

Aandacht voor welbevinden bij nieuwkomersleerlingen: informatie voor leraren

Aandacht voor welbevinden bij nieuwkomersleerlingen vraagt om een benadering op alle niveaus in (en rond) de school, zie voor meer informatie: ['Welbevinden op school'](#) en ['Werken aan welbevinden op school bij kinderen en jongeren uit kwetsbare gezinnen'](#). Zo is het raadzaam om een analyse te maken van wat nodig is in jullie school, om te werken vanuit een visie en om aandacht te besteden aan het welbevinden en de professionalisering van het schoolteam. Ook is het belangrijk om samen te werken met ouders, andere belangrijke mensen in het netwerk en organisaties buiten de school. Maatwerk is hierbij het kernwoord, want elke school is anders.

Het lesgeven aan leerlingen met een vluchtachtergrond en andere nieuwkomers vraagt het nodige van jou als leraar. Als leraar trek je elke dag intensief op met je leerlingen. Je kunt je zorgen maken over hen of je geëmotioneerd voelen over hun verhalen of het gedrag dat ze kunnen laten zien. Als het gaat om aandacht voor welbevinden van nieuwkomersleerlingen, dan gelden in eerste instantie de aanbevelingen die ook gegeven worden aan andere leerlingen.

Deze staan beschreven in een publicatie van Pharos en het Trimbos-instituut: ['Preventief werken aan sociaal-emotionele ontwikkeling en welbevinden'](#). De onderwerpen en bijbehorende aanbevelingen zijn in een aantal opzichten extra van toepassing of van belang bij het lesgeven aan leerlingen met een vluchtachtergrond en andere

nieuwkomers.

Een andere publicatie is ['Nieuwkomers in het voortgezet onderwijs'](#), in opdracht van de VO-raad. Daarin wordt het belang benadrukt van een warm welkom, cultuursensitief en traumasensitief lesgeven en investeren in de relatie met leerlingen en ouders.

Hieronder volgen aanbevelingen die gelezen kunnen worden in het verlengde van bovenstaande publicaties.

- Aandacht voor het welbevinden van jezelf als leraar (en als schoolteam) is belangrijk. Realiseer je dat de verhalen van de leerlingen en hun families, of het gedrag dat je soms niet goed kunt hanteren, impact op je hebben. Het kan je bezighouden en je een machteloos gevoel geven. Bedenk dat dit normaal is en bedenk vervolgens wat jou helpt om hiermee om te gaan. Realiseer je ook wat je mogelijkheden én je grenzen zijn als leraar. Bespreek dit binnen je schoolteam. Dit kan bijvoorbeeld met behulp van de [BASIC-PH](#) waarbij je met elkaar in gesprek gaat over hoe eenieder omgaat met stressvolle of ingrijpende situaties.
- Leerlingen met een vluchtachtergrond en andere nieuwkomers hebben vaak ingrijpende gebeurtenissen meegemaakt. Zij kunnen stressreacties laten zien of last hebben van traumaklachten. Soms merk je niets.

- Aandacht voor welbevinden bij deze leerlingen vraagt niet van jou dat je een 'behandelaar' bent. Het gaat om kleine maar belangrijke dingen die je, in jouw rol als leraar, de hele dag door doet. Het zijn geen 'kunstjes' en er is geen standaard menu van aanbevelingen of een speciaal programma dat je eens per week invoegt. Het gaat om een balans tussen het vergroten van je *kennis*, het gebruik maken van je *ervaring* en het luisteren naar je *intuïtie*. Veel van de dingen die je al lang doet voor alle leerlingen en die goed zijn voor hen, zoals het oprecht aandacht geven en betrouwbaar zijn, zijn essentieel voor leerlingen met een vluchtachtergrond en andere nieuwkomers.
- Het is belangrijk om als leraar kennis te hebben van de belangrijkste begrippen van traumasensitief lesgeven, namelijk: veerkracht en natuurlijk herstel, toxische stress, kijken door een traumabril, trauma, het raampje/window of tolerance, triggers, de onzichtbare koffer. Het boek 'Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen' van Leony Coppens is aan te bevelen. Er is ook een hand-out beschikbaar, waarop de belangrijkste begrippen staan uitgelegd: [Handout traumasensitief lesgeven](#). De filmpjes en instructies op ['Expeditie Veerkracht'](#) zijn ook inzichtelijk en goed toepasbaar in de praktijk.
 - Een veilige leeromgeving is van groot belang voor het welbevinden van je leerlingen. Hierin is 'voorspelbaarheid' een kernwoord. Hoe ziet de dag eruit, wat kunnen de leerlingen verwachten, welke tijden hanteren we voor verschillende lesonderdelen, wat gaan we doen in de pauze en wie is wanneer aanwezig, bij wie kan er hulp gevraagd worden? Lesonderdelen en activiteiten voorbespreken (wat gaan we doen en wat verwachten we van je?) én nabespreken (hoe is het gegaan?) is handig om te doen. Voorspelbaarheid in je reacties en gedrag draagt ook bij aan veiligheid.
 - Visualiseer! Hang schema's, dagprogramma's, pictogrammen of foto's op in de school / in de klas, zodat de leerlingen kunnen zien wat de bedoeling is. Een foto van een opgeruimd lokaal bijvoorbeeld is duidelijker dan instructie hierover én motiveert om te gaan opruimen.
 - Investeer in de relatie met je leerlingen. Dat kan door een dagelijks welkom, het luisteren naar een leerling, een vraag naar hoe het gaat, aan te sluiten bij interesses, of te onthouden wat leerlingen gezegd hebben en erop terug te komen. Begrenzen kan alleen als er een relatie is ('connect before correct'). Voor getraumatiseerde leerlingen geldt dat zij meestal minder sociale vaardigheden hebben dan hun leeftijdgenoten. Afstemmen in contact en hen daarin ondersteunen, is belangrijk. Bedenk ook dat sommigen van hen niet gewend zijn aan vragen naar gevoel. Sluit hierin aan bij de leerling.
 - Richt je vooral op wat leerlingen kunnen en laat hen daarmee succeservaringen opdoen. Sluit aan bij de 'zone van naaste ontwikkeling' van een leerling: daag ze uit in stapjes die passen bij hun ontwikkeling: de stapjes moeten niet te klein en niet te groot zijn. Realiseer je ook dat leerlingen per dag of week kunnen wisselen in wat ze laten zien of aankunnen (afhankelijk van hoe ze zich voelen).
 - Veel leerlingen die gevlucht zijn, zijn gemotiveerd om te leren. Stimuleer hen om te leren en spreek vertrouwen uit. Wees alert op te hoge verwachtingen van ouders (bijvoorbeeld verwachtingen dat hun kind arts wordt en de soms negatieve reacties als de resultaten tegenvallen).
 - Bedenk bij alle opdrachten die je aan de groep geeft, of alle leerlingen in jouw superdiverse klas deze opdracht kunnen maken of dat hun situatie maakt dat het voor hen moeilijk of niet mogelijk maakt. Pas dan je opdracht aan. Tips hiervoor kun je vinden in het handboek [Van bescherming naar inclusie](#).
 - Een belangrijk begrip in de ontwikkeling van kinderen, en zeker van kinderen die veel hebben meegemaakt, is 'zelfregulatie'. Het gaat hierbij om vaardigheden waarmee ze zichzelf kunnen reguleren: van het 'op je plek blijven zitten' tot het herkennen van en omgaan met emoties ('emotieregulatie'). Volwassenen (ouders, familie, leraren) ondersteunen kinderen in deze ontwikkeling van zelfregulatie en zijn daarmee 'co-regulator'. Wanneer leerlingen ingrijpende gebeurtenissen hebben meegemaakt of opgroeien in een stressvolle omgeving, verloopt de ontwikkeling van zelfregulatie anders. Ze laten zich dan bijvoorbeeld overspoelen door emoties en reageren dan bijvoorbeeld agressief of teruggetrokken. De rol van jou als co-regulator is dan nog belangrijker.

Er zijn verschillende manieren waarop je als leraar 'co-regulator' kunt zijn. Leerlingen die moeite hebben met zelfregulatie/emotieregulatie, hebben moeite met overgangssituaties (moeite met schakelen tussen situaties voor/tijdens/tussen lessen, moeite om te schakelen tussen stil zijn en luisteren naar instructie, zelfstandig werken en samenwerken met anderen). Help hen hierbij. Ze hebben ook moeite met het geven van woorden aan hun emoties en gedachten. Taal geeft grip op emoties. Het vergroten van de woordenschat is daarom belangrijk, evenals het 'ondertitelen' van wat je ziet bij leerlingen. Leerlingen kunnen ook heftig reageren op onverwachte situaties en op stemverheffing of verbale dreiging. Wees daarom in je toon en woorden duidelijk en vriendelijk. Tenslotte hebben leerlingen die moeite hebben met emotieregulatie veel steun aan positieve ervaringen (succeservaringen bij opdrachten, leuke groepsactiviteiten, gezelligheid in de klas). Het mag ook nog weleens herinnerd worden, anders zijn ze het snel vergeten. Dus herhaal het gerust, of hang een foto in de klas op.

- Belangrijk is om als leraar goed op de hoogte te zijn van gedrag en van de 'functie van gedrag'. De functie van gedrag is iets verkrijgen (aandacht, prikkels, status, controle) of iets vermijden (aandacht, prikkels, werk, pijn). Als je je bewust bent van wat er achter het gedrag van een leerling kan schuilen, zal je reactie ook anders zijn. Ook het besteden van aandacht aan wat het gedrag van een leerling jou als leraar doet en hoe je de relatie tussen jou en de leerling ervaart, is van belang.

Tot slot

Hierboven staan een aantal aanbevelingen voor het alledaags handelen in de klas. Ze zijn bedoeld als aanzet en zijn niet compleet. We benadrukken het belang van gezamenlijk optrekken met collega's in dit proces van aandacht geven aan welbevinden.

Websites

- [Leonycoppens.nl](https://leonycoppens.nl)
- [Leerenveerkracht.nl](https://leerenveerkracht.nl) (Rinka van Zundert)
- [Expeditieveerkracht.nl](https://expeditieveerkracht.nl)
- [Gedragsproblemenindeklas.nl](https://gedragsproblemenindeklas.nl) (Anton Horeweg)
- [Psynip.nl/schoolpsychologen](https://psynip.nl/schoolpsychologen)
- [Lowan.nl/po/vakgebieden/seo_ontwikkeling](https://lowan.nl/po/vakgebieden/seo_ontwikkeling)
- [Pharos.nl/kennisbank/handreiking-kinderen-met-een-vluchtachtergrond-op-school](https://pharos.nl/kennisbank/handreiking-kinderen-met-een-vluchtachtergrond-op-school)

Boeken

- Leony Coppens, Marthe Schneijderberg en Carina van Kregten (2021). Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen. Een praktisch handboek voor het basisonderwijs. Herziene versie. Uitgeverij SWP Amsterdam.
- Noelle Pameijer (2021). Met plezier naar school. De onmisbare rol van ouders in het succes van kinderen. Uitgeverij Pica.
- Ria Goedhart (2018). Samenleren op een superdiverse school. Uitgeverij SWP Amsterdam.
- Anton Horeweg (2018). De traumasensitieve school. Uitgeverij Lannoo Campus.

Colofon

Dit is een uitgave van: Pharos, expertisecentrum gezondheidsverschillen
Auteurs: Hanneke Visser, Kinder- en Jeugdpsycholoog NIP / schoolpsycholoog & Anna de Haan, senior adviseur en projectleider bij Pharos

Juli 2023