

# THINK op school

KEET Regio bijeenkomst 24-3-  
2026



# THINK op school

Waarom?

Wij werken aan...

**Een wereld waarin het leren van levenslessen net zo belangrijk is als het leren van Engels en wiskunde. Om zo onze jongeren weerbaar en veerkrachtig te maken.**

# DIT VRAGEN JONGEREN VAN HUN SCHOOL

**Wat helpt jongeren om mentaal gezond te zijn en te blijven?**

Uit 180 PRAATPOWER-brainstorms met meer dan 3000 jongeren blijkt dat jongeren dít nodig hebben van hun school:

## **1. Geef mentale gezondheid structureel een plek op school**

Bied doorlopend onderwijs over mentale gezondheid. Geef de lessen meer inhoud door te zorgen voor

## **7. Werk actief aan een veilige schoolcultuur**

Waarin roddelen, uitsluiting, discriminatie en seksisme gezamenlijk wordt tegengegaan – zonder weg te kijken. Hanteer duidelijke, zichtbare regels en consequente opvolging voor ongepast gedrag.

## **8. Integreer fysiek welzijn in het dagelijks schoolleven**

Stimuleer gezonde voeding, beweging en bewust omgaan met middelengebruik. Bijvoorbeeld via kooklessen, moestuinprojecten, meer beweging in de lessen, praktijkvakken en voorlichting.

## **9. Stimuleer verbondenheid**

Versterk sociale netwerken via mentorlessen, peer-supportprogramma's, gezamenlijke activiteiten en plezier – een pingpongtafel doet wonderen. Bouw

## Waarom THINK?

Elke tijd heeft zijn eigen, soms complexe, maatschappelijke vraagstukken. Dat is niet nieuw. Wat wel nieuw is, is dat we ons voor steun en hulp nu massaal wenden tot een professional.

THINK wil jongeren aanzetten tot nadenken en in THINK-lessen uitnodigen persoonlijke en maatschappelijke vraagstukken met elkaar te verkennen. Wat betekent dit voor mijn toekomst, maar ook voor onze gezamenlijke toekomst? En wat kunnen we hierin voor elkaar betekenen?

THINK wil jongeren mentaal flexibel maken.

**Vaak is de aandacht gericht op jongeren waar het niet (zo) goed mee gaat.**

**Tijd om te normaliseren. Aandacht en gelijke kansen voor alle jongeren.**

**THINK wil alle jongeren veerkrachtig en weerbaar maken**

# THINK op school

Hoe dan?

# Filmpje Mind Us – hoe werkt THINK?

TalentStad x MIND Us

## De THINK-methode

THINK op school biedt lessen die gaan over actuele vraagstukken en herkenbare gebeurtenissen. De onderwerpen nodigen jongeren uit om na te denken over zichzelf en hoe zij zich hiertoe verhouden. Hoe maak ik keuzes, hoe zeg ik nee wanneer ik dingen niet wil, hoe leer ik om te gaan met de druk van de groep? Met actueel lesmateriaal worden leerlingen uitgedaagd om actief de verschillende vraagstukken te verkennen met elkaar.

THINK-lessen motiveren jongeren te luisteren naar elkaar, vragen te stellen, verder te denken en tot inzichten te komen die je als persoon en als groep sterker maken. Inzetten en gebruik maken van de kracht van de groep, waar we leren van en met elkaar.

## Kenmerken voor de THINK-methode

- 5G's & ACT als helpende tool en rode draad door alle lessen heen
- THINK-lessen worden gegeven in een doordachte volgorde (reeks) van minimaal 9 lessen op jaarbasis.
- In de lessen wordt het gedrag van jongeren in de klas als werkmateriaal gebruikt
- Jongeren leren van en met elkaar
- De lessen zijn actueel
- Co-creatie in alles wat we doen
- Maatwerk per school/klas/regio mogelijk
- Lessen zijn boeiend, leerzaam en actief
- THINK helpt jongeren hun eigen mening te vormen
- Meningeën mogen en kunnen naast elkaar bestaan

# THINK op school

Wat?

# THINK OP SCHOOL

**T** = Is it True?

**H** = Is it Helpful?

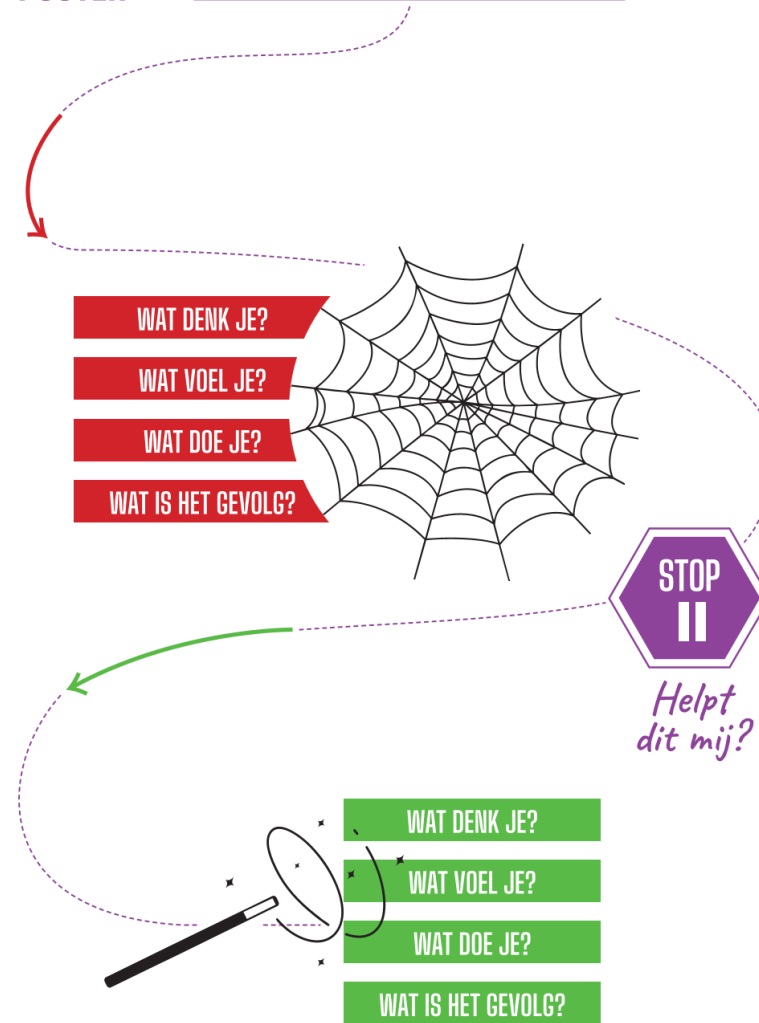
**I** = Is it Inspiring?

**N** = Is it Necessary?

**K** = Is it Kind?

# DE ONDERLEGGER VAN THINK OP SCHOOL

WAT IS DE GEBEURTENIS?



Shit happens. Ik denk dat ik het wel aankan

## Naast een methode zijn wij ook een beweging!

- We gaan voor gemeenschappelijke taal binnen school
- We werken nauw samen met preventie partners, gemeente en ondersteuningsteams binnen school
- Wij blijven THINK door ontwikkelen door actueel te blijven, nieuwe kansen te zien en daarop in te springen.
- O.a. aanbod voor ouders met algemene ouderavonden, podcasts e.d.

# Vragen?

**Meer informatie:**

[www.thinkopschool.nl](http://www.thinkopschool.nl)

**Contactgegevens:**

**Myrthe Lomans**

**Tel: 06-51565545**

**THINK**  
**op school**