

Elke leerling gezien.

Tool voor de socio-emotionele begeleiding van leerlingen

Handleiding voor begeleiders

Deze handleiding beschrijft de 8 instrumenten van "Elke leerling gezien." Voor elk instrument vind je het doel, de achtergrond, een stap-voor-stap handleiding en praktische tips.

01	Sociogram	<i>Sociale relaties in kaart brengen</i>
02	Welbevindenmeter	<i>Hoe voelt elke leerling zich?</i>
03	Axenroos	<i>Sociale reflexen in kaart brengen</i>
04	Doelen kiezen en bespreken	<i>Gespreksleidraad voor het begeleidingsgesprek</i>
05	Tolerantievenster	<i>Window of tolerance</i>
06	Dit ben ik	<i>Mijn persoonlijk dashboard</i>
07	Attitudegesprek	<i>Coachingsinstrument voor 8 leerattitudes</i>
08	Samen Pesten Aanpakken	<i>Stap-voor-stap pestactieplan</i>

01

Sociogram

Sociale relaties in kaart brengen

Doel & hulpvraag

WELKE VRAAG BEANTWOORDT DIT INSTRUMENT?

Het sociogram helpt begeleiders inzicht te krijgen in de sociale structuur van een klas. Het beantwoordt vragen als: Wie zijn de populaire leerlingen? Wie wordt buitengesloten of geïsoleerd? Welke subgroepen bestaan er? Zijn er leerlingen die veel negatieve nominaties ontvangen?

Achtergrond

De sociometrische methode (ontwikkeld door Jacob Moreno) laat toe de verborgen sociale structuur van een groep zichtbaar te maken via wederzijdse of eenzijdige keuzes. Door leerlingen anoniem te laten kiezen met wie ze graag samenwerken (positief) of liever niet (negatief), ontstaat een objectief beeld dat moeilijk te zien is met de blote ogen van de begeleider. Het sociogram combineert een visueel netwerk met een sociomatrix.

Stappenplan

- 1 Sessie aanmaken**

Ga naar het Sociogram-instrument en maak een nieuwe sessie aan. Geef de klas een naam (bv. "3B") en voeg de leerlingen toe via de klassenlijst. Er wordt automatisch een 6-cijferige code aangemaakt.
- 2 Code delen met leerlingen**

Activeer de sessie en deel de code (of de directe link) met de leerlingen. Zij openen de link op hun eigen toestel — smartphone, tablet of computer. Ze hoeven niet in te loggen.
- 3 Leerlingen nomineren**

Elke leerling ziet de volledige klassenlijst en kiest max. 3 medeleerlingen voor positieve nominaties ("met wie wil je graag samenwerken?") en max. 3 voor negatieve nominaties. De keuzes zijn anoniem voor de andere leerlingen.
- 4 Sessie afsluiten**

Zodra alle leerlingen hebben ingevuld, sluit je de sessie. Nieuwe nominaties worden daarna niet meer toegelaten.
- 5 Resultaten interpreteren**

Open het resultatenoverzicht. Je ziet: een visueel netwerk (bolletjes en pijlen), een sociomatrix (kruistabel), en een overzicht van wie de meeste positieve en negatieve scores ontving. Kleuren duiden op de sociometrische status van elke leerling.

TIP VOOR DE BEGELEIDER

- Gebruik het sociogram aan het begin en het einde van het schooljaar om evolutie te meten.
- Bespreek de resultaten nooit openbaar in de klas — ze zijn strikt vertrouwelijk.
- Een leerling met veel negatieve nominaties is een signaal voor verdere individuele opvolging.
- Het netwerk toont ook "brugfiguren" die subgroepen verbinden — waardevolle leerlingen voor groepsdynamica.
- Combineer het sociogram altijd met je eigen observaties in de klas.

02 Welbevindenmeter

Hoe voelt elke leerling zich?

Doel & hulpvraag

WELKE VRAAG BEANTWOORDT DIT INSTRUMENT?

De welbevindenmeter brengt in kaart hoe leerlingen zich voelen op verschillende levensdomeinen: thuis, op school, met vrienden, met zichzelf en meer. De begeleider ontdekt wie een opvallend laag welbevinden aangeeft en op welk domein. Het instrument beantwoordt: Welke leerling signaleert een zorgsituatie? Welke domeinen verdienen extra aandacht?

Achtergrond

Welbevinden is een fundamentele voorwaarde voor leren. Onderzoek toont aan dat leerlingen die zich niet goed voelen slechter presteren, minder betrokken zijn en vaker afhaken. Door regelmatig peilen laat de begeleider ook merken dat ze interesse toont in de persoon achter de leerling. De scores zijn zichtbaar per domein en per leerling. Lage scores (onder 5/10) zijn een gespreksuitnodiging, geen oordeel.

Stappenplan

- 1 Sessie aanmaken**

Maak een nieuwe sessie aan en geef de domeinen in die je wilt bevragen (bv. "Welbevinden thuis", "Welbevinden met vrienden", "Welbevinden op school"). Je kunt standaarddomeinen gebruiken of eigen aanpassen.
- 2 Code delen**

Activeer de sessie en deel de link of code met de leerlingen. Ze openen de welbevindenmeter op hun eigen toestel.
- 3 Leerlingen vullen in**

Elke leerling geeft per domein een score van 1 tot 10. Optioneel kunnen ze een naam invullen (anoniem is ook mogelijk, afhankelijk van jouw instelling).
- 4 Resultaten bekijken**

In het dashboard zie je de gemiddelde score per domein en de individuele scores. Leerlingen met scores onder 5 zijn visueel gemarkeerd.
- 5 Opvolging plannen**

Gebruik de lage scores als aanleiding voor een informeel gesprek of een meer uitgebreide begeleiding.

TIP VOOR DE BEGELEIDER

- Doe de meting meerdere keren per jaar (begin, midden, einde) om evolutie te volgen.
- Anonimiseer de resultaten als je een klassikale bespreking wilt doen — noem geen namen.
- Een score van 6 of 7 is "voldoende", maar het is de daling die telt: was het vroeger een 8?
- Vertel leerlingen vooraf dat hun antwoorden niet beoordeeld worden, maar dat jij er wél naar kijkt.

03

Axenroos

Sociale reflexen in kaart brengen

Doel & hulpvraag

WELKE VRAAG BEANTWOORDT DIT INSTRUMENT?

De Axenroos helpt leerlingen inzicht te krijgen in hun dominante sociale reflexen: hoe reageren ze instinctief in sociale situaties? Via 40 stellingen ontdekken ze welk "dier-archetype" het best bij hen past. De begeleider gebruikt de resultaten als gespreksaanzet: sterktes benoemen, blinde vlekken bespreekbaar maken, en leerlingen helpen om flexibeler te worden in hun gedrag.

Achtergrond

De Axenroos is gebaseerd op het interpersoonlijk circumplex-model. Het model beschrijft gedrag op twee assen: dominantie (leiden ↔ volgen) en affiliatie (toenadering ↔ afstand). Elk van de 8 posities op de roos wordt voorgesteld door een dier: Havik, Leeuw, Schildpad, Uil, Kameel, Steenbok, Wasbeer en Pauw. Leerlingen beantwoorden 40 stellingen in willekeurige volgorde. De visuele staaftafel toont de verdeling over alle 8 archetypen. Er is geen "beste" archetype — de kracht ligt in het herkennen van patronen.

Stappenplan

- 1 Sessie aanmaken**

Maak een Axenroos-sessie aan voor je klas. Voeg optioneel de klassenlijst toe zodat leerlingen hun naam kunnen kiezen.
- 2 Leerlingen laten invullen**

Leerlingen openen de link en beantwoorden 40 stellingen (willekeurig geordend). Ze duiden aan in welke mate elke stelling bij hen past (4-puntenschaal). De afname duurt 8 à 12 minuten.
- 3 Resultaten bekijken**

Elk resultaat toont een staaftafel met de 8 dieren, het dominante archetype en een beschrijving. De leerling ziet ook de "blinde vlekken": archetypen met een lage score.
- 4 Klassikale verwerking**

Laat elke leerling hun dominante dier noteren. Bespreek klassikaal: Welke dieren zijn er veel/weinig in de klas? Wat betekent dat voor samenwerken?
- 5 Individuele reflectie**

Gebruik de reflectievragen onderaan het resultaatsscherm voor een individueel gesprek of een schrijfo opdracht. Voorbeeldvragen: "Herken je jezelf in dit dier? In welke situatie werkt dit goed? Wanneer hindert het?".

TIP VOOR DE BEGELEIDER

- Benadruk dat er geen goed of slecht archetype is — elk dier heeft sterktes én valkuilen.
- Vraag leerlingen om het resultaat te bespreken met iemand die hen goed kent — klopt het beeld?
- In een groepsgesprek: "Welk dier ontbreekt in onze klas? Wat hebben we daardoor niet?"
- De Axenroos werkt goed als voorbereiding op een groepsproject waarbij je rollen bewust wilt verdelen.

04 Doelen kiezen en bespreken

Gespreksleidraad voor het begeleidingsgesprek

Doel & hulpvraag

WELKE VRAAG BEANTWOORDT DIT INSTRUMENT?

Dit instrument helpt de begeleider of begeleider om samen met een leerling doelen te kiezen die passen bij de huidige situatie van de leerling. De leerling kiest visueel uit tegels en plaatst de doelen in volgorde van prioriteit. Het dient als leidraad voor een begeleidingsgesprek: de leerling neemt eigenaarschap, de begeleider begeleidt. Centrale vraag: Waar wil jij aan werken?

Achtergrond

Motivatietoets toont aan dat leerlingen beter werken aan doelen die ze zelf kiezen. Door de leerling actief te laten kiezen, verschuift de dynamiek van "de begeleider bepaalt" naar "de leerling is eigenaar". De tegelmethode verlaagt de drempel: kiezen uit visuele opties is makkelijker dan iets vanuit het niets bedenken. De prioritering dwingt de leerling na te denken over wat nu het belangrijkste is.

Stappenplan

- 1 Sessie aanmaken of activeren**
Maak een sessie aan voor de leerling. Je kunt een naam en klas opgeven. Er wordt een unieke code gegenereerd.
- 2 Leerling kiest doelen**
De leerling opent de link en ziet een reeks doeltegels (bv. "Ik wil beter omgaan met stress", "Ik wil meer vrienden maken"). De leerling kiest de doelen die bij hem/haar passen.
- 3 Prioritering**
De gekozen doelen worden in een sleeplijst geplaatst. De leerling rangschikt ze van "meest belangrijk" naar "minder belangrijk".
- 4 Gesprek voeren**
Gebruik de geprioriteerde doelen als startpunt voor het begeleidingsgesprek. Bespreek: Waarom staat dit doel bovenaan? Wat heb je nodig om eraan te werken? Wat is een eerste kleine stap?
- 5 Opslaan en opvolgen**
Het resultaat wordt opgeslagen en is zichtbaar in het begeleiderscherm. Plan een vervolgesprek om de voortgang te evalueren.

TIP VOOR DE BEGELEIDER

- Laat de leerling de tegels eerst stil doornemen voordat ze kiezen — geef voldoende tijd.
- Als de leerling niets wil kiezen: vraag "Welke tegel is het minst onzinnig voor jou?"
- Je kunt eigen tegels toevoegen of aanpassen in het beheerpaneel.
- Gebruik dit instrument als opening van elk begeleidingsgesprek — het geeft richting aan het gesprek.

05 Tolerantievenster

Window of tolerance

Doel & hulpvraag

WELKE VRAAG BEANTWOORDT DIT INSTRUMENT?

Het tolerantievenster helpt leerlingen te begrijpen in welke activatiezones ze zich bevinden: de groene zone (in balans, klaar om te leren), de rode zone (overspannen, te veel stress) of de blauwe zone (ondergeactiveerd, uitgeput, losgetrokken). De begeleider gebruikt dit als startpunt om te bespreken hoe de leerling het beste leert en welke regulatiestrategieën werken.

Achtergrond

Het concept van het "window of tolerance" werd ontwikkeld door psychiater Dan Siegel en is gebaseerd op traumatherapie en neurobiologisch onderzoek. Buiten de groene zone (te hoog of te laag geactiveerd) is leren heel moeilijk. Het model is krachtig omdat het niet-oordelend is: "rood" of "blauw" zijn zijn geen falen, maar signalen. Door leerlingen bewust te maken van hun eigen zones en triggers, bouwen ze aan zelfregulatie — een cruciale SEL-competentie.

Stappenplan

- 1 Uitleg geven**

Leg de drie zones uit aan de leerling met het visuele schema. Groen = in balans, leren lukt. Rood = te veel spanning (vecht/vlucht). Blauw = te weinig energie (bevroren, weggedoken).
- 2 Sessie starten**

Maak een sessie aan en deel de code. De leerling opent het instrument op zijn/haar toestel.
- 3 Leerling vult in**

De leerling geeft aan in welke zone hij/zij zich nu bevindt. Per zone beantwoordt de leerling een aantal stellingen. Ook triggers (wat brengt me in de rode/blauwe zone?) en helpers (wat brengt me terug naar groen?) worden ingevuld.
- 4 Resultaten bekijken**

De begeleider ziet welke zone de leerling aangaf, de scores per domein, en de lijst van triggers en helpers.
- 5 Gesprek voeren**

Bespreek de triggers en helpers samen: "Wat herken je hiervan? Wat kun je de volgende keer doen als je in de rode zone zit?" Maak eventueel een concreet regelplan.

TIP VOOR DE BEGELEIDER

- Maak het model visueel (whiteboard, poster) — dit helpt leerlingen het te verinnerlijken.
- Gebruik de helpers die de leerling zelf noemt als basis voor een regelplan op school.
- "In welke zone leer je het best?" — een krachtige vraag die leerlingen aan het denken zet.
- Voor jongere leerlingen: gebruik concrete voorbeelden ("Als er een toets is, ben ik dan in het rood?").

06

Dit ben ik

Mijn persoonlijk dashboard

Doel & hulpvraag

WELKE VRAAG BEANTWOORDT DIT INSTRUMENT?

Dit ben ik is een uitgebreid zelfreflectie-instrument dat leerlingen uitnodigt om na te denken over wie ze zijn, wat hen energie geeft, wie belangrijk voor hen is en waar ze willen naartoe. Het helpt de begeleider een rijker beeld van de leerling te krijgen — voorbij de cijfers en het gedrag in de klas. Centrale vraag: Wie ben jij, buiten de schoolprestaties om?

Achtergrond

Zelfreflectie is een kern-SEL-competentie. Onderzoek toont dat jongeren die meer inzicht hebben in zichzelf (hun sterke punten, energie, waarden en relaties) veerkrachtiger zijn en beter omgaan met moeilijkheden. Het persoonlijk dashboard is opgebouwd als een "placematmethode" die groepsgesprekken of individuele sessies ondersteunt. Het eindresultaat kan worden afgedrukt op A3 als visueel document voor het gesprek.

Stappenplan

- 1 Sessie aanmaken**
Maak een sessie aan voor de klas of voor een individuele leerling. Kies of leerlingen hun naam invullen of anoniem werken.
- 2 Leerling vult het dashboard in**
De leerling opent de link en vult 8 domeinen in: grote droom, belangrijke personen, energiebronnen, groeipunten, pluspunten, zelfomschrijving, gevoel op school, en een wens. Elke sectie bevat begeleidende vragen.
- 3 Resultaat bekijken en afdrucken**
Het ingevulde dashboard kan worden afgedrukt (A3 aanbevolen) als visueel gespreksmateriaal. Hang het eventueel op of sla het op in het dossier.
- 4 Gesprek voeren**
Bespreek het dashboard samen: "Wat viel je op terwijl je dit invulde? Wat wil je mij hierover vertellen?" Gebruik het als startpunt, niet als checklist.

TIP VOOR DE BEGELEIDER

- Plan voldoende tijd: 20 à 30 minuten voor het invullen, 15 minuten voor het gesprek.
- Vraag de leerling om 1 ding te markeren dat hij/zij het meest wil bespreken.
- Herhaal het dashboard aan het einde van het schooljaar — vergelijk de twee versies samen.
- Vermijd te snel "oplossen" — luister eerst en laat de leerling zelf betekenis geven.

07 Attitudegesprek

Coachingsinstrument voor 8 leerattitudes

Doel & hulpvraag

WELKE VRAAG BEANTWOORDT DIT INSTRUMENT?

Het attitudegesprek helpt begeleiders en leerlingen om samen te evalueren hoe de leerling scoort op 8 cruciale leerattitudes. Zowel de leerling als de begeleider geven onafhankelijk een score. De vergelijking van die scores vormt het startpunt voor een gericht coachingsgesprek: waar ziet de leerling zichzelf anders dan de begeleider? Welke attitude wil de leerling prioriteren?

Achtergrond

De 8 attitudes — van groei genieten, draagkracht bewaken, veerkracht tonen, doelgericht werken, eigenaar zijn, coachbaar zijn, grenzen verleggen en Nederlands inzetten — zijn gebaseerd op het groeimindset-model (Carol Dweck) en zelfregulatietheorien. Elke attitude kent 4 niveaus: Starter, Groeier, Gevorderde en Expert. Door zowel de leerling als de begeleider te laten scoren, vermijd je een eenzijdig oordeel en creëer je een gesprek in plaats van een beoordeling.

Stappenplan

- 1 Sessie aanmaken**

Maak een attitudegesprek-sessie aan. Voeg de namen van de leerlingen toe. Een 6-cijferige code wordt gegenereerd.
- 2 Leerling evalueert zichzelf**

De leerling opent de link, kiest zijn/haar naam en beoordeelt zichzelf op de 8 attitudes via een rubric (4 niveaus met concrete omschrijvingen). De leerling kiest ook 2 sterktes, 2 groeikansen en 1 prioriteitsattitude.
- 3 Begeleider evalueert**

In het evaluatietabblad kiest de begeleider de leerling en geeft per attitude ook een score. Je kunt ook een korte notitie toevoegen per attitude.
- 4 Vergelijking bekijken**

In het resultatenblad zie je de scores van leerling en begeleider naast elkaar, het verschil (+ of -), en de gekozen sterktes en groeikansen.
- 5 Coachingsgesprek voeren**

Gebruik de vergelijking als gesprekspunt: "Jij geeft jezelf een Groeier voor veerkracht, ik zie je als Gevorderde — hoe kijk jij daarnaar?" Stel de SMART-doelstelling op die automatisch gegenereerd wordt op basis van de prioriteit.
- 6 Resultaten afdrukken**

Klik op "Afdrukken / PDF" in het resultatenblad om een volledig overzicht te genereren voor het gesprek of het dossier.

TIP VOOR DE BEGELEIDER

- Leg de 4 niveaus uit voor het invullen — laat leerlingen de rubric rustig doorlezen.
- De automatisch gegenereerde SMART-doelstelling is een vertrekpunt, geen eindbeslissing.
- Voer het gesprek individueel — vergelijk nooit de scores van verschillende leerlingen openbaar.
- Herhaal het instrument midden en einde schooljaar om groei zichtbaar te maken.
- Groeiotities per attitude (begeleider) worden opgeslagen en zijn zichtbaar in het afdrukrapport.

08

Samen Pesten Aanpakken

Stap-voor-stap pestactieplan

Doel & hulpvraag

WELKE VRAAG BEANTWOORDT DIT INSTRUMENT?

Dit instrument begeleidt de begeleider stap voor stap bij het aanpakken van een peestsituatie. Het beantwoordt vragen als: Is een niet-confronterende of confronterende aanpak beter? Wie doet wat? Hoe wordt er gecommuniceerd naar alle betrokkenen? Het resultaat is een concreet, afdrukbaar pestactieplan.

Achtergrond

Pesten is een groepsverschijnsel waarbij meerdere rollen meespelen: de pester, meedoeners, meelopers, niksweters, niksdoeners en steunfiguren. Effectief ingrijpen vraagt een systematische aanpak die alle actoren meeneemt. Het instrument is gebaseerd op twee erkende methodieken: de niet-confronterende aanpak (zoals de No Blame-methode of de Support Group-aanpak) voor de meeste situaties, en de confronterende aanpak (directe interventie) voor ernstige of aanhoudende situaties. De keuze wordt ondersteund door een keuzehulptabel met 6 criteria.

Stappenplan

- 1 Situatie inschatten**
Beschrijf de peestsituatie: wat gebeurde er, wanneer, waar en wie speelt welke rol. Gebruik de rollenkaart (pester, meedoeners, meelopers, niksdoeners, niksweters, steunfiguren) om een volledig beeld te vormen.
- 2 Aanpak kiezen**
Gebruik de keuzehulptabel om te beslissen tussen een niet-confronterende of confronterende aanpak. De tabel weegt 6 criteria af: duur, ernst, status pester, isolement leerling, groepsdynamica en veiligheid.
- 3 Acties kiezen per actor**
Selecteer concrete acties voor elke betrokken actor: de gepeste leerling, medeleerlingen/steungroep, de pester (stopgesprek, begeleidingskaart), begeleiders en directie/ouders.
- 4 Communicatieplan opstellen**
Bepaal wat je aan wie vertelt: de gepeste leerling, de ouders van de gepeste, het schoolteam, en bij confronterende aanpak ook de ouders van de pester. Noteer de kernboodschap per doelgroep.
- 5 Evaluatiemomenten plannen**
Plan concrete evaluatiemomenten (na 2-3 dagen, na 1 week, na 2 weken, na 1 maand) en noteer bijsturingsacties als de situatie onvoldoende verbetert.
- 6 Pestactieplan afdrukken**
Klik op "Afdrukken" in het laatste tabblad. Het volledige plan wordt afgedrukt als A4-document met alle ingevulde gegevens, een evaluatietabel en het basisprincipe als reminder.

TIP VOOR DE BEGELEIDER

- Bespreek de situatie altijd eerst vertrouwelijk met de gepeste leerling — zij/hij heeft inspraak in de aanpak.
- De niet-confronterende aanpak vermijdt verdere beschadiging van relaties en is vaker effectief op lange termijn.
- Documenteer elke actie en elk gesprek — ook als het goed gaat. Dat beschermt je en de school.
- Betrek bij ernstige pesting altijd de directie en eventueel externen (CLB, politie).
- "Te vermijden" acties (onderaan stap 3) zijn even belangrijk als de acties die je wel kiest.

Algemene richtlijnen

Vertrouwelijkheid

Alle gegevens die verzameld worden met de instrumenten zijn strikt vertrouwelijk. Deel resultaten nooit openbaar en bewaar uitdraaien veilig in het leerlingendossier. Bespreek resultaten altijd individueel met de betrokken leerling.

Combineer instrumenten

De instrumenten versterken elkaar. Begin het jaar met het Sociogram en de Welbevindenmeter voor een breed beeld. Verdiep daarna gericht met de Axenroos of het Attitudegesprek.

Timing en herhaling

Eenmalig meten geeft een momentopname. De echte waarde zit in herhaling: vergelijk resultaten van begin, midden en einde schooljaar om evolutie te zien.

Betrokkenheid van de leerling

Toon de resultaten altijd aan de leerling zelf. Een instrument is pas waardevol als het een gesprek uitlokt. Vraag: "Herken je dit? Klopt dit voor jou?"

Samenwerking met ouders

Relevante bevindingen kunnen gedeeld worden met ouders — altijd in overleg met de leerling (indien oud genoeg) en de CLB-medewerker. Wees voorzichtig met hoe je resultaten formuleert.

Grenzen van de instrumenten

Deze instrumenten zijn screening- en gesprekstools, geen diagnostisch instrument. Bij ernstige signalen (depressie, trauma, pesten) schakel je altijd door naar een CLB-medewerker, zorgcoördinator of externe hulpverlener.