

Welbevinden op School voor Nieuwkomerskinderen

Interventies en methodes om in de schoolcontext te werken aan de sociaal-emotionele ontwikkeling en het welbevinden van kinderen met een (recente) migratie- of vluchtachtergrond



Pharos

Expertisecentrum gezondheidsverschillen
www.pharos.nl

PHAROS
EXPERTISECENTRUM GEZONDHEIDSVERSCHILLEN

Inhoud

Woord vooraf	3
Overzicht PO	4
Overzicht VO	5
Beschrijving Interventies en Methodieken	6
De Vreedzame School voor nieuwkomerskinderen	6
Team-Up op School	6
Wereldreizigers	7
Laat maar zien wie je bent	8
Nieuwe Heldenprogramma	9
Wonderwoordenwinkel: Taalonthaal voor nieuwkomers	9
Mind-Spring Junior	10
Safe & Sound	11
Lifeskills: Bouwstenen voor positieve educatie	12
Schooljudo	12
PIEP zei de Muis en Billie Boem	13
Werkbladen en emotiekaarten over Sociaal Emotioneel Leren Thuis	14
Een vluchtelingenkind in de klas	14
Welkom op School	15
MindPower	16
Mind-Spring 13+	17
My Identity	18

Woord vooraf

Dit overzicht is gemaakt naar aanleiding van het project 'welbevinden op school voor vluchtelingenkinderen en andere nieuwkomers' van Pharos (2018-2021). Het betreft interventies en methodes om te werken aan het welbevinden en de sociaal-emotionele ontwikkeling in de schoolcontext of waar de verwijzing naar een interventie vanuit school kan plaatsvinden. We hebben gepoogd hierbij aan te geven wat er bekend is ten aanzien van de effectiviteit bij nieuwkomerskinderen. Per interventie of methodiek wordt een korte beschrijving gegeven en voor meer informatie wordt u doorverwezen naar de webpagina van de ontwikkelaars.

Het betreft onder andere interventies/methodes die school-breed in te zetten zijn en zich richten op het versterken van het sociale en pedagogische klimaat op school. Alsook preventieve interventies/methodes die zich richten op het voorkomen van (de verergering van) problemen door vroegtijdig in te grijpen. Dit zijn interventies/methodes die zich richten op collectieve preventie (bedoeld voor bijv. alle kinderen in een klas), selectieve preventie (het extra ondersteunen van jongeren die een verhoogd risico hebben op een belemmering van hun sociaal-emotionele ontwikkeling), of geïndiceerde preventie (als er sprake is van (beginnende) psychosociale problematiek).

Dit overzicht is tot stand gekomen door middel van deskresearch en input van experts uit het veld. Het is ontwikkeld in samenwerking met het project 'Inventarisatie Preventieve Interventies voor Vluchtelingen' dat Pharos en ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum uitvoerden in februari – juli 2021.

Voor meer informatie over 'welbevinden op school voor vluchtelingenkinderen en andere nieuwkomers' zie <https://www.pharos.nl/infosheets/welbevinden-op-school/> en <https://www.pharos.nl/infosheets/hoe-werk-je-op-scholen-met-vluchtelingen-en-andere-nieuwkomers-aan-welbevinden/>

Neem bij vragen contact op met Anna de Haan a.dehaan@pharos.nl

Overzicht PO

<i>Methodiek / interventie</i>	<i>Leeftijd/ onderwijstype</i>	<i>Richt zich op</i>	<i>Mbt nieuwkomerskinderen</i>
De Vreedzame School voor nieuwkomerskinderen	4-12 jaar	Vorming van sociale en burgerschapscompetenties	Ontwikkeld voor nieuwkomerskinderen
Team-Up op School	6-12 jaar	Vergroten veerkracht door sociale en emotionele ondersteuning	Ontwikkeld voor nieuwkomerskinderen
Wereldreizigers	6-12 jaar	Bijdragen aan de sociaalemotionele ontwikkeling	Ontwikkeld voor nieuwkomerskinderen
Laat maar zien wie je bent	4-12 jaar	Versterking van de affectieve en sociale competenties	Ontwikkeld voor asielzoekerskinderen
Nieuwe Heldenprogramma	8-18 jaar	Voorkomen dat kinderen en jongeren met een oorlogs- en/of vluchtverleden vastlopen	Ontwikkeld voor kinderen met een oorlogs- en/of vluchtverleden
Wonderwoordenwinkel: Taalonthaal voor nieuwkomers	4-12 jaar	Kinderen stimuleren om hun emotionele vocabulaire te vergroten en hun emoties te uiten	Ontwikkeld voor nieuwkomerskinderen
Mind-Spring Junior	6-12 jaar	Verbeteren van de mentale gezondheid en psychosociale vaardigheden	Ontwikkeld voor vluchtelingenjongeren
Safe & Sound	6-18 jaar	D.m.v. muziektherapie het versterken van 'sense of belonging' en de veerkracht	Ontwikkeld voor vluchtelingenkinderen
Lifeskills: Bouwstenen voor positieve educatie	4-15 jaar	Verbeteren van copingvaardigheden en het aanleren van sociale en emotionele vaardigheden	Goed toepasbaar op scholen met nieuwkomerskinderen
Schooljudo	PO 4-12 jaar SO cluster 3 & 4	Een bijdrage leveren aan de fysieke en sociaal-emotionele ontwikkeling	Kinderen uit achterstandswijken zijn een belangrijke subdoelgroep
PIEP zei de Muis en Billie Boem	4-12 jaar	Bieden van extra steun aan kinderen die thuis veel spanning en stress ervaren, kinderen leren beter voor zichzelf op te komen	Richt zich o.a. op kinderen die opgroeien in achterstandswijken
Werkbladen en emotiekaarten over Sociaal Emotioneel Leren Thuis	4-12 jaar	Aandacht voor sociaal emotioneel leren in de thuissetting	Ontwikkeld voor ouders van nieuwkomerskinderen
Een vluchtelingenkind in de klas	0-12 jaar (kinderopvang en PO)	Deelnemers weten hoe ze vluchtelingenkinderen in hun groep kunnen opvangen en begeleiden	Gericht op professionals die werken met vluchtelingenkinderen

Overzicht VO

<i>Methodiek / interventie</i>	<i>Leeftijd/ onderwijstype</i>	<i>Richt zich op</i>	<i>Mbt nieuwkomerskinderen</i>
Welkom op School	12-18 jaar	Welzijn verbeteren, sociaal-emotionele problemen verminderen, bevorderen seksuele ontwikkeling	Ontwikkeld voor nieuwkomerskinderen
MindPower	15-19 jaar	Empowerment, eigen identiteit, toekomstperspectief en het versterken van talenten.	Ontwikkeld voor vluchtelingenjongeren
Mind-Spring 13+	13-18 jaar	Verbeteren van de mentale gezondheid en psychosociale vaardigheden	Ontwikkeld voor vluchtelingenjongeren
Safe & Sound	8-17 jaar	D.m.v. muziektherapie het versterken van 'sense of belonging' en de veerkracht.	Ontwikkeld voor vluchtelingenkinderen
My Identity	13-18 jaar	Preventie en verminderen van psychosociale problemen	Ontwikkeld voor meisjes met een migratieachtergrond
Lifeskills: Bouwstenen voor positieve educatie	VO klas 1 en 2	Jongeren het gevoel geven dat zij zelf regie in handen hebben en kunnen omgaan met de wereld om hen heen	Goed toepasbaar op scholen met nieuwkomerskinderen

Beschrijving Interventies en Methodieken

De Vreedzame School voor nieuwkomerskinderen

Doelgroep: Nieuwkomersleerlingen in de basisschoolleeftijd (4-12 jaar)

Doel: Planmatig met nieuwkomerskinderen werken aan sociale competenties en democratisch burgerschap.

Aanpak: Het programma bestaat uit wekelijkse lessen van 45 minuten die gegeven worden volgens een vast stramien gedurende het gehele schooljaar. Naast de wekelijkse lessen zijn er steeds twee korte vervolgvactiteiten om de inhoud van de lessen te borgen. De lessen van ieder blok worden door de hele school heen in dezelfde periode gegeven. In deze specifieke leergang is rekening gehouden met de problemen die kinderen hebben met de Nederlandse taal. De activiteiten en lessen zijn zo taalarm mogelijk gemaakt, waarbij extra aandacht is voor het vergroten van de woordenschat. Naast korte begrijpelijke instructies is er veel visuele ondersteuning. Voor scholen die (nog) geen vreedzame school zijn, zijn er daarnaast vijf gratis lesbrieven gemaakt. In de activiteiten en lessen zijn suggesties opgenomen om ouders te betrekken bij De Vreedzame School. Daarnaast zijn er nieuwsbrieven waarin met weinig taal zichtbaar wordt gemaakt wat de essenties zijn per blok. In de handleiding wordt per blok genoemd waar leerkrachten op moeten letten wat betreft de activiteiten en lessen voor deze specifieke doelgroep.

Uitvoering: Het betreft een school-brede aanpak en is dus bedoeld voor alle leerlingen op een school. Deze speciale leergang is bedoeld voor alle nieuwkomerskinderen op een school. De activiteiten en lessen kunnen gegeven worden door leerkrachten die werken op een Vreedzame School en zowel op scholen met alleen nieuwkomerskinderen, als op scholen met enkele nieuwkomerskinderen.

Effect en ervaringen: Dit aangepaste programma voor nieuwkomerskinderen is in samenwerking met meerdere leerkrachten gemaakt. Zij meldden succes. Deze gemaakte aanpassing van het programma van

De Vreedzame School berust op dezelfde theoretische onderbouwing als het hoofdprogramma.

Erkenning: NJI databank effectieve jeugdinterventies, erkend als 'effectief volgens eerste aanwijzingen'. Zie <https://www.nji.nl/nl/Databank/Effectieve-Jeugdinterventies/Interventies/Erkend/De-Vreedzame-School>. Gezonde School interventiedatabase, beoordeling 'eerste aanwijzingen voor effectiviteit'. Zie <https://sub.gezondeschool.nl/interventies/po/1402319?schooltype=po>

Overdraagbaarheid: Voor Vreedzame Scholen is deze aanpassing makkelijk in te voeren. De gecertificeerde trainers van De Vreedzame School kunnen scholen daarbij helpen. Voor niet-vreedzame scholen is deze aanpassing niet zo maar in te zetten. De Vreedzame School kan in overleg met hen de mogelijkheden verkennen.

Kosten: Voor bestaande Vreedzame Scholen zijn er geen kosten. Voor niet-vreedzame scholen is deze aanpassing niet zo maar in te zetten. De Vreedzame School kan in overleg met hen de mogelijkheden verkennen.

Ontwikkeld door, contactpersoon:

Organisatie: CED Groep

Postadres: Dwergras 30, 3068 PC Rotterdam

E-mail: devreedzameschool@cedgroep.nl

Telefoon: 010 4071599

Contactpersoon: Eke Blijham, e.blijham@cedgroep.nl

Websites: www.vreedzaam.net

<https://www.devreedzame.school/63-publiek-domein/voor-wie/966-nieuwkomerskinderen>

Team-Up op School

Doelgroep: Kinderen van 6-12 jaar met een niet-Nederlandse achtergrond binnen het primair (nieuwkomers)onderwijs, zoals gevluchte kinderen en kinderen van migranten.

Doel: Het hoofddoel is het versterken van het psychosociaal welbevinden en de veerkracht. Aan dit hoofddoel

wordt gewerkt door middel van de subdoelen: een veilig gevoel, sociale verbondenheid, zelfsturing, positief perspectief.

Aanpak: TeamUp vindt plaats op een vaste dag, vaste tijd en vaste plek in de week. De activiteiten zijn gekoppeld aan acht psychosociale thema's. TeamUp hanteert een non-verbale en lichaamsgerichte benadering en deze focus op het fysieke aspect en faciliterende technieken maken het voor kinderen met verschillende taal- en culturele achtergronden mogelijk om mee te doen. De signalerende functie van facilitators maakt dat eventueel zorgelijk gedrag van kinderen doorverwezen kan worden indien er mogelijk meer specialistische zorg nodig is, daarnaast leren facilitators te werken vanuit een traumagerichte benadering.

Tijdens de corona pandemie zijn er mini spellen boekjes in verschillende talen ontworpen zodat kinderen naar wens konden doorgaan met TeamUp activiteiten. Naast de spellenboeken zijn er "TeamUp Thuis" video's opgenomen door de trainers.

Uitvoering: Vanwege het non-verbale en inclusieve karakter van TeamUp op School kunnen alle kinderen meedoen. Alle kinderen op scholen/in de klassen waar TeamUp geïmplementeerd wordt, doen wekelijks mee met de sessies. Door de natuurlijke schoolsetting hoeven zij niet meer geworven te worden: zij zijn al op school en in de klas.

Effect en ervaringen: In 2019 en 2020 is een evaluatieonderzoek uitgevoerd op elf (pilot) scholen. De bevindingen zijn gebruikt om de interventie verder te ontwikkelen. Volgens kinderen draagt TeamUp bij aan: samen spelen en plezier maken, nieuwe sociale verbindingen aangaan, de leerkracht in een andere rol zien, in beweging zijn en meer energie krijgen. Volgens leerkrachten draagt het bij aan: psychosociaal welzijn, een uitlaatklep voor stress en spanning, nieuwe sociale verbindingen aangaan die taal- en cultuur doorbrekend zijn, emotieregulatie.

Overdraagbaarheid: Op scholen zijn de facilitators de leerkrachten zelf samen met ander onderwijspersoneel, zij worden getraind door de trainers van TeamUp via een train-de-trainer model. De facilitators een HandBook (theoretische achtergrond) en een GameBook (praktische handleiding met activiteiten). Daarnaast ontvangt elke

school een tas met materialen om te gebruiken tijdens activiteiten en het TeamUp implementatieplan. De facilitators hebben toegang tot een online leeromgeving die hen ondersteunt in de opstart, hun verdere ontwikkeling als facilitator en voorziet in inspiratie.

Kosten: TeamUp in t/m 4 groepen: tweejarig pakket 1750,-
TeamUp in >4 groepen: tweejarig pakket 2750,-
Opvolgende jaren: Licentiebedrag n.t.b.

Ontwikkeld door, contactpersoon:

Organisaties: Save the Children Nederland, UNICEF Nederland en War Child Holland
Postadres: Laan van Nieuw Oost-Indië 131, 2593 BM Den Haag
E-mail: info@savethechildren.nl
Telefoon: +31 (0)70 338 44 48
Contactpersoon: [Cato Oosterwijk, cato.oosterwijk@savethechildren.nl](mailto:Cato.Oosterwijk@savethechildren.nl)
Link: <https://www.savethechildren.nl/waar-werken-we/nederland/teamup-gevluchte-kinderen-in-nederland> en <https://www.savethechildren.nl/sci-nl/files/46/46d03169-72d0-44d5-932d-6c1191995d9a.pdf>

Wereldreizigers

Doelgroep: Nieuwkomersleerlingen in het basisonderwijs (6-12 jaar)

Doel: De lesmethode draagt bij aan de sociaal-emotionele ontwikkeling van vluchtelingen en andere nieuwkomerskinderen in de klas. Als leerkracht signaleer je eerder welke kinderen extra steun nodig hebben.

Aanpak: De methode bestaat uit een verzameling van lesideeën die thematisch geordend zijn en leerkrachten hoeven deze lessen niet stap-voor-stap te volgen. Voor scholen en klassen met alleen nieuwkomersklassen zijn er 10 thema's te verdelen over ongeveer 20 lessen. Thema's zijn onder andere: wie ben ik, thuis, feesten en andere belangrijke dagen, spel en spelen, vriendschap en afscheid nemen. Doel is de kinderen op verhaal te laten komen om zo hun veerkracht te versterken. Ook staan er zeven lessen mindfulness in Wereldreizigers. Kinderen leren ontspannen, waardoor hun stress vermindert,

de sfeer verbetert en hun concentratie toeneemt. Vier lessen voor reguliere basisscholen, met meestal maar enkele nieuwkomerskinderen in een klas, gaan over: leerlingen uit andere landen, elkaar helpen, verhuizen en van school veranderen, en nieuwe leerlingen welkom heten. Ze zijn bijvoorbeeld goed in te passen bij wereldoriëntatie en burgerschap. Ze zijn zo gemaakt dat nieuwkomers zich niet in het middelpunt voelen staan, maar wel het effect hebben dat de nieuwkomer zich indirect extra gesteund voelt.

Uitvoering: De lessen worden vooral gebruikt in taalklassen (klas binnen een AZC-school, klas binnen een taalschool of nieuwkomersklas binnen een reguliere basisschool) waarbij alle kinderen uit de klas deelnemen. De methode wordt uitgevoerd op verschillende scholen in verschillende regio's.

Effect en ervaringen: In 2019 is een kwalitatief onderzoek uitgevoerd waarbij dertien leerkrachten uit het basisonderwijs zijn geïnterviewd. Leerkrachten beoordelen de methode positief en gaven het gemiddeld een 7,8.

Overdraagbaarheid: Heel eenvoudig overdraagbaar. Iedere relevante organisatie met de juiste beroepskrachten kan door gebruik van het materiaal van Pharos deze interventie uitvoeren. De materialen, het docentenboek en de leerlingmappen, zitten zodanig in elkaar dat de methode eenvoudig uitgevoerd kan worden. Desgewenst kan men een training volgen.

Kosten: De materialen zijn gratis. De training bestaat uit 4 modules: Introductiegesprek Wereldreizigers op de school van de leerkracht; Workshop van 1 dagdeel gericht op kennismaking met de methode, Workshops van 2 of 3 dagdelen gericht op werken met de methode; Workshop van 1 dagdeel gericht op mindfulness.

Ontwikkeld door, contactpersoon:

Organisatie: Pharos, expertisecentrum gezondheidsverschillen

Postadres: Postbus 13318, 3507 LH Utrecht

E-mail: info@pharos.nl

Telefoon: 030 234 98 00

Contactpersoon: [Anna de Haan, a.dehaan@pharos.nl](mailto:Anna.de.Haan.a.dehaan@pharos.nl)

Website: [https://www.pharos.nl/kennisbank/wereldreizigers-docentenboek-methode-sociaal-](https://www.pharos.nl/kennisbank/wereldreizigers-docentenboek-methode-sociaal-emotionele-ontwikkeling-voor-nieuwkomers-op-de-basisschool/)

[emotionele-ontwikkeling-voor-nieuwkomers-op-de-basisschool/](https://www.pharos.nl/kennisbank/wereldreizigers-docentenboek-methode-sociaal-emotionele-ontwikkeling-voor-nieuwkomers-op-de-basisschool/)

Bijbehorende training: <https://www.pharos.nl/training/wereldreizigers/>

Contactpersoon training: training@pharos.nl

Laat maar zien wie je bent

Doelgroep: Asielzoekerskinderen en statushouders 4-12 jaar op AZC scholen / nieuwkomersscholen

Doel: Versterking van de affectieve en sociale competenties. De training heeft als doel het zelfvertrouwen en het vertrouwen in andere mensen te vergroten. De training draagt bij aan het ontwikkelingsproces van vluchtelingen-kinderen en tracht een positieve wending te geven.

Aanpak: De methode bestaat uit 8 lessen van ongeveer 60 minuten die, in de meest wenselijke situatie, wekelijks worden gegeven door opgeleide trainers van een GGZ Preventie instelling. De werkvormen zijn grotendeels non-verbaal; beeldend- spel en beweging. Elke les wordt gestructureerd door een verhaal over Sang Baga (schildpad handpop). Ook is er iedere bijeenkomst een herkenbaar lied over het thema van dat uur. De trainers/ begeleiders van de groep werken cultuursensitief.

Uitvoering: Indigo Brabant voert de interventie uit op een AZC school. De trainers werken vanuit het team GGZ Preventie. Andere mogelijkheden voor uitvoering kunnen zijn: uitvoering voor de doelgroep statushouders op een school in de gemeente.

Effect en ervaringen: De uitvoering van de interventie wordt jaarlijks geëvalueerd met de leerkrachten en op basis van deze evaluatie zo nodig aangepast.

Overdraagbaarheid: Zeer makkelijk overdraagbaar. Iedere relevante organisatie met de juiste beroepskrachten kan door gebruik van het materiaal van Pharos deze interventie uitvoeren.

Kosten: Uitvoering training van 8 bijeenkomsten (totaal 1,5 uur) met 2 trainers: tijdsbesteding 24 uur. Het betreft een bedrag van ca. €3740,-. De aanschaf van het materiaal is gratis.

Ontwikkeld door, contactpersoon:

Organisatie: Pharos, expertisecentrum gezondheidsverschillen
Postadres: Postbus 13318, 3507 LH Utrecht
E-mail: info@pharos.nl
Telefoon: 030 234 98 00
Website: <https://www.pharos.nl/kennisbank/laat-maar-zien-wie-je-bent-nonverbale-lesmethode-sociaal-emotionele-weerbaarheid-asielzoekerskinderen/>
Indigo Brabant voert deze interventie al vele jaren uit.
Contactpersoon Indigo Brabant: Nadine Claassen, n.claassen@indigobrabant.nl

Nieuwe Heldenprogramma

Doelgroep: kinderen en jongeren van 8-18 jaar met een vlucht- en/of oorlogsverleden met een verblijfsstatus.

Doel: Voorkomen dat kinderen en jongeren met een oorlogs- en/of vluchtverleden vastlopen als gevolg van het onvoldoende verwerken van alle veranderingen die hun vluchtverleden met zich mee heeft gebracht.

Aanpak: Het betreft een lotgenotenprogramma dat bestaat uit de volgende onderdelen: een ouderavond voor alle ouders; individuele intakegesprekken van alle deelnemers met een van de coaches; 6 groeps-bijeenkomsten van 1,5 uur; een persoonlijk gesprek voor de ouders met één van de coaches, over het proces van hun kind en desgewenst tips en handreikingen bij het begeleiden van hun kind. Twee professionele rouw- en verliescoaches, gespecialiseerd in de doelgroep kinderen en jongeren, begeleiden het programma. Binnen het programma wordt gewerkt met diverse (creatieve) werkvormen, die worden uitgekozen aan de hand van de deelnemers en het proces van de groep. Er wordt nadrukkelijk rekening gehouden met de culturele achtergrond en het taalniveau van de deelnemers. Zo nodig wordt er gebruik gemaakt van (in)formele tolken.

Uitvoering: Werving vindt plaats via de schoolsetting en de interventie zelf vindt ook op school plaats. Er is sprake van geïndiceerde preventie, school bepaalt wanneer leerlingen het nodig hebben.

Effect en ervaringen: Alle programma's worden intensief geëvalueerd via een speciaal hiervoor

ontwikkelde evaluatiewebsite. Deelnemers aan het Nieuwe Heldenprogramma waarderen dit met een gemiddelde 9,5. Kinderen en jongeren die hebben deelgenomen aan een Nieuwe Heldenprogramma bemerkten na afloop veel veranderingen. Het overgrote deel van hen voelde zich naderhand opgelucht/lichter, voelde zich minder boos, minder bang en minder verdrietig. Ook zijn ze meer tevreden over zichzelf en hun leven. Bij een aanzienlijk percentage van de deelnemers gaat het concentreren en leren op school beter.

Overdraagbaarheid: De interventie wordt tot op heden alleen uitgevoerd door daartoe getrainde Jonge Helden-coaches. Er is een handleiding van het programma beschikbaar, een coaches-training, brieven, powerpoints, materialen, en een evaluatiewebsite.

Kosten: De kosten voor een programma met 7-10 deelnemers geleid door 2 coaches zijn € 2250,- inclusief materialen. Daar komen reiskosten à 0,19 per km bij. De coaches kunnen erg behulpzaam zijn bij het verkrijgen van subsidie als een school of andere organisatie zelf niet in de mogelijkheid is één of meerdere programma's te bekostigen. Zij weten de te bewandelen wegen.

Ontwikkeld door, contactpersoon:

Organisatie: Stichting Jonge Helden
Postadres: Keizer Ottostraat 79, 1402 VP, Bussum
E-mail: info@stichtingjongehelden.nl
Website: www.stichtingjongehelden.nl
Contactpersoon: Saskia Koning, saskia@stichtingjongehelden.nl
Telefoon: 06-40093210

Wonderwoordenwinkel: Taalonthaal voor nieuwkomers

Doelgroep: Asielzoekers, statushouders en andere nieuwkomerskinderen van 4-12 jaar (en hun ouders)

Doel: Het programma stimuleert kinderen om hun emotionele vocabulaire te vergroten en hun emoties in toepasselijk taal te uiten. Leerkrachten en nieuwkomerskinderen maken gebruik van tools om uitdrukking te kunnen geven aan hoe ze zich voelen en wat ze nodig hebben. De kinderen ontwikkelen een

gemeenschappelijke taal om conflicten te voorkomen, of zo nodig op te lossen.

Aanpak: Het tweeprogramma bestaat uit: 1) Training van de leerkrachten die het programma zelf aan gaan bieden in de klas, persoonlijke coaching van de leerkrachten (n.a.v. een video-opname) en een opfrismiddag. 2) Een taalcomponent met uitgewerkte woordenschatlessen en scripts van de sessies die in de klas gegeven gaan worden. 3) In de scripts worden een aantal tools aan de kinderen geleerd.

Uitvoering: het programma wordt uitgevoerd in de schoolsetting. De trainingen en coaching kunnen in het hele land plaats vinden. Om de reiskosten te beperken worden delen van de training en coaching digitaal / op afstand aangeboden. Het programma wordt aan het schoolteam overgedragen. Er zijn verschillende materialen die overgedragen worden waar het team mee verder kan.

Effect en ervaringen: Na de eerste pilot is een evaluatie onder de scholen en leerkrachten gehouden. Op grond van de uitkomsten zijn verschillende aanpassingen gedaan. Het aangepaste programma is ook geëvalueerd. Bij de start wordt een intake richtlijn gebruikt (voormeting) en enige tijd na afloop van de training wordt een evaluatie gehouden onder de leerkrachten (nameting).

Overdraagbaarheid: Het is mogelijk dat ervaren trainers die met de doelgroep bekend zijn de training overnemen en zelf uitvoeren. Daar zijn geen kosten aan verbonden. Wel zal er een inwerktraining plaats vinden. Wonderwoordenwinkel zal met de betreffende trainer een overeenkomst aangaan om de kwaliteit van de uitvoering te borgen.

Kosten: Kosten zijn afhankelijk van de omvang van de interventie. Er zijn aparte trainingen voor leerkrachten van de onderbouw en voor leerkrachten van de bovenbouw. Kosten voor een school met verschillende groepen ligt tussen € 3000 en € 4000 (inclusief coaching, aanvullende ondersteuning en materialen).

Ontwikkeld door, contactpersoon:

Organisatie: Stichting Wonderwoordenwinkel
Postadres: Sarphatipark 25 1073 CP Amsterdam
E-mail: info@wonderwoordenwinkel.nl
Telefoon: 0652314686
Contactpersoon: Fanneke Verhallen,

info@wonderwoordenwinkel.nl

Website: www.wonderwoordenwinkel.nl

Mind-Spring Junior

Doelgroep: Kinderen van 8 tot 13 jaar met een vluchtelingenachtergrond en een verhoogd risico op het ontwikkelen van om psychopathologische klachten (selectieve preventie) of kinderen die al symptomen van een pathologische ontwikkeling laten zien (geïndiceerde preventie). Tevens worden de ouders in een parallel lopende ouder groep getraind.

Doel: Het einddoel van de interventie is het verbeteren van de mentale gezondheid en psychosociale vaardigheden van vluchtelingenkinderen, teneinde het ontstaan of verergeren van psychische en psychiatrische klachten te voorkomen en een bijdrage te leveren aan het verbeteren van het algeheel functioneren.

Aanpak: Mind-Spring Junior is een preventieve groeps-interventie van psycho-educatie en opvoedings-ondersteuning voor en door vluchtelingen. Mind-Spring Junior kenmerkt zich door de samenwerking tussen een trainer met een vluchtelingenachtergrond (een ervaringsdeskundige peer educator) en een trainer vanuit de regionale GGZ. Deze peer educators zetten cultuureigen leeraspecten in en maken de vertaalslag van 'westerse' concepten naar de doelgroep. Hierdoor is het geschikt voor diverse taal/cultuur groepen. De interventie bestaat uit: 1) Cursus psycho-educatie van 8 bijeenkomsten van 2 uur voor kinderen 8 t/m 12 jaar; 2) Cursus opvoedingsondersteuning voor ouders, 8 bijeenkomsten van 2 uur, parallel aan de cursus van hun kinderen.

Uitvoering: De verwijzing verloopt het via school of via de JGZ, in afstemming met leerkrachten van school. Uitnodigingsbrieven en foldermateriaal worden gebruikt ter ondersteuning bij de (gerichte) werving van de kinderen en hun ouders die een indicatie hebben.

Effect en ervaringen: De tevredenheid (op het niveau van welbevinden, empowerment en participatie) van de deelnemers wordt gemeten door een evaluatie lijst. Ook heeft er monitoring en effect onderzoek plaatsgevonden. Erkenning: De methodiek Mind-Spring (voor volwassenen)

bestaat al sinds 2004. Deze staat in het Locket Gezond Leven met de beoordeling 'goed onderbouwd', zie <https://interventies.loketgezondleven.nl/leefstijlinterventies/interventies-zoeken/1400426>.

Overdraagbaarheid: Mind-Spring Junior trainers zijn allen door ARQ opgeleid. Er zijn verspreid door het land zowel GGZ trainers en trainers met vluchtelingen achtergrond getraind. Hierdoor is Mind-Spring Junior landelijk inzetbaar. Mind-Spring Junior is alleen overdraagbaar als trainers een opleiding hebben gevolgd. In de gemeente kan de interventie door ARQ Kenniscentrum Migratie georganiseerd worden i.s.m. de regionale GGD en GGZ in opdracht van een gemeente of een maatschappelijke organisatie (zoals bijvoorbeeld Vluchtelingenwerk, vrijwilligersorganisaties, onderwijsinstelling etc).

Kosten: De kosten voor 8 bijeenkomsten van de kindergroep en 8 bijeenkomsten van de oudergroep bedragen € 12.972,- Dit is inclusief reiskosten en materiaal. Indien er een tolk wordt ingeschakeld via een erkend tolk- en vertaalcentrum: Inhuur Tolk, 16 bijeenkomsten rond de € 4.000,- (dit is exclusief reiskostenvergoeding).

Ontwikkeld door, contactpersoon:

Organisatie: ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum
Postadres: Nienoord 5, 1112 XE Diemen
E-mail: info@arq.org
Telefoon: 020 8407 640
<https://migratie.arq.org/preventie/mind-spring>
Contactpersoon: Larissa van Beek, L.van.beek@arq.org
Telefoon: 06- 83 44 0368

Safe & Sound

Doelgroep: Kinderen en jongeren 6-18 jaar. De interventie wordt ingezet op NT2 scholen en binnen de Eerste Opvang Anderstaligen (EOA).

Doel: Safe & Sound is gericht op het versterken van de verbinding tussen kinderen en jongeren zelf en hun omgeving, om de 'sense of belonging' te vergroten en veerkracht te versterken. Subdoelen zijn: vroegsignalering van trauma gerelateerde problemen, leren omgaan met

emoties, leren omgaan met moeilijke gebeurtenissen, omgevingsgerelateerde veerkrachtbronnen versterken, zoals de band tussen kinderen onderling, contact met leerkrachten en ouders.

Aanpak: De groepssessies zijn wekelijks 45 minuten, gedurende het gehele schooljaar. De individuele sessies zijn 30/45 min, met een maximum van 10 sessies. Safe & Sound is een flexibel protocol en is aan te passen aan verschillende omstandigheden. De interventie wordt uitgevoerd door muziektherapeuten die de training gevolgd hebben. De interventie bestaat uit drie fases. Fase 1 bestaat uit laagdrempelige werkvormen waarbij de veiligheid in de groep versterkt wordt. In de tweede fase is er ruimte voor het delen van hun verhaal. We werken hier oplossingsgericht aan door de nadruk te leggen op coping vaardigheden, steunende omgeving, wat ze leren en meenemen naar hun gewenste toekomst. Er worden gezamenlijk liedjes geschreven die we in de derde fase uitwerken en opnemen.

De kinderen waarbij sprake is van trauma gerelateerde klachten, komen in aanmerking voor individuele muziektherapie. Deze is kortdurend en wordt in samenspraak met school en ouders geïndiceerd. Daar waar meer inzet nodig is, wordt er snel passende hulp gezocht.

Uitvoering: De groepssessies richten zich op alle kinderen en jongeren in de klas. De groepssessies zijn onderdeel van vast programma van de school. De kinderen en jongeren met trauma gerelateerde klachten komen in aanmerking voor individuele muziektherapie.

Effect en ervaringen: Kinderen en jongeren met vluchtelingenachtergrond hebben bijgedragen aan de ontwikkeling door tijdens een eerste wetenschappelijk onderzoek vragenlijsten in te vullen gericht op hun ervaringen. Safe & Sound wordt ingezet op twee scholen in Limburg en daarnaast hebben 3 scholen in Limburg meegedaan aan het onderzoeksproject van ZonMe. Verder hebben drie scholen in België meegedaan aan de training, specifiek gericht op AMV's. Er is een eerste wetenschappelijk onderzoek uitgevoerd door Zuyd Hogeschool en Open Universiteit gebruikmakend van subsidie van ZonMw. Het betreft een procesevaluatie. Zie <https://www.zonmw.nl/nl/onderzoek-resultaten/geestelijke-gezondheid-ggz/programmas/project-detail/zorg-voor-vluchtelingen/safe-and-sound/verslagen/>

Overdraagbaarheid: Voor intern gebruik is er een handleiding aanwezig en werkbladen met uitgewerkte sessies en werkvormen. De handleiding wordt verder ontwikkeld volgens de richtlijnen van het Nederlands Jeugdinstituut. Scholen krijgen informatie over de interventie en een korte training, muziektherapeuten worden getraind alvorens de interventie is uit te voeren, muziektherapeuten dienen supervisie te volgen.

Kosten: Maatwerk, afhankelijk van wensen en mogelijkheden van school. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Sander van Goor.

Ontwikkeld door, contactpersoon:

Contactpersoon: Sander van Goor, info@sandervangoor.eu
Postadres: Orleansstraat 45 A, 6217 LD Maastricht
Telefoon: 06-48464878
Website: www.sandervangoor.eu

Lifeskills: Bouwstenen voor positieve educatie

Doelgroep: De doelgroep zijn basisschoolleerlingen en leerlingen uit de eerste klassen van de middelbare school (4-15 jaar). Het programma is geschikt voor zowel het regulier onderwijs, het speciaal onderwijs als voor scholen met vluchtelingkinderen. Leerkrachten en ouders zijn de intermediaire doelgroep.

Doel: Het doel van Lifeskills is het verbeteren van copingvaardigheden en het aanleren van sociale en emotionele vaardigheden. Voor de oudere groep is het doel ook de jongeren het gevoel geven dat zij zelf regie in handen hebben en kunnen omgaan met de wereld om hen heen. Het uiteindelijke doel is voorkomen dat kinderen (later) psychosociale en emotionele problemen of stoornissen ontwikkelen.

Aanpak: Life Skills heeft een doorlopende leerlijn en bestaat uit vier bouwstenen: Doos vol gevoelens (groep 1 & 2), Zippy's Vrienden (groep 3 & 4), Apple's Vrienden (groep 5 & 6), Aan de slag met positieve psychologie (groep 7 & 8, 1e en 2e klas VO). De bouwstenen bestaat uit lespakketten van 24 lessen. Leerkrachten worden getraind om de programma's in de klas uit te voeren. Er zijn 6 thema's die in modules worden

behandeld. De methode is gebaseerd op cognitief-gedragstherapeutische principes, waarin alledaagse problemen en gebeurtenissen bij een aantal fictieve kinderen worden gebruikt. Tijdens lessen wordt er aangesloten bij de leefwereld van jongeren, zo worden bijvoorbeeld YouTube filmpjes en afspeellijsten met favoriete muziek gebruikt. Doordat er wordt uitgegaan van positieve psychologie, ligt de nadruk op alles wat goed gaat, zodat jongeren hun sterke kanten ontdekken. Daarnaast wordt veel ingezet op vertrouwen en positief gedrag.

Uitvoering: Het programma wordt uitgevoerd op school en alle kinderen doen mee.

Effect en ervaringen: Er is een procesevaluatie uitgevoerd waaruit blijkt dat de interventie goed volgens handleiding werd uitgevoerd en dat de betrokkenen leerkrachten tevreden en enthousiast zijn. Onderzoek van het Trimbos-instituut toont aan dat Zippy's Vrienden een positief effect heeft op de sociaal-emotionele vaardigheden en gedragsproblemen van kinderen. In totaal hebben 1177 kinderen (6 - 9 jaar) verdeeld over 29 scholen deelgenomen aan het onderzoek. Twee van de bouwstenen, Zippy's Vrienden (groep 3 en 4) en Apple's Vrienden (groep 5 en 6), draaien in meer dan 30 landen.

Erkenning: NJI databank effectieve jeugdinterventies, de erkenning is verlopen. Zie <https://www.nji.nl/interventies/zippys-vrienden>. Gezonde School interventiedatabae, beoordeling 'goed onderbouwd', zie <https://sub.gezondeschool.nl/interventies/po/1400875?schooltype=po>.

Kosten: €450,- voor het lesmateriaal, €350,- voor de 20 uur training en begeleiding.

Ontwikkeld door, contactpersoon:

Organisatie: Stichting Kids en Emotionele Competenties - KEC
Mailadres: info@zippysvrienden.nl
Website: www.zippysvrienden.nl en <https://www.lowan.nl/po/lesmateriaal/life-skills-bouwstenen-voor-positieve-educatie/>
Voor 'Aan de slag met positieve psychologie' zie ook: <https://www.swpbook.com/boeken/132/voortgezet-onderwijs/1899/aan-de-slag-met-positieve-psychologie>

Schooljudo

Doelgroep: Kinderen 6-18 jaar op de basisschool en de middelbare school. De doelgroep bestaat uit alle kinderen op de desbetreffende school, waaronder ook vluchtelingenkinderen en andere nieuwkomers. De kinderen zijn de indirecte doelgroep. De hoofddoelgroep zijn de docenten van de deelnemende scholen.

Doel: Door judo in te zetten als middel levert Schooljudo een bijdrage aan de fysieke en sociaal-emotionele ontwikkeling van een kind. Door middel van judo-, stoei- en spelvormen worden Skills for Life meegegeven. Doelen zijn ook dat de deelnemers na 8 weken beter kan reflecteren op zichzelf en op de ander en beter complimenten kan geven en ontvangen (sociaal emotionele vaardigheden).

Aanpak: Kinderen krijgen gedurende 8 weken ten minste 45 minuten Schooljudo les van een Entertrainer. Deze lessen vinden tijdens schooltijd plaats. In de lessen wordt hard gewerkt aan de Skills For Life Schooljudo waarden: vertrouwen, samenwerken, respect, beheersing, weerbaarheid, discipline en heel veel plezier. Daarnaast leren de kinderen veilig vallen en beter bewegen. Culturele verschillen vervagen en veel gebeurt zonder het gebruik van taal. De aangeleerde sociaal emotionele vaardigheden worden op de judomat direct in de praktijk gebracht en ook vertaald naar het klaslokaal en situaties buiten schooltijd. Tevens is er een waardenworkshop voor het team van leerkrachten door een waardenexpert (1 uur). Docenten en kinderen hebben een heel jaar lang toegang tot een digitale leeromgeving, waarbij zij aan de hand van geselecteerde videofragmenten uit Disney films verder kunnen werken aan de Schooljudo waarden. In deze omgeving staan ook beweegvormen en energizers voor in de klas.

Uitvoering: We hebben op meerdere taalscholen (basisonderwijs) in Nederland gewerkt en op enkele AZC scholen. Wij werken met ruim 400 scholen per jaar. Alle kinderen op de deelnemende scholen doen mee.

Effect en ervaringen: De bevindingen van de scholen worden gebruikt om het programma aan te scherpen en door te ontwikkelen. Elk kwartaal wordt er een analyse gemaakt van de belangrijkste punten

en deze wordt direct het volgende kwartaal getest en geïmplementeerd.

Erkenning: Gezonde School interventiedatabase, beoordeling 'goed onderbouwd', zie <https://sub.gezondeschool.nl/interventies/po/1402042?schooltype=po>. Loket Gezond Leven, beoordeling 'goed onderbouwd', zie <https://interventies.loketgezondleven.nl/leefstijlinterventies/interventies-zoeken/1402042>

Kosten: De variabelen die de prijs bepalen zijn: 1. Het aantal groepen dat deelneemt, 2. Het aantal jaren dat de school deelneemt, 3. Het aantal weken dat een school deelneemt (standaard = 8 weken). Voor 4 groepen en 1 jaar deelname komt het neer op €4.599,-. Schooljudo heeft met diverse bedrijven sponsorafspraken gemaakt. Met behulp van deze sponsors ontvangt elke school een sponsorkorting van €1000 per jaar. Soms worden de kosten deels door een gemeente (cofinanciering) gefinancierd soms volledig door de school zelf. Of vanuit Gezonde School budget (Welbevinden of Sport en bewegen).

Ontwikkeld door, contactpersoon:

Organisatie: Schooljudo
Postadres: Hendrik Figeeweg 1C
E-mail: info@schooljudo.nl
Website: www.schooljudo.nl
Contactpersoon: Bram Kalter, Bram@schooljudo.nl
Telefoon: 023-3036803

PIEP zei de Muis en Billie Boem

Doelgroep: Kinderen van 4-8 jaar (PIEP zei de Muis) en 8-12 jaar (Billie Boem) die extra steun nodig hebben omdat zij thuis te maken hebben met spanning of stress. Het gaat vooral om kinderen uit prioriteits- of achterstandswijk die opgroeien in een gezin waar 'stress en spanning' speelt.

Doel: Het bieden van extra steun aan kinderen die thuis veel spanning en stress ervaren. Kinderen leren beter voor zichzelf op te komen, omgaan met emoties en contact leggen met andere kinderen. Het doel is ook om deze kinderen te steunen en beschermende factoren in de buurt te versterken, zodat zij zich gezond kunnen ontwikkelen.

Aanpak: De interventie bestaat uit vier onderdelen: Informeren van het netwerk, kindergroep van 14 bijeenkomsten, 4 ouderbijeenkomsten, steun op maat door een gezinsbegeleider. In de club van Piep de Muis wordt kinderen geleerd dat zij niet de enige zijn die thuis wel eens iets minder leuks hebben meegemaakt. Met spelletjes, tekenen, knutselen en buitenspelen leren zij contact te leggen met andere kinderen, opkomen voor jezelf en omgaan met emoties.

De aanpak is laagdrempelig en daarom ook geschikt voor lage SES-gezinnen en voor gezinnen met diverse culturele achtergronden. Bij de organisatie en uitvoering van het programma werkt u samen met welzijnswerk, ggz-preventie en de GGD (dit kan per gemeente verschillen). U benut bestaande netwerken om de doelgroep te bereiken.

Uitvoering: De interventie vindt plaats op een school of in de wijk en het wordt uitgevoerd door een preventiemedewerker GGZ. De toeleiding vindt plaats door school, CJG, SMW, GGZ-behandelaars, of wijkteammedewerkers.

Effect en ervaringen: Uit evaluaties blijkt dat er een aantal doelen bereikt worden: Kinderen begrijpen gebeurtenissen thuis beter, kinderen kunnen beter omgaan met hun eigen gevoelens, het wegnemen van schuldgevoel bij kinderen.

Erkenning: NJI databank effectieve jeugdinterventies, de interventie wordt beoordeeld voor opname in de databank. Zie <https://www.nji.nl/interventies/piep-zei-de-muis>

Overdraagbaarheid: De interventie is uit te voeren door aanbieders die werken met ouders en/of kinderen van gezinnen waar thuis veel spanning en stress is. Deze aanbieders dienen een preventieve, effectieve en laagdrempelige vorm van begeleiding te willen en kunnen bieden. Het Trimbos Instituut biedt hiervoor de training aan. In veel gemeenten zijn al aanbieders te vinden die deze interventie aanbieden.

Kosten: Aan het volgen van de training zijn kosten verbonden van €395,- excl. Btw. Er zijn geen andere kosten.

Ontwikkeld door, contactpersoon:

Organisatie: Trimbos Instituut
Postadres: Da Costakade 45, Utrecht

E-mail: info@trimbos.nl

Website: <https://www.trimbos.nl/aanbod/academie/training/kopp-kvo-piep-zei-de-muis-train-de-trainer>

Werkbladen en emotiekaarten over Sociaal Emotioneel Leren Thuis

Doelgroep: Ouders van schoolgaande kinderen voor wie de Nederlandse taal geen vanzelfsprekendheid is.

Doel: Het bereiken en bij het onderwijs betrekken van ouders voor wie het Nederlands geen vanzelfsprekendheid is.

Aanpak: Werkbladen en emotiekaartjes ontwikkeld ter stimulering van sociaal emotioneel leren thuis. De werkbladen zijn beschikbaar in het Nederlands, Arabisch, Farsi, Pools, Portugees, Spaans, Tigrinya, Engels en Turks (andere talen volgen) en kunnen meegegeven worden in de huiswerkpakketten. Op de plaatjes worden de zes universele gevoelens weergegeven aan de hand van tekeningen van zes kinderen met verschillende nationale achtergronden. Om zo spelenderwijs aandacht te besteden aan de gevoelens die (momenteel) spelen. De werkbladen waarop de emotiekaartjes staan afgebeeld en de activiteiten voor thuis zijn beschikbaar in meerdere talen. Er kan gekozen worden voor verschillende samenstellingen van de werkbladen. Bijvoorbeeld de uitleg in de thuistaal en de emotiekaartjes in de thuistaal en schooltaal. Het is raadzaam om in de contactmomenten met leerlingen en ouders te vragen naar de emotiekaartjes en bijbehorende thuisactiviteiten. Bijvoorbeeld door ouders op te roepen foto's te sturen van de plaats waar de emotiekaartjes ophangen in huis.

Kosten: geen

Ontwikkeld door, contactpersoon:

Contactpersoon: Ria Goedhart, ria.goedhart@hu.nl

Website: <https://www.lowan.nl/po/nieuws/ondersteuning-ouders-emoties/>

Zie voor meer informatie ook: https://www.hu.nl/deeltijd-opleidingen/begeleiden-van-nieuwkomers-op-school?utm_source=shorturl&utm_medium=nieuwkomers en <https://lerarencollectief.nl/portfolio-item/als-nederlands-voor-ouders-geen-vanzelfsprekendheid-is-ria-goedhart/>

Een vluchtelingenkind in de klas

Doelgroep: Leerkrachten basisonderwijs, medewerkers kinderopvang en CJG-medewerkers die met nieuwkomers-kinderen en hun ouders te maken krijgen.

Doel: Deelnemers weten hoe ze vluchtelingenkinderen in hun groep kunnen opvangen en begeleiden. Zij weten meer over culturele achtergronden en kunnen aandachtspunten in de communicatie met ouders benoemen. De veerkracht van deze kinderen wordt duidelijk gemaakt; veel kinderen hebben post-traumatische reacties, maar geen post-traumatische stressstoornis. Leerkrachten krijgen informatie waardoor ze een betere inschatting kunnen maken over het gedrag van de kinderen en wat zij kunnen doen om kinderen te steunen.

Aanpak: Eenmalige workshop van 3 uur in de gemeente van de deelnemers. Gezondheidsbevorderaars van de GGD geven een interactieve presentatie. De deelnemers krijgen de workshop gezamenlijk, maar gaan bij de casuïstiekbespreking uit elkaar: er zijn drie cases voor de kinderopvang en drie cases over kinderen in de basisschoolleeftijd. Er is altijd ruimte voor vragen en voor het inbrengen van eigen casuïstiek.

Uitvoering: De interventie kan uitgevoerd worden op gratis locaties binnen een gemeente, zoals het gemeentehuis, een school of wijkgebouw. Gezondheidsbevorderaars van de GGD voeren de interventie uit. Optioneel is een samenwerking met een psycholoog/pedagoog en een sleutelpersoon. Het is ook mogelijk om de workshop te combineren met een voorlichting door medewerkers van een taalschakelklas of samenwerkingsverband. Dit geeft een lokaal accent.

Effect en ervaringen: Elke workshop sluit af met een schriftelijke evaluatie. Inmiddels waarderen de deelnemers de workshop gemiddeld (na 16 workshops) met een 8,0. Veel deelnemers vinden het prettig om elkaar te ontmoeten, ervaringen uit te wisselen en het netwerk te kunnen verbreden. De informatie die de deelnemers krijgen is soms nieuw, vaak interessant, soms een opfrisser en af en toe ook al bekend. Het deel over stress- en traumaklachten noemt men vaak waardevol en boeiend. Men waardeert ook de informatie over intercultureel werken en communicatie als positief. Veel

deelnemers zijn zich na de workshop zeer bewust van het belang van een goed contact met ouders.

Erkenning: Loket Gezonde Leven, beoordeling 'goed beschreven', zie <https://interventies.loketgezondleven.nl/leefstijlinterventies/interventies-zoeken/1800016>

Overdraagbaarheid: Er is een A4 beschikbaar voor gemeenten of instellingen die een workshop willen organiseren, met daarin de stappen om de workshop praktisch te regelen. De GGD komt bij een minimum aantal van 15 deelnemers. Een vraag voor een workshop kan ook komen van een school die het gehele team wil trainen, of van een CJG dat de workshop wil organiseren. Op maat is er veel mogelijk.

Kosten: Er zijn de volgende kostenposten: Voorbereiding per workshop minimaal 2 uur, uitvoering door minimaal 2 gezondheidsbevorderaars (3 uur per persoon), optioneel: inzet psycholoog/pedagoog, optioneel: inzet sleutelpersoon. Materiële kosten: aanschaf materialen toolkit (ongeveer 250 euro), printen/kopiëren hand-outs.

Ontwikkeld door, contactpersoon:

Organisatie: GGD Noord- en Oost- Gelderland
Postadres: Postbus 3, 7200 AA Zutphen

E-mail: ggd@ggdnog.nl

Telefoon: 088 443 3000

Contactpersoon: Inge Salomons, i.salomons@ggdnog.nl

Telefoon: 088 443 3393

Welkom op School

Doelgroep: Jongeren (12-18 jaar) die nieuw in Nederland zijn en les krijgen op een ISK.

Doel: De lessen van de methode hebben als doel het welzijn van nieuwkomers in het voortgezet onderwijs te verbeteren, sociaal-emotionele problemen te verminderen en voorkomen en te zorgen voor een verbetering van de voorwaarden voor een prettige, gewenste en veilige seksuele ontwikkeling.

Aanpak: De methode Welkom op School is een lessenserie die kan worden toegepast door mentoren in het voortgezet onderwijs van Internationale Schakelklassen (ISK's). De serie

bestaat uit 20 lessen met diverse onderwerpen. De lessen zijn een uitnodigende manier om leerlingen 'op verhaal' te laten komen. Er wordt bijvoorbeeld aandacht besteed aan het land van herkomst, de ervaringen rond de migratie en het wennen aan een nieuw land. Ook komen cultuur, eten, feestdagen, gebruiken en omgangsvormen in het land van herkomst en in Nederland aan bod. De methode bevat ook lessen over gezondheid, kinderrechten en discriminatie. Er zijn daarnaast zes lessen over relaties en seksualiteit.

Uitvoering: Welkom op School kan uitgevoerd worden op scholen met opvangklassen voor nieuwkomers (ISK's – internationale schakelklassen). Wanneer er (eventueel naar aanleiding van lessen die gegeven zijn) individuele problematiek gesignaleerd wordt, is samenwerking binnen en buiten de school met betreffende zorgpartners aan de orde.

Effect en ervaringen: Voor de procesevaluatie van deze methode is in 2017 met 17 docenten van 16 scholen gesproken. Een conclusie is dat de docenten over het algemeen tevreden zijn. Zij beoordelen de methode met een gemiddelde van een 7,5.

Erkenning: Loket Gezond Leven, beoordeling 'goed beschreven', zie <https://interventies.loketgezondleven.nl/leefstijlinterventies/interventies-zoeken/1400079>. Gezonde School interventiedatabase, beoordeling 'goed beschreven', zie <https://sub.gezondeschool.nl/interventies/vo/1400079?schooltype=vo>.

Overdraagbaarheid: Heel eenvoudig overdraagbaar. Iedere relevante organisatie met de juiste beroepskrachten kan door gebruik van het materiaal van Pharos deze interventie uitvoeren. De materialen, het docentenboek en de leerlingboeken, zitten zodanig in elkaar dat de methode eenvoudig uitgevoerd kan worden. Desgewenst kan men een training volgen.

Kosten: De materialen zijn gratis. Kostenindicatie voor een incompanytraining: € 650,- per dagdeel, € 1.300,- voor twee dagdelen, inclusief 15 exemplaren van het docentenboek en leerlingenboek, exclusief reiskosten.

Ontwikkeld door, contactpersoon:

Organisatie: Pharos, expertisecentrum gezondheidsverschillen

Postadres: Postbus 13318, 3507 LH Utrecht

E-mail: info@pharos.nl

Telefoon: 030 234 98 00

Website: <https://www.pharos.nl/kennisbank/welkom-op-school-docentenboek>

Contactpersoon Pharos: Anna de Haan, a.dehaan@pharos.nl

Bijbehorende training: <https://www.pharos.nl/training/welkom-op-school>

Contactpersoon training: training@pharos.nl

MindPower

Doelgroep: Statushouders / jongeren met een vluchtelingenachtergrond van 15 t/m 19 jaar

Doel: MindPower is een empowerment training met als primaire doel vluchtelingenjongeren meer kennis over stress en psychische klachten te geven. Aan de deelnemers worden praktische handvatten aangeboden om beter met stress om te gaan. Het secundaire doel van de training is om vluchtelingenjongeren ondersteuning te bieden bij het ontwikkelen van een 'nieuwe' identiteit, met specifieke focus op het opgroeien tussen twee culturen. Door het ontwikkelen van een positief toekomstbeeld versterkt MindPower de zelfredzaamheid en eigen kracht van vluchtelingenjongeren.

Aanpak: De training maakt gebruik van beproefde methoden als psycho-educatie, stressreductie en emotiemanagement die aangepast worden aan de specifieke behoeften van de doelgroep. De trainingen worden in de eigen taal en binnen de eigen culturele groep gegeven. De trainingen worden gegeven door trainers van VluchtelingenWerk samen met ervaringsdeskundigen uit de doelgroep die als co-trainer en tolk fungeren.

Het programma bestaat uit een schakeling aan theorie, ervaringsoefeningen, contacten met deskundige organisaties en sociale interactie tussen de deelnemers. In 6 wekelijkse sessies komen thema's aan de orde zoals: Opgroeien tussen twee culturen, Stress en stressreductie Mindfulness, Omgaan met verlies, Identiteit, Seksualiteit, Hoe word ik wie ik wil zijn. Tijdens alle sessies worden ontspannings- en adem oefeningen vanuit de Mindfulness traditie aangeboden.

Uitvoering: Jongeren worden meestal verwezen via de schoolsetting. Scholen (maar bijvoorbeeld ook huisartsen, wijkteams) kunnen jongeren aanmelden en dan wordt er een groep gevormd. Er wordt samengewerkt met zorgpartners en het sociale domein voor doorverwijzingen. De training draagt bij aan het vroegtijdig signaleringen van klachten en het verlagen van drempels naar zorgverleners.

Effect en ervaringen: In 2019-2020 heeft een evaluatieonderzoek (gefinancierd door ZonMw) plaatsgevonden. Deelname aan de interventie MindPower heeft tot meer kennis geleid bij de deelnemers omtrent het omgaan met stress. Deelnemers beschrijven dat zij meer ontspannings- en ademhalingsoefeningen of een vorm van beweging toe passen, andere manieren van expressie gebruiken, en hun grenzen beter aangeven wanneer ze stress ervaren. Zowel de deelnemers als de uitvoerders zien dat de interventie de deelnemers leert effectief met stress om te kunnen gaan.

Overdraagbaarheid: De trainingen kunnen in elke gemeente uitgevoerd worden en indien wenselijk kan een deel van de training online aangeboden worden. De training is een product van Vluchtelingenwerk Nederland en kan door alle Vluchtelingenwerk afdelingen aangeboden worden. De training is niet overdraagbaar naar andere aanbieders.

Kosten: Het betreft een groepstraining en de prijs per training is € 6.200 per groep.

Ontwikkeld door, contactpersoon:

Organisatie: VluchtelingenWerk W&M-N

Postadres: Jufferstraat 2, 1508 GE Zaandam

E-mail: emoesker@vluchtelingenwerk.nl

Telefoon: 06-22910451

Website: <https://www.vluchtelingenwerk.nl/westenmiddennederland/nieuwe-training-mindpower-succes-mentale-empowerment-voor-vluchtelingjongeren>

Contactpersoon: Bärbel Kühn, bkuhn@vluchtelingenwerk.nl

Mind-Spring 13+

Doelgroep: Jongeren met een vluchtelingachtergrond van 13 tot 18 jaar (waaronder AMV's) met een verhoogd risico op het ontwikkelen van om psychopathologische

klachten (selectieve preventie) of jongeren die al symptomen van een pathologische ontwikkeling laten zien (geïndiceerde preventie). Tevens worden de ouders in een parallel lopende ouder groep getraind.

Doel: Het einddoel van de interventie is het verbeteren van de mentale gezondheid en psychosociale vaardigheden van vluchtelingenjongeren, teneinde het ontstaan of verergeren van psychische en psychiatrische klachten te voorkomen en een bijdrage te leveren aan het verbeteren van het algemeen functioneren.

Aanpak: Mind-Spring 13+ is een preventieve groepsinterventie van psycho-educatie en opvoedingsondersteuning voor en door vluchtelingen. Mind-Spring 13+ kenmerkt zich door de samenwerking tussen een trainer met een vluchtelingenachtergrond (een ervaringsdeskundige peer educator) en een trainer vanuit de regionale GGZ. Deze peer educators zetten cultuureigen leeraspecten in en maken de vertaalslag van 'westerse' concepten naar de doelgroep. Hierdoor is het geschikt voor diverse taal/cultuur groepen. De interventie bestaat uit: 1. Cursus psycho-educatie van 8 bijeenkomsten van 2 uur voor kinderen 8 t/m 12 jaar, 2. Cursus opvoedingsondersteuning voor ouders, 8 bijeenkomsten van 2 uur, parallel aan de cursus van hun kinderen.

Uitvoering: De verwijzing verloopt het via school of via de JGZ, in afstemming met leerkrachten van school. Uitnodigingsbrieven en foldermateriaal worden gebruikt ter ondersteuning bij de (gerichte) werving van de kinderen en hun ouders die een indicatie hebben. Het betreft selectieve en geïndiceerde preventie.

Effect en ervaringen: De tevredenheid van de deelnemers (op het niveau van welbevinden, empowerment en participatie) wordt gemeten door een evaluatie lijst. Ook heeft er monitoring en effect onderzoek plaatsgevonden. De resultaten zijn beschreven in een rapport.

Erkenning: De methodiek Mind-Spring (voor volwassenen) bestaat al sinds 2004. Deze staat in het Loket Gezond Leven met de beoordeling 'goed onderbouwd', zie <https://interventies.loketgezondleven.nl/leefstijl/interventies/interventies-zoeken/1400426>.

Overdraagbaarheid: Mind-Spring 13+ trainers zijn allen door ARQ opgeleid. Er zijn verspreid door het land zowel GGZ trainers en trainers met vluchtelingen achtergrond getraind. Hierdoor is Mind-Spring landelijk inzetbaar. Mind-Spring 13+ is alleen overdraagbaar als trainers een opleiding hebben gevolgd. In de gemeente kan de interventie door ARQ Kenniscentrum Migratie georganiseerd worden i.s.m. de regionale GGD en GGZ in opdracht van een gemeente of een maatschappelijke organisatie (zoals bijvoorbeeld Vluchtelingenwerk, vrijwilligersorganisaties, onderwijsinstelling etc).

Kosten: De kosten voor 8 bijeenkomsten van de kindergroep en 8 bijeenkomsten van de oudergroep bedragen € 12.972,- Dit is inclusief reiskosten en materiaal. Indien er een tolk wordt ingeschakeld via een erkend tolk- en vertaalcentrum: Inhuur Tolk, 16 bijeenkomsten rond de € 4.000,- (dit is exclusief reiskostenvergoeding).

Ontwikkeld door, contactpersoon:

Organisatie: ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum
Postadres: Nienoord 5, 1112 XE Diemen
E-mail: info@arq.org
Telefoon: 020 8407 640
Website: <https://migratie.arq.org/preventie/mind-spring>
Contactpersoon: Larissa van Beek, L.van.beek@arq.org
Telefoon: 06- 83 44 0368

My Identity

Doelgroep: Meisjes met een migratieachtergrond van 13 t/m 18 jaar, die lichte psychosociale problemen ervaren (cultuur- en migratie specifieke problemen, alsook 'algemene' problemen die eventueel een interculturele kleuring hebben, zoals partnerkeuze, conflicten met ouders).

Doel: Het doel van My Identity is de deelnemers de psychosociale problemen kunnen bespreken en over kennis en vaardigheden beschikken om deze problemen te hanteren dan wel te verminderen, zodat ernstiger problematiek voorkomen wordt. Subdoelen zijn dat de deelnemers na het volgen van de cursus: Kennis hebben over het ontstaan en aard van psychosociale problemen, kennis hebben over de (formele en informele) sociale kaart, vaardigheden hebben om beter om te gaan met problemen.

Aanpak: My Identity is een interactieve en cultuursensitieve cursus. Het is een groepscursus van 8 wekelijkse bijeenkomsten. Per cursus nemen 8-12 meisjes deel. Een bijeenkomst duurt 1,5 uur en wordt begeleid door twee cursusleiders. De cursus is gefaseerd opgesteld, wat wil zeggen dat er in de eerste bijeenkomsten veel tijd en ruimte is voor kennismaking en een veilige sfeer, en de latere bijeenkomsten meer verdieping bieden en deelnemers meer uitgenodigd worden hun persoonlijke mening en ervaringen te delen. De laatste bijeenkomst richt zich op een goede afsluiting. Aan bod komt onder meer: identiteit, liefde, veerkracht, positief denken en hulp zoeken. Deze thema's worden behandeld door middel van onder andere rollenspelen, kennisoverdracht, een fotospel, een stellingenspel en groepsdiscussies.

Uitvoering: Er is samenwerking met jongerenwerk, zelforganisaties, en scholen. Selectie vindt plaats door een vertrouwenspersoon van de deelnemers, zoals de schoolmaatschappelijk werker, een mentor, of een jongerenwerker. Als het meisje lichte psychische of psychosociale problemen ervaart (dit zijn problemen die haar dagelijkse leven niet belemmeren) en hierover wil praten in een groep, kan zij worden aangemeld voor een kennismakingsbijeenkomst van de cursus.

Effect en ervaringen: Er is veel publiciteit geweest rond de publicatie van het boek My Identity (Van Doorn, 2009) inclusief een artikel in de Volkskrant van 26 mei 2009 (Kiene, 2009). Er is een procesevaluatie gedaan van de jaren 2008 tot 2013 (Ahmadouch, 2013). In deze periode heeft Prezens de cursus gegeven aan 230 meisjes. Deze cursussen zijn gewaardeerd met gemiddeld een 8,4.

Erkenning: NJI databank effectieve jeugdinterventies, de erkenning is verlopen. Zie <https://www.nji.nl/interventies/my-identity>.

Overdraagbaarheid: My Identity wordt uitgevoerd door preventie-afdelingen van GGZ-instellingen. De interventie wordt in ieder geval uitgevoerd in Amsterdam, (regio) Alkmaar en Rotterdam, maar verschillende andere instellingen hebben het draaiboek ook gekocht. De interventie wordt uitgevoerd op middelbare scholen, Roc's, jongeren centra, migrantenzelforganisaties, en in dagbehandeling centra (Altra). De interventie wordt vaak uitgevoerd met cursusleiders van deze instellingen, dus docenten, jongerenwer-

kers etc. Er bestaat een train de trainer voor deze cursus, die al verschillende keren is uitgevoerd. De handleiding van deze train de trainers is beschikbaar. Vanaf 1 januari 2014 dienen professionals die de cursus My Identity willen bestellen, eerst een train-de-trainers programma te volgen. Deze wordt op aanvraag georganiseerd.

Kosten: Personele kosten: 42 uur. De kostprijs van de cursus, zoals de gemeente die inkoop, is gebaseerd op de CAO/ uurprijs, en dat zal voor alle organisaties anders liggen. Materiele kosten: 450 euro

Ontwikkeld door, contactpersoon:

Organisatie: Prezens, GGZ inGeest
Postadres: Overschiestraat 57, 1062 HN Amsterdam
Contactpersoon: Maartje Goudriaan, m.goudriaan@prezens.nl
Telefoon: 06 129 56 432
Website: <https://www.jeugdpreventieamsterdam.nl/?course=my-identity>

Dit is een uitgave van:

Pharos, expertisecentrum gezondheidsverschillen

Juli 2021