

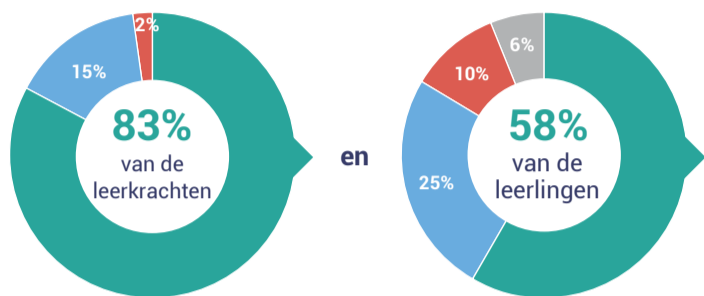
# Kinderen en jongeren steunen met lessen in omgaan met spanning, angst en onzekerheid

Met het fonds Levenskunde wil Augeo Foundation 7.500 kinderen en jongeren steunen met lessen in omgaan met spanning, angst en onzekerheid.

Hiertoe biedt Augeo financiële ondersteuning aan scholen bij de aanschaf en uitvoering van een lespakket binnen het project Levenskunde. In dit evaluatieonderzoek is gekeken naar de implementatie van het project Levenskunde op scholen (d.w.z. hoe betrokkenen het project ervaren), dat in september 2020 is gestart.

## Uitvoering van het project op scholen

Er wordt een duidelijke meerwaarde van de lessen ervaren



staan (heel) positief tegenover het project Levenskunde.



'Heeft een grote meerwaarde voor kinderen naast de cognitieve vakken die we aanbieden. Het geeft hun tools om anders na te denken en meer autonomie te krijgen over hun leven.'

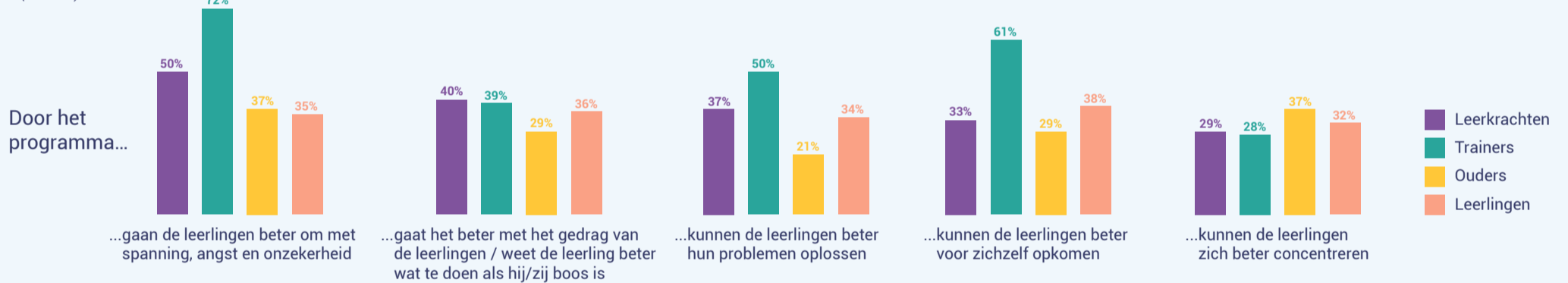
- citaat contactpersoon

## Effecten van de lessen Levenskunde

Effecten van de lessen zijn goed zichtbaar, met name bij het omgaan met spanning, angst en onzekerheid

In hoeverre bent u het eens met de volgende stellingen over het effect van het programma op hoe het met uw leerlingen gaat?

% (helemaal) mee eens



'Hele stille kinderen werden opener en merk dat kinderen dingen over elkaar te weten kwamen en anders naar elkaar gingen kijken.'

- citaat trainer



van de contactpersonen en leerkrachten verwacht dat hun school het programma volgend jaar weer gaat aanbieden.

Aandacht voor duurzaamheid is punt van aandacht

'Het voelde voor veel collega's als wéér iets extra's wat MOET. Ze voelden al zoveel druk om te presteren door de coronacrisis.'

- citaat leerkracht



### Gelukkigoffer of mindfulness/yoga\*

- Positiever over mindfulness/yoga dan over Gelukkigoffer. Er was ook vaker een duidelijk plan bij mindfulness en leraren waren betrokken bij de keuze.
- Zien meer effecten bij yoga en/of mindfulness
- Gelukkigoffer wordt vaker weer ingezet volgend jaar.

\* volgens leerkrachten en leerlingen

## Aanvrager school of welzijnsorganisatie

Via scholen:



- Draagvlak voor project mogelijk groter.
- Duurzame inbedding en leerkrachten zien effecten.
- Het kost leerkrachten tijd om voor te bereiden en om training te volgen om lessen te geven.
- Bij weerstand van leerkrachten heeft dat effect op de lessen.

Via de welzijnsorganisatie in het basisonderwijs:



- Groter bereik.
- Geen afhankelijkheid van leerkrachten en kost de leerkracht minder tijd.
- Gebrek aan coordinatie vanuit school, een externe in de klas vindt niet iedereen fijn.
- Minder duurzaam.

'Belangrijkste vind ik dat de groepsleerkracht er ook bij is, dit vind ik een vereiste zodat die weet wat er besproken is zodat ze ermee door kan gaan. Ik geef ze tips wat ze kunnen doen en hoe ze leerlingen kunnen aanspreken.'

- citaat trainer

## Aanbevelingen



Neem de leerkrachten vanaf de start mee in de keuze van het lespakket en het hoe en waarom van het project op school.



De duurzaamheid van de effecten kan worden vergroot door altijd een leerkracht te betrekken bij het geven van de les.



Informeert en enthousiasmeert ouders bijv. door filmpjes, zelf volgen van lessen, voorbeelden van ontspanningsoefeningen.



Een ervaringsdeskundige kan in de klas uitleggen hoe bepaalde (levens)vaardigheden hem/haar hebben geholpen waardoor je je minder angstig en gelukkiger kunt voelen. Dit zou bepaalde leerlingen 'over de streep' kunnen helpen.



Laat scholen, voorafgaand aan deelname aan het project, een plan van aanpak maken hoe leraren actief bij het project te betrekken en hoe zij hier na afloop van het project vorm aan zullen blijven geven.



Laat voorafgaand aan het project duidelijk weten wat er van scholen verwacht wordt qua verantwoording en zorg daarbij dat de drempel voor deelname niet te hoog wordt.