

Aanvullende vaardigheidstrainingen

In speciale situaties heeft een leerling soms een extra steuntje in de rug nodig: in de omgang met anderen, bij examens en toetsen of bij het overlijden van een dierbare. De WZ biedt leerlingen verschillende trainingen aan:

- omgaan met faalangst
- omgaan met rouw
- examenvreestraining
- sociale vaardigheidstraining.

Omgaan met faalangst

Voor leerlingen die last hebben van faalangst biedt de school de mogelijkheid een training te volgen ter versterking van het zelfvertrouwen. In de eerste klas beantwoorden de leerlingen een vragenlijst waaruit de mate van welbevinden en zelfvertrouwen gedistilleerd kan worden. De uitslag kan aanleiding geven tot gesprekken met ouders en leerlingen over de vraag of deze training wellicht nuttig kan zijn.

Omgaan met rouw

Bij een sterfgeval in het gezin, verandert er veel in het leven van een jongere. Bij sommige leerlingen gaan de schoolprestaties achteruit in zo'n situatie. Anderen proberen zoveel mogelijk afleiding te vinden in het studeren. Op school hebben zij behoefte aan erkenning van het verlies. Voor deze leerlingen bestaat de mogelijkheid om op school met lotgenoten over het verlies te praten. Tijdens de bijeenkomsten delen de leerlingen ervaringen en gevoelens, krijgen overzicht over de eigen situatie en verbeteren hun strategieën om met het verlies om te gaan. Er ontstaat vaak een grote onderlinge verbondenheid.

Examenvreestraining

Steeds meer krijgen eindexamenkandidaten en leerlingen uit pre-examenklassen te maken met spanningen voor schoolexamens en centraal eindexamen. De grote hoeveelheid stof, de deadlines van opdrachten en werkstukken en de tentamens- en examenperiodes leiden soms tot overmatige stress. Faalangst en onderpresteren zijn dan soms het gevolg. Voor deze leerlingen bestaat de mogelijkheid een training omgaan met examenvrees te volgen. Leerlingen die hiervoor in aanmerking komen, krijgen een intakegesprek. Dit kan op uitnodiging van de mentor of op initiatief van de ouders of de leerlingen zelf. De training bestaat uit vijf bijeenkomsten. Hierin leren leerlingen hoe ze kunnen omgaan met die spanningen.

Sociale vaardigheidstraining

Sommige leerlingen vinden het moeilijk om met zichzelf en anderen om te gaan. Ze worden steeds verlegener of juist ongeremd extravert. Onderpresteren kan het gevolg zijn. Meestal zijn het de docenten en de mentor die deze signalen opvangen en bespreken.

Omdat de WZ wil bijdragen aan de mensvorming, biedt de school een sociale vaardigheidstraining aan. Het doel van de training is de sociale vaardigheid om in groepsverband te kunnen functioneren aan te leren en te verhogen. Tijdens de training leren leerlingen de onderlinge communicatie en samenwerking te verbeteren. Door praktische opdrachten leren ze kijken naar hun eigen gedrag en dat van anderen.