

# Omgaan met mogelijke psychotrauma's

Een veel gestelde vraag van docenten is hoe ze moeten omgaan met mogelijke psychotrauma's van vluchtelingenkinderen. Hieronder achtergronden en een korte handreiking<sup>1</sup> van de hand van Bram Tuk, werkzaam bij Pharos. Pharos heeft veel ervaring en kennis op het terrein van de gezondheid en socialemotionele begeleiding van vluchtelingen- en nieuwkomerskinderen.

## Vluchtelingenkinderen op school

Circa een op de drie vluchtelingen is minderjarig. Deze kinderen en jongeren willen niets liever dan weer naar school gaan. Een van de meest gehoorde motieven van ouders om naar West Europa te vluchten, is dat hun kinderen hier weer een toekomst hebben. In Syrië ging tot 2011 97% van de kinderen naar de basisschool. Twee derde van de Syrische jeugd bezocht een middelbare school. Door de huidige oorlogsomstandigheden is meer dan de helft van deze kinderen van onderwijs verstoken geweest (Unicef, 2013). Waar vluchtelingen ook vandaan komen, zij starten met hoge verwachtingen. Docenten beamen die leergierigheid.

### Een normaal leven

De psychische gezondheid van kinderen hangt in sterke mate af van die van hun ouders. Als ouders van vluchtelingenkinderen na langere periodes van onzekerheid hun zelfvertrouwen als opvoeder terug krijgen, heeft het grootste deel van deze kinderen geen specialistische hulp nodig. Vluchtelingenkinderen en hun ouders willen vooral een zo normaal mogelijk leven. Weer naar school gaan is daar een belangrijk onderdeel van. Voor kinderen en ouders is het de poort naar de nieuwe samenleving. Maar het is meer dan dat. Schoolgaan is voor kinderen die nare en soms schokkende gebeurtenissen meemaakten helend. Ook Isk-docenten benadrukken dat vluchtelingenkinderen meer dan de andere nieuwkomers in de klas psycho-

sociale problemen hebben, maar ook dat ze uitermate veerkrachtig zijn. Als leerlingen zich thuis voelen op school, hebben zij bijvoorbeeld een lagere kans op posttraumatische stress, depressie en angsten (Fazel e.a., 2011). Zich thuisvoelen op school wordt versterkt door docenten die geïnteresseerd zijn in de achtergronden van hun leerlingen. Leerlingen waarderen het als zij hun persoonlijke verhalen met elkaar en met de docenten kunnen delen. Wat zijn de kenmerken van de vluchtelingenkinderen die nu naar Nederland komen?

### Vluchtelingenstress

In onderzoeksliteratuur over migratiemotieven wordt vaak gesproken over de combinatie van push- en pullfactoren. **Pushfactoren** zijn de redenen om ergens vandaan te gaan. **Pullfactoren** zijn de redenen om ergens heen te gaan. Leerlingen met een vluchtelingenachtergrond reisden vooral ergens vandaan. Het gaat om gedwongen migratie. Vluchtelingen kunnen daarbij met een reeks van ingrijpende gebeurtenissen te maken hebben gehad, terwijl in Nederland natuurlijke steunbronnen als familienetwerken en vrienden vaak nog ontbreken.

### Toevallig Nederland

Niet kinderen, maar hun ouders, familie of dorpsgenoten kiezen meestal een land om naar toe te vluchten. De ouders van kinderen die vluchten, hebben wel een bestemming op het oog, maar die is vaak ingegeven door

**Als leerlingen zich thuis voelen op school, hebben zij een lagere kans op posttraumatische stress, depressie en angsten**



wat mensensmokkelaars adviseren. Reisagenten kiezen landen waar de kans op toelating het grootst lijkt, maar immigratiediensten en douaniers houden mensen soms tegen bij grenzen en op luchthavens. Daardoor vraagt een aantal van hen uiteindelijk elders dan gepland asiel aan. Door het gedwongen karakter van het vertrek en door de toevalligheid van de plaats waar zij neerstreken, is de vraag 'wil ik in dit nieuwe land mijn toekomst opbouwen?' voor vluchtelingen geen gemakkelijke. Er is opluchting, er zijn hoge verwachtingen, maar de twijfel kan toeslaan als kinderen en ouders zich realiseren hoe groot de achterstand is die kinderen hebben. Een nieuwe taal leren en onderwijsachterstanden inhalen vraagt veel. Ouders vragen zich vaak af, ook al hadden ze nauwelijks een keuze, heb ik er goed aan gedaan om te vluchten. Leerlingen denken ook na of hier hun toekomst ligt. School kan een rol spelen om met leerlingen die existentiële vragen te verkennen en voorlopig te beantwoorden.

### Specifieke bedreigende factoren

- Oorlogshandelingen als beschietingen, bombardementen, het vernietigen van huizen, verkrachtingen, of een gewelddadige dood van familieleden zijn ingrijpend. Ook tijdens hun vlucht of in een doorgangskamp kunnen kinderen te maken hebben gehad met extreme gebeurtenissen zoals verdrinking of seksueel geweld. Met name de jongeren die zonder ouders hier asiel aanvragen, de zogenaamde Alleenstaande Minderjarige Vreemdelin-

gen (Amv) kunnen te maken hebben gehad met seksueel geweld (Bean, 2005). Zowel meisjes als jongens.

- Kinderen raken door vaak verhuizen hun sociale relaties kwijt. Als reactie zijn kinderen soms terughoudend in het opnieuw aangaan van vriendschappen. Ze maken zich ook zorgen over stress van andere familieleden (Goosen e.a., 2013). Psychische problemen van ouders en angst om teruggestuurd te worden kunnen kinderen erg belasten.
- Verblijf in een detentiecentrum, waar (afgewezen) asielzoekers mee te maken kunnen krijgen, leidt bij kinderen tot heel veel stress (Nielsen e.a., 2009).
- Ook al hebben ouders en kinderen een verblijfsvergunning, moeilijkheden zoals discriminatie, werkloosheid en een beperkte beheersing van het Nederlands beïnvloeden de gezondheid van vluchtelingen negatief (Goosen, 2014). Dat leidt ook bij de kinderen tot stress.

De hiergenoemde factoren betekenen dat het aan te raden is dat scholen zicht krijgen op de sociale omstandigheden en dat de (preventieve) zorg goed georganiseerd is.

### De verwerking van schokkende ervaringen

Schokkende ervaringen worden pas traumatisch genoemd als er daardoor ernstige psychische en/of lichamelijke klachten zijn die in een bepaald patroon en lang voortduren. Dat wordt een **posttraumatische stressstoornis** (PTSS) genoemd. Vaak gaat die samen met depressieve klachten, slaap-

problemen en angst. Er zijn grote verschillen in de individuele verwerking van schokkende gebeurtenissen. Slachtoffers worstelen met vragen als: hoe kon dit gebeuren en waarom moest dit juist mij overkomen? Het zelfbeeld kan veranderen door bijvoorbeeld een gevoel van 'overlevingsschuld'. Soms hebben kinderen noodgedwongen voortijdig een volwassen rol moeten aannemen. Het beeld van 'volwassenen' wijzigt omdat het vertrouwen in hen aangetast of verdwenen kan zijn. Door gevoelens van onveiligheid en onzekerheid zien kinderen de toekomst soms somber in. Toch herstelt het allergrootste deel van de kinderen op langere termijn zonder professionele hulp. Dat gold ook voor Cambodjaanse, Chileense en Bosnische kinderen (Hjern, 2005).

### Gewone klachten vanwege bijzondere situatie

Klachten als schrikachtig, angstig en somber zijn, zijn vaak tijdelijk en horen bij een normaal proces van verwerking. Als het dagelijks functioneren ernstig belemmerd wordt en de klachten langer dan enkele maanden duren, dient hulp gezocht te worden. Extreme gebeurtenissen als oorlogsgeweld, marteling, moord en verkrachting laten meestal blijvende sporen achter en hebben soms invloed op de verdere levensloop. Die invloed kan ook positief zijn. Slachtoffers geven bijvoorbeeld aan dat zij bewustere keuzes zijn gaan maken in hun bestaan. Vluchtelingenjongeren blijken vaak een voorkeur te hebben voor een beroep waarbij zij anderen kunnen helpen.

### Hoe verwerken kinderen?

Individuele eigenschappen als psychische gezondheid, veerkracht, humor, intelligentie en probleemoplossend vermogen helpen om schokkende gebeurtenissen te kunnen verwerken.

Als de nieuwkomer steun ervaart in de omgeving, dan nemen veer- en draagkracht toe. Het steunt jongeren bijvoorbeeld als zij regelmatig hun eigen taal kunnen spreken, zonder al te grote hindernissen hun godsdienst kunnen beleven en 'vertrouwd' voedsel kunnen kopen en klaarmaken. Dergelijke zaken verzachten de heimwee. De belangrijkste steun krijgen kinderen van ouders. Als kinderen binnen het gezin adequate verzorging krijgen en er een ondersteunende en flexibele structuur is, loopt een kind

minder risico's getraumatiseerd te raken. Vluchtelingenjongeren geven soms aan dat zij hun eigen boontjes willen doppen. Hoe zelfstandig ze kunnen zijn of lijken, blijf ouders toch aanspreken en informeren. Met plezier naar school gaan helpt om nare herinneringen te doen verdwijnen mits leerlingen zich veilig voelen.

### Steun van familie, vrienden, lot- en landgenoten

Vrienden en familie, maar ook landgenoten, kerk of moskee en Nederlandse 'omstanders' kunnen een beschermend netwerk vormen. Deel uitmaken van een gemeenschap is een bepalende factor om extreme gebeurtenissen te kunnen verwerken.

### Voorzieningen voor Amv's

Voor de Amv's bestaan in Nederland specifieke opvang- en begeleidingsinstanties zoals Nidos. Die spelen een belangrijke ondersteunende rol omdat ze jongeren behulpzaam zijn met praktische zaken als een tijdelijke verblijfsvergunning en het vinden van onderdak. Dit steunende netwerk neemt af op het moment dat deze organisaties vanwege de meerderjarigheid van de Amv zich terugtrekken.

### Sociale steun van landgenoten belangrijk maar nog niet vanzelfsprekend

Vluchtelingengroepen verblijven nog relatief kort in de Nederlandse samenleving en eigen organisaties spelen in vergelijking met andere migrantenorganisaties vaak nog een beperkte rol. Politieke, religieuze en etnische verschillen leiden soms tot tweedracht in vluchtelingengroepen. Oudere kinderen kunnen desondanks veel steun ervaren van deel uit maken van een geloofsgemeenschap. Maatjesprojecten en mentorprojecten waarbij hoger opgeleide in Nederland geboren jongeren praktische en sociale steun bieden, zijn vaak uitermate waardevol.

### De oorlog uit het kind halen

De Nederlandse organisatie WAR CHILD heeft als missie om 'de oorlog uit het kind te halen'. Dat doen zij onder andere door de psychologische en sociale ontwikkeling van oorlogskinderen te stimuleren. Maar ook 'gewoon' onderwijs biedt tegenwicht voor oorlogsherinneringen. Wel dienen docenten leerlingen het signaal te geven dat als leerlingen dat willen, zij

persoonlijke ervaringen binnen en buiten de klas mogen delen.

### TIPS VOOR SCHOLEN

- Ouders hebben vooral behoefte hun taak als opvoeder weer goed op te kunnen pakken. Kinderen willen niets liever dan dat hun ouders weer 'gewone' ouders worden. Vluchtelingenouders zijn onbekend met het Nederlands onderwijs en (gezondheids)voorzieningen voor kinderen en hebben daarom baat bij informatie over het Nederlandse onderwijssysteem, opvoeden, de gezondheidszorg en wat de Nederlandse samenleving van ouders verwacht. Zoek partners als wijkteams en vluchtelingenwerk om voorlichting hierover ook op school te organiseren.
- Neem bij het inschrijven van kinderen op school de tijd om voldoende informatie te verzamelen over de gezinssituatie en de achtergrond van het kind en de familie.
- Voor vluchtelingenkinderen is sociale veiligheid nog belangrijker dan voor andere kinderen. Preventie van pesten en discriminatie is voor deze kinderen die in het verleden vaak veel onveiligheid meemaakten belangrijk.
- Sociale steun versterken doen scholen door in klassen extra aandacht te besteden aan sociaal emotionele ontwikkeling of door maatjesprojecten binnen of rondom de school te organiseren. Culturele activiteiten en bijvoorbeeld 'koffieochtenden' verbinden onderwijsteam, ouders en kinderen.

### GEZONDHEID

- Zeker in de beginperiode zijn er veel kinderen met psychische en lichamelijke klachten. Veel van die klachten horen bij de normale verwerking. Bijvoorbeeld (opnieuw) bedplassen, angstdromen en verlatingsangst.
- Maak vooral gebruik van bestaande organisaties zoals de jeugdgezondheidszorg (JGZ), zorginstanties op scholen en sociale wijkteams. Scholen kunnen zelf het voortouw nemen om deze instanties aan te spreken. Soms kopen scholen bijvoorbeeld extra schoolmaatschappelijk werk in.
- Zorg ervoor dat ieder nieuw vluchtelingkind in de klas, als dat niet eerder in een opvangcentrum al gebeurd is, een gezondheidscheck van de JGZ krijgt. Zij hebben de taak om de ontwikkeling en gezondheid van kinderen te volgen, voorlichting te geven, te adviseren en hulp te organiseren.
- Nederland is vrijwel uniek in de vanzelfsprekendheid van seksuele vorming thuis

en op school. Nieuwkomers zijn niet vanzelfsprekend zelfstandig en weerbaar op dit terrein. Besteedt hieraan extra aandacht. Zoek bijvoorbeeld samenwerking met de GGD.

- Pharos biedt scholen, leerkrachten en docenten deskundigheidsbevordering en advisering op maat over de opvang en begeleiding van vluchtelingenleerlingen.

*Bram Tuk*

*De auteur is senior adviseur bij Pharos.*

*Correspondentie: b.tuk@pharos.nl*

1. Dit artikel is een ingekorte versie van Hoofdstuk 4 uit de docentenhandleiding bij WELKOM OP SCHOOL. Bovendien zijn tips opgenomen uit de HANDREIKING VLUCHTELINGENKINDEREN OP SCHOOL. De volledige versies van beide stukken zijn te downloaden op de site van Pharos ([www.pharos.nl](http://www.pharos.nl)).

### Literatuur

De in dit artikel gebruikte literatuur komt uit het hierboven genoemde WELKOM OP SCHOOL.

### Voor meer informatie

- KINDEREN MET OORLOGSERVARINGEN, Handreikingen aan leerkrachten en ouders (UNICEF).
- LOWAN: ondersteunt scholen bijvoorbeeld als het gaat om de wet- en regelgeving, financiering en de onderwijspraktijk. [www.lowan.nl](http://www.lowan.nl)
- Pharos, expertisecentrum gezondheidsverschillen, [www.pharos.nl](http://www.pharos.nl): met onder meer (steeds geactualiseerde) factsheets.
- Tuk, B., & de Neef M. (2015). WELKOM OP SCHOOL. Mentorlessen en lessen relaties en seksualiteit voor nieuwkomers. Pharos, Utrecht. Een door Pharos voor het voortgezet onderwijs ontwikkelde klassikale methode die scholen met nieuwkomers kunnen gebruiken om kinderen ervaringen te laten delen en zich welkom te voelen. (Gratis te downloaden op [www.Pharos.nl](http://www.Pharos.nl)).



# Basisexamen Inburgering

STUDIEBOEK

Voorbereiding op de taaltoets van het inburgeringsexamen



Dit boek is geschikt voor alle volwassen buitenlanders die beginnen met Nederlands leren. Dus ook voor vluchtelingen die nu naar Nederland komen. Het boek is laagdrempelig, toegankelijk en attractief voor hoogopgeleiden én laagopgeleiden.

Dit boek biedt ruim 1000 basiswoorden aan. Alle woorden en zinnen zijn geïllustreerd met foto's. Elk hoofdstuk van dit boek biedt woorden en zinnen aan met behulp van dagelijkse thema's, zoals het huis, de familie, de school, het werk en de Nederlandse cultuur. Bij dit boek hoort ook een website.

De website [www.basisexameninburgering.nl](http://www.basisexameninburgering.nl) is ook beschikbaar via [www.oefenen.nl](http://www.oefenen.nl) en biedt oefeningen, vertalingen en geluidsbestanden.

Daarnaast is er een app (voor tablets) ontwikkeld bij het boek - beschikbaar via Google Play Store en iTunes. Aanvullend lesmateriaal en handleidingen voor begeleiders van studenten zijn beschikbaar op [www.adappel.nl](http://www.adappel.nl)

Bestel via [adappel@gmail.com](mailto:adappel@gmail.com) of via [www.adappelshop.nl](http://www.adappelshop.nl)

Uitgeverij Appel  
023 – 7600021  
ISBN: 978-90-815488-2-3  
Prijs: € 24,95

**Boom** <sup>NT2</sup> Natuurlijk Nederlands  
leren en inburgeren



## VAN START

*Van start* is een nieuwe methode in de reeks NT2 Op maat, en is speciaal ontwikkeld voor middenopgeleiden om Nederlands te leren. De opzet is vergelijkbaar met de succesvolle methode *De opmaat*, maar de leerstof wordt aangeboden in kleinere stappen en met veel herhaling. *Van start* bestaat uit acht thema's waarmee beginnende NT2-leerders vaak in aanraking komen, zoals kennismaken, informatie vragen en boodschappen doen.

0 → A2



**Van start** | verschijnt januari 2016 | isbn 9789089533265 | € 31,50

Reserveren kan via [nt2@uitgeverijboom.nl](mailto:nt2@uitgeverijboom.nl).

[www.nt2.nl](http://www.nt2.nl)