

STAP UIT JE SCHADUW

Je bent super



Schoolmaatschappelijk werk
VO en MBO

 Farent

We zijn er voor jou



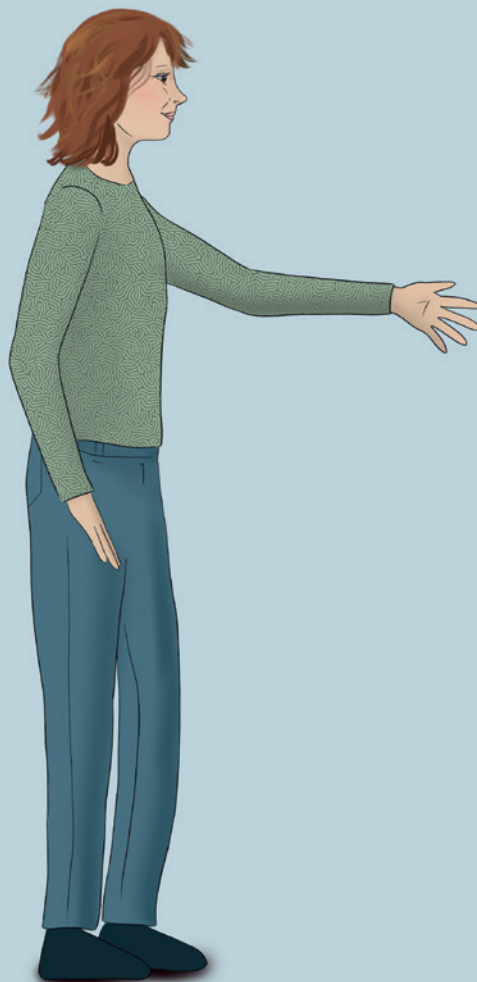
We zijn er voor jou (en ook voor je ouders). Je vindt ons bij jou op school. We luisteren naar alles wat er speelt in jouw leven. We hebben tips en weten de weg naar praktische oplossingen. Je kunt rekenen op steun. We zijn een lampje als jouw hoofd even donker is. Zo nodig ben je snel bij iemand buiten de school die je verder kan helpen. Maar vaak kunnen wij samen al stappen zetten. Zodat jij jezelf kunt zijn en je goed kunt voelen.

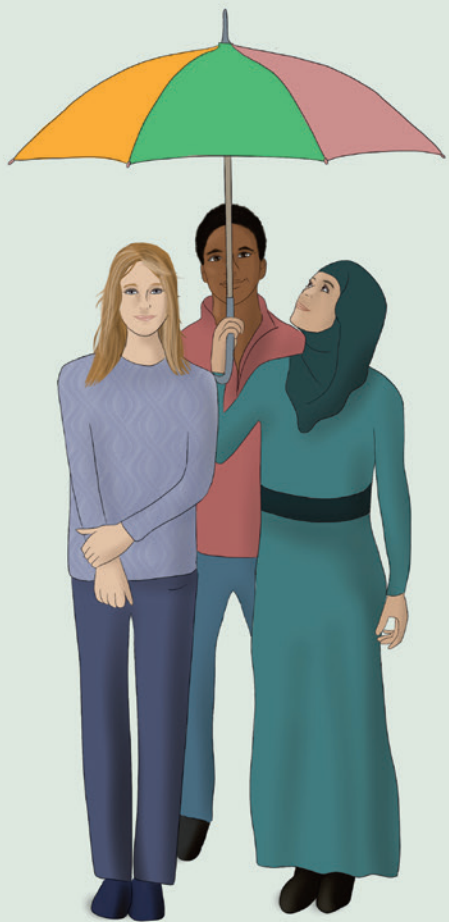
Loop eens binnen

Dit boekje is een verzameling van dingen die speelden bij jongeren. Met hun vragen en (soms) zorgen kwamen ze bij ons. Heb jij ook vragen? Herken je dingen? Loop eens binnen bij de schoolmaatschappelijk werker op jouw school. Samen komen we verder.

Geld kan ingewikkeld zijn

Stress over geld kan behoorlijk vervelend zijn. Misschien heb je meer geld nodig. Of je hebt het overzicht niet. En dan lijkt het ook nog alsof jij de enige bent die gedoe heeft met geld. We maken geld-zorgen graag bespreekbaar. Schulden voorblijven, begint bij overzicht. Er zijn veel mensen die je daarbij kunnen helpen. Wij wijzen jou de weg.





Het is OK om je (even) niet OK te voelen. Je bent niet de enige. En je hoeft niet alleen te zijn met jouw probleem. Wij brengen je graag in contact met jongeren die hetzelfde meemaken. Of die ongeveer voelen wat jij voelt. Jullie begrijpen elkaar. En het helpt om samen te zijn. Misschien leer je hoe je kunt omgaan met moeilijke gevoelens. Maar er is geen druk. Samen is het belangrijkste.

Samen sterker

Jij bent talent

Een talent is iets wat je bent: misschien ben jij super enthousiast. Of je pakt meteen aan en bedenkt oplossingen. Het kan ook zijn dat je voorzichtig bent en denkt voordat je doet. Goede dingen zeggen op het geschikte moment, is ook een talent. Zo zijn er nog veel meer! Sommige jongeren herkennen hun talenten meteen. Voor anderen is het even zoeken. We helpen je graag bij het ontwikkelen van talenten. Jouw talenten maken het leven mooier.



Goed zoals jij bent

Uitvinden wie jij bent, is een zoektocht. Het kan je onzeker maken. Want het lijkt wel alsof iedereen een mening heeft over jou: andere jongeren, je ouders, de wereld. Verstop jezelf niet. Je bent goed zoals je bent. Heb je even een steun in de rug nodig of zijn er vragen? Kom praten. We luisteren naar je, zonder oordeel. Samen kijken we wat je nodig hebt.





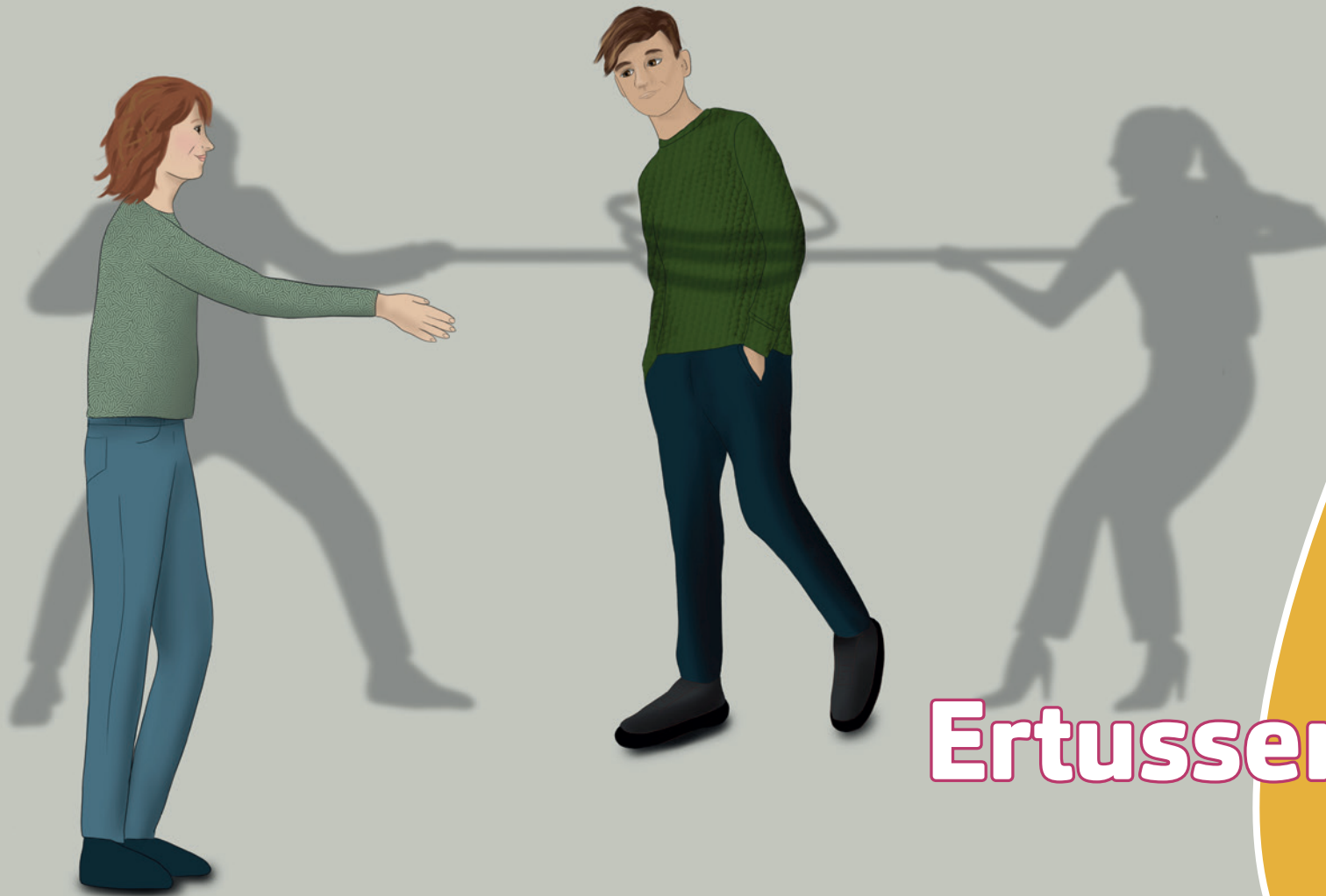
Het komt vaker voor dan je denkt: jongeren die thuis geweld meemaken. Denk aan slaan, schoppen of seksueel geweld. Schelden of doen alsof die ander niet bestaat, is ook geweld. Misschien ben je slachtoffer. Of je hoort en ziet geweld in huis, bijvoorbeeld tussen je ouders. Geweld is nooit OK. Vertel wat er speelt bij jou thuis. We zorgen dat je veilig bent. Samen zetten we stappen die jouw leven beter maken.

Wat moet je met geweld

De wereld op je rug

Er speelt veel in de wereld. Sommige jongeren dragen de wereld op hun rug. Ze zijn bezorgd. Hoe moet dat nou met het klimaat, wat is echt of nep en kan een fijne toekomst nog wel? Misschien herken je deze vragen. Dan kijken we samen hoe je kunt omgaan met jouw zorg om de wereld. Een steun in de rug krijg je sowieso. En misschien bedenken we wel dingen die je kunt doen. Want alle beetjes helpen. Dat is geen fake news. Dat is echt zo.





Zit je klem tussen je gescheiden ouders? Dat voelt niet fijn. Je wilt geen onderdeel zijn van een strijd. En je wilt ook geen partij kiezen. Ertussenin is een vervelende plek. Vraag gerust om advies. Of lucht gewoon je hart. Samen kijken we of jouw 'ertussenin' toch een plek kan zijn waar jij krijgt wat je nodig hebt en draagt wat je aankunt. Dat voelt echt anders. Misschien een beetje lichter.

Ertussenin...

Emoties voelen soms zwaar

Boosheid, angst, verdriet.... Sta jij 's ochtends al op met een zak vol emoties? Niet zo fijn. Dat kan zwaar en belemmerend voelen. Kom je hart luchten. Bij ons kan jouw masker af. Emoties mag je delen en dat helpt. We kunnen je ook leren hoe je gemakkelijker kunt omgaan met grote emoties. Dan zijn ze er wel, maar voelen ze minder moeilijk en zwaar.





Pesten is niet per ongeluk. Het is bedoeld om iemand pijn te doen. Als jij gepest wordt, kan jou dat eenzaam, boos of depressief maken. Krijgen wij signalen van pesten, dan stappen wij erin. We ondersteunen jou als je gepest en/of buitengesloten wordt. En heel belangrijk: we doen wat nodig is, zodat het pesten stopt. Heb jij vragen over pesten of wil je hulp? Kom langs en praat erover. Pesten voorkomen, is samen pesten bespreekbaar maken.

Pesten verpest veel

Schoolmaatschappelijk werk Voortgezet Onderwijs en MBO

Op school zijn we snel en gemakkelijk beschikbaar voor jongeren. We sluiten aan bij de problemen die jongeren kunnen ervaren op alle leefgebieden. We luisteren, geven advies en kortdurende ondersteuning op maat. Ook zijn we de verbindende schakel tussen jongeren/thuis/school/buurt en instanties. Samen voorkomen we erger. Waar nodig, begeleiden we jongeren naar specialistische hulp. En altijd bieden we perspectief. We staan naast de jongeren.

Wil je weten op welke scholen we actief zijn?

Kijk op: www.farent.nl/opvoeden-en-opgroeien/schoolmaatschappelijk-werk-voortgezet-onderwijs-mbo/

Farent

Het schoolmaatschappelijk werk is een dienst van Farent. Wij zijn sterk in sociaal werk en bieden ondersteuning bij belangrijke thema's van het dagelijks leven: opvoeden en opgroeien, relaties en scheiding, armoede en schulden, ondersteuning in de buurt, meedoen, gezond oud worden.

Samen met bewoners bouwen we aan zelfredzaamheid en stevige sociale netwerken in leefbare buurten. Dit doen we in de regio 's-Hertogenbosch, De Meierij en Midden-Brabant.



www.Farent.nl

Dit is een uitgave van Farent Sociaal werk, 2021.

