

Extra ondersteuning

Soms heb je extra ondersteuning nodig om goed mee te kunnen komen op school. Dat kan tijdelijk een steuntje in de rug zijn om je net weer verder te helpen of een vorm van begeleiding die je langere tijd krijgt aangeboden. Misschien herken je jezelf of iemand uit je omgeving wel in de volgende voorbeelden:

Time-out

‘Soms word ik zo boos dat ik even moet afkoelen. Ik weet dan precies waar ik op school naartoe kan gaan. Daar kennen ze me en helpen ze me om rustig te worden, zodat ik weer naar de les kan. Dat is fijn voor mij, maar ook voor de klas en de leraar.’

Faalangstraining

‘Steeds leerde ik heel hard voor een toets, maar ik was zo zenuwachtig dat ik alles wat ik geleerd had weer vergat. Ik kon de toets zo niet maken. In een groepje met acht andere kinderen heb ik geleerd hoe ik moet omgaan met deze faalangst. Nu kan ik gelukkig wel goed laten zien wat ik kan op school.’

Kleine klas (koersklas)

‘In een volle klas was het heel lastig voor mij om op te letten tijdens de les. Daarom zit ik nu in een kleinere klas. De leraar kan me nu veel meer aandacht geven. Ik heb veel lessen van mijn mentor. Die kent me goed en weet precies wat ik nodig heb om goed te kunnen leren. Het gaat nu veel beter met mij! Volgend schooljaar ga ik misschien al naar een gewone klas.’

Sociale vaardigheidstraining

‘Als iemand iets onaardigs tegen me zegt, weet ik niet goed hoe ik me moet gedragen. Ik weet niet hoe ik dan moet reageren en daar word ik heel verdrietig van. Nu leer ik in een groepje met andere kinderen hoe ik beter voor mezelf kan opkomen. Ook al is het heel spannend, het lukt me nu wel om er iets van te zeggen.’

Studievaardigheidstraining

‘De basisschool vond ik heel makkelijk. Ik heb eigenlijk nooit hoeven leren om goede punten te halen. Nu ik op het vwo zit, gaat het allemaal niet meer vanzelf. Het lukt me soms niet om mijn huiswerk op tijd af te hebben. Ik weet ook niet goed hoe ik moet leren voor een toets. Ik haal ‘ineens’ slechte cijfers. Waar moet ik beginnen? Hoe moet ik leren? Daar krijg ik nu hulp bij in een groepje met andere kinderen. Zo kan ik weer met een fijn gevoel naar school.’