

Prima resultaten Traumasensitief onderwijs

‘Een veilige omgeving voor kinderen’

Deborah Ligtenberg voor Augeo Tijdschrift over kindermishandeling en huiselijk geweld

Getraumatiseerde kinderen worden in het onderwijs lang niet altijd herkend. Omdat hun gedrag lijkt op dat van leerlingen met ADHD, autisme of gedragsstoornissen, interpreteert de school het vaak verkeerd. De onmacht van leerkrachten én kinderen met trauma kan dankzij traumasensitief onderwijs beter worden behandeld.

‘Als je met een traumabril kijkt, zie je gedrag van kinderen opeens anders. Met het jongetje dat zich niet aan de regels hield in de klas, niet met andere kinderen kon spelen en leermoeilijkheden had, was mogelijk iets anders aan de hand dan ADHD.’

‘Zijn stress en onrust zorgden ervoor dat ik alert werd. Toen ik informeerde naar zijn thuissituatie, bleek dat zijn vader in de gevangenis zat en dat zijn moeder elk moment terug kon worden gestuurd naar haar land van herkomst.’

‘Je zit op school en je weet niet of je moeder straks nog thuis is. Moet je je voorstellen dat je leeft alsof je in een spannende film zit waarin elk moment iets verschrikkelijks kan gebeuren. Dat doet veel met een kind. Heel veel.’

Begrijpen en helpen

Aan het woord is Bart van Gent, intern begeleider en leerkracht op de Eerste Nederlandse Buitenschool in Den Haag. Op deze school voor speciaal onderwijs zitten veel kinderen met een psychiatrische stoornis als autisme of ADHD. Sommigen hebben ook traumaproblematiek.

Vijf jaar geleden maakte Bart kennis met traumasensitief onderwijs. Hierbij anticiperen leerkrachten op het gedrag van getraumatiseerde kinderen. Door ze te begrijpen en helpen, kunnen deze kinderen gewoon meedoen in de klas en tot betere leerprestaties komen.

Kinderen in vecht- en vluchtmodus

‘De kleinste dingen kunnen een getraumatiseerd kind triggeren’, legt Bart uit. ‘Dingen als geur, een bepaalde kleur auto die voorbij rijdt of het geluid van een ambulance kunnen ervoor zorgen dat het een herbeleving krijgt. Sommige kinderen raken in een vecht- en vluchtmodus, anderen keren volledig in zichzelf.’

‘In beide gevallen kun je ze niet meer bereiken. Als je op zo’n moment als leerkracht met een kind in conflict raakt, bijvoorbeeld omdat je boos wordt omdat het kind zich onaangepast gedraagt, neemt de stress alleen maar verder toe. Op die manier versterk je de traumaproblematiek verder.’

‘Toen ik dit hoorde, wist ik dat ik hier meer van wilde weten. Ik wilde het niet op mijn geweten hebben dat kinderen door mijn onkunde verder beschadigd raken. Hoe goed ik het ook bedoel.’

Training lesgeven aan getraumatiseerde kinderen

Bart van Gent deed deze wijsheid op na contact met Leony Coppens. Zij is vrij gevestigd klinisch psycholoog en verbonden aan het Top Referent Trauma Centrum van Intermetzo in Den Haag.

Leony is gespecialiseerd in de behandeling van kinderen met traumaproblematiek en een groot pleitbezorger van traumasensitief onderwijs. Hiermee wordt in onder meer Amerika en Canada al volop gewerkt.

Samen met Carina van Kregten vertaalde en bewerkte zij voor opvoeders de uit Amerika afkomstige training 'Zorgen voor getraumatiseerde kinderen' en het bijbehorende handboek. Nu werkt ze aan een versie voor leerkrachten. Het boek en de training 'Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen' komt dit najaar uit.

Traumatisering verstoort ontwikkeling

'Chronische traumatisering kan de gezonde ontwikkeling van een kind verstoren', zegt Leony. 'Het kan invloed hebben op het vermogen van een kind om zichzelf en anderen te vertrouwen, het gevoel van veiligheid aantasten en het omgaan met emoties bemoeilijken.'

'Uit onderzoek blijkt dat de hersenen van vroegkinderlijk getraumatiseerde kinderen zich anders ontwikkelen, waardoor ze anders reageren. Ze hebben vaak ook een heel laag zelfbeeld en vertonen gedrag dat dit beeld bevestigt: als je vervelend doet, is er vanzelf wel iemand die zegt dat je een rotkind bent.'

'Als deze kinderen geluk hebben, krijgen ze professionele begeleiding. Maar het gedrag van een getraumatiseerd kind verander je niet met een uurtje therapie per week. Bovendien nemen ze hun gedrag ook mee de school in.'

'De leerkracht speelt dus een belangrijke rol. Als een kind dat op jonge leeftijd getraumatiseerd is zich vervolgens thuis en op school wel weer veilig en geliefd voelt, is herstel van de aangerichte schade mogelijk.'

Verschillende strategieën

Elk getraumatiseerd kind is anders. Dat vraagt veel van een leerkracht, bevestigt Leony: 'Sommige kinderen kunnen zich niet goed concentreren, omdat ze voortdurend alert zijn of er gevaar dreigt. Voor sommigen is het een overlevingsstrategie om zich zo onopvallend mogelijk te gedragen. Of juist andersom: om een voor anderen onbegrijpelijke aanleiding kan een kind opeens agressief reageren, omdat zijn hersenen nog in de vechtstand staan die nodig is of was om in stressvolle omstandigheden te overleven.'

De aanpak die voor het ene kind heel goed werkt, kan bij de ander totaal niet aanslaan, legt Leony uit. 'Voor een leerkracht die toch al zoveel moet, is dat best veel. Toch zie ik dat leerkrachten die bij mij aankloppen voor hulp en ondersteuning niets liever willen dan een kind helpen. Het frustreert hen als ze niet tot een kind kunnen doordringen of steeds met hem in conflict zijn. Dat kost veel negatieve energie, die verdwijnt als ze weten hoe ze met een getraumatiseerd kind moeten omgaan.'

Veilige omgeving

De Eerste Nederlandse Buitenschool in Den Haag is de eerste en voor zover bekend enige school in Nederland die met traumasensitief onderwijs werkt. Hanneke Blom is er directeur. 'Het is belangrijk dat de school dit breed draagt', vindt zij.

'Of het nu om de conciërge, de administratieve kracht, de therapeuten of de leerkrachten bij ons op school gaat, we benaderen een kind met trauma allemaal op dezelfde manier: op rustige toon, met een betrokken luisterhouding. Je ziet een kind dan ontspannen en zelf meedenken. Soms komt het zelf met een oplossing, wat natuurlijk het allermooiste is.'

De schooldirecteur is erg enthousiast over deze aanpak. 'Het leidt tot minder conflicten en meer rust in onze school. En tot een veilige omgeving voor kinderen die veel te veel hebben meegemaakt. Dat is het allerbelangrijkste.'

10 tips voor traumasensitief onderwijs

1. Moeilijk kind in de klas? Ga altijd eerst met de ouders in gesprek om te checken of een kind traumatische ervaringen of te veel stress heeft ervaren. Beschuldig hen niet, maar zeg dat je je zorgen maakt en vraag of er thuis iets speelt of dat het kind een ingrijpende gebeurtenis heeft meegemaakt.
2. Ga met het kind in gesprek en zoek uit welke overtuigingen het kind heeft over zichzelf, over de wereld en over jou als leerkracht.
3. Investeer in de relatie. Bijvoorbeeld door aan het begin van de dag contact te maken. Dit kan door vragen te stellen als 'Hoe is het met je?', 'Heb je goed geslapen?' en 'Hoe ging het thuis?'. Meestal weet je dan meteen hoe de vlag erbij hangt.
4. Blijf rustig. Zeker als een kind zichzelf niet goed kan reguleren en een alarmsysteem heeft dat de hele tijd op hol slaat. Voor je het weet jaag je elkaar op.
5. Spreek met een kind af hoe het wil worden benaderd. Vindt het een schouderklopje vervelend? Steek dan een duim op of geef een knipoog om even kort contact te maken.
6. Let op talenten en stimuleer dit positief. Zeggen dat een kind prachtig kan tekenen of goed is in Engels komt beter aan dan de uitspraak 'jij bent top'. Dat wil er niet in bij een kind dat is verwaarloosd.
7. Zorg voor structuur en voorspelbaarheid. Dat geeft rust en verhoogt het gevoel van veiligheid.
8. Het geheugen van getraumatiseerde kinderen functioneert minder goed. Blijf daarom herhalen wat belangrijk is en heb geduld bij de leerprestaties.
9. Grenzen aangeven is heel belangrijk, maar geef een getraumatiseerd kind nooit een timeout door hem op de gang te zetten. Hierdoor voelt hij zich afgewezen. Je reactie moet er altijd op gericht zijn om het stressniveau te verlagen (dan kan het kind weer nadenken en horen wat je zegt) en op herstel van de relatie. Dat kan heel goed samen gaan met het stellen van grenzen consequenties verbinden aan gedrag
10. Zorg goed voor jezelf. Regel ondersteuning door een professional die de thuissituatie van het kind kent en je kan adviseren en ondersteunen. En deel je zorg met collega's. Het helpt je om een kalm brein te houden. Daar is zowel het kind als jijzelf bij gebaat.

Meer informatie: www.augeo.nl/po en www.augeo.nl/vo.

Dit artikel is verschenen in Augeo Tijdschrift over kindermishandeling en huiselijk geweld: www.augeomagazine.nl
Artikelen mogen worden overgenomen met toestemming van de redactie.