

Webinar traumasensitief onderwijs



Bertine de Vroedt, docent Fontys-OSO

Inhoud

- Wat verstaan we onder traumasensitief onderwijs
- Wat is een trauma
- Hoe kunnen we handelen?

Check-in: hoe zit je erbij?



WOOL FOR EVERY DAY #IWOOLWOOLYOU

Noteer nummer in chat

Waar denk jij aan bij traumasensitief onderwijs?

Go to

www.menti.com

Enter the code

6103 0074 .



Or use QR code

Julie reacts!

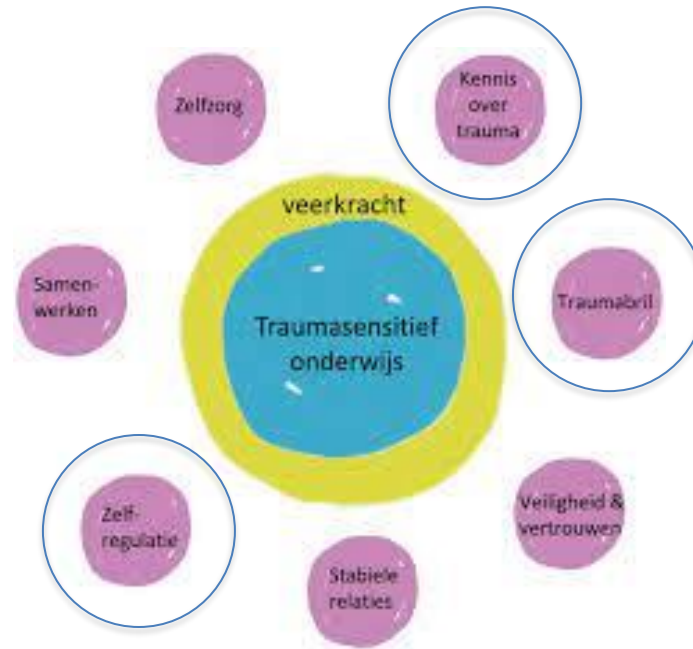
waar denk je aan bij traumasensitief werken?

65 responses



- *“Traumasensitief onderwijs is gericht op het vergroten van de veerkracht van alle kinderen. Het helpt alle kinderen om beter om te gaan met stress, waardoor ze beter toekomen aan schoolse taken.” (Coppens e.a. 2021).*

De zeven essentiële kenmerken van traumasensitief onderwijs (Coppens, Schneijderberg en Kregten, 2021)



Kennis over trauma

Wat zijn ACE's?

Twee derde van de van de leerlingen heeft in hun jeugd minstens één ingrijpende gebeurtenis ('adversive childhood experiences') meegemaakt



Roxita van Eijnden ©



Ingrijpende gebeurtenissen en trauma

- Niet alle ingrijpende gebeurtenissen leiden tot een trauma! Dit hangt van meerdere factoren af:
 - veerkracht van de leerling
 - sociale steun uit omgeving
 - leeftijd (hoe jonger, hoe meer risico)
 - eerdere stressvolle of traumatische ervaringen
 - type gebeurtenis (met name interpersoonlijke gewelddadige gebeurtenissen meer risico)

Verschillende vormen

- ‘enkelvoudig trauma’: een eenmalige gebeurtenis, bijvoorbeeld een heftig ongeluk
- ‘meervoudig’ of ‘chronisch’ trauma’: meerdere traumatische ervaringen achter elkaar (denk aan huiselijk geweld, kindermishandeling, vluchten)

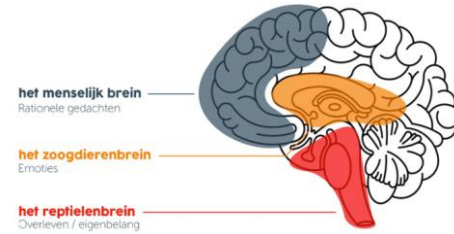
Speciale vorm: vroegkinderlijke chronische
traumatisering

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 stress en/of zijn niet in staat hun kind te helpen bij het reguleren van emoties

Link met hechtingsproblematiek!

Trauma en hersenontwikkeling

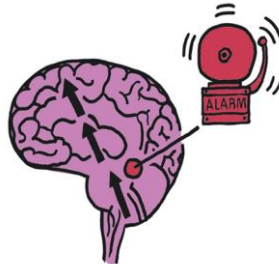


- Hersenen ontwikkelen zich van onderen naar boven
 - Van primitief (overleven)
 - Naar meer complex (controlesysteem)
- Hoe vaker een ervaring wordt herhaald, des te sterker zijn de verbindingen
- De verbindingen vormen netwerken. Deze netwerken vormen de bedrading van onze hersenen



De ontwikkeling ontspoord door toxische stress!

- De amygdala (het 'alarmsysteem') staat te sterk afgesteld, waardoor:
 - voortdurend alert op gevaar
 - problemen met zelfregulatie
 - neutrale prikkels worden triggers en leiden tot stressreactie



DENKBREIN



VOELBREIN



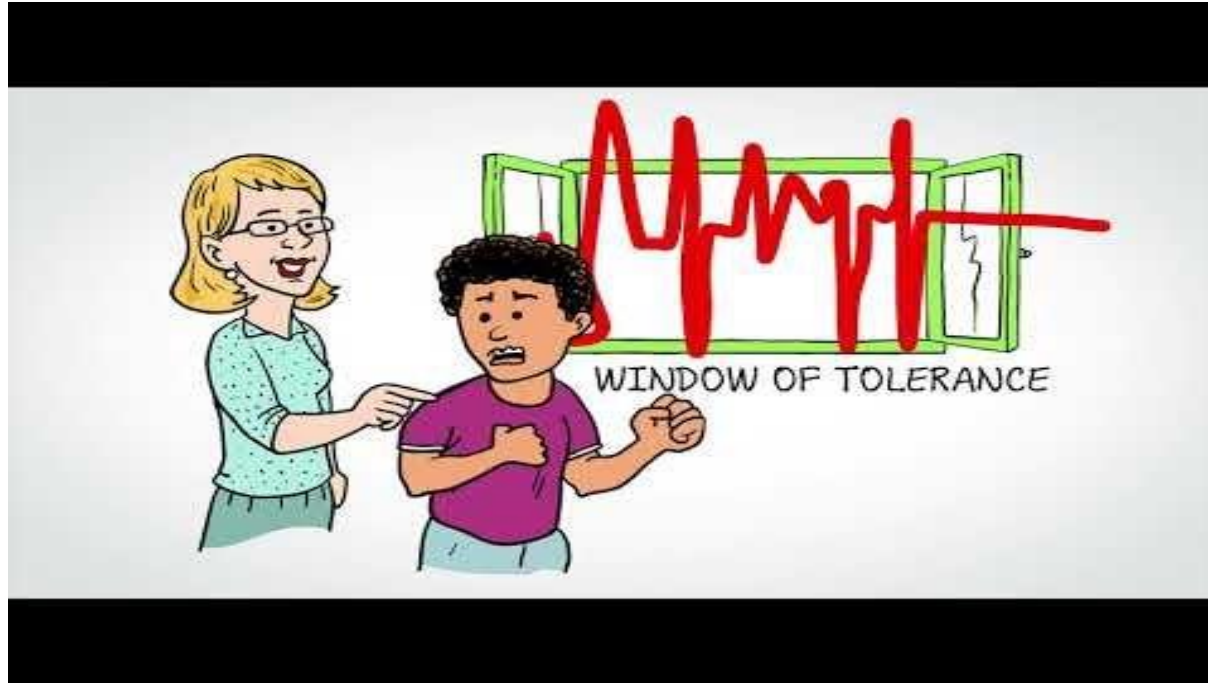
Trigger

- Trigger is een oorspronkelijke neutrale (zintuiglijke) prikkel die door traumatische ervaringen wordt geassocieerd met negatieve emoties

Triggers: tijdens een traumatische gebeurtenis geeft het brein alles wat dan wordt waargenomen het etiket 'gevaarlijk'. Een geur, geluid of plek kan zo een trigger worden: wanneer het waargenomen wordt in een andere situatie, roept het opnieuw een stressreactie op. Een kind is zich hier vaak niet van bewust.



Window of tolerance



De traumabril

Kijken door een traumabril

- Probeer leerling te begrijpen: gedrag kan een stressreactie zijn waarop de leerling geen grip heeft

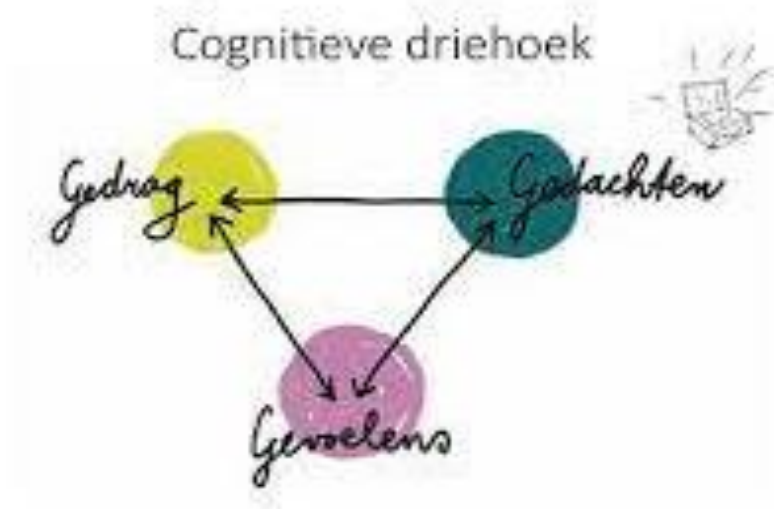


De onzichtbare koffer

- Koffer gevuld met (onbewuste) overtuigingen en verwachtingen over zichzelf, de ander en de hem omringende wereld
- Gedrag is mede het gevolg van de onzichtbare koffer



De cognitieve driehoek



Zelfregulatie bevorderen

- Wat doe jij in om de zelfregulatie van leerlingen te bevorderen en hun veerkracht te vergroten?
- Noteer in de chat!

Zelfregulatie bevorderen

- Mindfulness-oefeningen, yoga en ontspanningsoefeningen
- Bewegingsoefeningen tussen de activiteiten door



- Help leerlingen bij het leren uiten en omgaan met emoties



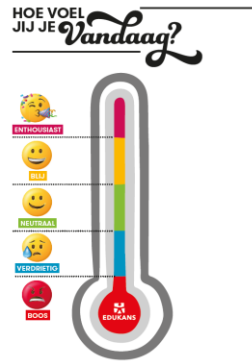
Het zijn van een co-regulator

- Voorwaarde: zelf over goede regulatievaardigheden beschikken
- Als leerling te gestresst is: eerst samen rustig worden
- Spiegel de ervaring van de leerling, waardoor hij meer grip krijgt op emoties, gedachten en gedrag
- Gebruik een time-in in plaats van een time-out

- Breng (via observatie) de beginnende zelfregulatievaardigheden van leerlingen in kaart
- Geef erkenning voor deze vaardigheden
- Doe activiteiten met leerlingen die stress kunnen helpen bestrijden



- Ontwikkel samen met de leerling een taal, nodig leerlingen ook uit om alternatieve woorden te gebruiken
- Maak gebruik van een spanningsmeter of gevoelsthermometer



Trainen van executieve functies

- Executieve functies zijn ook van belang voor zelfregulatie
- Executieve vaardigheden worden ook verbeterd door probleemoplossingsvaardigheden aan te leren

Omgaan met triggers

- Achterhaal wat triggers zijn voor de leerling
- Veel prikkels en situaties op school kunnen trigger zijn, denk bijvoorbeeld aan
 - harde geluiden
 - hard stemgeluid
 - schreeuwen
 - mensen die ruziemaken
 - alleen-zijn
 - stilte
 - onderwerp in lesstof
 - geur van toilet
 - stilte
 - omkleden bij gym
 - iets voordoen in de klas

Stel op een veilige manier grenzen

- Connect before correct!
- Benoem welk gedrag niet mag en wat er wel verwacht wordt
- Richt je op het beheersen van de stress en niet op beheersen probleemgedrag
- Versterk gevoel van controle door hen zelf een keuze te geven
- Kies zoveel mogelijk voor een time-in plaats van een time-out

Wat is de invloed van traumasensitief onderwijs?

NRO onderzoek (2022):

Na implementatie van traumasensitief onderwijs:

- leerkrachten voelen zich competenter in aanpassen van instructie en orde handhaven (self-efficacy is vergroot)
- leerkracht-leerling interacties zijn positiever
- leerling-leerling relaties zijn positiever
- klassenklimaat beter

En bedenk

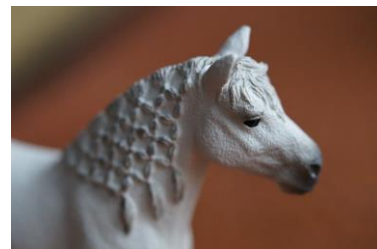
- Het vraagt tijd en geduld! Mooie vergelijking:



Een voorbeeld



Een voorbeeld



<https://marktuitert.nl/podcast/drive-78-met-bart-heeling-docent-speciaal-onderwijs-op-zoek-naar-verbinding/>

Diverse bronnen



<https://leonycoppens.nl>



<https://gedragsproblemenindeklas.nl/actueel/>

<https://www.youtube.com/watch?v=oKO2n0MyIJk&t=14s>



Overige interessante sites:

- <https://www.augeo.nl/>
- https://www.nro.nl/sites/nro/files/media-files/eindrapport_traumasensitief_onderwijs.pdf
- <https://www.pharos.nl/kennisbank/sama-heeft-iets-ergs-meegemaakt-en-heeft-daar-last-van-wat-kan-ze-doen/>
- <http://www.inbalanzopschool.nl>

Afsluiting

- Wat neem je mee uit dit webinar? Noteer in de chat!

Dank voor jullie aandacht!