



Schooltrauma: wat is het en hoe ga je ermee om?

Veel mensen denken bij het woord trauma aan iets heftigs als een oorlog, ongeluk of onveilige thuissituatie. Dat trauma ook kan ontstaan door school weten nog niet veel mensen. In dit artikel wordt uitgelegd wat schooltrauma is, waardoor het kan ontstaan en wat de preventieve maatregelen zijn.

Tekst: Anton Horeweg en Natasja Hoogerheide

Psychotrauma, of kortweg trauma, is een psychische wond, ontstaan door een schokkende, ingrijpende gebeurtenis die te overweldigend voor ons is (Boer & Lindauer, 2012). Vaak is die gebeurtenis levensbedreigend of is er sprake van schending van de lichamelijke integriteit. Hoewel die ingrijpende gebeurtenissen in eerste instantie in verband worden gebracht met levensbedreigende situaties, kunnen traumaklachten ook ontstaan door kleinere gebeurtenissen. Daarom wordt dat ook wel 'small t'-trauma genoemd (Shapiro, 2002). Als we ons beperken tot de schoolomgeving, kan zo'n 'small t'-trauma veroorzaakt worden door pesten (zowel door de leraar als andere kinderen), jarenlang verblijf in een klas waar niet aan jouw onderwijsbehoeften wordt voldaan, waar jij niet wordt begrepen of waar jij de anderen niet begrijpt (denk aan hoogbegaafde kinderen of kinderen met autisme). Klachten die zijn ontstaan op of door school, noemt men schooltrauma. Een voorbeeld: een kind kan zo prikkelgevoelig zijn dat het door alle prikkels niet tot leren komt of 'lastig' gedrag gaat vertonen. Denk aan kinderen met ADHD, McDD of autisme (Berckelaer-Onnes, 2017; Thoonsen & Lamp, 2015). Of: een kind heeft zo'n grote ontwikkelingsvoorsprong dat het de school niet lukt om in zijn onderwijsbehoeften te voorzien. De verschijnselen van schooltrauma (zie kader) kunnen zich zowel op school als thuis manifesteren.

Kenmerken schooltrauma

Een getraumatiseerd kind, dus ook een kind met 'small t'-trauma, kan de volgende verschijnselen vertonen:

- nachtmerries;
- slaapproblemen;
- prikkelbaarheid;
- woede-uitbarstingen;
- zeer waakzaam zijn;
- concentratie- en leerproblemen;
- schrikachtig;
- vermijdgedrag.

Uiteraard is het niet aan de leraar of begeleider om trauma vast te stellen, dat is de taak van een daartoe opgeleid psycholoog of psychiater.

Thuiszitters

Een groot aantal van de zogenoemde thuiszitters zou een trauma kunnen hebben. Dit wordt bevestigd door twee deskundigen. Zo heeft Iva Bicanic, hoofd Landelijk traumacentrum en coördinator Landelijk Centrum voor seksueel geweld, in een interview aangegeven het zeer aannemelijk te vinden dat er thuiszitters zijn met een trauma (Bicanic, 2017, in: Horeweg, 2018). De orthopedagoog en kinderpsycholoog Marion Klein Nagelvoort vertelde dat met name hoogbegaafde kinderen in haar praktijk, die gescreend werden op PTSS, bijna alle in het kader genoemde kenmerken vertoonden. Maar hoe kan dat dan? In onderstaand relaas wordt het verhaal verteld van de zoon van Natasja Hoogerheide:

Daar lag hij op de bank. Het was dezelfde bank als die van een jaar geleden, toen hij klinisch opgenomen moest worden vanwege zijn autisme en (school)angsten. Hij had het zes we-

ken lang echt geprobeerd op zijn nieuwe vso-cluster 4-school, maar de angst had hem weer volledig overgenomen.

Het begon toen hij net vier jaar was en naar groep 1 ging: paniek, angst, overprikkeling. Met zijn handjes op zijn oren zat hij in de klas. Als ik hem ophaalde, was hij zó boos, dat hij als eerste zijn zus hard sloeg. Al snel werd besloten dat het te veel was voor hem. Hij ging alleen de ochtenden naar school. Met een koptelefoon op zat hij alleen aan een tafeltje, het dagdeel te overleven. Hij had een lieve juf, die het goed begreep, gelukkig. Tussen de middag schreeuwde hij het wel een uur lang uit. Hij sloeg en schopte. Daarna was hij zo moe dat we maar gingen wandelen met de buggy. Eetproblemen, sensorische problemen, slaapproblemen. Naar de jeugd-GGZ. In de kamer bij de GZ-psychologe. Daar lag hij, onder de tafel. Hij wilde niks. 'Ssst, ik slaap!', riep hij. PDDNOS. 'Vanwege de heftige ontlading en de enorme overprikkeling is het beter voor hem om naar het MKD (Medisch Kinderdagverblijf) te gaan', luidde het advies. En zo ging het. Hij ging naar het MKD, daarna naar het cluster 4.

Op zijn cluster 4-school had hij het moeilijk: lees- en spellingsproblemen, gedragsproblemen, angsten. Hij raakte steeds vaker verward en vertoonde clownesk gedrag. Hij kreeg strafwerk: 'Ik moet respect hebben voor de juf.' Hij zei: 'Mama, ik weet niet wat ik dan moet doen, bij respect hebben ...' Het werd onhoudbaar op school. Bij schoolweigering aan het begin van de dag werd hij door meerdere volwassenen naar binnen gedragen. Vele keren. Te vaak. Om daarna in de time-outruimte te moeten liggen om rustig te worden. Ik deed er zelf aan mee, vertwijfeld en van binnen verscheurd door verdriet. Ik deed wat me op dat moment het beste leek ...

Inmiddels had hij de diagnose McDD (een combinatie van autisme en hevige angst) gekregen en zat hij in groep 7. Het magische woord viel: handelingsverlegen. Mijn zoon kon niet meer blijven. Wat moet je als school als een leerling zó bang is? Als hij de hele dag alleen maar zegt dat hij naar huis wil? Als hij van de angst niet meer kan werken? Als hij verward is? Handelingsverlegen, ik wist niet eens dat het kon. Als je kind in cluster 4 terecht komt, ben je wel op het eindstation, dacht ik altijd. Meer dan dat is er niet. Wat zegt dat over je kind, als men in cluster 4 handelingsverlegen is? Schrik. Waar moet hij dan heen?

Niet-passend onderwijs

Er zijn kinderen die niet passen in ons onderwijssysteem. Dat komt niet door die kinderen en ook niet door de leraar of de ouders. Het systeem is niet gemaakt voor deze kinderen en is ook niet makkelijk zo te veranderen dat zij wel passen. Zij komen uiteindelijk thuis te zitten. En het gaat niet om 'een paar' kinderen. Volgens het College voor de Rechten van de Mens gaat het om rond de tienduizend kinderen (*Jaarlijkse rapportage Mensenrechten in Nederland*, 2017).

Voordat kinderen thuiszitter worden, zijn ze vaker niet dan wel op school. Hoe het kind zich in zo'n periode voelt, laat zich raden. Het komt regelmatig voor dat de school dan niets van zich laat horen, daarmee voor het kind bevestigend dat het er niet toe doet. Vanuit de school bezien is het wel te verklaren. Leraren hebben het te druk en een kind dat er niet is, wordt vergeten. Maar het effect op het kind is er.

Uiteraard wordt eerst geprobeerd de kinderen die 'thuiszitter' dreigen te worden, te helpen. Soms veranderen ze van klas of school, soms gaan ze naar het s(b)o, maar overal gaat het mis. Dat doet uiteraard wat met het betreffende kind. Want elk kind wil gewoon als alle andere kinderen zijn. Het merkt echter dat het heel anders is. Het begint zich raar te voelen, het zelfvertrouwen en het zelfbeeld worden lager en lager.

Vaak zijn deze kinderen eerst een tijd partieel op school. Ze bouwen geen band op met andere kinderen in de korte, vaak onregelmatige periodes dat ze er zijn. Soms vinden ze zichzelf stom of gek. Ze gaan geloven dat niemand ze leuk vindt. Ze hebben geen vriendjes. Ze voelen zich eenzaam en afgewezen (ook al bedoelt niemand dat zo). Ze krijgen last van angsten. Dat uit zich soms in clownesk of agressief gedrag, waardoor ze vervolgens weer worden afgewezen. Hoe begrijpelijk dat ook is, voor deze kinderen wordt school een angstwekkende plek, waar ze zich vaak ook niet meer welkom voelen. En dat jarenlang. Uiteindelijk zit het kind thuis, soms getraumatiseerd.

Een groot aantal thuiszitters zou een trauma kunnen hebben

Mijn zoon werd opgenomen in een kinderpsychiatrische kliniek. Hij kon daar niet direct naar de interne school. Hij bleek een trauma te hebben en kreeg therapie om daar überhaupt in het klaslokaal te durven zitten. Een jaar lang is er hard gewerkt aan zijn angsten en aan zijn trauma, eerst in dagbehandeling en daarna met een klinische opname. Hij herstelde stukje bij beetje. Omdat hij inmiddels twaalf jaar was geworden, werd hij ingeschreven op een vso-cluster 4-school. Na de zomervakantie, na de opname, zou hij daar starten met een opbouwschema, te beginnen met een uurtje per dag. Na de herfstvakantie zat hij erdoor. Hij bleek geplaatst te zijn tussen externaliserende kinderen met gedragsproblemen. Hij kón niet meer.

Zijn emotionele leeftijd zakte razendsnel terug, hij verloor vaardigheden, werd angstiger, raakte verward. Tijd om in te grijpen. Tijd voor rust en veiligheid. Daar lag hij, op de bank. Ik was verbijsterd, verdrietig. Hoe kon dit gebeuren? We hadden zó hard gewerkt aan herstel. Alles, alles wat er moest gebeuren hadden we gedaan en toch ging het mis. Drie maanden na ontslag uit de kliniek was hij al volledig vastgelopen in de echte wereld. En nieuw trauma was ontstaan, hij ging het echt nooit meer doen, zei hij. Het woord school werd taboe.

Hoe gaat het nu? Na twee mislukte schoolgangervaringen zat hij definitief thuis. Als laatste poging werd hij aangemeld



Dit is niet de jongen uit het verhaal, red.

bij een speciaal project voor thuiszitters. Acht maanden stond hij daar ingeschreven. Het lukte hem niet om aan de eisen van het project te voldoen, hij was te angstig en te getraumatiseerd door de eerdere ervaringen. Mijn zoon was al heel regelmatig op zijn sportvereniging te vinden, zijn andere veilige plek naast thuis. Dat bracht ons op een idee: een onderwijszorgplek op zijn sportvereniging. De wethouder organiseerde een groot overleg en binnen een uur was het voor elkaar: de maatwerkplek was ontstaan.

Ondertussen werkt mijn zoon, inmiddels zestien jaar, alweer ruim twee jaar op zijn onderwijszorgplek. Hij is assistent-trainer en helpt mee met de budolessen aan kinderen met autisme en met jiu-jitsu-lessen aan kinderen. Af en toe geeft hij zelfs stukjes van de les helemaal alleen. Hij heeft inmiddels de blauwe band jiu-jitsu. Hij maakt de dojo en de CrossFit-zaal schoon en volgt onderwijs op zijn manier, waarbij we uitgaan van kansen en mogelijkheden. Het woord school kan niet meer gebruikt worden, dat is te traumatiserend voor hem. Op zijn manier is hij weer leerbaar en het allerbelangrijkste: hij is weer gelukkig en veerkrachtig.

Niet het schoolsysteem, maar de leraar

Schooltrauma ontstaat niet alleen doordat kinderen niet in het systeem passen, er zijn ook andere oorzaken. Zo zijn er kinderen die op school zo erg gepest worden dat ze trauma-klachten gaan ontwikkelen (Takizawa et al, 2006). Voor het pesten door andere kinderen is al enige jaren aandacht, maar een ander fenomeen is on(der)belicht: ook sommige leraren pesten kinderen. Hiernaar is nauwelijks onderzoek gedaan, we kennen slechts enkele onderzoeken (Twemlow et al, 2006; VandeKerckhove, 2004; Mc Evoy & Smith, 2018).

Soms gebeurt dat pesten onbedoeld en onbewust, bijvoorbeeld omdat een leraar niet doorheeft dat zijn handelen een negatief effect heeft. Hoewel je dit volgens de definitie geen pesten kunt noemen¹, is het wel degelijk schadelijk. Het kan zijn dat het kind op school niet laat merken wat het handelen van de leraar met hem doet. Het kan echter ook zijn, dat het kind reageert met opstandig gedrag of woedeaanvallen en het verdriet en de onmacht erachter niet (h)erkend wordt.

Misschien moeilijk te geloven, maar soms gebeurt dat pesten bewust. Onder 'pesten' wordt ook verstaan: vernederen van het kind, regelmatig tegen het kind schreeuwen of publiekelijk verklaren dat het kind stom is. Wellicht zijn het uitwassen, maar het gebeurt wél (Heulen, 1997). Het hangt van het kind af en van de frequentie en omgeving, hoeveel blijvende impact deze gebeurtenissen hebben.

Is er kans op verbetering?

Om schooltrauma te voorkomen, zou een aantal dingen moeten veranderen. Helaas moet voor verandering eerst de noodzaak worden gezien. Naar ons idee zou er nagedacht moeten worden hoe het systeem zo in te richten is, dat kinderen die school eigenlijk 'niet aankunnen' gedeeltelijk thuis leskrijgen of op afstand in de klas kunnen zitten. Leerrecht zou in de wet verankerd moeten zijn. De technische mogelijkheden zijn er om kinderen toch zoveel mogelijk onderdeel van de klas te laten zijn. Denk aan hulpmiddelen als de *webchair*.

Ervaringsdeskundige

'Ik werk al jaren in het onderwijs. Ik ben intern begeleider op mijn eigen school. Daar trekt niemand mijn kennis in twijfel. Ik ben moeder van een zorgintensief kind. Op een gegeven moment kwam ik "aan de andere kant" van de tafel te zitten: ik merkte echt dat ik als "moeder van" gewoon niet serieus werd genomen. Ik vond dat een schokkende ervaring.' (Op verzoek anoniem)

Ook is het nodig om je als leraar bewust te zijn van je woorden en handelen. Je moet altijd bedacht zijn op de (soms niet voorziene) reacties van kinderen op je woorden en handelen. Het is dan ook niet verkeerd om eventueel een collega aan te spreken als die de verkeerde woorden gebruikt. Het gebeurt namelijk niet altijd bewust en waarschijnlijk vaak in situaties waar veel emoties spelen.

Het is ook niet verkeerd om op zijn minst na te denken over de mogelijkheid dat er schade kan ontstaan door leraargedrag, door school of het onderwijssysteem (Horeweg, 2018).

Leerrecht zou in de wet verankerd moeten zijn

Deskundigheid ouders

Tijdens een multidisciplinair overleg over een leerling zijn professionals vaak overtuigd van hun eigen visie en interventies. Het is lastig om deze opvattingen los te laten en te denken in wat nu voor deze leerling in deze situatie het beste is. Het is goed om met gebruikmaking van de kennis van de ouders te bekijken wat haalbaar is. Het lijkt een inkopper, maar dit wordt nog lang niet altijd als vanzelfsprekend geaccepteerd. Het gebeurt soms dat er vanuit scholen of samenwerkingsverbanden oplossingen worden geopperd waarvan ouders al van tevoren weten dat die niet werken bij hun kind. Ook worden door ouders aangedragen oplossingen soms tegengehouden, omdat men de deskundigheid van de ouders in twijfel trekt of omdat de oplossing niet binnen de regels en protocollen valt. Oplossingen zullen met de nodige flexibiliteit op maat gemaakt moeten worden. Als een kind maar een halve dag naar school kan, zou dat toegestaan moeten worden. Als een kind het nodig heeft eerst 'alleen maar in school te zijn', voordat het misschien de klas in kan, zou dat het proberen waard zijn. Op 23 november 2018 verscheen de Kamerbrief over onderwijs en zorg. Hierin informeren minister Slob en minister De Jonge de Tweede Kamer over hoe zij de combinatie van zorg en onderwijs beter willen regelen voor kinderen met een (grote) ondersteuningsbehoefte als gevolg van cognitieve beperkingen, medische of psychische problemen, lichamelijke

¹ Definitie van pesten volgens het Nederlands Jeugdinstituut: www.nji.nl/Pesten-Probleemschets-Definitie



debet aan. Ook de kwaliteit van de ondersteuning aan ouders bij het realiseren van maatwerk voor hun kind is voor verbetering vatbaar.'

Leerrecht in plaats van leerplicht

Langzaam wordt er meer gesproken over *leerrecht* in plaats van *leerplicht*. Tot de tijd dat het leerrecht wettelijk verankerd wordt in de wet, zal het pionieren blijven om goede oplossingen te verzinnen en schooltrauma te voorkomen. Het zal altijd zo zijn dat ouders ook moeten beseffen dat helaas niet alles wat goed is voor hun kind ook praktisch uitvoerbaar is. Daarvoor ontbreken vaak het geld, de middelen en het personeel. Wel vinden wij dat begeleiders in het onderwijs de taak hebben om serieus te luisteren naar ouders en kind, omdat deze vaak al (een deel) van de mogelijke oplossing in handen hebben.

Bij serieus luisteren hoort ook het besef dat een situatie soms zo ingewikkeld is, dat niemand aan de tafel echt weet hoe deze op te lossen. De uitdaging is dan juist om allemaal eens stil te zijn en de stokpaardjes los te laten. Laat de kwetsbaarheid en het niet-weten er gewoon zijn. Voel dan de verbinding en de oplossingen komen wellicht als vanzelf naar je toe. Elk stapje is er weer een!

Bij dit artikel hoort een uitgebreide literatuurlijst, die hier te veel ruimte in beslag zou nemen. Je vindt hem in de materialenbank op www.lbbo.nl.

beperkingen of een beperkte sociaal-emotionele ontwikkeling. In de brief worden enkele actuele knelpunten besproken, waaronder: 'onduidelijkheid over ruimte voor maatwerk: er bestaat onduidelijkheid bij ouders, scholen, gemeenten en samenwerkingsverbanden over de (on)mogelijkheden omtrent maatwerk. Interpretatie van wet- en regelgeving en onbedoelde effecten van schotten tussen onderwijs en zorg zijn hier

In de materialenbank op www.lbbo.nl vind je onder meer de volgende artikelen over andere vormen van trauma:

- *Schoolbrede aandacht voor het getraumatiseerde kind (september 2018)*
- *Hoe begeleid je een getraumatiseerd kind? (maart 2017)*
- *Trauma in de klas. Tijd heelt niet alle wonden (maart 2016)*

TIP



Anton Horeweg is gedragspecialist en leraar in het basisonderwijs. Hij heeft diverse onderwijsboeken geschreven, waaronder 'Gedragsproblemen in de klas' en 'De traumasensitieve school'. Horeweg is een veelgevraagd spreker op scholen en congressen.

AUTEUR



Natasja Hoogerheide is intern begeleider op een basisschool in Rotterdam, Lansbreker, moeder van een dochter en van een zoon met autisme. Daarnaast is zij blogger bij uitgeverij Pica en bekend van de hulpvaaiers 'Autisme in de klas' en '1001 Verborgene Regels', die onder haar redactie zijn gemaakt.

AUTEUR