijgen de lessen onder schooltijd van een weerbaarheidstrainer. De trainer beschikt over een Verklaring omtrent gedrag (VOG) en is gecertificeerd om weerbaarheidstraining te geven. De trainer is een zelfstandig ondernemer die een samenwerkingsovereenkomst heeft afgesloten met GGD HM.
- De leerlingen krijgen een werkmap van GGD HM waarin ze het “huiswerk” maken en bewaren.
- Omdat de weerbaarheidstraining aan moet sluiten bij uw school en ‘wat leeft onder de leerlingen’ is er zeker **ruimte voor schoolgebonden accenten in de aanpak**.

Inhoud van de training voor ouders

- Voorafgaand aan de training verzorgt GGD HM op uw school een ouderavond. Deze avond is voor de ouders van de betreffende groep(en).
- Tijdens deze 2 uur durende avond wordt uitgebreid stilgestaan bij normvorming, voorbeeldgedrag, gemeentelijk cijfers omtrent alcohol en het gekozen gezondheidsthema en hersenontwikkeling van pubers. Verder worden alle lessen inhoudelijk toegelicht, worden ouders en school met elkaar in gesprek gebracht en is er ruime gelegenheid tot het stellen van vragen.
- Ouders met individuele opvoedvragen worden doorverwezen naar het CJG.
- Ouders ontvangen een ouderfolder waarin staat welke lessen aan de orde komen, welke vragen ze kunnen stellen om hun kind te begeleiden en er wordt beknopt toegelicht welke fysieke oefeningen de leerlingen leren.
- Ouders ontvangen een poster met de belangrijkste lessen uit de weerbaarheidstraining, om hier ook thuis op terug te kunnen grijpen.

Inhoud van de training voor leerkrachten

- De leerkracht wordt gevraagd om tijdens de training de leerlingen te observeren. Er wordt niet per definitie een actieve deelname verwacht aan de beweeg-activiteiten in de les.
- Door het observeren is de leerkracht, in principe, niet beschikbaar om de andere helft van de klas op te vangen. Hiervoor dient vervanging geregeld te worden. De ervaring leert dat dit lastig kan zijn, maar wel als lonend wordt ervaren. Mogelijk kan de tweede helft van de groep gymles krijgen met een andere groep. Een andere optie is dat het gecombineerd wordt met Engelse/Franse les of een LIO-stagiair.
- Om leerkrachten handvatten mee te geven om de training zo goed mogelijk te integreren in het bestaande curriculum wordt vanuit GGD HM tweemaal per jaar een docententruining gegeven. Hierin worden leerkrachten kosteloos getraind in het omgaan met groepsproblematiek en krijgen ze de kans om persoonlijke vraagstukken en casuïstiek voor te leggen aan een trainer en een gezondheidsbevorderaar.

Evaluatie

- Bij de laatste les verstrekt de trainer evaluatieformulieren voor leerlingen. De trainer zal de ingevulde formulieren opsturen naar GGD HM. Van GGD HM ontvangt u een brief met een link naar een digitale evaluatie voor ouders. Onze vraag aan u is om deze brief te verspreiden onder de ouders van de groep.
- De leerkracht(en) en IB-er worden per mail gevraagd een evaluatie in te vullen. Ook deze evaluatie is digitaal in te vullen.
- De evaluaties dienen ter verantwoording aan de gemeente en voor kwaliteitsdoeleinden.
- Op uw verzoek krijgt u een (cijfermatige) terugkoppeling van de evaluaties van uw school.

Zorg en ondersteuning

- De training is gekoppeld aan het Centrum voor Jeugd en Gezin. Als de trainer leerlingen heeft gesignaleerd die extra ondersteuning/aandacht nodig hebben, zal de trainer de zorg door middel van een afstandsverklaring aan de school overdragen tijdens het evaluatiegesprek.
- Voor de eindevaluatie zal i.v.m. de ondersteuning voor zorgleerlingen de ib-er door de trainer uitgenodigd worden.

- Ook zal voor de eindevaluatie de jeugdverpleegkundige of JGT-er, die gekoppeld is aan de school, uitgenodigd worden zodat hij/zij de school van advies kan voorzien welke stappen genomen kunnen worden voor de gesignaleerde zorg.
- De leerkracht dient de ouders hierover te informeren en kan deze ouders doorverwijzen naar het Centrum voor Jeugd en Gezin (zoals schoolarts, maatschappelijk werk of een andere CJG-partner).
- Ouders die bij de evaluatie zelf aangeven vragen of zorgen te hebben naar aanleiding van de training, worden doorverwezen naar het Centrum voor Jeugd en Gezin (zoals schoolarts, maatschappelijk werk of een andere CJG-partner).

Voorwaarden voor de school

- Bij de weerbaarheidstrainingen is de groepsleerkracht, bij voorkeur, aanwezig.
- De leerkracht stimuleert dat leerlingen het huiswerk meenemen en terugbrengen van én naar huis.
- De leerkracht draagt zorg voor het verspreiden, verzamelen en versturen van de evaluaties van leerkracht(en) en leerlingen.
- Logistieke zaken zoals ruimte voor ouderavond, beamer, projectscherm etc.
- Ruimte voor de training (lege klas, gym-, of speelzaal).
- Werving voor de ouderavond gebeurt middels de door GGD HM aangeleverde voorbeeldbrief. Deelname van minimaal 60% van de ouders is verplicht om de avond rendabel te maken en van start te mogen gaan met de training. De verantwoordelijkheid van de werving ligt bij de school.
- Het klaarzetten van stoelen en audiovisuele middelen voor de ouderavond.

Kosten

De training en alle materialen samen kosten per school €1521,-. De ondersteuning vanuit GGD HM ontvangt de school uit reguliere middelen. De kosten van de training zijn voor school, tenzij de gemeente subsidie beschikbaar stelt. Als de gemeente waarin uw school staat de training subsidieert, ontvangt de schooldirecteur daarover een mail.

Met vriendelijke groet,

namens team gezondheidsbevordering Basisonderwijs,

Esther Hoonhoud

Telefoon: 088 308 47 41

E-mail: EHoonhoud@ggdhm.nl