




Traumasensitief onderwijs

Vergroten van veerkracht

Marthe Schneijderberg
GZ-psycholoog
Kinder- & Jeugdtraumacentrum, Kenter Jeugdhulp

Landelijke IB-dag
14 maart 2023

Essentiële elementen



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneijderberg, Landelijke IB-dag, 14 maart 2023

Veerkracht



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

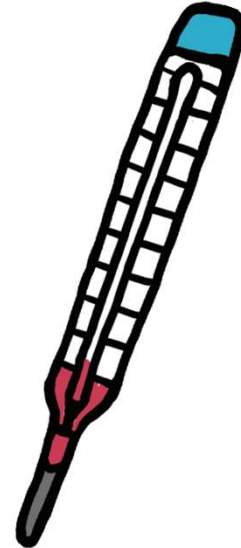
Veerkracht vergroten



- Ondersteunende relaties met betrouwbare volwassenen
- Gevoel van veiligheid (controle), zelfvertrouwen en zelfeffectiviteit
- Zelfregulatievaardigheden en aanpassingsvaardigheden
- Het gevoel ergens bij te horen
- Bronnen van geloof, hoop, toekomstperspectief en culturele tradities

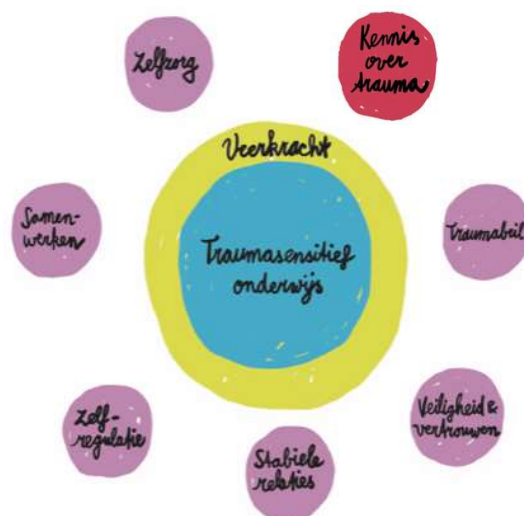
Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Praten over trauma en stress kan spanning en emoties oproepen



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke IB-dag, 14 maart 2023

Essentiële elementen



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke IB-dag, 14 maart 2023

Trauma

Sterk gevoel van
onveiligheid/dreiging

Overweldigende emoties

Fysieke effecten

Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Soorten trauma

Enkelvoudig trauma: eenmalige gebeurtenis die korte tijd duurt.

Chronisch trauma: ervaring van meerdere traumatische gebeurtenissen.



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Soorten trauma: complex trauma

- **Complex trauma** is een speciale vorm van chronisch trauma: *vroegkinderlijke chronische traumatisering*
- Meerdere traumatische gebeurtenissen beginnend op zeer jonge leeftijd.
- De volwassenen die voor het kind zouden moeten zorgen en het zouden moeten beschermen veroorzaken de stress en/of zijn niet in staat hun kind te helpen bij het reguleren van de stress.



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Niet elke schokkende gebeurtenis leidt tot trauma

Bepaalde factoren vergroten het risico:

- jonge (ontwikkelings-)leeftijd;
- meemaken van interpersoonlijk geweld;
- (dreigend) verlies van of verraad door een gehechtheidspersoon;
- gebrek aan sociale steun.



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Trauma is vaak
het gevolg van
een optelsom
van stressoren



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Genen vormen de basis,
ervaringen zijn de vormgevers van onze hersenen.



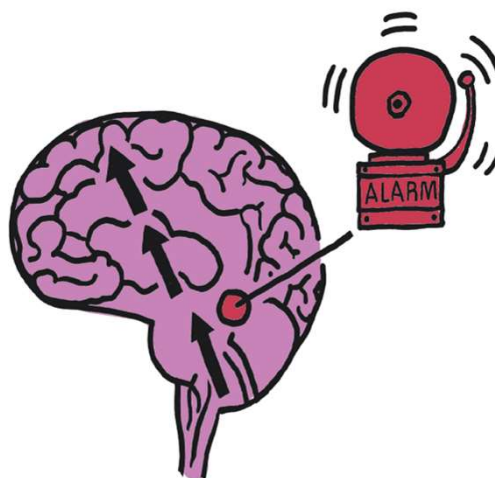
Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Ervaringen in de ouder-kind interactie zijn het meest belangrijk



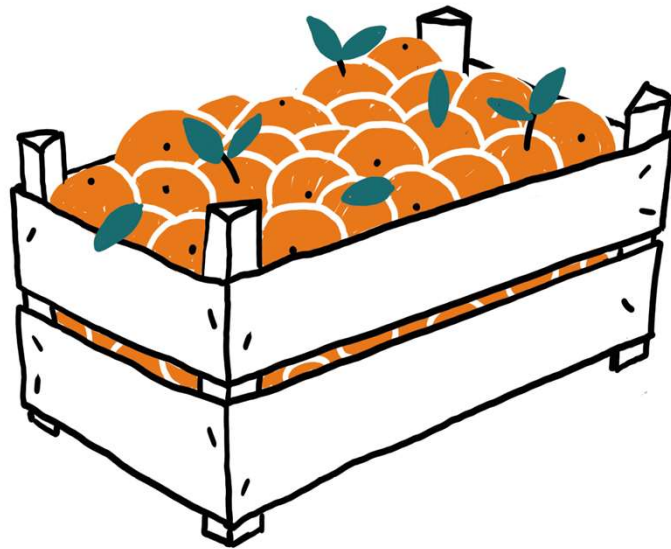
Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Intern alarmsysteem

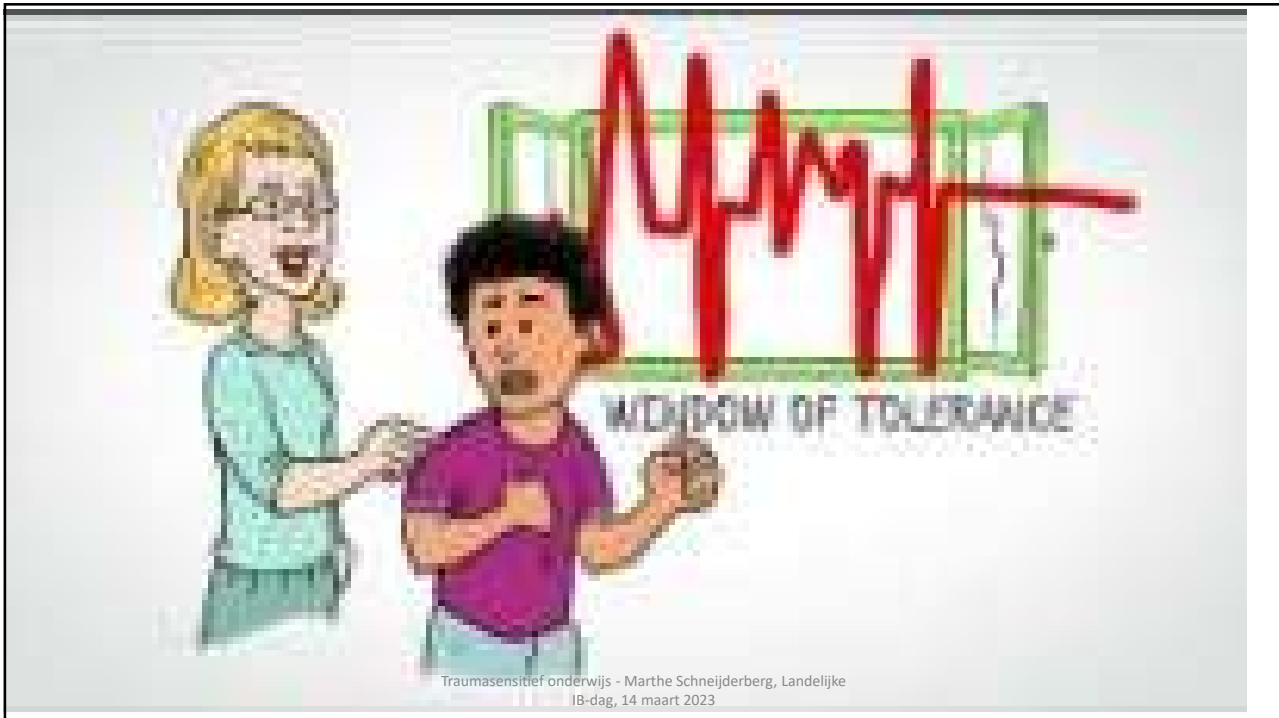


Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Neutrale
prikkel
worden
triggers

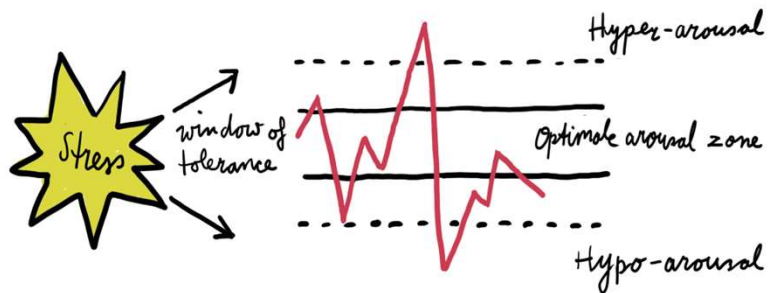


Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke IB-dag, 14 maart 2023



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke IB-dag, 14 maart 2023

Stressreactie



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke IB-dag, 14 maart 2023

De ontwikkeling van hersenen in onveilige omstandigheden

- De hersenen ontwikkelen zich om te overleven in onveilige omstandigheden:
 - een kind is constant alert op gevaar;
 - een kind ervaart steeds meer neutrale prikkels als bedreigend waardoor het vaak reageert met stressreacties;
 - het interne alarmsysteem wordt overactief.



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke IB-dag, 14 maart 2023

Onzichtbare koffer

Trauma vormt de overtuigingen en verwachtingen van kinderen:

- over zichzelf;
- over de anderen;
- over de wereld in het algemeen

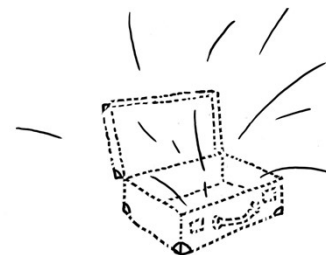


Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Stabiele relaties en veiligheid

Kim (ervaringsdeskunige):

“Toch zijn er verschillende leerkrachten geweest die mij de kans gaven om te laten zien wat ik wel kon. Zij gaven mij juist complimentjes voor mijn betrokkenheid en mijn analytische vermogen en het zorgen voor de ander. Het was voor mij heel steunend dat ik gezien werd in wat ik goed kon. Zo leerde ik dat er wel mensen zijn die echt willen kijken en ging ik geloven dat ik helemaal niet zo dom was.”



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023



Traumabril

Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Traumabril



Evelien Stadler, IB-er Het Mozaïek, openbare basisschool met neveninstroomgroepen en een klas verbonden aan het COA, Arnhem in Arnhem

We zijn als school denk ik het meest blij met de kennis die we hebben opgedaan over trauma en de gevolgen ervan. Dat heeft er direct toe geleid dat we veel meer begrip hebben voor het gedrag van de kinderen. We kunnen nu ook vaker bepaalde zaken vóór zijn. We observeren het gedrag van de kinderen meer en weten dan ook in sommige situaties beter hoe we ermee om moeten gaan. We beseffen nu meer dat we als leerkrachten een verschil kunnen maken.



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Stabiele relaties en veiligheid

Hoe zorg je ervoor dat een kind zich gesteund voelt?

- a. Alles proberen op te lossen
- b. Dat zit in kleine dingen waarmee je laat merken dat je ze ziet
- c. Buiten schooltijd regelmatig afspreken
- d. Een kind veel privileges geven en niet teveel verwachten wat leren betreft

Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Stabiele relaties en veiligheid

- Relaties opbouwen

Dina (ervaringsdeskundige):

“Een kind moet gezien worden en zich ook gezien voelen. Leerkrachten denken vaak dat ze alle problemen van een kind op moeten lossen of dat ze een kind uit een onveilige thuissituatie weg moeten halen 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 hele kleine dingen als een praatje maken als je het kind op de gang ziet. Even vragen ‘hoe is het met je?’ of ‘heb je een goede dag?’”

Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Stabiele relaties en veiligheid

- Relaties opbouwen

Floortje Looijen, leerkracht Van Detschool, cluster-4, Amsterdam:
"Als er een nieuw kind in de klas komt dan besef ik steeds weer: ik moet investeren in de relatie met dit kind, want dan volgt de rest vanzelf."



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
 IB-dag, 14 maart 2023

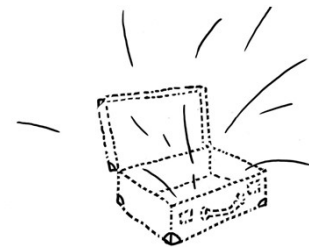
Stabiele relaties en veiligheid

- Steun en veiligheid bieden:

Verminderen van stress ipv verminderen van probleemgedrag

Sarah, ervaringsdeskundige:

"Ik kreeg veel bijles omdat ik niet goed meekwam op school. Ik ging daardoor denken dat ik een probleemkind was. Dat heeft mijn zelfbeeld echt onderuit gehaald. Ik voelde me dom en vernederd. Nu weet ik dat het leren toen niet goed ging omdat ik teveel stress had. De extra aandacht had beter gericht kunnen zijn op het vergroten van een gevoel van rust en veiligheid in plaats van op extra leren. Dat lukte me toen toch niet."



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
 IB-dag, 14 maart 2023

Co-regulator



Desiree Middelkoop, directeur Prof. Dr. I.C. Van Houteschool, SBO

“Wat ons erg heeft geholpen, is om te snappen dat als de stress bij kinderen oploopt ze geen controle meer hebben over hun gedrag. Het beseft dat ze niet bewust kiezen voor dat gedrag maar ze even niet anders kunnen, heeft heel veel rust gegeven en voor een grote verandering gezorgd. De leerkrachten staan veel minder vaak met hun handen in het haar. Ze gaan veel vaker met een kind in gesprek: ‘Het lukt jou nu even niet. Wat kan je helpen om weer rustig te worden? Wat spreken we daar over af?’ En er wordt dan ook met de andere collega’s besproken dat dit met het kind is afgesproken als het niet goed gaat in de klas.

Je ziet dat er nu meer rust is bij de kinderen en bij de leerkrachten. En als het nog wel eens mis gaat met een kind loopt het niet meer zo uit de hand. Het helpt de leerkrachten ook om genoeg energie te houden.”



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneijderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Co-regulator en aansluiten bij zelfregulatievaardigheden

Isahaia, oudleerling, SBO:

“Als ik iets had gedaan ging de juf daarna ook altijd met me praten. Ze was dan heel rustig en dan vroeg ze wat er mis was gegaan en wat ik volgende keer anders zou kunnen doen om het beter te laten gaan. Dat hielp ook omdat je dan wel gaat nadenken over hoe ik het beter anders kan doen. Ik werd dan de klas uitgestuurd en moest naar de achterwacht om een briefje te halen. Dat briefje moest ik dan samen met de achterwacht invullen en mee terug nemen naar de juf. Ik moest dan ook op het briefje schrijven hoe de juf en ik er voor konden zorgen dat het niet nog een keer gebeurde. Ik schreef dan bijvoorbeeld op dat ik iets stom vond dat de juf had gezegd en gaf dan de tip dat ze dat beter niet meer kon zeggen. Ik merkte dat de juf dat serieus nam, dat was fijn.”



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneijderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Samenwerken

Effectief samenwerken helpt om:

- Gevoel van veiligheid bij een kind te vergroten
- Herstellende ervaringen voor het kind thuis en op school te kunnen afstemmen
- Elkaar te kunnen steunen



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Zelfzorg

- Ken en respecteer je eigen grenzen
- Wees je bewust van je eigen gevoelens, gedachten en gedrag
- Inzicht in wat voor jou goede zelfzorg is



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Veerkracht van leerkrachten

"We beseffen nu meer dat we als leerkrachten een verschil kunnen maken."

"We zien dat de kinderen veel rustiger zijn en de leerkrachten ook."

"Nu ik er meer van begrijp en situaties anders aanpak, zie ik de kinderen echt opbloeien."

"Het helpt de leerkrachten ook om genoeg energie te houden."

"We herinneren elkaar eraan dat het belangrijk is voor jezelf te zorgen."



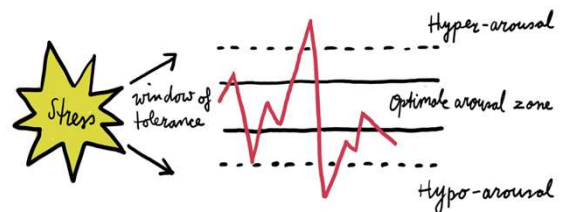
Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Take home message

- School (jij!) kan het verschil maken
- Focus op het beheersen van stress in plaats van op het beheersen/veranderen van gedrag
- Zorg voor jezelf



Traumabril



Traumasensitief onderwijs - Marthe Schneiderberg, Landelijke
IB-dag, 14 maart 2023

Dank jullie wel



Vragen/reacties:
Martheschneiderberg@kenterjeugdhulp.nl

Meer informatie over trainingsaanbod:
Leonycoppens.nl

 LinkedIn groep Traumasensitief onderwijs

