



## Lesgeven aan getraumatiseerde vluchtelingenjongeren

Bieke Broeckart en Sandra Konijn

Ziekenhuisschool UPC



Wat is trauma? **Trauma wordt veroorzaakt door een (reeks van) gebeurtenis(sen) die door een individu mentaal of fysiek als bedreigend worden ervaren.**

**-afhankelijk van de persoonlijke kenmerken** van de jongere, ontwikkelingsniveau en de aanwezigheid van steunfiguren.

-2/3 van de kinderen die traumatische gebeurtenissen meemaakten herstellen spontaan.

-Bij complexe trauma's kan de periode om tot spontaan herstel te komen vijf tot zeven jaar duren. Bij langdurige, herhaalde of complexe traumatische gebeurtenissen spreken we van complex trauma. Dit is meestal het geval bij leerlingen met een vluchtverhaal.

- 1. Introductie**
- 2. Window of tolerance**
- 3. Dissociatie door trauma**
- 4. Filial duty**
- 5. Tips and tricks**



# Introductie

- Wie zijn wij?
- Context en consequenties
- Wat is Paso?
- Werkwijze

Bieke Broeckaert en Sandra Konijn, leerkrachten in UPC Kortenberg, oa NT2 aan jongeren van afdeling Paso, onbegeleide minderjarige vluchtelingen  
Ziekenhuisschool : <https://ziekenhuisschool.be/ziekenhuisschool/>  
UPC Kortenberg: deel van de ziekenhuisschool UZLeuven, psychiatrische opnames van jongeren 15-19 jaar oud, in verschillende afdelingen naargelang problematiek  
Paso: <https://www.upckuleuven.be/nl/paso-info-voor-verwijzers>  
: afdeling in UPC Kortenberg waar minderjarig onbegeleide vluchtelingenjongeren met complex trauma in dagopname zijn. De jongeren wonen in 1 van 3 geselecteerde opvanghuizen (Brussel, Leuven, Mechelen) waar ze leren leven in de nieuwe maatschappij. 5 dagen per week komen ze naar Paso voor therapieën, 1 lesuur per dag komen ze vandaar naar de ziekenhuisschool voor NT2.  
: omkadering met cultureel diverse staff, cultureel medewerker, tolken. Nauwe samenwerking tussen Ziekenhuisschool, Paso, opvanghuizen e.a.  
: recent opgestart in 2021 als proefproject, samenwerking tussen Praxis P en Faculteit Psychologie, Ped. Wetenschappen KU Leuven, met financiële steun van Europees Fonds voor Asiel, Migratie en Integratie (AMIF)

# Casus 1 - Zahra

Zahra is vandaag weeral niet in de les. Ze had nochtans gisteren beloofd te komen.

Soms komt ze een hele tijd elke dag, en soms komt ze bijna niet of blijft ze maar enkele uren.

Als ze er is, is ze een erg capabele leerling. Maar de ene dag is ze vrolijk en gemotiveerd, de volgende dag kan ze bot en grof uit de hoek komen, wordt ze boos bij het aanspreken of haalt ze haar schouders op en stapt de klas uit.

Wat denk je? Wat is hier aan de hand?

# Theorie: Window of tolerance

## Definitie:

Het venster waarbinnen een persoon stress kan verdragen.

Het venster waarbinnen een leerling tijd en ruimte heeft om nieuwe informatie tot zich te nemen.

## Stressreacties wanneer een leerling buiten het venster gaat:

- Fight, flight, freeze
- Hyper-arousal (of hypo-arousal: casus 2)

## Definitie uitleg:

-Ieder persoon heeft een bepaalde marge, of raampje, waarbinnen hij stress kan verdragen. Hoe groter dit raampje, hoe meer stress men kan verdragen. Personen met een klein raampje zijn gevoeliger en sneller gespannen. Zolang de stress binnen het raampje blijft kan men redeneren, nadenken over hoe te reageren en oplossingen bedenken.

Traumatische ervaringen die nog niet verwerkt zijn of chronische stress of een trigger zorgen ervoor dat het raampje (tijdelijk) vernauwd. Leerlingen die buiten hun raampje gaan, reageren niet meer beredeneerd, maar instinctief en automatisch.

-De drie meest gekende stressreacties zijn fight, flight en freeze. In elk van deze drie reacties is er sprake van 'hyper-arousal': de hartslag gaat omhoog, de ademhaling versnelt en het bloed stroomt sneller.

Bij een vechtreactie is de leerling onrustig en gespannen. De leerling kan bijvoorbeeld plots boos of agressief reageren, slaan, roepen, schelden etc.

Bij een vluchtreactie reageert de leerling zeer alert op de omgeving en kan hij vermijdingsgedrag vertonen, bijvoorbeeld weglopen uit de klas, in een hoekje zitten, weigeren aan te kijken of opdrachten niet uitvoeren.

Bij actief bevriezen, 'bevriest' het lichaam, maar zoekt het brein naar een uitweg; alle zintuigen zijn gespannen en in een hoge staat van alertheid. De leerling kan bv. verstijven of bewegingloos blijven zitten.

(ook hypo arousal: casus 3)

Wat zien wij bij ons in de school: IIn komen weinig, vergeten snel, zijn soms weinig leerbaar (altijd de afweging of dit trauma gerelateerd is of aan de cognitieve competenties van de IIn ligt). Reageren soms onverwacht boos of gefrustreerd.

# Onderliggende oorzaken

Stressoren  
voor migratie

Stressoren  
tijdens migratie

Stressoren bij  
hervestiging

- Voor migratie: oorlog, wreedheden, ontbering, verlies of opsluiting van familieleden, verstoring van schools traject, evt verandering van rol
- Tijdens migratie: scheiding van familieleden (zowel fysiek als bv telefonisch, geen contact meer). Bedreigende levensomstandigheden en ontbering, racisme, discriminatie, onbegrip, misbruik....
- Bij hervestiging: Fout idee van 'eindelijk veilig', veel extra stressoren komen op hen af: culturele aanpassing, verblijfsonzekerheid, langdurig verblijfsvergunningproces, sociaal isolement, discriminatie, racisme, misbruik, gevisieerd door criminele netwerken, andere rol, eindelijk puber kunnen zijn...

# Kenmerken van trauma stoornissen

Slaapstoornissen

Veranderingen in gedragsregulatie

Impact op ontwikkeling eigenwaarde

Impact op interpersoonlijk vertrouwen

Op gedragsniveau: verhoogd risico naar zichzelf en anderen toe

Kenmerken van traumastornoissen: enkele uit de vele. Meest relevante eruit voor ons in de ziekenhuisschool.

Impact op Window of Tolerance is duidelijk.

-Slaaptekort: de nacht vermijden uit schrik voor nachtmerries, herbeleving (kan ook overdag), door de stad dolen, hele nacht op GSM > verstoord slaappatroon, overdag niet functioneren of moeten slapen

-Gedragsregulatie = de manier waarop een persoon zijn emoties identificeert en erop reageert. Bij complex trauma kan het identificeren van emoties zwaar verstoord zijn. Kost veel energie om uit te vissen hoe en wanneer adequaat te reageren wanneer men de emoties niet kan plaatsen.

-Impact op ontwikkeling eigenwaarde: persoonlijkheidsontwikkeling en ontwikkelingstaken verstoord tijdens de voorbije jaren en nu > wie ben ik nu, wat is mijn rol, wat is mijn taak: verwarrend en heen en weer geslingerd worden, gevoelens van schaamte of schuld > impact op zelfvertrouwen

-Interpersoonlijk vertrouwen: beschadigd door vele slechte ervaringen tijdens de voorbije jaren en nu > wantrouwen naar volwassen personen, figuren van autoriteit, mannen > algemeen vertrouwen in personen rond hen wordt daardoor geïmpacteerd, kan snel omslaan

-Gedragsniveau: verhoogd risico op automutilatie, suïcidaal gedrag, verhoogd risico op agressief gedrag, verminderde schoolse prestaties, relationele problemen met volwassenen en leeftijdsgenoten, impact op lichamelijke gezondheid



# Wat doe ik nu?

- Besef dat je eerste reactie uit emoties voortkomt, haal adem, wacht even en evalueer
- Activeer je voorkennis over de jongere en het theoretisch kader
- Straal rust uit, gebruik humor
- Stress verlagende maatregelen.
- Observeer en informeer.

-Observeer: wat is de trigger? Is de reactie altijd zo? Reageert IIn altijd fysiek/verbaal? Wordt de agressie intenser in de tijd?

-Stress verlagende maatregelen: Straffen of belonen heeft geen zin bij een stressreactie. De IIn die uit hun window gaan, functioneren in overlevingsmodus. Ze reageren automatisch en begrijpen zelf niet waar hun gedrag vandaan komt of waar ze op reageren. Het is een onbewuste reactie van het stresssysteem.

-Stress verlagende maatregelen, voorbeelden: terugvallen op een gekende routine, aandacht verleggen naar andere leerling, tijd en ruimte geven, vriendelijke aandacht van een afstand. Geen time out maar een rustruimte om zich terug te trekken.

Observeer en informeer: geef steeds informatie door aan de collega's, leerlingbegeleiding, CLB

# Wat doe ik volgende les?

- Verantwoordelijkheid geven over afspraken
- Doelen duiden
- Kleine successen mogelijk maken
- Variatie!

-geef de lln voor een deel verantwoordelijkheid over de les. Bv. probeer 10 minuten. Je mag hier dan niet over gaan. Check na 10 min of het nog gaat en of we nog wat langer gaan proberen.

-OPGELET! Als je een afspraak maakt met een leerling en je komt deze niet na, kan het er toe leiden dat hij dat ziet als een vertrouwensbreuk

-met jongeren die iets meer taal hebben, kun je ook duiden over welke doelen het gaat, wat we willen bereiken met een bepaalde les. Dit helpt de jongeren om het overzicht te houden en zich op kleinere doelen te kunnen focussen, kleine successen

-Heel veel variatie in lesvormen! vnl tss stilzitten en actief bezig zijn

## Casus 2 - Najib

Leerling Najib werkt in het begin van de les goed mee. Even later zit hij glazig voor zich uit te staren en is duidelijk niet meer bij de les. Bij aanspreking reageert hij niet.

Je gaat naar Najib en tikt hem op de schouder. Hij kijkt je plots heel intens aan en toch heb je het gevoel dat hij je niet echt ziet. Hij zegt rare dingen in antwoord op je vragen.

Wat denk je? Wat is hier aan de hand?

Dit kunnen ook signalen zijn van een beginnende dissociatieve episode. (volgende slide)

# Theorie: Window of tolerance

## Definitie:

Het venster waarbinnen een persoon stress kan verdragen.

Het venster waarbinnen een leerling tijd en ruimte heeft om nieuwe informatie tot zich te nemen.

## Stressreacties wanneer een leerling buiten het venster gaat:

- Fight, flight, freeze (hyper arousal)
- **Hypo-arousal**

-Mogelijkheid: Zie window of tolerance,

-De drie meest gekende stressreacties zijn fight, flight en freeze. In elk van deze drie reacties is er sprake van 'hyper-arousal'

-Hypo-arousal:

Wanneer stress erg hoog is kunnen leerlingen ook in een staat van 'hypo-arousal' gaan: de ademhaling vertraagt en de bloeddruk verlaagt. Men sluit zich dan af van de mensen of gebeurtenissen rondom en het contact met de realiteit vervaagt. Bij passief bevriezen verstijft de leerling en worden externe prikkels buitengesloten. Leerlingen functioneren op een basaal niveau, gericht op overleven. De leerling staart bv. voor zich uit of het lijkt dat de leerling helemaal geen interesse heeft in wat je vertelt. Bij submissie gaat de leerling zich, als op automatische piloot, overdreven aanpassen aan de omgeving. (wenselijk gedrag)

# Theorie: Dissociatie door trauma

## Manifestaties

- “thousand mile stare”
- Niet reageren op omgeving
- Evt. tegen zichzelf praten/rare dingen zeggen/zichzelf pijnigen
- ➔ Zo snel mogelijk leerling in veiligheid brengen om erger te vermijden!
- Kan leiden tot een dissociatie

-Manifestaties: Wat zien we? De lIn heeft de ogen nog open, maar ziet eigenlijk niets meer, toch niet de omgeving waarin hij zich momenteel bevindt

-Bij het aanspreken van de leerling krijg je geen reactie. Ook geluid lijkt niet meer door te dringen. Het kan ook zo zijn dat de lIn tegen zichzelf praat of zichzelf begint te pijnigen.

Bij dissociatie zit de leerling in een andere omgeving en ziet hij dingen die er niet zijn. Hij is in een andere realiteit (In een latere fase kan hij herbeleven wat hij eerder heeft meegemaakt.)

Wanneer je weet dat een lIn eerder dissocieerde, leer de eerste signalen herkennen. Hoe sneller je de lIn in een veilige (professionele) plaats brengt, hoe beter hij geholpen kan worden door de juiste personen. Zorg dat de afspraken binnen de school gekend zijn.

## Wat doe ik?

Probeer connectie te maken met zintuiglijke waarnemingen

Blijf zelf heel rustig

Blijf spreken en hou contact vast

Zorg dat de leerling bij de juiste persoon terecht komt

Tips om te reageren op een mogelijk begin van dissociatie:

-Connectie met zintuiglijke waarnemingen: met het doel de lln in het hier en nu te houden tot hij geholpen kan worden. Bijvoorbeeld: tel alle blauwe voorwerpen. Drink een glas water en zeg wat je voelt. Laat hem met een pen op zijn hand tikken.

-Leerling heeft professionele hulp nodig. Weet wat de afspraken zijn binnen de school en wie de te contacteren personen zijn. Heeft de leerling een vertrouwenspersoon? Laat ze komen of breng de leerling naar hen.

NB We hoeven niet altijd alle informatie te hebben over de achtergrond van de leerling. Leerkrachten op need-to-know-basis, brugfiguur (of leerlingbegeleider, CLB) selecteert informatie op die basis.

## Casus 3 - Sadiq

Sadiq hangt weer de clown uit, hij trekt gekke bekken en lacht luid om zichzelf. Hij gaat op de bank liggen en wil zo de les volgen. Hij antwoordt steeds in Pashtu.

Vorige les was hij een voorbeeldige leerling. Hij was aandachtig en werkte actief mee. Hij toonde veel interesse voor de verhalen van de leerkracht over België en stelde zelf relevante vragen.

De leerkracht weet nooit welke Sadiq ze in de klas zal te zien krijgen.

Wat denk je? Wat is hier aan de hand?

De nuancering dat een bepaald gedrag niet per se moet wijzen op een trauma of bepaalde achtergrond. Verschillende eerder besproken factoren kunnen hier meespelen. Het is duidelijk dat Sadiq met een innerlijk conflict worstelt.

# Theorie: Filial duty

**Definitie: de verantwoordelijkheden die de jongere heeft ten opzichte van zijn ouders.**

- Culturele verschillen in ontwikkelingstaken en rolverdeling
- Veranderingen tijdens de reis
- Cultuurverandering en aanpassing aan de gastmaatschappij
- Ambivalentie tussen culturele verandering en continuïteit in ballingschap

-Een zeer herkenbaar conflict, zeker bij de jongens: In de (Afghaanse) cultuur hebben de oudste zonen een andere rol dan in de westerse cultuur. (Ook meisjes hebben zeer duidelijke verantwoordelijkheden.)

-Veranderingen tijdens de reis: ze zijn ineens van kind naar man gegaan zonder tussenfase van puberteit.

-Bij aankomst in de 'gastmaatschappij' worden er weer andere zaken van hen verwacht: gezinshereniging, financiële ondersteuning. De regelgeving van het gastland maakt dit moeilijk. (schoolplicht, procedure, toelages of niet)

-Ambivalentie: enerzijds willen/moeten ze zich aanpassen aan de gastmaatschappij, anderzijds willen/moeten ze hun culturele identificatie behouden. Brengt stress en loyaliteitsconflicten teweeg.



# Tips & tricks

- Flexibiliteit: reageer op signalen in de klas
- Positieve feedback
- Gezichtsverlies vermijden
- Interesse in thuistaal & -cultuur
- Humor
- Gevoeligheid voor bepaalde thema's
- Praten lucht niet altijd op
- Ga niet altijd uit van trauma
- Neem het niet persoonlijk
- Professionele afstand in nabijheid

## Algemeen/TIPS:

-Flexibiliteit: bv: Iln wrijft over zijn hoofd, ogen, geeuwen, !!! Als window of tolerance op is, kun je niet verder gaan. Je kunt dan nog wel iets doen samen, maar er is geen ruimte om nog iets te leren op dat moment. Zorg dat je andere opties klaar hebt. Actieve opties.

-Gebrek aan zelfvertrouwen ⇒ superveel positieve feedback geven. Het kleinste beetje positief helpt, kleine succeservaringen geven, specifieke en persoonlijke complimentjes

-Gezichtsverlies vermijden: nooit opzetten voor failure, heel gevoelig voor gezichtsverlies tov de groep, weet wat je vraagt aan elke leerling, weet welke taak hij aankan

-Interesse stellen in de cultuur: bv vragen hoe ze dat in hun taal zeggen. Informeer je. Respect vanuit niet-weten is niet voldoende.

-Gevoel voor humor!!!! Universele taal. Haalt spanning weg, kan stressniveau verlagen, endorfines.

-Gevoeligheid voor bepaalde onderwerpen: bv familie (onze ervaring bij ZHS)

-Praten lucht niet altijd op: hart luchten ligt anders wanneer er sprake is van complex trauma. Wanneer leerlingen in een rustige toestand spontaan over hun vluchtverhaal vertellen kan je als leerkracht gerust een luisterend oor bieden. Blijf niet stilstaan bij de beleving van de gebeurtenissen, maar focus op hoe ze verder gegaan zijn. Als de leerling vanuit een geagiteerde toestand zijn verhaal doet en overspoeld wordt door lichaamssensaties, gevoelens van machteloosheid en angst, is er sprake van herbeleving. Het is nodig om de leerling zo snel mogelijk terug rustig te laten worden. (in Paso:

jongeren moeten leren bij wie ze hun verhaal kunnen neerleggen) (oversharing)

- Ga niet altijd uit van trauma: veel andere omstandigheden kunnen invloed hebben op het gedrag van de jongeren, net zoals bij elke adolescent (verliefdheid, hormonen, moeilijke dag, honger,...)
- Niet persoonlijk: Hou steeds de omkadering van deze jongeren voor ogen wanneer ze moeilijk tegen je doen. Het is niet persoonlijk, neem het ook niet zo op. Praat met een collega wanneer je het nodig hebt. Herbegin altijd volledig opnieuw bij de volgende les. Een herstelbeweging mag op een bepaald moment verwacht worden van een leerling (moet geleerd worden)
- Professionele afstand in nabijheid: mannelijke Ik >posturing >jonge Ik: niet serieus nemen/beslissingen aanvechten/ oudere Ik > bedreigende figuur van autoriteit, wantrouwen. Vrouwelijke Ik >adolescente jongens kunnen nabijheid en vriendelijkheid verwarren met interesse, ruimte voor ontplooiing seksualiteit en verliefde gevoelens, kan heftig zijn, afwijzing voelen



## Succes met je reis als leerkracht van vluchtelingenjongeren!

## bronnen

- Inhouse workshop ZHS Kortenberg door Jakob Verstele, Jeugdpsychiatrie UPC  
KULeuven/Paso  
'Jongeren van Paso binnen een schoolse context '
- <https://www.studocu.com/nl-be/document/karel-de-grote-hogeschool/sociale-psychologie/trauma-en-cultuursensitief-werken-bij-leerlingen-met-een-vluchtverhaal-en-anderen-11-13/24074229>
- Meer info kan je vinden op:  
<https://onderwijs.vlaanderen.be/nl/omgaan-met-trauma>