



AUGEIO FOUNDATION

## Levenskunde

**Met het project Levenskunde wil Augeo Foundation kinderen en jongeren in kwetsbare wijken ondersteunen door het versterken van hun veerkracht.** Veerkracht is het vermogen om terug te veren, goed te functioneren en door te groeien na ingrijpende ervaringen. Het is geen vaststaande eigenschap die je wel of niet hebt, iedereen beschikt over mogelijkheden om hun veerkracht te ontwikkelen of te vergroten.

Uit onderzoek van TNO<sup>1</sup> blijkt dat 45% van de kinderen uit groep 7/8 van de basisschool tenminste 1 ingrijpende jeugdervaring (ACE) heeft meegemaakt, of nog steeds meemaakt. Het wordt steeds meer duidelijk dat een groot deel van de kinderen en jongeren worstelen met mentale problemen. Kinderen en jongeren kampen met stress, angst en onzekerheid. Sommige van deze kinderen vertonen probleemgedrag en relatief veel jongeren voelen zich eenzaam<sup>2</sup>. De emotionele kwetsbaarheid leidt tot extra risico's op leerachterstanden, juist bij kinderen in al kwetsbare gezinnen. Dit alles leidt mogelijk tot een groeiende kansenongelijkheid, vroegtijdig schooluitval en psychosociale problemen op korte en langere termijn. Uit het HBSC onderzoek<sup>3</sup> (sept '22) blijkt ook dat het mentaal welbevinden van leerlingen achteruitgaat. De groepen die het meest geraakt worden, zijn de leerlingen die al minder kansen hebben in het leven doordat zij opgroeien in een gezin met een lagere sociaal economische status, of een migratie- of vluchtelingenachtergrond hebben.

Met het project Levenskunde wil Augeo juist deze kinderen en jongeren helpen, door het versterken van veerkracht duurzaam te verankeren in het curriculum van het primair en voortgezet onderwijs. In het position paper dat 24 maart 2022 is uitgebracht namens vele organisaties in het onderwijs- en jeugdveld, wordt gepleit voor een structurele inbedding van sociaal emotioneel leren in het onderwijs. Uit onderzoek weten we dat dit bijdraagt aan gelijke kansen<sup>4</sup>, welbevinden<sup>5,6,7</sup>, gezondheid én beter kunnen leren<sup>8</sup>. Kinderen die lekker in hun vel zitten en blij zijn in de klas, onthouden beter en halen hogere leerprestaties. Scholen werken al duurzaam aan de sociaal emotionele ontwikkeling en het mentale welbevinden in brede zin<sup>9</sup>. De focus op veerkracht als aanvulling op sociaal emotioneel leren zorgt ervoor dat kinderen op school ook leren dat tegenslagen bij het leven horen en dat je vaardigheden kunt leren om hiermee om te gaan.

### **Hoe verhoudt aandacht voor veerkracht zich met sociaal emotioneel leren (SEL) en welbevinden op school?**

Veerkracht focust op het vermogen terug te veren na een ingrijpende gebeurtenis. Veerkracht is geen vaststaande eigenschap, maar een vermogen dat je kunt ontwikkelen en dat dynamisch is: je blijft ontwikkelen.

Bijna de helft van de leerlingen maakt één of meer ingrijpende gebeurtenissen mee. Scholen die zich hier bewust van zijn stellen zichzelf bij afwijkend gedrag niet de vraag "wat is er mis met jou?" maar "Wat heb jij meegemaakt

<sup>1</sup> TNO. (2016). Ik heb al veel meegemaakt . Leiden.

<sup>2</sup> <https://www.nji.nl/cijfers/welbevinden#welbevinden-onder-scholieren>

<sup>3</sup> <https://www.trimbos.nl/aanbod/webwinkel/af2022-hbcs-2021/>

<sup>4</sup> OESO-directeur Andreas Schleicher: 'Het onderwijs dreigt zijn doel en relevantie te verliezen.' De Groene Amsterdammer (8 mei 2019)

<sup>5</sup> OESO-directeur Andreas Schleicher: 'Het onderwijs dreigt zijn doel en relevantie te verliezen.' De Groene Amsterdammer (8 mei 2019)

<sup>6</sup> Herd, T., Kim-Spoon, J. A (2021). Systematic Review of Associations Between Adverse Peer Experiences and Emotion Regulation in Adolescence. Clin Child Fam Psychology Review 24, 141–163. <https://doi.org/10.1007/s10567-020-00337-x>

<sup>7</sup> Jackson CA, Henderson M, Frank JW, Haw SJ. An overview of prevention of multiple risk behavior in adolescence and young adulthood. J Public Health (Oxf). 2012 Mar;34 Suppl 1:i31-40. doi: 10.1093/pubmed/fdr113. PMID: 22363029.

<sup>8</sup> Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: a meta-analysis of school-based universal interventions.

<sup>9</sup> Meer informatie: [onderwijskennis.nl/themas/welbevinden-en-sociaal-emotionele-ontwikkeling](https://onderwijskennis.nl/themas/welbevinden-en-sociaal-emotionele-ontwikkeling)



AUGEO FOUNDATION

dat er voor zorgt dat je zo reageert?”. Vervolgens kijkt de school hoe leerlingen geholpen kunnen worden om met ingrijpende gebeurtenissen in het leven om te gaan, zodat het hun welbevinden niet negatief beïnvloedt.

Scholen werken al aan de sociaal-emotionele ontwikkeling van leerlingen. Binnen de Sociaal Emotioneel Leren aanpak ligt de focus vaak op vijf competenties<sup>10</sup>:

1. **Besef van zichzelf**
  - a. Kennis van je eigen lichaam
  - b. Gevoelens herkennen en benoemen
  - c. Zelfvertrouwen
2. **Zelfmanagement**
  - a. Heftige emoties controleren
  - b. Doelgericht gedrag
  - c. **Weten wanneer je hulp moet zoeken**
3. **Besef van de ander**
  - a. Empathie
  - b. Je inleven in de ander
  - c. Diversiteit
4. **Relaties kunnen hanteren**
  - a. Vrienden maken
  - b. Vrienden houden
  - c. Conflicten voorkomen en oplossen
5. **Keuzes maken**
  - a. Eerlijk onderhandelen
  - b. Goed zijn voor jezelf en de ander
  - c. Zelfreflectie

Dit vormt een goede basis voor het werken aan veerkracht. De focus op veerkracht onderscheidt zich echter doordat scholen zich meer bewust zijn dat leerlingen ingrijpende gebeurtenissen meemaken en dat scholen leerlingen kunnen helpen om die gebeurtenissen het hoofd te bieden. Het is daarbij belangrijk dat een school naast de bovenstaande vijf competenties<sup>11</sup> zich ook richt op vier aanvullende elementen:

1. **Bewustzijn** bij school en leerlingen dat leerlingen **ingrijpende ervaringen** (ACEs<sup>12</sup>) meemaken.
2. **Taxatie/Inschattingsproces** door de leerling van die (ingrijpende) gebeurtenissen. Hoe schat je een gebeurtenis in, hoe komt dat, en leren dat je ook een andere inschatting voor dezelfde situatie kan maken. Bij inschatting spelen twee factoren een rol: De vraag hoe bedreigend een situatie is en de afweging welke vaardigheden je bezit om de bedreiging het hoofd te bieden.
3. **Bewustzijn van de leerling over eigen coping strategieën en aanleren alternatieve strategieën** (hoe ga je met een ingrijpende gebeurtenis om), bijvoorbeeld:
  - a. Situatie actief aanpakken
  - b. Situatie ontwijken
  - c. Opstandig worden
4. **Bewustzijn van de leerling van het proces van betekenisgeving aan ingrijpende gebeurtenissen en het leren om nieuwe betekenis toe te kennen aan ingrijpende ervaringen.**

---

<sup>10</sup> [Overveld K. van., \(2017\) SEL, sociaal emotioneel leren als basis. Uitgeverij Pica Huizen](#)

<sup>11</sup> afkomstig uit het Veerkracht Portfolio Model, zie bijlage 2

<sup>12</sup> Adverse Childhood Experience (ACE)



Benaderingen zoals Leer- & Veerkracht en Traumasensitief onderwijs hebben aandacht voor deze aanvullende aspecten.

### **Doel van het project**

*“Kinderen en jongeren in kwetsbare wijken versterken hun veerkracht”.*

Om dit doel te bereiken wil Augeo scholen financieel ondersteunen die veerkracht versterkend onderwijs integreren in het curriculum en een effectief lesprogramma aanbieden.

Veerkracht is voor deze scholen geen vak, maar een onderdeel van de visie op onderwijs dat door de hele school gedragen wordt. Scholen zorgen ervoor dat het hele team van leerkrachten/docenten goed aangehaakt is en dat ouders actief betrokken worden bij het lesprogramma zodat er een koppeling tussen de leefwerelden school en thuis plaatsvindt. De methodiek die de scholen kiezen, sluit aan bij wat er allemaal al gebeurt in de school met betrekking tot het sociaal emotioneel leren en welbevinden. Dit project Levenskunde kan de inzet van deze veerkracht versterkende methodieken verduurzamen en inbedden in het curriculum en de ondersteuningsstructuur die al in en om de school aanwezig is.

### **Doelgroep**

Dit project is bedoeld voor scholen PO, VO, SPO en SVO in kwetsbare wijken waar sociaal emotioneel leren niet vanzelfsprekend is, en waar gezinnen vaak te kampen hebben met verschillende stressfactoren in hun leven. Denk hierbij aan leerlingen die opgroeien in een gezin met een laag sociaal economische status of die een vluchtelingen- of migratieachtergrond hebben. Voor dit project richten we ons op scholen met een schoolweging<sup>13</sup> van 33 t/m 40.

Het uitgangspunt is dat lessen gericht op het versterken van veerkracht aan de hele klas wordt gegeven, en dus niet aan geselecteerde kinderen. Door de lessen aan de hele klas aan te bieden werkt de school aan collectieve preventie van psychische problemen. Daarnaast zorgt het aanbieden aan de hele groep er ook voor dat er geen stigmatisering van bepaalde groepen kinderen plaatsvindt. Bovendien creëert de school een gezamenlijke taal en grondhouding bij de leraren, wat het duurzaam inbedden ten goede komt. Leraren kunnen, naast de lessen gericht op het versterken van veerkracht, in alle andere lessen ook op een beroep doen op de te leren vaardigheden en een veerkrachtig klimaat waarborgen. Wij zien ook een meerwaarde in een focus op de bovenbouw van het PO en de onderbouw van het VO omdat in deze levensfase veel sociaal-emotionele kwetsbaarheden zijn en tegelijkertijd het onderwijs in deze klassenperiode een sterk cognitief accent heeft. In deze leeftijdsgroepen ontstaat ook het besef bij kinderen dat niet iedereen gelijk opgroeit, worden vriendschappen en groepsdynamiek belangrijker en kun je in het onderwijs tegenslag of ingrijpende gebeurtenissen goed bespreekbaar maken.

### **Ons aanbod**

In het project Levenskunde geeft Augeo Foundation financiële ondersteuning aan scholen in kwetsbare wijken die veerkracht versterkend onderwijs in hun curriculum willen opnemen en onderdeel willen maken van hun schoolcultuur. Dit doen wij op de eerste plaats om kinderen en jongeren te ondersteunen met het vergroten van veerkracht, maar ook om praktijkvoorbeelden te creëren die andere scholen in de toekomst kunnen inspireren

---

<sup>13</sup> <https://www.onderwijsinspectie.nl/onderwerpen/onderwijsresultaten-primair-onderwijs/naar-een-nieuw-onderwijsresultatenmodel/de-schoolweging-een-nieuwe-maat-voor-de-leerlingenpopulatie>



AUGEIO FOUNDATION

hetzelfde te doen. Het delen van ervaringen en identificeren van best-practices vormt daarom ook een onderdeel van dit project.

Scholen met leerlingen uit kwetsbare wijken kunnen een voorstel indienen bij Augeo Foundation.

Het project heeft een looptijd van 3 jaar waarbij jaarlijks plannen worden gemaakt. De ervaringen van eerdere jaren kunnen daardoor worden meegenomen in de plannen van het nieuwe jaar. Door deze lange looptijd willen we ook de duurzame verankering van sociaal emotioneel leren en veerkracht versterkend onderwijs in de school bereiken.

In de projectplannen van onze samenwerkingspartners willen we de volgende elementen terugzien:

1. **Achtergrond van de school en de schoolpopulatie.** Waarom is het juist voor deze leerlingen belangrijk om extra aandacht aan veerkracht te besteden?
2. **Ideeën en plannen van de school over de inzet van sociaal emotioneel leren, welbevinden en veerkracht versterkend onderwijs** waarbij de school uitlegt wat zij wil bereiken, wat al gedaan wordt en wat er en welke activiteiten voor welke groepen met de aanvullende financiering van Augeo gedaan gaat worden. Hierbij kan verwezen worden naar schoolplannen en/of schoolondersteuningsprofielen.
3. **Toelichting op de voorgestelde interventies en lespakketten.** Hierbij wordt aandacht besteed aan de kwaliteit van de interventie en de wijze waarop deze interventie bijdraagt aan het versterken van veerkracht. Voorbeelden van lespakketten en interventies die bijdragen aan veerkracht zijn te vinden in bijlage 3.
4. **Uitleg over hoe de school gaat meten of de interventie succesvol is.** Hierbij is aandacht voor doelstellingen, indicatoren en meet methoden. Het hoeft geen wetenschappelijk onderzoek te worden, maar de school geeft wel aan hoe ze resultaten willen gaan meten.

Voor het indienen van een aanvraag heeft Augeo een aanvraag formulier ontwikkeld waarin deze elementen terugkomen.

Bij de beoordeling van de projectvoorstellen wordt de mate waarin de onderstaande elementen zijn uitgewerkt meegenomen.

1. De onderbouwing van de keuze voor **lessenreeksen en/of interventies voor de leerlingen passend binnen de gebruikte methode waarmee school werkt aan SEL.**
2. De mate waarin de lessen aan leerlingen worden aangevuld door **psycho-educatie voor leraren en ouders** over stress en de werking van het brein (zoals bijvoorbeeld FlowinGrow: [Jij en stress, een hersenles](#) en animaties zoals de [Window of Tolerance](#), de [breinbijsluiter](#) etc.)
3. De mate waarin de veerkracht versterkende lessen worden aangevuld met de **inzet van ervaringsdeskundigen** om een deel van de kinderen beter te kunnen betrekken bij de Levenskunde lessen. Hiervoor kan samenwerking met de lokale welzijnsorganisaties gezocht worden.
4. De mate waarin en manier waarop **leerkrachten/docenten worden betrokken zijn tijdens de planningsfase op scholen om draagvlak en betrokkenheid te vergroten.** En om goed aan te sluiten bij wat er al in de school gebeurt op dit thema. Wat gaat al goed en wil de school behouden, waar kan Levenskunde nog aansluiten? Wat levert dit op, wat vraagt het van het team, de ouders en de projectuitvoerders?
5. De mate waarin en manier waarop **ouders worden betrokken** tijdens de uitvoering van het Levenskunde programma om de lessen in de leefwerelden thuis en school terug te laten komen zodat het effect van lessen versterkt wordt.



AUGEIO FOUNDATION

6. De manier waarop **samenwerking met welzijnsorganisaties** wordt gezocht als onderdeel van de Levenskunde aanpak om de verbinding tussen steun op school en steun in de wijk te versterken.
7. **De manier waarop de focus op veerkracht duurzaam verankerd wordt op school.** Dit is een integraal doel van het programma zodat ook toekomstige leerlingen Levenskunde lessen krijgen.

### **Looptijd**

- Dit project loopt 3 schooljaren 2023/2024, 2024/2025 en 2025/2026
- De eerste fase betreft schooljaar 2023/2024
- Aanvragen (voor het eerste jaar) kunnen tot en met 31 maart 2023 ingediend worden (beoordeling vindt plaats in april/mei 2023)
- In maart/april van elk volgend jaar worden de plannen voor het volgende schooljaar ingediend en beoordeeld.
- Er vindt een jaarlijkse terugkoppeling plaats (inhoudelijk en financieel)
- Het ophalen van geleerde lessen en het uitwisseling van ervaringen met andere projectpartners vormt een terugkerend onderdeel van dit project.

### **Aanvraag indienen**

Scholen uit kwetsbare wijken kunnen een plan indienen waarbij de focus ligt op de bovenbouw van het PO en de onderbouw van het VO. Het plan schetst beknopt een lange termijn visie op sociaal emotioneel leren en veerkracht op de school en werkt vervolgens in detail de aanpak voor het eerste jaar uit. Augeo heeft een aanvraagformulier ontwikkeld waarin alle elementen die in het voorstel aan bod moeten komen verwerkt zijn. Scholen dienen dit aanvraagformulier te gebruiken voor het doen van een financieringsaanvraag.

Het is belangrijk dat leerkrachten/docenten al tijdens de planningsfase betrokken worden om realistische plannen die maken die door het hele team gedragen worden. Dit vergroot hun betrokkenheid en gevoel voor eigenaarschap, waardoor het duurzaam inbedden op de lange termijn meer kans heeft.

Om voor aanvullende sociale steun in de buurt te zorgen is het ook essentieel dat er een koppeling plaatsvindt met de welzijnsorganisaties die actief is in de wijken waar de scholen staan. Denk hierbij bijvoorbeeld aan het betrekken van het ondersteuningsteam van de school bij de plannen. Kunnen de betrokken jeugdverpleegkundige, maatschappelijk werker, etc. vanuit hun expertise nog iets bijdragen? En anders is het ook goed dat zij weten dat de school er met hun leerlingen en ouders mee bezig is.

### **Financiering**

Dit project gaat uit van cofinanciering. In het eerste jaar draagt Augeo Foundation maximaal 50% bij aan het budget. Omdat het doel duurzame verankering van sociaal emotioneel leren op school is, loopt de financiering vanuit Augeo terug naar 30% in jaar 2, 25% in jaar 3. Van de scholen(stichtingen) wordt dus een eigen bijdrage verwacht die kan komen uit bijvoorbeeld NPO gelden, eigen reguliere begroting en gemeente subsidies.

Als richtlijn voor de financiering gaan we uit van een maximum bedrag van 1200,- euro per groep/klas per jaar, waarvan Augeo Foundation in het eerste jaar maximaal 50% financiert.

### **Contactgegevens**

Website: [www.augeo.nl/nl-nl/steun/levenskunde/](http://www.augeo.nl/nl-nl/steun/levenskunde/)

Email: [levenskunde@augeo.nl](mailto:levenskunde@augeo.nl)

Tel: 0343-53 6040



## Bijlage 1 Sociaal Emotioneel leren



### SEL-competenties

In de binnenste cirkel staan vijf competenties. Die kun je onder verdelen in ik-, jij- en wij-competenties.

De ik-competenties richten zich vooral op:

- De signalen van ons lichaam herkennen.
- (Emotie)taal gebruiken om emoties te controleren of te doven.
- Strategieën inzetten om beter om te gaan met heftige emoties.

De jij-competenties gaan vooral over:

- Empathie.
- Lichaamstaal.
- Sociale vaardigheden.

In de wij-competenties komen 'ik en jij' samen: keuzes maken. Hoe kun je elke dag weer een keuze maken die goed is voor jou en de ander? Het zijn eigenlijk morele competenties, zie verwijzen naar:

- Normen en waarden.
- Morele vraagstukken.
- Probleemoplosvaardigheden.

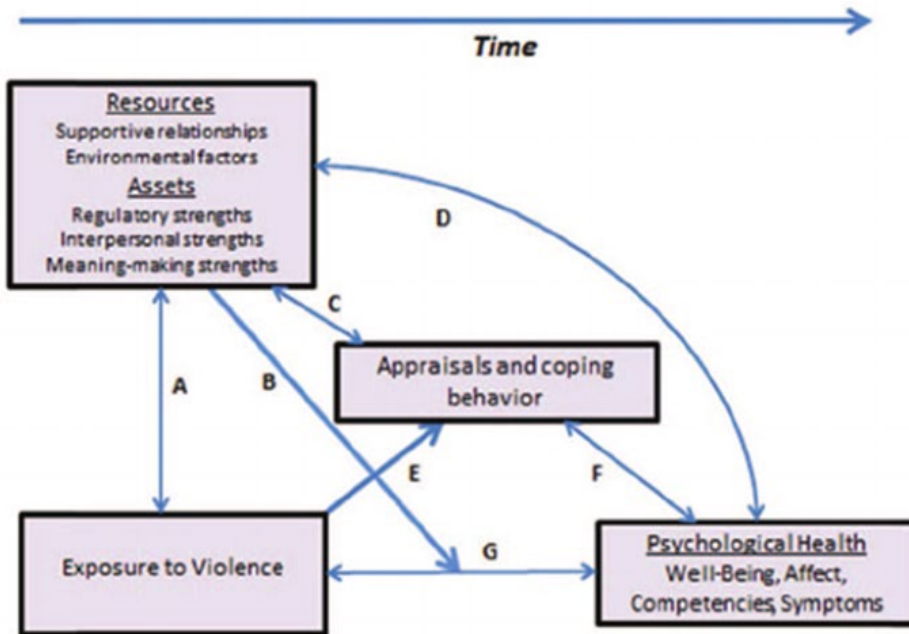
	Competentie	Omschrijving
<b>Ik</b> competenties	Besef van jezelf	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennis van je eigen lichaam</li> <li>• Gevoelens herkennen en benoemen</li> <li>• Zelfvertrouwen</li> </ul>
	Zelfmanagement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Heftige emoties controleren</li> <li>• Doelgericht gedrag</li> <li>• Weten wanneer je hulp moet zoeken</li> </ul>
<b>Jij</b> competenties	Besef van de ander	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Empathie</li> <li>• Je inleven in de ander</li> <li>• Diversiteit waarderen</li> </ul>
	Relaties met anderen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vrienden maken</li> <li>• Vrienden houden</li> <li>• Conflicten voorkomen en oplossen</li> </ul>
<b>Wij</b> competenties	Keuzes maken	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eerlijk onderhandelen</li> <li>• Goed zijn voor jezelf en de ander</li> <li>• Zelfreflectie</li> </ul>



AUGEO FOUNDATION

## Bijlage 2

### Resilience (Veerkracht) Portfolio Model



Bron: (Grych, Banyard, & Hamby, 2015)

Zie ook de animatie met uitleg over dit model: <https://www.augeo.nl/demo/Veerkrachtportfolio/>



AUGEO FOUNDATION

### Bijlage 3 Voorbeelden van passende lespakketten en methoden

In de onderstaande tabel staan een aantal interventies en lespakketten die meer gericht zijn op veerkracht. Er bestaan naast de onderstaande lijst nog andere interventies die ook aan de ontwikkeling van veerkracht kunnen bijdragen. In de projectaanvraag is het aan de school om een passende aanpak op het versterken van veerkracht voor te stellen en de keuze voor lespakketten en activiteiten te onderbouwen.

Naam	Vorm	Doelgroep
Kopkracht (NJR)	Programma	Middelbare scholieren
Gelukskoffer	lespakket	PO groep 1-8
Gelukkige school	hele schoolbenadering: boek beschikbaar, online training in ontwikkeling	PO groep 1-8
Leer- & veerkracht	schoolbrede aanpak	Basisonderwijs
Leer- & Veerkracht	Online oudercursus veerkracht	Ouders/thuis
Levensvaardigheden PO	programma, met toolkits voor ouders en onderwijs	ouders, kinderen en onderwijs
Levensvaardigheden VO	lesprogramma, 26 lessen. Boek + materialen te downloaden, lesvideo's online	onderbouw VO
Vriendenprogramma	geïndiceerd preventie- en behandelprogramma, individueel en groepsgericht	Drie leeftijdsgroepen: 5-7 jaar, 8-12 jaar en 13-17 jaar.
Superkrachten voor je hoofd (boek + website)	boek (Dylan Haegens editie) + filmpjes + klassenchallenge	bovenbouw PO
Superkrachten voor je hoofd (lespakket Young Impact)	Boek + lespakket	Groep 7 en 8
Je brein de baas?!	lespakket	VO en deels ook gebruikt voor PO bovenbouw
Mindfulness	Lessenreeks (bijv. methode Eline Snel)	
ACT4KIDS	<i>Lespakket gebaseerd op ACT: vaardigheden om te leren omgaan met tegenslag</i>	<i>Twee series: 1. Bovenbouw PO en 2. klas 1 t/m 3 VO Beschikbaar januari 2023</i>
<i>Wijzer in Veerkracht</i>	<i>leskaarten</i>	<i>Beschikbaar vermoedelijk januari 2023</i>
<i>Traumaisensitief Onderwijs</i>	<i>Handboek van bijvoorbeeld Leonie Coppens of Koraal e.a.</i>	<i>Hele schoolbenadering PO en VO</i>