

TRAUMASENSITIEF ONDERWIJS **IN** **DE PRAKTIJK**

Vijf jaar geleden werd het schoolteam van een sbo-school in Amsterdam-Zuidoost getraind in traumasensitief onderwijs (TSO). Directeur Desiree Middelkoop: 'Ik kan nu echt zeggen dat TSO voor iedereen in de school rust brengt. Soms loopt de stress op, maar het is ook net zo snel weer rustig.' *Leony Coppens* en *Marthe Schneijderberg* bespreken hier het belang van traumasensitief onderwijs, de opbrengsten van de daarvoor ontwikkelde training, plus het belang van meerjarige schoolbrede inzet op TSO.



et is volop in het nieuws: steeds meer gezinnen leven in stress door toenemende armoede. Scholen moesten alles uit de kast halen om de groeiende groep gevluchte Oekraïense kinderen van onderwijs te voorzien. Kinderen en jongeren ondervinden negatieve gevolgen van de coronapandemie.

Scholen zijn zich er steeds meer van bewust dat veel leerlingen opgroeien met chronische stress en ingrijpende gebeurtenissen. Dat leidt ertoe dat steeds meer scholen zich verdiepen in trauma en chronische stress en de effecten ervan op kinderen, zodat leerkrachten het gedrag van getraumatiseerde kinderen beter herkennen en er beter mee kunnen omgaan.

Vanaf 2016 zijn door heel Nederland zo'n 950 professionals getraind om de training *Traumasensitief onderwijs* (Coppens, herziene versie, 2022) aan schoolteams te geven. Deze training hoort bij het boek *Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen* (Coppens, Schneijderberg & Van Kregten, 2021).

OVER DE AUTEURS

Leony Coppens is vrijgevestigd klinisch psycholoog.

Marthe Schneijderberg werkt als GZ-psycholoog bij het Kinder- & Jeugdtraumacentrum van Kenter Jeugdhulp. Met dank aan Michiel Asselman en Evelyne Offerman van Stichting Orion.



➔ Negatieve jeugdervaringen in het regulier en speciaal onderwijs

Leerkrachten hebben vaak beperkt zicht op de omstandigheden waaronder kinderen opgroeien en de gebeurtenissen die ze hebben meegemaakt (Vink et al., 2016). De cijfers liegen er echter niet om en de gevolgen kunnen groot zijn. Recent Nederlands onderzoek toont aan dat drie op de tien kinderen in het regulier onderwijs drie of meer verschillende soorten ingrijpende jeugdervaringen hebben meegemaakt (De Berk et al., 2021). Het gaat dan om ervaringen zoals emotionele of fysieke mishandeling of verwaarlozing, seksueel misbruik of verlies van een ouder. Hoe meer soorten gebeurtenissen een kind meemaakt, des te groter het negatieve effect op de kwaliteit van leven. Binnen het speciaal (voortgezet) onderwijs (cluster 4) is de prevalentie van ingrijpende gebeurtenissen bij leerlingen nog veel hoger: ruim 70% van de kinderen heeft vier of meer verschillende soorten ingrijpende jeugdervaringen meegemaakt. In deze klassen zitten bijna geen kinderen zonder negatieve jeugdervaringen (Offerman, Asselman & Hoedemaker, 2023).

Impact op school

Opgroeien met chronische stress beïnvloedt de hersenontwikkeling negatief. Het brein van getraumatiseerde kinderen raakt gericht op overleven in onveilige omstandigheden. Kinderen reageren al snel met een stressreactie. Daarnaast hebben ze door hun negatieve ervaringen vaak moeite met zelfvertrouwen en vertrouwen in de ander. En dat merk je in de klas: leerlingen kunnen onrustig zijn, geven snel op, houden hun aandacht er niet bij. En als je ze aanspreekt, lijken ze onverschillig of ze reageren brutaal en hebben vaak ruzie. Andere leerlingen passen zich juist heel erg aan en vallen niet op, terwijl ze juist extra

aandacht nodig hebben. Kortom, deze leerlingen doen een groot appel op de leerkracht. Kennis over de effecten van trauma kan negatieve interactiepatronen in de klas voorkomen. In een school met een traumasensitief onderwijsklimaat kunnen deze kinderen hun gevoel van veiligheid en veerkracht vergroten en beter tot leren komen.

Leerkracht als steunfiguur

Hoe meer je als onderwijsprofessional weet over de effecten van trauma, hoe meer je ze herkent bij leerlingen en hoe groter ook de kans dat je geconfronteerd wordt met de verhalen van leerlingen over wat ze hebben meegemaakt of meemaken. Een leerkracht is geen therapeut en hoeft dat ook zeker niet te worden. Een leerkracht heeft wel veel contact met een kind en kan een belangrijke steunfiguur zijn en ook vaak meer betekenen dan een therapeut (Coppens, 2024). Zoals Dina (ervaringsdeskundige) vertelt: *‘Een kind moet gezien worden en zich ook gezien voelen. Leerkrachten denken vaak dat ze alle problemen van een kind moeten oplossen [...] maar dat lukt ze toch nooit. Wat ze wel altijd kunnen doen, is zorgen dat het kind zich gezien voelt. En dat kan al door heel kleine dingen als een praatje maken als je het kind op de gang ziet.’*

Ook kan school signaleren wanneer verdere hulp nodig is. Samenwerking met partners uit de jeugdhulp of -ggz maakt doorverwijzen laagdrempeliger, maakt het haalbaarder om de rol die je als school hebt te bewaken en draagt bij aan het traumasensitieve onderwijsklimaat. Een betrokkene op een vso-school meldde: *‘Het werkt erg goed dat er hulpverleners in de school werken waardoor er al direct een goede band is met de leerling, ouders en school, waarbij iedereen één taal spreekt.’*

Effecten van de training

Scholen die getraind zijn in traumasensitief onderwijs melden al direct positieve effecten op het welzijn en functioneren van kinderen én leerkrachten. Dit zien we ook terug in de eerste effectstudie, uitgevoerd door een consortium van leerkrachten en academici. Leerkrachten ervaren een betere sfeer in de klas en een betere interactie met de leerlingen. Na de training kunnen ze instructies beter aanpassen aan de individuele behoeften van leerlingen en is er meer rust en orde in de klas (Nelen et al., 2022, Kooijmans et al., 2023). Leerlingen vertellen: *‘De meester had meer oog voor de leerlingen’,* en: *‘Ik voel me begrepen en gezien*

Luisteren en begripvol reageren zorgen ook hier er meestal voor dat de “boosheid” snel verdwijnt en er wederzijds begrip komt.

door de meester (Nelen et al., 2022). ‘Ook ervaren leerkrachten en leerlingen een positievere leerkracht-leerlingrelatie (Kooijmans et al., 2023).

Door de gemeenschappelijke taal wordt er anders over (gedrag van) kinderen gesproken en voelen leerkrachten zich beter toegerust om achter het gedrag te kijken. Claire Schilten, intern begeleider op een basisschool: *‘Leerkrachten praten meer met elkaar over waar het gedrag vandaan zou kunnen komen. Wat maakt dat een leerling zich zo gedraagt? Ze proberen zicht te krijgen op de onzichtbare koffer.’* Termen als ‘lastig gedrag’ of ‘een moeilijke leerling’ maken plaats voor ‘een leerling die hulp nodig heeft om zichzelf te reguleren of een leerling met veel negatieve overtuigingen in zijn onzichtbare koffer’. Dorien Verdonk, directeur van een vso-school: *‘Iedereen begrijpt het als je het hebt over “uit zijn raampje” of “traumabril opzetten” of “veerkracht vergroten”. Daardoor wordt er ook anders gereageerd op het gedrag van een kind, waardoor de rust op school toeneemt.’* Bij ongewenst gedrag komt de focus te liggen op het verlagen van het stressniveau. Op die manier wordt het gevoel van veiligheid vergroot en het gedrag tegelijkertijd begrensd. De consequenties die volgen, zijn gericht op herstel van de relatie met de leerling of tussen leerlingen. Claire Schilten merkt dat leerkrachten beter weten wat ze moeten doen als een leerling ontregelt: *‘Ze begrijpen dat de prioriteit ligt bij een leerling weer in zijn raampje krijgen.’*

Desirée Middelkoop is directeur op een sbo-school waar ze ervoor kiezen om nog actiever te werken aan stressregulatievaardigheden bij leerlingen: *‘Leerkrachten leren kinderen om hun stress zelf te verminderen. We faciliteren dat bijvoorbeeld door hangstoelen verspreid door de school. Dit heeft enorm geholpen.’*

Middelkoop trekt de lijn van het verminderen van de stress ook door naar de omgang met ouders: *‘Veel ouders hebben zelf veel negatieve levenservaringen en net als hun kinderen nemen ze die mee de school in. Luisteren en begripvol reageren zorgen ook hier er meestal voor dat de “boosheid” snel verdwijnt en er wederzijds begrip komt. Ouders voelen zich veel meer gehoord waardoor je beter kunt samenwerken.’*

Het consortium concludeert in het eindrapport dat binnenkort verschijnt, dat scholen de toegenomen aandacht voor zelfzorg – een essentieel onderdeel van TSO – als positief ervaren. Loes van Amelsvoort, coach TSO op een vso-school, merkt dat teamleden na de training vaker met een expliciete ondersteuningsvraag bij haar komen: *‘Ze zijn zich er bewuster*

van dat je als leerkracht je eigen instrument bent en dat reflectie en zelfzorg essentieel zijn.’

Meer dan een teamtraining

Hoe zorg je ervoor dat het enthousiasme na de teamtraining handen en voeten krijgt en hoe stimuleer je de ontwikkeling van een schoolbreed traumasensitief onderwijsklimaat? Succesvolle implementatie van TSO binnen een school is een meerjarentraject. Dorien Verdonk: *‘Het is een doorgaand proces. Door te observeren en te reflecteren leren wij als team veel van de leerlingen over onszelf en ons onderwijs. Onze leerlingen krijgen meer tools in handen om hun veerkracht te vergroten, zichzelf te begrijpen en zich veiliger te voelen. We zijn op weg en hebben elkaar nodig om te groeien!’* Het consortium heeft ook hiernaar onderzoek gedaan (Nelen et al., 2022) en concludeert: *‘De implementatie van TSO vraagt om een schoolbrede en fasegewijze ontwikkeling, die meerdere jaren duurt en waarin professionele ontwikkeling, implementatieplanning, leiderschapssteun, betrekken van stakeholders en het creëren van draagvlak van essentieel belang zijn.’* Het gaat om veel meer dan alleen kennisoverdracht. Aan de basis ligt het kunnen kijken door een traumabril, maar een duurzaam traumasensitief onderwijsklimaat is vooral iets wat leerlingen, ouders en onderwijspersoneel door heel de school voelen en samendoen. Een concrete vertaling van deze elementen naar de praktijk van de school biedt houvast. Het gratis te downloaden, in 2024 volledig herziene *Handboek bij de implementatie* ondersteunt daarbij (www.traumasensitiefonderwijs.com).

EEN GEMEENSCHAPPELIJKE TAAL

Scholen die getraind zijn in TSO noemen de gemeenschappelijke taal die ze aangereikt krijgen een eerste positief effect. Onderdeel van deze taal zijn verschillende concepten en metaforen.

De traumabril: kun je het gedrag van een kind begrijpen in de context van wat hij heeft meegemaakt?

De onzichtbare koffer: wat is een kind op basis van wat hij heeft meegemaakt over zichzelf en anderen gaan geloven en hoe zijn deze overtuigingen en verwachtingen van invloed op wat een kind denkt, voelt en doet in een bepaalde situatie?

De window of tolerance of ‘het raampje’: stressreacties zorgen ervoor dat een kind uit zijn raampje gaat; het kind heeft dan geen controle over zijn gedrag. Pas wanneer de stress (met hulp van de leerkracht) zakt en het kind weer in zijn raampje komt, krijgt het kind weer grip op zijn gedrag.

- Een van de aanbevelingen van het consortium voor een geslaagde implementatie is het instellen van een werkgroep TSO. De leden van de werkgroep worden ondersteund en werken samen met de schoolleiding. Ze zorgen ervoor dat TSO ingebed raakt in de schoolcultuur. Ze bereiden het schoolteam voor op de training en gaan na afloop direct aan de slag met de inbreng van alle deelnemers tijdens de modules. Ze zorgen dat TSO op de agenda blijft, initiëren aanpassingen in het schoolbeleid en helpen het team te reflecteren op al gemaakte stappen en de positieve gevolgen daarvan.

Een steunende, faciliterende en actieve rol van de directie is voorwaarde om dit alles neer te kunnen zetten. Schoolleider Desiree Middelkoop: *'Ik geloof hierin en draag het elke seconde van de dag uit.'*

VOORBEELDEN VAN AANPASSINGEN IN HET SCHOOLBELEID:

- Het intakegesprek: er wordt met ouders gesproken over wat hun kind heeft meegemaakt en hoe het de school helpt om hier meer over te weten.
- Er is veel aandacht voor de samenwerking met ouders.
- Leerlingbesprekingen: 'de onzichtbare koffer' wordt een vast onderdeel van de leerlingbespreking.
- De schoolinrichting: in en buiten de klas worden plekken ingericht waar leerlingen tot rust kunnen komen.
- Bij de procedures voor werving en selectie en in functioneringsgesprekken: er wordt expliciet aandacht besteed aan het belang van TSO en wat dat betekent voor het profiel en de ondersteuningsbehoeften van de leerkrachten.
- Bij- en nascholing: om de betrokkenheid en deskundigheid van alle medewerkers hoog te houden heeft het hele team herhaling en verdieping van kennis en vaardigheden nodig. Dit kan bijvoorbeeld op studiedagen en door intervisie of coaching. Ook nieuwe medewerkers moeten geschoold worden.
- Aanpassing curriculum: invoegen van lessen over stress, veerkracht en zelfregulatie.

Waardering en perspectief

Ook de onderwijsinspectie onderkent de meerwaarde van TSO, bijvoorbeeld als belangrijk aspect bij drie scholen van Stichting Orion die het predicaat 'Excellente School' ontvingen: *'Een mooi resultaat van de traumasensitieve werkwijze van de school en het time-in-time-out-systeem is dat de school met een data-analyse inzicht heeft gekregen in de afname van situaties waar leerlingen in het "rood" of "paars" kwamen. In de praktijk ziet het team dat de leerlingen steeds beter in staat zijn tot emotieregulatie en het maken van goede keuzes. Leerlingen ervaren dit zelf ook.'* Op basis van hun gesprekken met ouders concludeert de inspectie tevens dat ouders zien dat hun kinderen thuis vaardigheden toevoegen die ze op school hebben geleerd. Het misverstand bestaat dat leerlingen door TSO minder aan leren toekomen, de inspectie concludeert het tegenovergestelde: *'In de beschrijving van het excellentieprofiel leest men een duidelijke opbouw die begint met het ontwikkelen van een veilig en positief schoolklimaat (mede door inzet van TSO en PBS (Positive Behavior Support: <https://wij-leren.nl/positive-behavior-support.php>), om zo te kunnen voldoen aan de voorwaarden om tot leren en ontwikkeling te komen.'*

Vanuit een groepje enthousiaste beginnelingen dat TSO op de kaart wilde zetten is er een beloftevolle beweging op gang gekomen. We hopen dat deze beweging voor een omslag in het Nederlandse onderwijs gaat zorgen, waarin ook kwetsbare leerlingen optimaal tot ontwikkeling kunnen komen. ❀

Reageren op dit artikel?

Mail naar info@leonycoppens.nl[/noot]

*Dit artikel is een bewerking van het artikel *Traumasensitief onderwijs is de praktijk in Pedagogiek in Praktijk*, maart 2023 (SWP).*



Literatuurlijst