

# Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen

Een praktisch handboek voor  
het basisonderwijs

Leony Coppens  
Marthe Schneijderberg  
Carina van Kregten

Eerste druk 2016 tot en met zesde druk 2021 zijn verschenen onder ISBN 978 90  
8850 562 1  
Compleet herziene zevende druk, 2021

### **Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen**

Een praktisch handboek voor het basisonderwijs

*Leony Coppens, Marthe Schneijderberg & Carina van Kregten*

*Met een bijdrage van Michiel Asselman en Evelyne Offerman (hoofdstuk 10)*

ISBN 978 90 8560 109 8

NUR 770

THEMA JMC / MKPB

© 2021 Uitgeverij SWP Amsterdam

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 j<sup>o</sup>. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (Postbus 3060, 2130 KB, [www.reprorecht.nl](http://www.reprorecht.nl)) of contact op te nemen met Uitgeverij SWP voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen door een onderwijsinstelling van een gedeelte uit deze uitgave, in papieren vorm of digitaal, (bijvoorbeeld voor plaatsing ervan op uw digitale leeromgeving of in een reader) kunt u zich richten tot: Stichting UvO, Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, Tel. 023-8700212, [www.stichting-uvo.nl](http://www.stichting-uvo.nl) UvO@cedar.nl.

# Verkorte inhoudsopgave



Voorwoord	11
Inleiding	13
HOOFDSTUK 1 Trauma en veerkracht bij kinderen	19
HOOFDSTUK 2 Mogelijke oorzaken van trauma	35
HOOFDSTUK 3 De ontwikkeling van de hersenen	61
HOOFDSTUK 4 De effecten van trauma en toxische stress op de ontwikkeling van kinderen	79
HOOFDSTUK 5 Kijken door een traumabril	111
HOOFDSTUK 6 Veiligheid en relaties	149
HOOFDSTUK 7 Zelfregulatie	175
HOOFDSTUK 8 Samenwerken met ouders en andere betrokkenen	219
HOOFDSTUK 9 Zorgen voor jezelf	243
HOOFDSTUK 10 Op weg naar traumasensitief onderwijs	261
Reflectie- & werkkaarten	284
Dankwoord	295
Over de auteurs	297
Casussen	299
Literatuur	315
Begrippenlijst	327
Extra materiaal	335

# Inhoud



Voorwoord	11
Inleiding	13
<b>HOOFDSTUK 1 Trauma en veerkracht bij kinderen</b>	<b>19</b>
Inleiding	19
1.1 Wat is trauma?	20
1.2 Wat is veerkracht?	22
1.3 Verschillende vormen van trauma	24
1.4 Onderzoek naar meegemaakte ingrijpende gebeurtenissen bij basisschoolleerlingen	26
1.5 Welk gedrag kunnen getraumatiseerde kinderen laten zien?	29
1.6 Posttraumatische stressstoornis	31
1.7 Samenvatting	34
<b>HOOFDSTUK 2 Mogelijke oorzaken van trauma</b>	<b>35</b>
Inleiding	35
2.1 Optelsom van stressoren	36
2.2 Trauma door kindermishandeling	37
2.2.1 Hoe vaak komt kindermishandeling voor?	38
2.2.2 Verschillende vormen van kindermishandeling	39
2.2.3 Risicofactoren en beschermende factoren met betrekking tot kindermishandeling	42
2.2.4 Meldcode huiselijk geweld en kindermishandeling	46
2.3 Trauma bij nieuwkomers	48
2.3.1 Nieuwkomers uit Midden- en Oost-Europese landen	50
2.4 Opgroeien in armoede	51
2.4.1 Stress bij ouders	53
2.5 Trauma door racisme	54
2.5 Trauma bij kinderen met een (verstandelijke) beperking	57
2.6 Trauma bij jonge kinderen	58
2.7 Samenvatting	60

<b>HOOFDSTUK 3 De ontwikkeling van de hersenen</b>	<b>61</b>
Inleiding	61
3.1 Ervaringen vormen de hersenen	62
3.2 Het belang van herhaling en vaste routines	64
3.3 De structuur van de hersenen	66
3.3.1 De hersenstam	66
3.3.2 Het limbisch gebied	66
3.3.3 De cortex	68
3.4 De samenwerking tussen de verschillende delen van de hersenen	70
3.5 Zelfregulatie	71
3.6 Gehechtheid	73
3.7 Samenvatting	77
<b>HOOFDSTUK 4 De effecten van trauma en toxische stress op de ontwikkeling van kinderen</b>	<b>79</b>
Inleiding	79
4.1 Verschillende soorten stress en stressreacties	80
4.1.1 Neutrale prikkels worden triggers	81
4.2 Stressreacties: vechten, vluchten of bevriezen	83
4.2.1 Hyper-arousal	84
4.2.2 Hypo-arousal	86
4.2.3 Window of tolerance	88
4.3 Hersenen in de overlevingsstand	91
4.4 De negatieve uitwerking van toxische stress op cognitieve functies	94
4.4.1 Gebrekkige executieve functies	94
4.4.2 Gebrekkige geheugenfuncties	95
4.4.3 Gebrekkig functioneren van taal	95
4.5 Gebrekkige zelfregulatie	96
4.6 Onveilige gehechtheid	97
4.6.1 Kinderen met een vermijdende gehechtheidsstijl	98
4.6.2 Kinderen met een ambivalente gehechtheidsstijl	99
4.6.3 Kinderen met een gedesorganiseerde gehechtheidsstijl	99
4.7 De onzichtbare koffer	101
4.8 Problemen met mentaliseren	107
4.9 Samenvatting	109
<b>HOOFDSTUK 5 Kijken door een traumabril</b>	<b>111</b>
Inleiding	111
5.1 Trauma herkennen	112
5.2 Trauma erkennen	121
5.3 De ijsberg en de cognitieve driehoek	123
5.4 Nieuwe verbindingen aanleggen in de hersenen	132

5.5	Ondersteuning bij het leren	136
5.6	Weerstand tegen een traumasensitieve benadering	140
5.6.1	Omslag in denken	141
5.7	Samenvatting	147
<b>HOOFDSTUK 6 Veiligheid en relaties</b>		<b>149</b>
	Inleiding	149
6.1	De relatie met de leerling verbeteren	150
6.1.2	De kracht van non-verbale communicatie	153
6.2	De relatie tussen leerlingen onderling verbeteren	156
6.3	De onzichtbare koffer opnieuw inpakken	157
6.4	Verwachtingen behouden	161
6.5	Bij talenten en interesses aansluiten	162
6.6	Sociale vaardigheden vergroten	163
6.7	Een veilige plek	168
6.8	Routines, rituelen en voorspelbaarheid	168
6.9	Klassenafspraken	171
6.10	Samenvatting	172
<b>HOOFDSTUK 7 Zelfregulatie</b>		<b>175</b>
	Inleiding	175
7.1	Zelfregulatie bevorderen	177
7.2	De leerkracht als co-regulator	178
7.3	De beginnende zelfregulatievaardigheden van een kind (h)erkennen	190
7.4	Samen met een kind een taal ontwikkelen	195
7.5	De executieve functies trainen	199
7.6	Omgaan met triggers	202
7.7	Grenzen en consequenties	209
7.8	Samenvatting	216
<b>HOOFDSTUK 8 Samenwerken met ouders en andere betrokkenen</b>		<b>219</b>
	Inleiding	219
8.1	De basis van een goede samenwerking	220
8.2	De rol van de leerkracht in de samenwerking	224
8.2.1	In gesprek met ouders	225
8.2.2	Samenwerken met ouders uit andere culturen	228
8.2.3	Samenwerken met pleegouders en adoptieouders	230
8.3	Risico's in de samenwerking	233
8.4	Samenwerken met hulpverleners	236
8.4.1	Waaraan moet goede hulpverlening voldoen?	237
8.5	Samenvatting	241

HOOFDSTUK 9	<b>Zorgen voor jezelf</b>	<b>243</b>
	Inleiding	243
9.1	Gevolgen van lesgeven aan getraumatiseerde kinderen	244
9.1.1	Burn-out	247
9.1.2	Secundaire traumatische stress	247
9.1.3	Uitputting van mededogen	248
9.1.4	Waarschuwingssignalen	249
9.2	Je eigen veerkracht vergroten	250
9.2.1	Sociale steun	250
9.2.2	Zelfkennis	251
9.2.3	Zelfzorg	252
9.2.4	Een evenwichtige klassensamenstelling	253
9.2.5	Scholing, deskundigheidsbevordering en coaching	253
9.3	De rol van organisaties	254
9.4	Ondersteuning van medewerkers	256
9.5	Samenvatting	259
HOOFDSTUK 10	<b>Op weg naar traumasensitief onderwijs</b>	<b>261</b>
	Inleiding	261
10.1	Implementatie of schoolontwikkeling?	262
10.1.1	Traumasensitief onderwijs in een notendop	263
10.2	De weg naar een traumasensitief onderwijsklimaat	264
10.2.1	Fase I De start: bewustwording en inspiratie	266
10.2.2	Fase II Delen en meenemen	267
10.2.3	Fase III Teamtraining en planvorming	271
10.2.4	Fase IV Een duurzame ontwikkeling	277
10.3	Een inkijk in een school met een traumasensitief onderwijsklimaat	282
	Reflectie- & werkkaarten	284
	Dankwoord	295
	Over de auteurs	297
	Casussen	299
	Literatuur	315
	Begrippenlijst	327
	Extra materiaal	335

# Voorwoord

Toen ons boek begin 2016 uitkwam, was het begrip ‘traumasensitief onderwijs’ nog nagenoeg onbekend in Nederland. Vijf jaar later zijn er ruim zesduizend exemplaren van *Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen* verkocht en heeft traumasensitief onderwijs zijn weg gevonden naar steeds meer scholen in Nederland en België. Veel onderwijsprofessionals zijn in hun klas, op hun school of in de begeleiding van leerlingen en leerkrachten aan de slag gegaan met traumasensitief onderwijs. In deze volledig herziene versie maken we gebruik van hun enthousiaste en inspirerende verhalen en ideeën. Juist omdat leerkrachten en andere professionals zo veel van elkaar leren, zijn we heel erg blij met deze toevoeging.

We zijn ook heel enthousiast over de inbreng van diverse ervaringsdeskundigen. Zij kunnen als geen ander aangeven wat hen heeft geholpen toen ze op school zaten en ook wat ze juist hebben gemist. Waar leerkrachten aangeven zich vaak machteloos te voelen in de relatie met getraumatiseerde kinderen, vertellen de ervaringsdeskundigen hoe júst leerkrachten het verschil kunnen maken.

Met een team bereik je meer dan in je eentje. Om die reden heeft Leony Coppens in aanvulling op dit boek de teamtraining *Traumasensitief onderwijs* ontwikkeld (aanvankelijk onder de noemer *Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen*, overeenkomstig de titel van het boek). In de afgelopen jaren zijn meer dan vierhonderd professionals opgeleid om deze training te geven aan schoolteams binnen het regulier en het speciaal onderwijs. De effecten van deze training worden op dit moment met financiële ondersteuning van het Nationaal Regieorgaan Onderwijsonderzoek onderzocht. Op het moment van schrijven van deze volledig herziene editie is dit onderzoek nog niet afgerond en zijn we nog in afwachting van de uitkomst ervan. Wel is er in het kader van dit onderzoek al een boek gepubliceerd dat praktische ondersteuning biedt bij het implementeren van traumasensitief onderwijs: *Traumasensitief onderwijs. Een handboek bij de implementatie – Bewegen van traumabewustzijn naar een schoolbreed traumasensitief onderwijsklimaat* (Asselman, Offerman e.a., 2019). Voor deze herziening van *Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen* hebben we twee van de auteurs van dit handboek, Michiel Asselman en Evelyne Offerman, gevraagd om op basis van hun onderzoek en ervaring een hoofdstuk te verzorgen over het implementeren van traumasensitief



onderwijs. Hierin wordt beschreven welke stappen je als school kunt zetten op weg naar een schoolbreed traumasensitief onderwijsklimaat. De auteurs schrijven dit in de overtuiging dat traumasensitief onderwijs niet alleen goed is voor getraumatiseerde leerlingen, maar voor álle leerlingen, zowel in het regulier als in het speciaal onderwijs.

Hoewel we dit boek hebben geschreven voor het basisonderwijs, hebben we van veel lezers gehoord dat ze het ook goed toepasbaar vinden binnen het voortgezet onderwijs. We hopen dat de inzichten en handreikingen in deze volledig herziene uitgave bijdragen aan betere kansen voor getraumatiseerde kinderen in elke vorm van onderwijs en tegelijkertijd aan een beter klassenklimaat voor alle leerlingen en aan meer tevredenheid bij leerkrachten.

*Leony Coppens*

*Marthe Schneijderberg*

*Carina van Kregten*

# Inleiding



---

**Niels** volgt cluster-4-onderwijs en raakt vaak in conflict met klasgenoten. Hij kan dan zo boos worden dat het de leerkrachten veel moeite kost om hem weer rustig te krijgen. Als ze ruzies met hem nabespreken, ziet Niels zijn eigen aandeel in het conflict niet. Niels is 9 jaar en woont sinds anderhalf jaar bij pleegouders. Tot zijn 4e woonde hij samen met zijn oudere broer en jongere zusje bij zijn ouders. Hier werd hij verwaarloosd en was hij getuige van huiselijk geweld.

**Souraya**, een 7-jarig meisje van Marokkaanse afkomst, woont bij haar moeder en stiefvader. Haar ouders zijn gescheiden toen zij bijna 2 jaar was. Gedurende deze eerste jaren was Souraya getuige van huiselijk geweld tussen haar ouders. Nu is er veel onenigheid over de bezoeksregeling; haar vader heeft een procedure aangespannen omdat hij wil dat zij bij hem komt wonen. De leerkracht heeft vragen over Souraya's gedrag. Ze komt nauwelijks tot zelfstandig werken, is te snel afgeleid en werkt chaotisch. Ze vindt het moeilijk vriendinnen te maken en is het liefst bij de leerkracht, ook in de pauzes.

**Yosef** is 13 jaar en komt uit Eritrea. Toen hij 8 jaar was, hebben zijn ouders hem meegegeven aan mensensmokkelaars, in de hoop dat hij daarmee een veiligere en betere toekomst tegemoet zou gaan. Yosefs leerkracht weet dat hij traumatische gebeurtenissen heeft meegemaakt tijdens zijn vlucht naar Nederland, maar Yosef zegt er nooit iets over. Hij maakt een gesloten indruk en stoort zich aan het minste geluid, terwijl hij niet lijkt door te hebben dat anderen zich juist aan hem storen. Hij reageert soms ineens heel agressief.

---

Dit boek gaat over lesgeven aan kinderen zoals Niels, Souraya en Yosef. Kinderen die zijn opgegroeid met chronische stress en traumatische ervaringen en die daarbij onvoldoende steun van hun ouders hebben ervaren. De kinderen hebben bijvoorbeeld (huiselijk) geweld, verwaarlozing, seksueel misbruik of oorlog meegemaakt of hebben te maken (gehad) met een stapeling van stressoren zoals armoede en racisme.

Lezen over traumatische ervaringen die kinderen hebben meegemaakt en welke gevolgen dit voor hen kan hebben, kan ook emoties of spanning oproepen bij jou als lezer. Het kan zijn dat je moet terugdenken aan ervaringen die je zelf hebt meegemaakt of aan kinderen waarmee je gewerkt hebt. Mocht je dit bij jezelf merken, dan kun je ervoor kiezen om eerst hoofdstuk 9 te lezen over 'zorgen voor jezelf'.

School kan voor getraumatiseerde kinderen een plek zijn waar ze zich veilig voelen en waar ze vertrouwen in zichzelf en anderen ontwikkelen. In de praktijk komt een deel van deze kinderen echter door hun gedragsproblemen op school vaak in een negatieve spiraal terecht die de traumaproblematiek juist versterkt. Een ander deel van hen valt niet direct op in de klas, maar profiteert door hun verhoogde stressniveau veel te weinig van de aangeboden lesstof en presteert ver onder hun niveau. Het gedrag van getraumatiseerde kinderen is voor leerkrachten vaak moeilijk te begrijpen en kan bij hen leiden tot gevoelens van machteloosheid en frustratie.

*Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen* biedt leerkrachten en andere onderwijsprofessionals kennis en handreikingen om de negatieve spiraal te doorbreken zodat getraumatiseerde kinderen zich optimaal kunnen ontwikkelen. Daarmee verbeteren zowel de schoolprestaties van getraumatiseerde kinderen als het klimaat in de klas. Leerkrachten kunnen hiermee in het leven van getraumatiseerde kinderen een groot verschil maken terwijl ze zelf minder snel uitgeput raken.

Traumasesitief onderwijs wordt gekenmerkt door zeven essentiële elementen. Het vergroten van de veerkracht van getraumatiseerde kinderen staat hierin centraal.

Het eerste element is *kennis over trauma*. In de eerste vier hoofdstukken besteden we hier aandacht aan. In hoofdstuk 1 is beschreven wat onder trauma wordt verstaan en hoe het bij kinderen tot uiting kan komen. Ook geven we op basis van actuele onderzoeksgegevens aan hoeveel (verschillende soorten) ingrijpende gebeurtenissen kinderen in het regulier en het speciaal basisonderwijs in Nederland gemiddeld meemaken. Ook leggen we in dit hoofdstuk uit waarom het belangrijk is om de veerkracht van kinderen te vergroten. In hoofdstuk 2 bespreken we mogelijke oorzaken van trauma en lichten we toe hoe een optelsom van stressoren ook tot trauma kan leiden. Omdat kindermishandeling een van de belangrijkste oorzaken is van trauma bij kinderen, besteden we hier extra aandacht aan. We geven aan wat er onder kindermishandeling wordt verstaan, welke vormen er worden onderscheiden en gaan kort in op de meldcode huiselijk

geweld en kindermishandeling. Hoofdstuk 3 omvat uitleg over de normale (hersens)ontwikkeling bij jonge kinderen, met veel aandacht voor de belangrijke rol van de interactie tussen ouders en kinderen. Hoofdstuk 4 gaat vervolgens over de negatieve effecten van traumatische ervaringen en chronische stress op deze vroege ontwikkeling.

In de volgende hoofdstukken gaan we dieper in op de praktische kanten van traumasensitief onderwijs. In hoofdstuk 5 komt het tweede essentiële element aan bod: *de traumabril*. Met de kennis uit de eerste hoofdstukken kun je het gedrag van getraumatiseerde kinderen door een traumabril bekijken, waardoor je het beter begrijpt en er ook al direct anders op zult reageren. De *onzichtbare koffer* en de *cognitieve driehoek* die in dit hoofdstuk worden geïntroduceerd, helpen je om de kennis over trauma nog praktischer te vertalen naar je werk in de klas. Hoofdstuk 6 gaat over de essentiële elementen *veiligheid en vertrouwen* en *stabiele relaties*. Een gevoel van veiligheid en een stabiele en veilige relatie met de leerkracht zijn belangrijke bronnen van veerkracht voor getraumatiseerde kinderen en helpen hen om tot leren te komen. In hoofdstuk 7 staat *zelfregulatie* centraal; zelfregulatie is een belangrijke voorspeller van schoolsucces. In dit hoofdstuk is beschreven hoe de leerkracht getraumatiseerde kinderen kan helpen bij het reguleren van hun gevoelens, gedachten en gedrag, zodat ze er meer grip op krijgen. Hoofdstuk 8 gaat over *samenwerken*: een goede samenwerking tussen alle volwassenen om een kind heen helpt de ontwikkeling van een kind weer op het juiste spoor te krijgen. Het laatste essentiële element, *zorgen voor jezelf*, komt in hoofdstuk 9 aan bod. Dit gaat over de risico's die lesgeven aan getraumatiseerde kinderen met zich meebrengt doordat het veel van leerkrachten vraagt. Het belang van goed voor jezelf zorgen en de rol van sociale steun hierbij, worden hierin belicht.

In hoofdstuk 10 beschrijven Michiel Asselman en Evelyne Offerman hoe je als leerkracht en als school stap voor stap een duurzaam traumasensitief onderwijsklimaat kunt ontwikkelen. Traumasensitief lesgeven is geen curriculum of standaardprogramma. Het is een proces waarbij alle medewerkers van een school tegemoetkomen aan wat getraumatiseerde kinderen nodig hebben. Als één leerkracht op een school gedrag van getraumatiseerde kinderen door een traumabril bekijkt, kan dat voor een kind al een groot verschil maken. Maar een geïntegreerde aanpak heeft een grotere positieve uitwerking, zowel op de veerkracht van getraumatiseerde kinderen als op die van hun leerkrachten. In dit slothoofdstuk lees je hoe je als school zo'n geïntegreerde aanpak ontwikkelt en hierin verder kunt blijven groeien.

Veel van de in dit boek beschreven strategieën zijn klassikaal inzetbaar. Maar omdat alle kinderen uniek zijn, zijn er geen kant-en-klare voorschriften te geven die bij ieder kind aansluiten. Het is geen *one size fits all*, maar *one size fits no one*. De kennis over trauma in combinatie met de beschreven strategieën kun je op je eigen manier toepassen bij de unieke leerlingen waarmee jij als unieke leerkracht te maken hebt. De beschreven activiteiten die je bij het boek kunt downloaden, dienen ter inspiratie. Er zijn er veel meer te vinden en zelf te bedenken. Kies vooral activiteiten waar je je zelf (na oefening) prettig bij voelt en die een kind of de klas leuk vindt. Gedeeld plezier draagt bij aan de relatie en stimuleert leerervaringen.

Naast Niels, Souraya en Yosef introduceren we Naomi, Sanne en Thomas. Deze casussen zijn fictief, alhoewel ze op de werkelijkheid zijn gebaseerd; ze helpen om de inhoud van het boek goed aan de praktijk te koppelen. Ook zijn er in dit boek citaten opgenomen van leerkrachten en andere onderwijsprofessionals over hun ervaring met traumasensitief onderwijs. Daarnaast komen er ervaringsdeskundigen en kinderen aan het woord die we voor dit boek hebben geïnterviewd. De ervaringsdeskundigen hebben uiteenlopende ingrijpende en traumatische ervaringen meegemaakt en vertellen wat hen heeft geholpen in de tijd dat zij op de basisschool zaten en ook wat ze hebben gemist. Ze benadrukken allemaal dat school juist voor kinderen die getraumatiseerd zijn een heel belangrijke plek is waaraan ze veel steun kunnen ontleen en waar ze veerkracht kunnen ontwikkelen. Bij het boek zijn downloads beschikbaar, te weten: activiteiten voor in de klas, werkbladen, praatplaten en reflectie- & werkkaarten. Tijdens het lezen van het boek wordt duidelijk gemaakt waar je deze materialen voor kunt gebruiken. Voor de praatplaten lichten we dit hier al toe: deze kun je printen en eventueel lamineren om ze te gebruiken als visuele ondersteuning bij gesprekken met kinderen, ouders of collega's.

**Je kunt het extra materiaal gratis downloaden van de site [www.swp-book.com/2318](http://www.swp-book.com/2318). Klik op de button Extra materiaal, rechts op de webpagina of scan de qr-code hiernaast en maak een account aan met de memberclubcode achter in het boek.**



In aanvulling op het boek is een training voor schoolteams en een train-de-trainer ontwikkeld voor professionals uit de jeugdhulp en het onderwijs die deze training willen geven. Voor meer informatie: [www.leonycoppens.nl](http://www.leonycoppens.nl).

We hebben dit boek geschreven omdat *alle* kinderen een goede toekomst verdienen. Wij en andere hulpverleners kunnen een bijdrage leveren aan het vergroten van de kansen voor getraumatiseerde kinderen. Maar het meeste herstel vindt plaats in de relatie met opvoeders en leerkrachten. Met dit boek hopen we dan ook bij te dragen aan een betere toekomst voor getraumatiseerde kinderen in Nederland.

Waar we ‘hij’ en ‘hem’ schrijven, kan ook ‘zij’ en ‘haar’ worden gelezen. Waar we ‘ouders’ schrijven, bedoelen we ook pleegouders en andere verzorgers. En waar we ‘leerkrachten’ schrijven, bedoelen we ook klassenassistenten.



Desiree Middelkoop, directeur Prof. Dr. I.C. Van Houteschool, SBO, Amsterdam: ‘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 besef 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 jou helpen om weer rustig te worden? Wat spreken we daarover af?” En er wordt dan ook met de andere collega’s besproken dat dit met het kind is afgesproken als hij even rust nodig heeft.’

‘Je ziet dat er nu meer rust is bij de kinderen en bij de leerkrachten. En als het nog weleens misgaat met een kind, loopt het niet meer zo uit de hand. Het helpt de leerkrachten ook om genoeg energie te houden.’



Manuela van der Jagt, leerkracht en coach, Mr. De Jonghschool, cluster 4, Amsterdam: ‘Ik merk dat ik veel minder escalaties heb in de klas. Door te investeren in de relatie en de kinderen vertrouwen te geven, komen de kinderen weer tot leren en gaan ze met plezier naar school. Het zit inmiddels helemaal verweven in mijn manier van lesgeven.’





## HOOFDSTUK 1

# Trauma en veerkracht bij kinderen



Kim, ervaringsdeskundige, werd als kind emotioneel verwaarloosd en seksueel misbruikt: ‘Steun is essentieel. Gezien worden ook. Kinderen die een trauma hebben opgelopen, zijn daardoor belemmerd in hun functioneren. En dat ervaren ze ook zo; tenminste, zo is dat bij mij. Ik probeerde er vooral voor te zorgen dat ik het goed deed, dat het niet mijn fout was dat het thuis niet goed ging. Dat lukt natuurlijk niet als kind en dat geeft veel spanning en druk. Lucht krijgen door middel van een complimentje, even een leuk gesprekje of ruimte om je talent te laten zien, maakt dat de dag dragelijk wordt. Het maakt dat je hart, dat als een bodemloze put voelt, een dun laagje grond aanmaakt. Waarop je kunt balanceren. De ondergrond voor een basis voor de toekomst.’



### Inleiding

De laatste jaren is er steeds meer aandacht voor trauma bij kinderen. Maar wat wordt er onder een trauma verstaan? Leiden ingrijpende gebeurtenissen altijd tot een trauma? Zijn er verschillende vormen van trauma? Hoe groot is de kans dat er een getraumatiseerd kind in de klas zit? Deze vragen worden in dit hoofdstuk beantwoord. Ook lichten we het begrip ‘veerkracht’ toe en waarom het belangrijk is om altijd aandacht te besteden aan het vergroten van de veerkracht.

De vraag hoe groot de kans is dat er in de klas een kind zit dat getraumatiseerd is, was een paar jaar geleden nog niet te beantwoorden. Gelukkig weten we daar inmiddels meer over. In de afgelopen jaren zijn er in Nederland drie onderzoeken gestart, gericht op het in kaart brengen van het aantal ingrijpende gebeurtenissen



dat kinderen in het regulier, cluster-4- en het speciaal (basis)onderwijs meemaken. De cijfers die uit deze onderzoeken naar voren komen, maken duidelijk dat kennis over trauma en traumasensitief onderwijs een plek moet krijgen in de scholing van leerkrachten en andere onderwijsprofessionals. Daarom besteden we daar in dit eerste hoofdstuk aandacht aan.

Tot slot beschrijven we in dit hoofdstuk hoe trauma in het gedrag van kinderen tot uiting kan komen. We doen dit mede aan de hand van kennis van ervaringsdeskundigen die we ook in de andere hoofdstukken van dit boek aan het woord laten. Uit hun verhalen wordt duidelijk dat het belangrijk is dat je als leerkracht in gesprek gaat met de kinderen in je klas en dat je een idee hebt van wat ze in hun dagelijks leven meemaken of meegemaakt hebben. Die kennis over met welke ervaringen een kind naar school komt, helpt je hun gedrag door een *traumabril* te bekijken. Je begrijpt het gedrag van kinderen hierdoor beter en met de kennis en vaardigheden die je al hebt, kun je direct een vertaalslag maken naar je dagelijks handelen in de klas of op school. Kennis over trauma biedt je daarmee meteen handvatten voor de praktijk waarin je werkt.



Evelien Stadler, intern begeleider, Het Mozaïek, openbare basisschool met neveninstroomgroepen en een klas verbonden aan het COA, 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 beter hoe we ermee om moeten gaan. We beseffen nu meer dat we als leerkrachten een verschil kunnen maken.'



## 1.1 Wat is trauma?

'Trauma' komt oorspronkelijk uit de medische wereld en betekent 'verwonding'. Inmiddels wordt het ook binnen de psychologie gebruikt om de reactie van mensen op een ingrijpende gebeurtenis te beschrijven. Formeel noemen we dit 'psychotrauma', maar in de praktijk wordt meestal gesproken over 'trauma'. Ook in dit boek hanteren wij deze laatste term.

Het woord trauma wordt in onze taal zowel gebruikt voor een gebeurtenis als voor de gevolgen ervan. Dat is soms verwarrend. We zeggen bijvoorbeeld dat iemand *een trauma heeft meegemaakt*, terwijl we tegelijkertijd ook kunnen zeggen dat iemand *een trauma heeft*. In de literatuur en in de praktijk wordt een traumatische gebeurtenis ook wel een schokkende of ingrijpende gebeurtenis genoemd. Of een