

Studentveerkracht

Samen met studenten tools
ontwikkelen om te gebruiken binnen
Samen Opleiden

Velon Congres 2023

Luc Harthoorn
Thom Kooiman
Roeland van der Ploeg
Isis van Scheppingen
&
Gerbert Sipman
g.sipman@hsmarnix.nl



Lectoraat
Samen Opleiden & Professionaliseren

marnix academie



Partners
in opleiding en ontwikkeling



Aanleiding

- Marnix Academie: NPO-gelden gericht op studentenwelzijn
 - onderzoeksmatig werken
 - duurzame inzet NPO-gelden
 - Samen Opleiden als context
 - student als partner

NB: naar aanleiding van behoeften werkveld: paralleltraject studenten LIO/
leerkrachten inductie

- Literatuur
 - Zorgen studentenwelzijn zowel nationaal (bv. Inspectie van Onderwijs, 2020; NVAO, 2022) als internationaal (bv. British Council, 2020; Cohan, 2020)
 - Hoge uitval van startende leraren in eerste vijf jaar (Dekker et al., 2021)
 - Hogere veerkracht (Arnup & Bowles, 2016) hangt positief samen met de intentie om beroep niet te verlaten en negatief samen met burnout en stress (Skaalvik & Skaalvik, 2010; Yu et al., 2015)

Ontwerpgericht onderzoek

Twee onderzoekscycli

- Beschrijvend onderzoek:
 - analyse probleem
 - beginsituatie bepalen
 - wensen/behoefte verkennen
- Interventieonderzoek:
 - verkennen mogelijkheden
 - prototypes ontwikkelen
 - prototypes 'testen'
 - product- en procesevaluatie
 - implementatieplan



CYCLUS 1

Van oriëntatie naar richten...

| Literatuur | Documenten | Gesprekken |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">- Studentenwelzijn/ student well-being- Studentveerkracht/ student resilience- (Onderzoeks-)projecten gericht op (studenten-)welzijn/ -veerkracht (Avans, HAN, Floreraar, etc.)- Programma's/ tools versterken (studenten-)welzijn/ -veerkracht- Student als partner- Sessies gerelateerd aan (studenten-)welzijn/ -veerkracht VELOV-conferentie en Congres Samen Opleiden | <ul style="list-style-type: none">- Plan NPO-gelden- Evaluaties Marnix Academie:<ul style="list-style-type: none">- evaluatie online onderwijs- Nationale Studenten Enquête- Etc.- Notitie Studentenwelzijn Marnix Academie- Plan van aanpak studentenwelzijn Marnix Academie- Opleidingsvisie Marnix Academie/ nieuwe curriculum A2020- Visie Lectoraat Samen Opleiden & Professionaliseren- Handboek Studiecoaching- Module Persoonlijk Leiderschap en Organisatieontwikkeling | <ul style="list-style-type: none">- Coördinator Werkgroep Inclusie- Straffe Koffie studenten- Straffe Koffie docenten- Coördinator Student Succes Centrum- Coördinator Samen Opleiden- Lectoraat SO&P |

Richten

Veerkracht:

Om kunnen gaan met lastige/ moeilijke situaties, wat zich uit in uithoudingsvermogen, vastberadenheid, zelfbewustzijn en zelfvertrouwen

Tools:

Werkvormen die een student binnen het geheel van Samen Opleiden zelfstandig, na instructie en begeleide inoefening, toe kan passen op het moment dat hij/zij/die in een situatie verkeert die om veerkracht vraagt (agency student!)

Onderzoeksvragen

Hoofdvraag: Welke tools kunnen de veerkracht van studenten binnen Samen Opleiden ondersteunen?

Cyclus 1 (februari 2022 – september 2022)

- Welke situaties ervaren studenten binnen Samen Opleiden die om veerkracht vragen?
- Welke behoeften hebben studenten en/of opleiders (instituut en werkveld) om de veerkracht van studenten te versterken?
- Welke 'tools' die de veerkracht van studenten ondersteunen zijn reeds in gebruik en/of worden al aangeboden?

Cyclus 2 (september 2022 – juni 2023)

- Wat zijn de ervaringen/effecten van het inzetten van 'tools' die de veerkracht van studenten ondersteunen binnen Samen Opleiden?
- Wat zijn de werkende ingrediënten van de 'tools', onder welke omstandigheden kunnen zij het beste ingezet worden?

Verzamelen

Analyse probleem + bepalen behoeften/wensen + verkennen opties

- Studenten (n=19): workshops, vragenlijst, interviews
- Collega's Marnix Academie (n=8): interviews
- Collega's werkveld (n=5): interviews

Trechteren in vraagstelling n.a.v. Mansfield et al. (2016)

| Vorm | Toelichting |
|-----------------|--|
| Professioneel | overwinnen van tegenslagen/ uitdagingen in de schoolomgeving |
| Emotioneel | omgaan met emoties n.a.v. dagelijkse onderwijservaringen (bv. stress) |
| Motivationaleel | doorzettingsvermogen om het onderwijs te verbeteren en te blijven leren |
| Sociaal | vaardigheden die de ontwikkeling van (ondersteunings-)netwerken vergemakkelijken |

Uitdagingen professionele veerkracht

| Studenten | Collega's Marnix Academie | Collega's werkveld |
|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">- Omgaan met onverwachte gebeurtenissen incl. lastige vragen leerlingen/collega's (7)- Omgaan met probleemgedrag (3)- Invallen in andere groep (1)- Vragen van ouders (1) | <ul style="list-style-type: none">- Nieuwe uitdagingen in LIO, bv. omgaan met ouders (1)- Klas overnemen bij afwezigheid mentor (1)- Ervaren frictie visie en praktijk in LIO (1)- Overgang van studie naar werk (1) | <ul style="list-style-type: none">- Voor de klas worden gezet, terwijl de student daar nog niet aan toe is (2)- De klas niet de baas kunnen (1)- Omgaan met feedback (1)- Moeite met plannen (1)- Flexibel reageren op situaties indien die anders verlopen dan gepland (1)- Te veel vanuit 'ik' reflecteren in plaats van het leerproces van de klas (1)- Te weinig kritisch zijn, neigen naar externe attributie (1) |

A dark grey arrow pointing to the right, with the text "CYCLUS 2" centered inside it.

CYCLUS 2

Gekozen thema's

Professionele veerkracht

1. Omgaan probleemgedrag/ klas de baas kunnen
2. Omgaan onverwachte gebeurtenissen (anders dan gepland)
3. Omgaan met verantwoordelijkheid

Emotionele veerkracht

1. Omgaan met feedback ontvangen
2. Geraakt zijn door situaties in de klas
3. Loslaten/ omgaan met negatieve gedachten en twijfel, focussen op waar je invloed op hebt
4. Omgaan met emoties vanuit privésituaties (incl. doorverwijzing naar decaan/counselor indien deze te heftig zijn)

Motivationale veerkracht

1. Jezelf motiveren, bv. bij tegenvallende resultaten
2. Omgaan met werkdruk (stress)
3. Omgaan met onduidelijkheid

Sociale veerkracht

1. Geen klik hebben met de ander (mentor, studiecoach, medestudent, ouders van leerlingen, etc.)
2. Grenzen aangeven
3. Moeilijke gesprekken aangaan

Denk aan:

- medestudenten
- de 'niet-model student

Theoretisch kader

| Veerkracht | Interventies versterken veerkracht | Artikel |
|---------------|---|---|
| Professioneel | <ul style="list-style-type: none">- Door protectieve factoren, dit zijn capaciteiten binnen en buiten het individu. Deze worden versterkt door het hebben van een rustige omgeving.- Er is een twaalftal aan strategieën bedacht die effect hebben op het welbevinden: dankbaarheid, optimisme cultiveren, piekeren en sociale vergelijking vermijden, vriendelijkheid, sociale relaties koesteren, copingstrategieën ontwikkelen, leren vergeven, bewust genieten van fijne dingen, je aan je doelen committeren, geloof en of spiritualiteit beoefenen, goed voor je lichaam zorgen en het ontdekken en inzetten van je sterke kanten. | <ul style="list-style-type: none">- Bannink & Kuiper (2012)- Van Zundert (2016) |
| Emotioneel | <ul style="list-style-type: none">- Door het geven van het goede voorbeeld richting de persoon in kwestie. Hierbij proberen hem in te schatten en om vertrouwen op te bouwen.- Geen werk doen op zondag, maar een wandeling maken. | <ul style="list-style-type: none">- Bannink & Kuiper (2012)- Geldens, Glas, Van Petegem & Popeijus (2020) |
| Motivatieel | <ul style="list-style-type: none">- Een dankbaarheidsritueel.- Ga bij jezelf na wat je nodig hebt om positief voor de klas te staan. Verschillende voorbeelden hiervoor zijn:- Lachen, met collega's of met leerlingen- Ademhalingsoefeningen.- Bewuste vrije momenten in je agenda. <p>Dit heeft overigens ook een link met de andere veerkrachten.</p> | <ul style="list-style-type: none">- Geldens, Glas, Van Petegem & Popeijus (2020)- De Haan, Kleinjan, De Lange, Looman, Steijnweg & Van den Thillart (2021) |
| Sociaal | <ul style="list-style-type: none">- Door een rustige situatie rondom sociale contacten, waarbij je je in je kracht voelt om dingen te kunnen delen in vertrouwen.- Bespreek met collega's als je veel last van stress hebt en duid de voornaamste stressbron. | <ul style="list-style-type: none">- Bannink & Kuiper (2012)- De Haan, Kleinjan, De Lange, Looman, Steijnweg & Van den Thillart (2021) |

Formats onderzoeksinstrumenten

| Beschrijven tools | Reflectie op gebruik tool |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">- Korte omschrijving: doel + werkwijze- Vorm van leerkracht-veerkracht- Ervaringen gebruik- Aandachtspunten vormgeving | <ul style="list-style-type: none">- Naam student- Korte situatiebeschrijving- Effecten gebruik tool (denken-doen-voelen-willen)- Top en tips tool- Aandachtspunten vormgeving |

Expert (Linda Toonen)

- Copingstrategieën ('doe-modus')
- Mediteren/ visualiseren
- 'Nee zeggen' vs behoeften uiten
- Brein: gevaar-, jaag- en zorgsysteem

- Zelfcompassie
 - mindfulness vs overidentificatie
 - common humanity vs isoleren
 - self-kindness vs zelfkritiek

Format tools

Vormgeving:

- 'waaier aan tools'
- websites Marnix/ POO

Voorkant (zelf)

1. Doe dit
2. Doe dan dat
3. En eventueel zus
4. Dan komt vanzelf zo
5. Tadaaaa



Achterkant (hulp)

- Doe vooral dit wel
- Maar dat vooral niet
- Vraag dit of dat
- Help de ander zichzelf te helpen

Aan de slag...

| Student | Thema/ ronde 1 | Thema/ ronde 2 |
|---------|--|---|
| Isis | Jezelf motiveren | Omgaan met werkdruk/ stress |
| Luc | Doorzetten, bv. bij tegenvallende resultaten | Focussen op waar je invloed op hebt |
| Thom | Geraakt zijn door situaties in je klas | Omgaan met emoties privé-situatie |
| Roeland | Omgaan met negatieve gedachten/ twijfel | Grenzen aangeven/ 'nee' zeggen |
| Gerbert | Omgaan met emoties (al dan niet privé) | Geen klik hebben met de ander (ergernissen) |

1) Uitproberen:

- voorkant: zelf
- achterkant: hulp

Noteren ervaringen (dataverzameling 1)

2) Gesprek (dataverzameling 2):

- Ervaringen n.a.v. uitproberen
- Tops & tips voor doorontwikkeling: inhoud, bruikbaarheid, vormgeving, etc.

Gezamenlijke reflectie

- A
- B
- C
- D
- Etc.

**Samen
Opleiden
op zijn kop**



- lectoraatsamenopleiden@hsmarnix.nl
- g.sipman@hsmarnix.nl