

De traumasensitieve school
Stap voor stap naar traumasensitief onderwijs

Anton Horeweg,
leerkracht, gedragspecialist (MSEN)

www.gedragsproblemenindeklas.nl



1



Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

2

We bekijken

- Aces en trauma
- Invloed op brein, lijf en ontwikkelingstaken
- Window of Tolerance
- Belang van SEL
- Wat zie je in de klas
- De rol van lerarenondersteuner, directie, zorgcoördinator, leraar



3

Wat is een traumasensitieve school?

- Kennis
- SEL
- Denkwijze

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

4

Ace study (Felitti et al 1998)
Adverse Childhood Experiences

- Mishandeling/verwaarlozing
- Seksueel misbruik
- Ouders ernstig ziek/overleden
- Huiselijk geweld /(v)echtscheiding
- Alcohol/ drugs misbruik van ouders
- Psychiatrische aandoening ouders
- Ouder(s) in de gevangenis/ uit huisplaatsing
- Bedreiging met wapen

5

ACE's in algemene populatie

• 44,5% tot 61,5%

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

6

ACE's in Vlaanderen

- Eén ACE: ?
- Vier of meer: 12%
- Aantal meldingen bij Vertrouwenscentra Kindermishandeling: 7.674 (2022)
- Bij het CLB (Centrum Leerlingen Begeleiding) 10.704 (2022)
- Cijfers lopen op: 33.000 kinderen (2022)*
- De cijfers niet zomaar optellen. Soms op verschillende plekken gemeld.

<https://www.sos-kinderdorpen.be/files/memorandum-sos-kinderdorpen-belgie-65280b705e7af.pdf>
<https://www.eerstelijnszone.be/projectoproep-overhoop>

7

Wel aces, niet in de ACE-study

- **Vluchteling**
- Arbeidsmigrant
- Ernstig en langdurig gepest worden
- **Armoede**
- Corona pandemie
- **Discriminatie**

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

8

Gevolgen op lange termijn

- Psychische problemen
- hart-, long- en vaatziekten
- Overgewicht
- Depressie
- Verslaving
- Leer- en gedragsproblemen

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

9

ACE's

- Mishandeling, seksueel misbruik
- Pleegkinderen en adoptiekinderen
- Gezinnen met huiselijk geweld
- KOPP/KOV-kinderen
- Kinderen/jongeren langdurig zieke ouder
- Gedetineerde ouder
- Gepest worden ('juice-kanaal', A.I)
- Kinderen/jongeren in armoede

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

10

Kindermishandeling

- Enquête van Defence for Children International:
- Helpt Belgische bevolking vindt het gepast een kind te slaan (2021).

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

11

Kindermishandeling

- Fysieke mishandeling
- Fysieke verwaarlozing
- Emotionele verwaarlozing
- Emotionele mishandeling
- Seksueel misbruik, (ook online!)
- Getuige zijn huiselijk geweld
- Vechtscheiding

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

12

'Minder bekende' vormen

- Sibling geweld
- Coercive control
- KMdF (Münchhausen by proxy)
- Eerwraak, meisjesbesnijdenis

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

13

Mogelijke antwoorden

- Ik ben de enige
- Ik verdien dit
- Alle ouders doen zo
- Het is mijn schuld
- Ik schaam me
- Ik ben minder dan anderen

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

14

Aces en onderbuikgevoel



Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

15

ACE → (psycho) trauma

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school
Herzane Editie

16

Psycho trauma

- Gebeurtenis
- levensbedreigend
 - machteloos
 - overweldigend

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

17

Typen trauma

- Enkelvoudig trauma
- Chronisch trauma
- Vroegkinderlijk trauma (ontwikkelingstrauma)

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

18

Kans op trauma groter

- Jonger
- Slachtoffer/ getuige geweld tussen mensen
- Verraad door of verlies van gehechtheidspersoon
- 'langdurig, vaker voorkomend, heftig'
- Voorgeschiedenis jongere 'problematisch'
- **Geen steunende volwassene**

19

Risicofactoren trauma (ouderfactoren)

- Ouders getraumatiseerd
- Ouders psychische problematiek
- Tienermoeders

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

20

Herkennen?

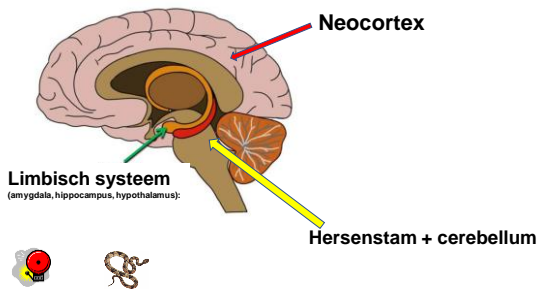
Elk gedrag



Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

21

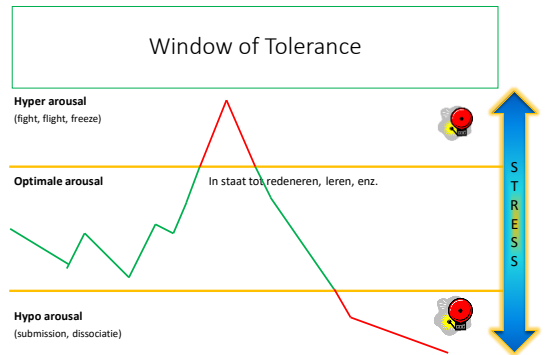
Hoe ontstaat dit gedrag? (triune brein)



Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

23

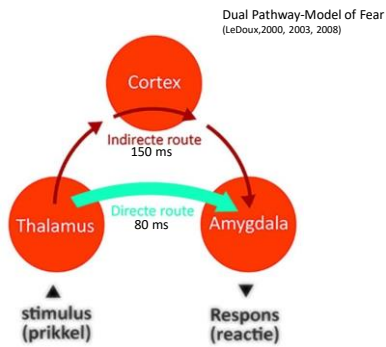
22



© Horeweg, A. (2024). De traumasensitieve school. Anders kijken naar gedrag. Leuven: LannooCampus.

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

24



Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

25

Wat het brein 'ziet'

- Mimiek
- Houding
- Beweging
- 'Tone of voice'
- Blickveld

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

26

Toxische stress tijdens de kindertijd schaadt

- Breinontwikkeling
- Zenuwstelsel
- endocriene- en immuunsysteem
- fysieke structuur van DNA (epigenetische effecten)

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

27

Wat merk je in de groep van toxische stress?

- Slechte zelfregulatie
- Slecht werkgeheugen
- Slechte concentratie
- Slechtere relationele vaardigheden

En uiteindelijk ook

- Verminderde motivatie
- Versplinterd zelfbeeld
- Depressie, suïcide gedachten

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

28

- Wat kun je doen in de klas?

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

29



Wondermiddel

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

30



Bron: keesvanoverveld.nl

31

Van coregulatie naar emotieregulatie

- Leren zelf stress te verlagen
- Begrijpen emoties
- Emotietaal
- Leren reguleren (inner speech; ademhaling, gedrag)
- Probleemoplossend vermogen

- Nodig: volwassene

33

Stress verlagen

- Bewegen
- Praten
- Complimenten over geleverde inspanning (niet het resultaat)
- Hulp bij plannen
- Zie voor ideeën <https://www.ncj.nl/je-brein-de-baas/lespakket/stress-onder-controle/>



35

Wat coregulatie is	Wat coregulatie niet is
Compassie voor de worsteling van het kind	Gehoorzaamheid eisen
Regulatie door relatie	Gedraggericht (niet op wat er achter zit)
Jouw kalmte 'uitlenen'	Boos reageren
Connectie door nieuwsgierigheid: 'Wat gebeurde er?'	De oorzaak al zeker weten
Zachte, vriendelijke toon	Boosheid, sarcasme, oordelen, beschuldigen
Praten op ooghoogte of naast elkaar	Kind wegsturen, op de 'nadenkstoel' zetten
Emotionele en fysieke veiligheid uitstralen	Onvoorspelbaar reageren
Verantwoordelijkheid leren nemen	Alles goed vinden

32

Emotieregulatie

- Taal is sleutel
- Benoem emoties
- Vertel hoe je dat weet

34

Safeplaces

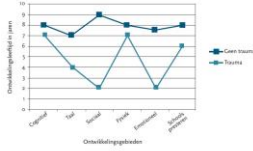


Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

36

Ontwikkelingsgebieden die lijden onder ACE's/trauma

- Cognitief
- Taalontwikkeling
- Sociaal
- Emotioneel
- Fysiek
- Academisch

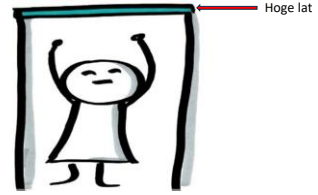


Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

37

Leerproblemen

- Geen oorzaak-gevolg zien/chaotisch denkpatroon/slecht WG /veel aansporing nodig



Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

38

Wat kan de leraar doen?

- Korter praten
- Vaker herhalen
- Veel CvB-vragen stellen
- Scaffolding (extra)
- Routines hanteren

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

39

Onduidelijk = 'onveilig'



Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

40

Waarom is dit belangrijk?

- Structureren
- 'Duidelijker zijn'
- Schoolbreed?

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

41

Routines: Welke routines zie jij op jouw school? Welke vind je nodig?

Mogelijke routines VO!		
Gedrag bij binnenkomst	Hulp vragen aan lkr.	Geluidsniveau tijdens werken
Stil? Spullen klaarleggen?	Gebruik wisbordjes	Leswisselingen + verplaatsing naar ander lokaal
Spullen pakken (welke?)	Datum/les bij werk	Einde les (bel? teken docent?)
Petjes, oortjes, tassen	Toiletgebruik	Huiswerk inleveren
Uitdelen materiaal	Aantekeningen maken	Huiswerk noteren
Over de gang lopen	Overleg klasgenoten	Huiswerk maken
Gedrag schoolplein	Door de klas lopen	Bron: Horeweg, A. (2024). De traumasensitieve school. Herziene en uitgebreide versie. Lannoo-campus
Werk inleveren	Deelnemen aan klassengesprek	
Hoe laat je je werkplek achter?		

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

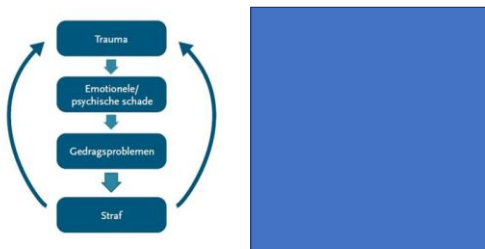
42

Wat de leerling nodig heeft

- Rustige klas/ kalme docent
- Weinig prikkels
- Ruimte om te ontladen
- Kleine haalbare stapjes
- Beperkte keuzes
- Een leraar die laat merken dat je er toe doet!

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

43



De traumacirkels voor externaliserend gedrag¹⁰³¹ en internaliserend gedrag.¹⁰³²

45

'Probleem'

- Gedrag ontstaan door trigger, kan niet afgeleerd worden met belonen/straffen
- Enige oplossing: 'voorkomen' door veilige omgeving en ontspanningsoefeningen

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

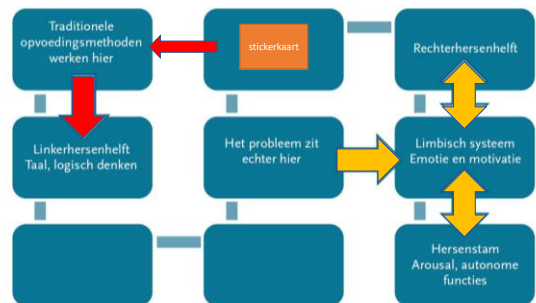
47

Acting out gedrag en dan?

- Handhaaf grenzen
- Gesprek (later)
- Kans op herstel 'schade'
- Jouw boosheid, eruit sturen, straf geven, activeert de traumacirkel

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

44



Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

46

De koffer van Aleksandr en Ijahé

Overtuigingen en verwachtingen over:

- zichzelf
- anderen
- de wereld



Coppers, L. (2015) Leegven aan getraumatiseerde kinderen

48



49

Waarom doet hij dat? Triggers

- Gedrag door triggers
- Triggers zijn vaak *onbewust!*
- Daarnaast: gebrekkige emotieregulatie/zwakke inhibitie

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

50

Triggers in de klas

- Onduidelijke gedragsverwachtingen
- Dwingende opdrachten
- Correctie
- Lesovergangen
- Afwijken routines
- Provocatie klasgenoten
- Dingen die je aan trauma doen denken

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

51

Triggers door leraar

- Boos oogcontact
- Stem verheffen
- Boze toon
- Dreigen
- Straf
- Preken
- Kleineren
- Sarcasme, cynisme
- Kritiek
- Discussie
- Veel woorden gebruiken

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

52

Voorbeelden van triggers

- Schreeuwen, aangeraakt worden, ruziënde mensen, stilte, alleen zijn, iemand die boos kijkt, iemand die te dichtbij komt, iemand die in je ogen kijkt, omkleden bij gym, naar voren geroepen worden in de klas, een bepaalde geur, een bepaald geluid, politie of anderen in uniform, hard stemgeluid, iemand die op een bepaald persoon lijkt, bepaalde gedachten, herinneringen, beelden op tv;
- Zelfs een zonnige dag kan een trigger zijn....

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

53

Is hij helemaal gek geworden?? Kijk nu met een traumabril:

- Wat is er echt aan de hand?
- Wat heeft deze leerling nodig?
- Kan ik mijn perspectief aanpassen?
- Welke trigger zie ik over het hoofd?
 - Is de opdracht de oorzaak?
 - Heb ik iets gezegd dat dit gedrag veroorzaakt?
 - Heeft een klasgenoot iets gezegd of gedaan?
 - Of dacht de leerling aan een nare ervaring?

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

54

Psycho-educatie

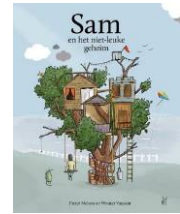
Psycho-educatie draagt bij aan

- preventie
 - versterken veerkracht
- Veerkracht is ook nodig bij leren!

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

55

Hoe? Klas 1 t/m 6



Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

56

Handle with care

Sinds maart 2023

- i.s.m.
- Vlaams Expertisecentrum Kindermishandeling (VECK)
- Gezondheidsnetwerk
- PANGG 0-18
- Lokale politie, het parket en plaatselijke hulpverleners
- Lagere scholen de regio Mechelen

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

58

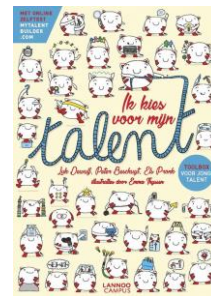
De school als poort naar landelijke organisaties

- Tumult
- Weg-Wijzers
- De Katrol
- Ff zoeken p273

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

59

Sterke kanten ontdekken

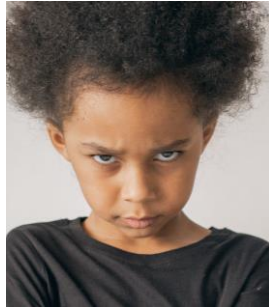


Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

60

Je hebt gekozen

- 1. Meedoen of eruit
- 2. Thee drinken en praten
- 3. Naar directie sturen: wie niet horen wil...
- 4. Negeren
- 5. Expert van Steunpunt invliegen



Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

61

Conclusie

- We weten vaak niet van de ACE/ het trauma
- Bij LVB jongeren komen aces/trauma veel meer voor/impact is groter.
- 'De traumasensitieve school' is een *denkwijze*
- Een traumasensitieve school maak je alleen met *alle* personeelsleden
- Traumasensitief werken (traumabril) is een weg met veel hobbels
- Bedenk: veel jongeren hebben niemand anders!!

Anton Horeweg (2024) De traumasensitieve school

62



63