



Vroege herkenning en interventie van stress en angst in de klas

Hoe kunnen we scholen helpen stress en angst in de klas te herkennen en te voorkomen en samen met scholen leerlingen snel de juiste ondersteuning bieden? Op weg naar een structurele samenwerking tussen Leidse scholen en LUBEC Kenniscentrum Stress en Angst bij Jeugd.

Doet uw school ook mee?

Waarom dit project?

Stress- en angstklachten zijn wereldwijd de meest voorkomende mentale problemen en beginnen in veel gevallen al in de kindertijd, maar worden vaak niet tijdig herkend. Wanneer jeugdigen pas hulp krijgen op het moment dat klachten escaleren, is vaak een langdurig en kostbaar behandeltraject nodig, waarvoor bovendien lange wachtlijsten zijn.

Het doel van dit project is om in nauwe samenwerking met Leidse scholen stress- en angstklachten bij kinderen en jongeren vroegtijdig op te sporen en te verhelpen. Hiermee willen we een veilig leerklimaat en gezonde sociaal-emotionele ontwikkeling stimuleren en schooluitval voorkomen.

Met dit project werken we toe naar een duurzame en structurele samenwerking tussen Leidse scholen en het Kenniscentrum Stress en Angst bij Jeugd, dat onderdeel is van het Leids Universitair Behandel en Expertise Centrum (LUBEC). Gezamenlijk werken we aan nieuwe kennis, training en advies voor scholen, en vroegtijdige hulp voor leerlingen die tussen het aanbod van school en jeugd-GGZ vallen.

Wat gaan we doen?

Het project bestaat uit verschillende onderdelen:

- 1) Laagdrempelige focusgroepen met leraren en zorgmedewerkers uit het primair en voortgezet onderwijs (PO en VO) in de Leidse regio, waarin we onderzoeken op welke wijze we het beste tegemoet kunnen komen aan de ondersteuningsbehoefte van leerlingen, leraren, intern begeleiders en zorgcoördinatoren. Wat hebben zij nodig aan kennis, training en ondersteuning om effectief met signalen van stress en angst in de klas om te gaan?
- 2) Op basis van de focusgroepen ontwikkelen en aanbieden van verschillende vormen van ondersteuning, zoals een telefonische hulplijn waar leraren en zorgmedewerkers terecht kunnen voor vragen en advies over stress en angst bij leerlingen, workshops, etc.
- 3) Identificeren van leerlingen met verhoogde stress- en angstklachten om hen een laagdrempelige, vernieuwende en wetenschappelijk onderbouwde interventie te bieden (gericht op sociale angst, specifieke fobieën of spreekangst).

Op dit moment zoeken wij scholen die willen deelnemen aan de focusgroepen en/of mee willen draaien in de pilotfase van onderdeel 3. Op de volgende bladzijde leest u wat deelname betekent.

Wat betekent deelname voor uw school?

Focusgroepen

Het doel van de focusgroepen is te inventariseren welke behoefte scholen hebben als het gaat om kennis en ondersteuning bij het herkennen van en omgaan met stress- en angstklachten bij leerlingen.

Voor wie? Leraren, intern begeleiders, zorgcoördinatoren en andere zorgondersteuners in het PO en VO (van praktijkonderwijs tot gymnasium)

Wat? Drie (fysieke of online) bijeenkomsten van ongeveer 2 uur (deelname aan één of twee sessies ook mogelijk)

Wanneer? Oktober, november en december 2020

Naar aanleiding van de eerste focusbijeenkomst, starten we met het ontwikkelen van diverse vormen van ondersteuning. Deze zullen we in de daaropvolgende bijeenkomsten voorleggen en verder ontwikkelen met behulp van feedback vanuit de focusgroepen.

Natuurlijk kan uw school vervolgens gebruik maken van de verschillende vormen van ondersteuning, die we vanaf 2021 aan zullen bieden, zoals de telefonische hulplijn.

Pilotfase

Het Kenniscentrum Stress en Angst bij jeugd biedt passende vroegtijdige hulp voor leerlingen met stress- en angstklachten die tussen het huidige aanbod van scholen en de jeugd GGZ vallen.

In samenwerking met deelnemende scholen identificeren we leerlingen met verhoogde stress- en angstklachten die baat kunnen hebben bij een dergelijke training.

Leerlingen en ouders melden zich zelfstandig bij ons aan. We vragen scholen informatie te verspreiden en leerlingen en ouders te wijzen op de mogelijkheden.

Voor wie? Leerlingen in het PO en VO (6-18 jaar) met stress- en angstklachten die meer nodig hebben dan de algemene trainingen op school maar voor wie een behandeling in de reguliere jeugdzorg (nog) niet nodig is.

Wat? Deelname aan laagdrempelige, vernieuwende trainingen om hun stress- en angstklachten te verminderen. Deze trainingen worden in sommige gevallen (bijv. sociale angst) in een groep gegeven maar soms ook individueel (bijv. specifieke fobie).

Wanneer? Vanaf november 2020

Neem contact met ons op!

Heeft u belangstelling om mee te doen? Neem voor meer informatie contact op met dr. Leone de Voogd via e.l.de.voogd@fsw.leidenuniv.nl of 071-527 5464, of kijk op onze [website](#).

Dit project wordt uitgevoerd door het Kenniscentrum Stress en Angst bij Jeugd, dat onderdeel is van het Leids Universitair Behandel en Expertise Centrum (LUBEC), in samenwerking met het Stedelijk Gymnasium Leiden. Voor dit project ontvangen we een onderwijsinnovatiesubsidie van de gemeente Leiden. Het project valt binnen Kennisstad Leiden 2021.

Projectpartners: [Gemeente Leiden](#), [Leiden Kennisstad](#), [Leiden Education Fieldlab \(LEF\)](#), [Stedelijk Gymnasium Leiden](#), [LUBEC \(Universiteit Leiden\)](#).



Universiteit
Leiden



Leiden

Leiden
Kennisstad



LEIDEN
EDUCATION
FIELDLAB