

# Trauma- en cultuursensitief werken op school

Liesbet Willems en Ilse Bogaert

**Studiedag kansrijk onderwijs**

21 mei 2019



---

---

---

---

---

---

---

---

## Project Trauma (feb 2017-jan 2020)

### Liesbet Willems

Beschikbaar op di, do en vrij VM

[liesbet.willems@vclblimburg.be](mailto:liesbet.willems@vclblimburg.be)

089/51 98 60

### Ilse Bogaert

Beschikbaar op di, woe VM & do

[ilse.bogaert@vclblimburg.be](mailto:ilse.bogaert@vclblimburg.be)

089/51 98 67

VCLB Limburg - Emiel Vandorenlaan 147, 3600 Genk



---

---

---

---

---

---

---

---

Wij ZijN Mensen

---

---

---

---

---

---

---

---

## Programma

1. Belang van de school
2. Trauma & het raampje
3. Symptomen
4. Zorg op school & in de klas

---

---

---

---

---

---

---

---

## 1. Belang van de school

---

---

---

---

---

---

---

---

## Belang van de school

- School is de eerste stap op weg naar een normaal leven
- School is een plaats waar vluchtelingenkinderen tot rust kunnen komen (vaak ook thuis/ in opvangcentrum niet)
- Structuur en continuïteit zorgt voor veiligheid en stabiliteit
- Lagere kans op PTSS, depressie en angsten
- De leerkracht is een essentiële figuur voor de ontwikkeling van deze leerlingen
- Laag stressniveau is een voorwaarde om goed te kunnen leren en zich te kunnen richten op schoolse taken

---

---

---

---

---

---

---

---

## 2. Trauma & het raampje

---

---

---

---

---

---

---

---

### Traumatische gebeurtenis?

- Confrontatie met levensbedreigende omstandigheden (ongeval...) → gevaar voor leven en psychische integriteit
- Plots en overweldigend
- Ernst van de gebeurtenis: perceptie
- Heel grote angst (doodsangst), **MACHTELOOSHEID EN CONTROLEVERLIES**
- Automatische piloot: overleven
- Reactie van omgeving

---

---

---

---

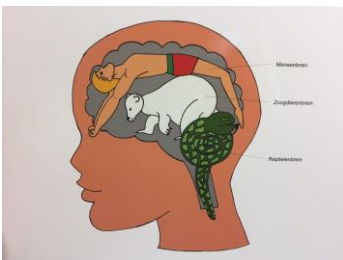
---

---

---

---

### Hersenen



Bron: W. Brands-Zandvliet

---

---

---

---

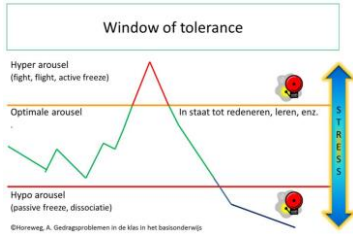
---

---

---

---

## Window of tolerance / 'Raampje'




---

---

---

---

---

---

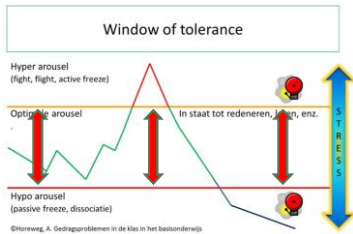
---

---

---

---

## Window of tolerance / 'Raampje'




---

---

---

---

---

---

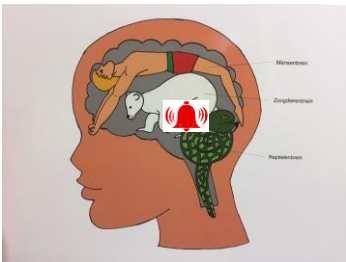
---

---

---

---

## Bij dreiging en stress: stressmechanisme geactiveerd



Bron: W. Brands-Zandvliet

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## Hypoarousal

- Passief bevroren
- Submissie
- Dissociatie




---

---

---

---

---

---

---

---

## Dissociatie



- Stress: te lang, te overweldigend OF niemand helpt kind te reguleren → dissociatie
- Gevoelens en lichamelijke sensaties losgekoppeld en buiten actieve bewustzijn opgeslagen
- Kind kan zich de nare gevoelens niet bewust herinneren of heeft het gevoel dat niet echt gebeurt
- Vooral wanneer ouders zelf een bron van angst en stress zijn
- Meer dissociatie → meer moeilijkheden om ervaringen als geheel te integreren en op te slaan → gefragmenteerde ervaring → dissociatieve stoornis

---

---

---

---

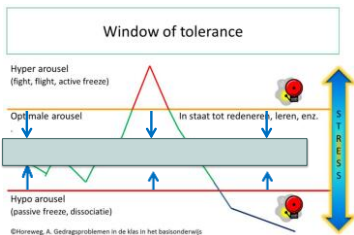
---

---

---

---

## Window of tolerance / 'Raampje'




---

---

---

---

---

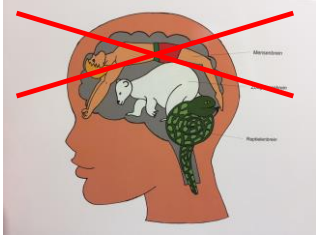
---

---

---

**Alarm** 

Stressreactie = overleven → mensenbrein uitgeschakeld!!




---

---

---

---

---

---

---

---

**Alarm** 

Dit wil zeggen:

- executieve functies uitgeschakeld!
- moeilijk onthouden en informatie ophalen/reproduceren
- vertraagde taalontwikkeling
- reflectief vermogen uitgeschakeld!

---

---

---

---

---

---

---

---

**Wanneer alarm?** 

- Bij dreiging: stressmechanisme geactiveerd = overlevingsmechanisme (= gezond!)
- Wanneer verschillende schokkende gebeurtenissen met onvoorspelbaar patroon & geen regulerende volwassene: stressmechanisme overactief → toxische stress
- Triggers
- Vluchtelingen: door onzekerheid omtrent procedure, omstandigheden in opvangcentrum etc: stressmechanisme blijft actief

---

---

---

---

---

---

---

---

## 4. Symptomen

---

---

---

---

---

---

---

---

### Symptomen

Ieder kind/jongere reageert anders op stressvolle situaties!

Er zijn verschillende stressreacties mogelijk, maar dit wil niet zeggen dat er per se therapie nodig is: normale reactie op abnormale gebeurtenis

---

---

---

---

---

---

---

---

### Symptomen




---

---

---

---

---

---

---

---



## 3. Zorg op school en in de klas

---

---

---

---

---

---

---

---

### Behandeling van trauma

- Spontaan herstel (80%)
- Trauma (20%) → behandeling in 3 fasen:
  1. Stabilisatiefase : rol school en CLB
  2. Confrontatiefase ]
  3. Integratiefase ] → Therapie
- Tweesporenbeleid!

---

---

---

---

---

---

---

---

### FASE 0: basiszorg

- 1) Scheppen van een veilig schoolklimaat
- 2) Ondersteuning bij het leren
- 3) Relaties stimuleren
- 4) Inzetten op ouderbetrokkenheid
- 5) Omgaan met gevoelens
- 6) Sociale vaardigheden

---

---

---

---

---

---

---

---

## FASE 1: verhoogde zorg

1. Wat als je signalen van trauma opvangt?
2. Wat als een leerling spontaan zijn traumaverhaal bij jou brengt?
3. Triggers in kaart brengen
4. Wat als een leerling uit zijn raampje gaat – omgaan met gedrag

---

---

---

---

---

---

---

---

### 1. Wat als je signalen van trauma opvangt?

- Laat de leerling voelen dat er steun is van een volwassene
- Zet in op stabilisatie door veiligheid te brengen in de klas en op school
- Je bent leerkracht en geen traumapsycholoog → Van het traumaverhaal afblijven
- WEL een steunfiguur
- Korte contactmomenten om te vragen hoe het gaat in het hier en nu
- Inzetten op sterktes en veerkracht door te vragen hoe ze zaken aanpakken




---

---

---

---

---

---

---

---

### 2. Wat als een leerling zijn traumaverhaal brengt?

- Niet makkelijk: wanneer wel en wanneer niet traumaverhaal, wanneer wel en wanneer niet op ingaan?
- Binnen zijn raampje: blijft duidelijk in contact en wordt niet overspoeld door emoties of net helemaal afgevlakt
- Niet ingaan op details, wél: herhalen (parafaseren), wat gedaan om zich staande te houden (wat deed je toen, wat hielp?)
- Koppeling met hier en nu: huidige veiligheid te benoemen

---

---

---

---

---

---

---

---



### 4. Wat als een leerling uit zijn raampje gaat?

- Uit raampje →
  - storend gedrag (vb agressie)
  - gedrag om controle te houden (vb opdracht weigeren)
  - Maar ook minder opvallend gedrag (afwezig, moeilijk concentreren, verstarren)
- Straffen, roepen, terechtwijzen... heeft op dat moment geen zin
- Pas wanneer terug in raampje (rust en connectie met hier en nu): uitleg en consequenties (vb gebeuren bespreken, schade laten herstellen...)




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### 4. Wat als een leerling uit zijn raampje gaat?

- Blijf rustig
- Behoud oogcontact – tenzij onprettig
- Spreek de leerling bij naam aan met een duidelijke stem
- Benoem wat je doet, Bv. hand op schouder leggen
- Creëer sterke sensorische stimuli bv. Leg iets koud op hun arm, produceer stille of luide geluiden (fluisteren, klappen)...
- Reoriënteer door te vragen naar concrete informatie, hun naam, de plaats en tijd. Of dit zelf benoemen. Herhalen (bv. 'naam' je bent in België, je bent op school, vandaag is het donderdag 13 december 2018, mijn naam is...)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### 4. Wat als een leerling uit zijn raampje gaat?

- Reoriënteer door fysieke activiteit in te lassen; balletje gooien, water drinken, op één been staan..
- Terug in het hier en nu → kort uitleggen wat er is gebeurd. 'Je was even ver weg, maar nu ben je terug, dat is goed.'
- Leerling helpen rustig adem te halen
- Begrip voor oorzaak van gedrag , maar ook: duidelijke grenzen en consequenties bieden bescherming en normaliseren
- Reageren op manier dat leerling zich veilig blijft voelen

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Hoe storend gedrag reguleren?

- Spanningsregulatie door:
    - verschillende soorten activiteiten en werkvormen (cognitief, speels, dynamisch, rustig...)
    - korte bewegingsoefeningen: helpen om te uiten zonder te praten en om spanning kwijt te geraken
- <https://thinkingmoves.com/>  
<http://brainbreaks.blogspot.be/>  
[www.werkvormen.info](http://www.werkvormen.info)
- Beginnende zelfregulatievaardigheden erkennen en benoemen (wegkijken, wiebelen)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Inspiratie

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Inspiratie

- ✓ [www.augeo.nl/Belgie](http://www.augeo.nl/Belgie)
- ✓ Boek: Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



