



**INFORMATIEBUNDEL VOOR LEERKRACHTEN
MET AN**

-

**EMOTIONEEL WELBEVINDEN VAN
VLUCHTELINGEN OP SCHOOL**

Inhoudsopgave

Deel 1	3
Kinderen op de vlucht	3
1 Voor de vlucht	4
2 Tijdens de vlucht	4
2.1 Ongestructureerde opvang in buurlanden	4
2.2 De oversteek	5
3 Aankomst in het gastland	5
3.1 Leven in een opvangcentrum	5
3.2 Cultuurshock	5
3.3 Gezin onder druk	6
3.4 Psychologische impact: leeftijdsspecifieke reacties bij kinderen	8
3.5 De basisbehoeften	9
Deel 2	11
Tips voor scholen	11
1 Algemene tips	12
2 Trauma in de klas	13
3 Wat kan je doen?	15
3.1 Veiligheid vergroten	15
3.2 Gedrag reguleren	16
3.3 Relaties stimuleren	18
3.4 Emoties hanteren	21

Deel 3	25
Zorgen	25
1 zorgen voor jezelf	26
Deel 4	27
Achtergrondinformatie	27
1 Methodieken	28
2 Boeken	31
3 Aanvullende bronnenlijst	33

Deel 1

Kinderen op de vlucht



1 Voor de vlucht

De ervaringen van vluchtelingenkinderen in hun thuisland kunnen erg uiteenlopend zijn. Sommige gezinnen hebben hun land op een veilige manier kunnen verlaten zonder direct getuige te zijn van de oorlog, anderen zijn dan weer wel rechtstreeks geconfronteerd met oorlogservaringen. Voor het vluchten wordt het kind vaak geconfronteerd met een reeks van opeenvolgende traumatische gebeurtenissen.

Acht oorlogservaringen die stress kunnen veroorzaken bij kinderen:

1. Dood van een familielid
2. Blootstelling aan de strijd (vb. verwoeste huizen, doden of gewonden) Dit kan leiden tot angstgevoelens bij kinderen, gebrek aan veiligheidsgevoel.
3. Op de vlucht moeten gaan (familie, vrienden en al hun bezittingen moeten achterlaten)
4. Langdurige scheiding van ouder(s) of andere familieleden
5. Blootstelling aan geweld als getuige (ouders zijn niet steeds op de hoogte van wat hun kinderen gezien of meegemaakt hebben, kinderen willen de ouders vaak beschermen door iets achter te houden)
6. Blootstelling aan geweld als slachtoffer, oplopen van lichamelijke verwondingen
7. Deelname aan de strijd (kindsoldaten)
8. Armoede als gevolg van oorlog

2 Tijdens de vlucht

Ook de vlucht op zich kan een traumatische ervaring zijn voor de kinderen. De kinderen hebben afscheid moeten nemen van familie en vrienden. Maar ook hebben ze afscheid moeten nemen van hun materiële bezittingen en de rijkdom die men voordien had.

2.1 Ongestructureerde opvang in buurlanden

Heel wat vluchtelingen komen eerst in een vluchtelingenkamp in eigen regio terecht. Deze opvang is vaak erg ongestructureerd. Hier dringt het pas vaak ten volle door dat er vanaf nu een ander levensritme, een andere levensstandaard zal moeten aangenomen worden. In deze opvangkampen is er meestal geen mogelijkheid tot vorming, scholing of vrijetijdsactiviteiten.

2.2 De oversteek

Een groot deel van de vluchtelingen die momenteel asiel aanvragen in België zijn naar Europa gekomen via de Middellandse Zee. Dit in gammele bootjes waarbij, zoals in de media te zien is, veel mensen het leven laten. Deze ervaring kan voor de kinderen een zeer grote impact hebben. Heel wat kinderen hebben hier dan ook schrik voor hun leven. Bijkomstig is het veelvoorkomend dat niet alle gezinsleden de oversteek kunnen maken waardoor er regelmatig een deel van het gezin achterblijft in een opvangkamp in afwachting van gezinshereniging. Tot slot wordt deze oversteek per boot vaak nog gevolgd door een lange vermoeiende tocht tot in het gastland.

3 Aankomst in het gastland

Ook bij aankomst in het gastland kan het kind nog geconfronteerd worden met heel wat stresserende factoren:

- De asielprocedure: kinderen worden vaak niet goed geïnformeerd over de asielprocedure maar ervaren wel de stress die gepaard gaat met de onzekere verblijfssituatie.
- Kinderen komen in contact met wantrouwige burgers en ervaren racisme.
- De gezinnen hebben een onzekere verblijfssituatie en voelen zich vaak in een minderwaardige positie ten opzichte van anderen.
- Kinderen worden op school geconfronteerd met de cultuur van het gastland. Dit noemen we '**acculturatiestress**': de aanpassing aan de cultuur van het land wordt moeilijker naarmate het verschil met de cultuur van het land van herkomst groter is.

3.1 Leven in een opvangcentrum

Leven in een collectieve opvangstructuur kan ook stress veroorzaken bij kinderen. Het is maar een tijdelijke thuis, er zijn voortdurend nieuwe mensen en anderen die vertrekken, waarvan men afscheid moet nemen. Ook is er vaak een gebrek aan privacy en moet het gezin zich aanpassen aan de dagindeling van het opvangcentrum.

3.2 Cultuurshock

Kinderen komen vaak sneller en intensiever in contact met de nieuwe cultuur dan hun ouders aangezien ze elke dag op school met de nieuwe cultuur geconfronteerd worden. Al snel zal een kind merken dat de vertrouwde gewoontes, rituelen en taal

niet voldoen in de nieuwe omgeving. Kinderen kunnen een grote aanpassingsdruk ervaren en dit kan lijden tot identiteitsverlies.

Enkele symptomen van cultuurshock zijn:

- Bezorgdheid rond gezondheid
- Te veel of te weinig slaap
- Snel geïrriteerd
- Temperamentwijziging
- Contact met omgeving vermijden
- Gebrek aan vertrouwen
- Stereotypen rond nieuwe cultuur ontwikkelen
- Obsessieel gedrag

Cultuurshock in drie fasen:

- **Fase 1:** De euforische fase, de nieuwkomer is aangenaam verrast door de nieuwe ontmoetingen en ontdekkingen.
- **Fase 2:** niet alle nieuwe ontmoetingen lopen even vlot, de nieuwkomer twijfelt aan zijn competenties.
- **Fase 3:** De realistische fase, de nieuwkomer heeft een duidelijk beeld gekregen van de nieuwe cultuur. Men kan de positieve en negatieve kanten onderscheiden en overwegen welke cultuurelementen men wil overnemen.

Vaak bevinden kinderen en ouders zich in een andere fase van de cultuurshock, dit kan voor een spanningsveld zorgen. Zowel kinderen als ouders hebben verduidelijking nodig en kunnen met heel wat vragen omtrent de nieuwe cultuur zitten.

Naast deze cultuurshock wordt het kind ook geconfronteerd met veranderingen:

- Biologische verandering: nieuwe ziekten, andere eetgewoonten
- Politieke verandering: lid van een minderheidsgroep
- Economische verandering: werkgelegenheid, verandering financiële situatie
- Psychologische verandering: waarden, motieven, identiteit

3.3 Gezin onder druk

Wat bij kinderen erg veel stress kan veroorzaken en ook één van de aanleidingen kan zijn van problemen op school is spanning binnen het gezin.

Door de vluchtsituatie staat het gezin onder druk, een nieuw evenwicht moet gezocht worden. Door nieuwe verhoudingen en rolverschuivingen binnen het gezin kan het gezin niet meer functioneren als vangnet voor het kind. Er ligt ook een zware druk op het kind. Hij/zij moet het gaan maken in de maatschappij.

TIP: Het is goed daar met ouders over te praten. Gebruik toetsen en resultaten om vaak met ouders te praten over de voortgang van hun kind.

De gezinssamenstelling kan er anders uitzien dan voorheen, er kunnen gezinsleden overleden zijn of slechts een deel van het gezin kan doorgereisd zijn naar Europa. Ouders hebben vaak ook zelf te kampen met gevolgen van trauma en stress waardoor ze niet meer in staat zijn emotionele ondersteuning te bieden aan het kind.

In sommige gevallen gaan ouders dingen verzwijgen om hun kinderen te beschermen. Ze doen alsof er niets gebeurd is en spreken niet met hun kinderen. Hierdoor komt vaak de vertrouwensrelatie in gevaar en is de ouder niet meer geloofwaardig voor het kind.

Een ander verwerkingsmechanisme is zich als gezin afsluiten van de buitenwereld en niets willen delen met anderen. Dit gaat vaak ook gepaard met overbescherming van de kinderen.

Bij vluchtelingengezinnen is er vaak sprake van een opvoedingskloof. Ouders weten geen raad met de manier van opvoeden in het gastland. Ze weten niet meer welke grenzen ze mogen stellen. Hierdoor gaan kinderen dit vaak zelf invullen en verliest de ouder het gezag.

Een gezin heeft tijd nodig om een nieuw evenwicht te zoeken, een nieuwe manier van functioneren. Bij gezinshereniging zal het gezin dit proces opnieuw doormaken.

3.4 Psychologische impact: leeftijdsspecifieke reacties bij kinderen

Leeftijd	Normale reacties	Veel voorkomende problemen
2-5 jaar	<ul style="list-style-type: none"> - Naspelen, in scène zetten van de gebeurtenis. - Erg bang van zowel reële als ingebeelde dingen in hun omgeving. - De jonge kinderen kennen het begrip dood nog niet en denken dat dit nog teruggedraaid kan worden. - Angst om ouders of andere familieleden te verliezen. 	<ul style="list-style-type: none"> - Overdreven aanhankelijkheid, wordt vaak bevestigd door de ouder die het kind graag op elk moment van de dag bij zich wil houden. - Scheidingsangst: kinderen kunnen meer getraumatiseerd zijn door de tijdelijke of permanente afwezigheid van een ouder dan door het beleven van de oorlog op zich. - Regressief gedrag, verliezen nieuwe vaardigheden. - Slaapproblemen: nachtmerries, schrikken in de slaap. - Psychosomatische klachten: buikpijn, hoofdpijn, braakneigingen.
6-12 jaar	<ul style="list-style-type: none"> - De kinderen kunnen gebeurtenissen herinneren en begrijpen. - Spelen de gebeurtenis na, fantaseren dat ze hebben kunnen voorkomen. Kinderen verwijten zichzelf vaak dat ze niet genoeg gedaan hebben. - Ze begrijpen dat dood definitief is en dat overleden familieleden niet zullen terugkeren. - Ze zijn kwetsbaar, bang voor hun omgeving en voor anderen. 	<ul style="list-style-type: none"> - Slechte concentratie, voortdurend terugdenken aan de traumatiserende ervaringen. - Rusteloosheid - Leerproblemen - Angst <ul style="list-style-type: none"> • Nervositeit (schommelen, stotteren, nagelbijten) • Overdreven emotionele afhankelijkheid • Hyperactiviteit • Eetproblemen - Pijn, psychosomatische klachten - Agressiviteit - Depressiviteit - Regressie - Slaapproblemen
12-18 jaar	<ul style="list-style-type: none"> - Kwetsbaarheid, weinig vertrouwen 	<ul style="list-style-type: none"> - Sarcasme om niet kwetsbaar te lijken - Onverschilligheid - Zelfdestructief gedrag om de angst voor de gebeurtenissen te vergeten - Schuldig voelen - Woede, verdriet, wisselvallig humeur

3.5 De basisbehoeften

Uit onderzoek is gebleken dat bij kinderen met sociaal emotionele problemen vaak één of meerdere basisbehoeften gekwetst waren gedurende een periode. Deze basisbehoeften kunnen zowel voor tijdens als na de vlucht geschonden worden.

1. Lichamelijke behoeften	<ul style="list-style-type: none">- Gezond voedsel- Drinken- Rust en slaap- Lichaamsbeweging- Bescherming tegen kou, regen, zon
2. Behoefte aan affectie, warmte en tederheid	<ul style="list-style-type: none">- Genegenheid- Liefde- Koestering
3. Behoefte aan veiligheid, duidelijkheid en continuïteit	<ul style="list-style-type: none">- Onderdak- Het hebben van een inkomen- De zekerheid van een rechtvaardige behandeling- Bescherming tegen gevaar- Zicht op wat op je afkomt- Duidelijke regels / afspraken- Een veilig 'nest'
4. Behoefte aan erkenning	<ul style="list-style-type: none">- Behoren tot een sociale groep- Zich gedragen naar de normen van een sociale groep- Aandacht en goedkeuring vragen- Erkenning door anderen van deskundigheden
5. Behoefte om zichzelf als kundig te ervaren	<ul style="list-style-type: none">- Exploratiedrang- Uitdagingen aangaan- Succeservaring- Zelfvertrouwen
6. Behoefte om moreel in orde te zijn , behoefte aan zingeving.	<ul style="list-style-type: none">- 'Gezond' normbesef- Waardebeleving

De basisbehoeften moeten voldoende bevredigd zijn opdat een mens optimaal zou kunnen functioneren. Bij anderstalige nieuwkomers is de kans groot dat de basisbehoeften gekwetst zijn:

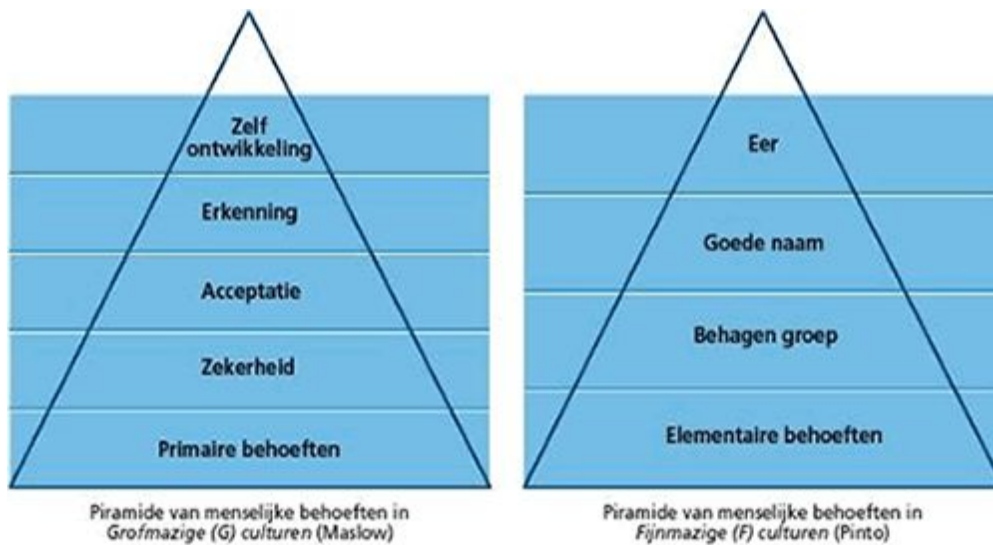
- Honger en kou
- Te weinig slaap
- Slechte huisvesting

- Geen familie of vrienden meer hebben
- Onzekere leefsituatie, asielprocedure
- Herhaaldelijk alles moeten achterlaten
- Op school het gevoel hebben er niet bij te horen omdat je anders bent
- Nieuwe gewoonten en waarden in het gastland.

Het is belangrijk te achterhalen wat het kind bezighoudt, waarom hij dat gedrag stelt en waarover het kind zich zorgen maakt.

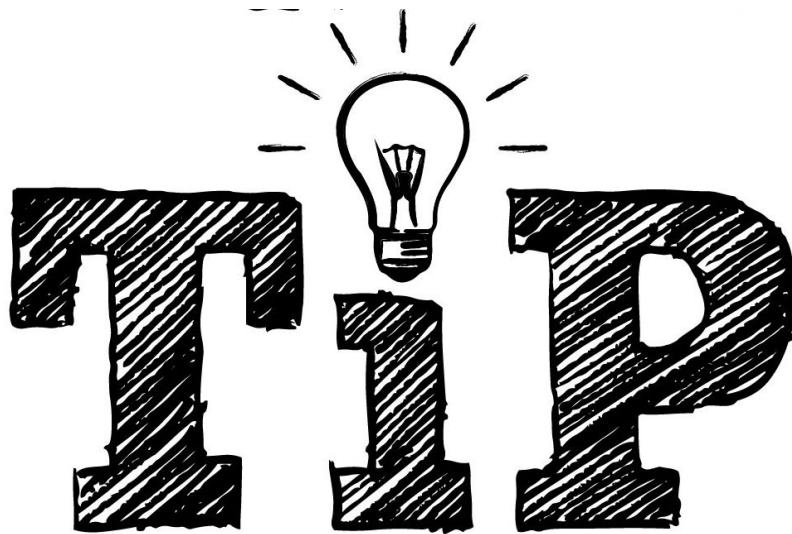
In het boek '**vluchtelingenkinderen in de klas**', **Garant, VLOR, worden op p. 68-69** vele tips gegeven voor in de klas, ter concretisering van de behoefteniveaus volgens Maslow (bewerking Luc Ulenaers). Dit zijn zeer concrete, werkbare tips voor de klaspraktijk. In ditzelfde boek wordt naast de behoefte piramide van MASLOW, ook de behoefte piramide van PINTO geplaatst. Deze auteur vertrekt van andere ordening van basisbehoeftes bij niet-Westerse culturen.

Piramide van menselijke behoeften naar cultuursoort



Deel 2

Tips voor scholen



1 Algemene tips

Ouders hebben vooral behoefte hun taak als opvoeder weer goed op te kunnen nemen. Kinderen willen niets liever dan dat hun ouders weer 'gewone' ouders worden.

Vluchtelingenouders zijn onbekend met het onderwijs en (gezondheids) voorzieningen voor kinderen en hebben daarom baat bij informatie over het onderwijssysteem, opvoeden, de gezondheidszorg en wat de samenleving van ouders verwacht. 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 meegemaakt hebben belangrijk. Als leerlingen zich thuis voelen op school, hebben zij een lagere kans op posttraumatische stress, depressie en angsten.

De neiging bestaat om kinderen die uit een oorlogssituatie komen als slachtoffers te benaderen. Om ze als kinderen die voor het leven getekend zijn te aanzien. De veerkracht van kinderen is echter enorm. Vluchtelingenkinderen vragen wel specifieke aandacht maar die hoeft niet specifiek op trauma's gefocust te zijn, maar op het versterken van onderlinge sociale steun. Uit onderzoek naar kinderen uit oorlogsgebieden weten we dat deze klachten grotendeels zonder professionele hulp verminderen of verdwijnen.

Sociale steun versterken doen scholen door in klassen extra aandacht te besteden aan sociaal emotionele ontwikkeling.

Huis van veerkracht: boris cyrulnik



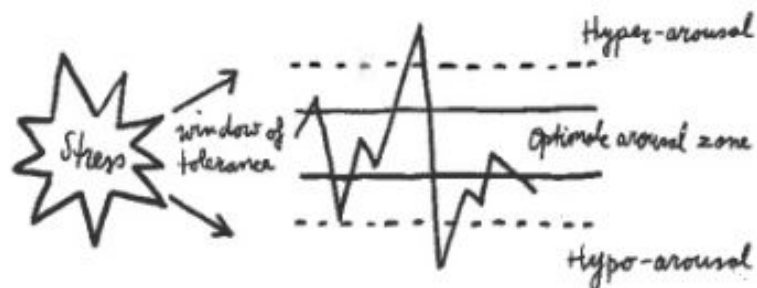
2 Trauma in de klas

Veel kinderen die gevlucht zijn, hebben gedurende een langere periode ingrijpende gebeurtenissen en stressvolle omstandigheden meegemaakt. Een belangrijke buffer tegen het ontwikkelen van posttraumatische stoornis is de veerkracht van een kind. Kinderen die ervaren dat ze ergens mogen zijn en erbij horen, zijn veerkrachtiger dan kinderen die die ervaring missen. Ook positieve ervaringen, succeservaringen op school versterken de veerkracht. De structuur en de regelmaat die een school kan bieden, is voor de kinderen een opstap naar een normaal leven.

Het is belangrijk om als leraar aandacht te hebben voor stresssituaties. Je kunt het verschil maken door rekening te houden met dit verhoogd stressniveau en hen te helpen bij het reguleren van hun emoties, gedachten en gedrag. Hiervoor is het handig te weten wat er in de hersenen gebeurt bij stress.

Snel uit hun raampje

De *window of tolerance* – of voor kinderen 'het raampje' – is een manier om duidelijk te maken hoe het met de stressreacties werkt. Als je binnen je *window of tolerance* functioneert, werken de verschillende delen van de hersenen efficiënt samen (Ogden, Minton & Pain, 2006). Cognitieve, emotionele, sensorische en motorische informatie worden goed geïntegreerd. Als een kind uit zijn raampje raakt, zijn de hersenen alleen nog maar gericht op overleven. Het bovenste deel wordt uitgeschakeld waardoor een kind geen grip meer heeft op zijn gedachten, emoties en gedrag en niet meer rationeel kan denken.



Bij *hyperarousal* maakt het lichaam zich klaar om te reageren op het gevaar door te vechten, te vluchten of (actief) te bevriezen. Dit zorgt voor de aanmaak van stresshormonen, extra zuurstof in het bloed, een verhoogde hartslag en het aanscherpen van de zintuigen. Bij actief bevriezen is het lichaam klaar om te gaan vechten of vluchten en wacht het op het juiste moment. De reactie van Yosef op zijn klasgenoot die zijn gum pakt is een voorbeeld van een vechtreactie.

Wanneer de hersenen van een kind aangeven dat vechten, vluchten of (actief) bevriezen niet mogelijk of toereikend is, gaat het lichaam over op *hypoarousal*. Dit lijkt op (actief) bevriezen, maar nu gaat de hartslag omlaag, wordt er minder bloed rondgepompt, wordt de ademhaling oppervlakkig en maakt het lichaam stoffen aan die pijn en angst verdoven.

Julia (7) zit al bijna een jaar in de schakelklas. Haar leerkrachten geven aan dat ze nauwelijks contact met haar krijgen. Ze lijkt ook weinig op te pikken van de lessen. Julia is heel stil en zit vaak maar wat naar buiten te staren. Vaak reageert ze niet als de juf haar naam noemt.

Als een kind *binnen zijn raampje* functioneert dan kan het optimaal informatie verwerken. Binnen die optimale informatieverwerkingszone wisselt het spanningsniveau vanzelf, afhankelijk van de situatie en de conditie van een kind. Is een kind moe of heeft het honger, dan loopt de spanning op. Gaat een kind slapen, dan zakt de spanning. Moet een kind een prestatie leveren, dan stijgt de spanning juist weer.

Uit: Nieuwkomers op school, onderwijs als startpunt voor een betere toekomst, Pica uitgeverij, 2016

Alle kinderen ontwikkelen al van jongs af aan overtuigingen en verwachtingen over zichzelf, anderen en de wereld. Als je in een voorspelbare en veilige omgeving opgroeit, ontwikkel je meestal positieve overtuigingen. Kinderen bij wie dat niet het geval is, ontwikkelen eerder negatieve overtuigingen: de wereld is onveilig, andere mensen kunnen gevaarlijk zijn. Deze overtuigingen nemen ze als een onzichtbare koffer mee.

3 Wat kan je doen?

3.1 Veiligheid vergroten

Veiligheid is de basis van de ontwikkeling van ieder kind. Vluchtelingenkinderen kunnen zich psychisch nog lang onveilig voelen, ook al is hun nieuwe woonplek fysiek veilig. Ook een nieuwe school is stressvol en kan onveilig voelen: nieuwe omgeving, nieuwe regels, nieuwe routines, onbekende taal. Al deze stress kan kinderen belemmeren om mee te doen en te leren in de klas.

Om tot leren te komen, is het belangrijk het gevoel van veiligheid te versterken. Daar kan je als leerkracht aan bijdragen. Je moet als leerkracht in de ogen van de leerling een betrouwbaar en een veilig persoon zijn. Belangrijk zijn klasregels, routines, inrichting van een klas die bijdraagt tot een gevoel van veiligheid en voorspelbaarheid. Je bent als leerkracht geen therapeut. Hoe kan je die veiligheid vergroten?

A. een veilige en voorspelbare klasomgeving

- auditieve en visuele instructies aanbieden
- overzichtelijk georganiseerde klas, voorkom teveel prikkels, zorg dat je over de hele klas het overzicht hebt
- materiaal netjes en goed zichtbaar opbergen. Het kind weet de spullen liggen en kan zelf dingen pakken die het nodig heeft.
- werk met pictogrammen
- maak kinderen duidelijk hoe je ervoor zorgt dat er niet ineens onbekenden in de klas en in de school binnenkomen.
- let op dat de overgangen van school naar huis veilig verlopen en ook het schoolplein een veilige plek is waar niet gepest en gediscrimineerd wordt.
- creëer een veilige en prikkelarme plek in de klas die kinderen kunnen opzoeken als hun stress oploopt en die ze kunnen gebruiken als stress bestrijder.
- geef kinderen een vaste plek (dat is mijn plekje)
- zorg voor looproutes in de klas. Kinderen kunnen zo makkelijker en zonder anderen te storen naar een ander plekje.

B. een veilige en betrouwbare volwassene zijn

Als de leerling met jou als leerkracht een stabiele relatie kan aangaan, kan het zich veiliger gaan voelen en draag je bij aan hun veerkracht. Je bent voorspelbaar, duidelijk, betrouwbaar, empathisch, respecteert grenzen, bent emotioneel beschikbaar en begrenst waar nodig (= beroepshouding). Deze houding moet je proberen bewust in te zetten.

voorspelbaarheid door routines en rituelen. Iedereen heeft die behoefte maar vluchtelingenkinderen vaak nog meer omdat ze heel veel

onvoorspelbaarheid hebben meegemaakt. veranderingen brachten hen vaak in gevaar. Hoe meer voorspelbaarheid je biedt in een klas, hoe meer je helpt een alert stresssysteem te reguleren.

controle geven. Kinderen ervaren meer controle als je hen binnen jouw kaders keuzemogelijkheden biedt (*wil je eerst de makkelijke en dan de moeilijke sommen maken of liever omgekeerd?*). Je maakt de keuze dan niet voor hen. Keuzemogelijkheden kan je ook geven bij een correctie (*om een ruzie goed te maken kan je een sorry-tekening maken of Sam nu een hand geven*). Zo voorkom je soms een machtsstrijd. Ook versterk je gevoelens van controle door in een compliment te benadrukken dat iets niet vanzelf goed is gegaan, maar door de eigen acties van het kind (*'goeie keuze van je om eerst je werk af te maken, nu heb je tijd om te spelen'*, niet *"wat goed dat je werk is afgeraakt voor de pauze"*).

maak enkel beloftes die je kan waarmaken. Je kunt beter niet beloven dat een kind niets overkomt in dit land of niets overkomt op school. Pesten en discrimineren kunnen een kind toch overkomen op school. Wel kan je beloven dat een kind veilig is bij jou in de groep en dat jij daar op let.

3.2 Gedrag reguleren

Hoe kan je op een ondersteunende manier omgaan met gedragsproblemen van kinderen die veel stressvolle gebeurtenissen meemaken? Ze laten soms druk, onaangepast, agressief gedrag zien (gelijkend op ADHD, gedragsstoornis, leerproblematiek). Je ondersteunt deze leerlingen door dit gedrag te begrijpen als een gevolg van hun ervaringen.

Onrustig, angstig of boos gedrag dat je ziet in de klas is vaak het topje van de ijsberg. Dit gedrag is het gevolg van negatieve overtuigingen in de voor jou onzichtbare koffer.

Stel, je zegt vriendelijk tegen een kind dat een som niet goed was. Een kind met de overtuiging 'volwassenen wijzen mij altijd af' kan op deze opmerking reageren alsof het een afwijzing is. Angstig, onrustig of boos gedrag is bij kinderen die veel stressvolle gebeurtenissen meemaken, vaak een signaal dat hun gevoel van onveiligheid toeneemt. Als je (h)erkent dat een kind zich onveilig voelt, helpt het om met begrip te reageren, ook al roept het gedrag wellicht frustratie en boosheid bij je op. Als leraar kun je bijdragen om de onzichtbare koffer stap voor stap weer in te pakken met positieve ervaringen en overtuigingen, zodat het kind meer vertrouwen krijgt in zichzelf, in anderen en de wereld om hem heen.

Vb: Kinderen die veel onveilige situaties hebben meegemaakt kunnen onbewust ontregeld raken door iets dat ze horen, ruiken, proeven. Als dit in de klas gebeurt is het goed dat je zegt 'Ik zie dat je hulp nodig hebt bij ' dan (h)erken je de stress die achter het gedrag ligt. De

leerling weet vaak zelf het antwoord niet op de vraag waarom hij zich zo misdraagt. Iets heeft onbewust sterke emoties getriggert. Interventies als waarschuwen, negeren of straffen werken minder goed bij kinderen die slecht gehecht zijn en een relatie met volwassenen als beangstigend beleven. Dit kan de angst voor afwijzing zelfs versterken.

Kinderen die veel hebben meegemaakt kunnen een time-out beleven als een nieuwe afwijzing. Dit versterkt gevoelens van eenzaamheid en onveiligheid uit hun onzichtbare koffer. Bied met een time-in een kind zoveel mogelijk kansen om naast jou mee te (blijven) doen met een activiteit. Als een time-out toch de enige manier is die werkt, leg dan uit dat dit bedoeld is om rustig te worden. Vertel een kind bij terugkomst dat je blij bent dat hij er weer is. Bespreek wat hem helpt om een volgende keer rustig te worden.

'Connect before correct'. Communiceer individueel met de leerling als iets niet goed loopt. Niet voor de hele klas want zo laat je, als je correcties geeft, kinderen merken dat je hen en hun gevoelens belangrijk vindt. Dat kan met woorden, maar ook oogcontact en schouderklopjes kunnen veel effect hebben. Let goed op non-verbale signalen, want sommige kinderen associëren aanraking met gevaar. Raak een kind niet aan als je zelf onrustig bent.

Consequenties in plaats van straf. Kinderen die stress en trauma's meemaken, ervaren weinig controle in hun leven. Als consequenties passen bij de aard van de overtreding voelt dit voorspelbaar en dus veiliger. Dus het opruimen van gemaakte rommel of een ruzie goedmaken in plaats van een straf als nablijven. Als het kind vervolgens een machtsstrijd aangaat, helpt het om met keuzemogelijkheden wat controle te geven *Bijvoorbeeld 'je mag je pen bij mij inleveren of naast mij komen werken, wat wil je?'*

5 tips om kinderen te helpen hun gedrag te reguleren:

1. **connect before correct:** *'Ik begrijp dat je dit lastig vindt', 'Soms gebeuren er dingen zonder dat je dat wilt, he?'*
2. **consequenties in plaats van straf:** *'Omdat het je meer dan 10 minuten kostte om op te ruimen, hebben we nu geen tijd meer over voor de computer', 'Als je weer rustig bent wil ik dat je excuses aanbiedt aan Marc en meehelpt de tekening die je kapot scheurde aan elkaar plakken.'*
3. **time-in in plaats van time-out:** *'Omdat jij Kim sloeg, moet je naast mer zitten tot ik zie dat je weer rustig bent', 'In de pauze ga je niet naar buiten, maar blijf je bij mij om je werk af te maken.'*
4. **ongepast gedrag = hulp voor gepast gedrag:** *'Ik zie dat je hulp nodig hebt om niet tegen de stoel te schoppen', 'Ik ga je helpen nu mee te komen naar de gymzaal'.*
5. **keuzes bieden:** *'Wil je je jas aandoen of neem je 'm mee naar buiten?', 'Je kunt deze opdracht zittend of staand doen, wat kies je?', 'Wat helpt jou om weer rustig te worden bij een time-out, iets lezen of je knuffel?'*

Eén van de beste manieren om negatief gedrag te ontmoedigen, is het aanmoedigen van positief gedrag.

Door complimenten te geven

De onzichtbare koffer van vluchtelingkinderen is vaak gevuld met gedachten dat ze niets waard zijn, hulpeloos zijn, geen controle hebben over hun leven en dat hun inspanningen om het beter te krijgen geen resultaat opleveren ('learned helplessness'). Horen dat ze iets goed gedaan hebben, komt niet overeen met hoe ze over zichzelf denken. Daarom lijken ze niet altijd goed te reageren op de aanmoedigingen die je geeft. Maar toch hebben ze je complimenten heel hard nodig, om hun onzichtbare koffer opnieuw te vullen. Een vuistregel is: streef naar minstens 6 complimenten voor iedere correctie die je geeft.

Een goed compliment is persoonlijk en specifiek. Benadruk de goede gevolgen van keuzes of gedrag, zodat gevoelens van hulpeloosheid afnemen. Voor een kind dat gelooft dat het waardeloos is, kan het te direct zijn om te zeggen 'jij bent goed'. Richt je compliment dan op dingen die het goed doet. Als een kind zegt dat het niets kan, voelt een kind zich niet serieus genomen als je dat ontkent. Bevestig eerst dat je zijn gevoel begrijpt. Niet '*Wat een mooie tekening!*', beter '*Wat een mooie kleuren heb jij gebruikt!*'

Door verwachtingen hoog te houden

Kinderen passen onbewust hun niveau aan de verwachtingen van hun leraar aan. Door hoge verwachtingen te behouden, vergroot je hun veerkracht. Tegelijkertijd kun je flexibel zijn en begrip tonen als iets nog niet lukt (vb *vraag aan de leerling om steeds na 3 opdrachten bij jou te komen om het werk na te kijken*). Als je verwachtingen lager zet, krijgen kinderen impliciet de boodschap dat ze anders zijn. Ze kunnen zich machteloos gaan voelen en denken dat er teveel mis met hen is om écht mee te kunnen doen. (vb: '*Ik stel als doel dat de leerling voortaan in ieder geval de helft van de opdrachten doet*' of '*Ik negeer de niet-gemaakte opdrachten en geef complimenten voor het voltooide werk*')

Door aan te sluiten bij talenten en interesses

Daardoor versterk je de relatie tussen jou en het kind. Je laat een kind ervaren dat het meer voor jou is dan een optelsom van ingrijpende gebeurtenissen. Een interesse of een talent geven een kind bovendien het gevoel van kracht en controle. Dat betekent veel voor kinderen die zich vaak hulpeloos en machteloos hebben gevoeld. Hun veerkracht wordt versterkt.

3.3 Relaties stimuleren

Vluchtelingenkinderen die veel stress meemaken, hebben vooral warme relaties met anderen nodig. Bied een vluchtelingenkind dus vooral steun en richt je op het versterken van hun relaties met jou en hun klasgenoten. Je houdt er rekening mee

dat hun leefomgeving in alle opzichten nieuw is en dat de zaken die ze hebben meegemaakt hun vertrouwen in anderen mogelijk hebben geschaad.

Belangrijk bij het stimuleren van relaties:

Koppel kinderen aan elkaar, laat kinderen samen werken. Laat kinderen hun eigen spelletjes aan elkaar uitleggen en vervolgens spelen.

Geef een nieuw kind de eerste weken een maatje, een klasgenoot die uitleg geeft en waar je naartoe mag als je alleen bent.

Schrijf op het bord het woord 'welkom' in de taal van het kind. Zoek nog een aantal veelgebruikte woorden en vertaal ze.

Benadruk de positieve kanten van verschillen tussen kinderen.

Vluchtelingenkinderen willen vooral 'normaal' zijn en 'gewoon' naar school gaan. Tegelijkertijd voelen ze zich 'anders' door hun ervaringen en hun komst uit een ander land. Je kan de leerlingen helpen met deze paradox op te gaan. Het is belangrijk dat ze zowel trots kunnen zijn op hun afkomst als positief over het leven in hun nieuw land. Dat maakt hen sterk.

Hoe?

- **ervaringen uitwisselen:** praat over thema's als feesten en verhuizen. Alle kinderen kunnen vanuit hun eigen ervaring vertellen hoe zij het thema beleven (zie FC De Wereld van Pharos). Het helpt ook als je kinderen oprechte interesse toont in hun persoonlijke achtergronden. Dat creëert verbondenheid.

- **verbinden van verleden, heden en toekomst:** de biografie van vluchtelingenkinderen is onderbroken, soms weten ze niet waarom ze gevlucht zijn en chronische stress beïnvloedt hun geheugenfuncties negatief. Daardoor vertellen sommigen vaag en incoherent over gebeurtenissen uit hun verleden. Het beeld dat vluchtelingenkinderen hebben over wie ze zijn, waar ze vandaan komen en naar toe gaan, is dan aangetast. Om hen te ondersteunen in het opbouwen van sociale relaties in het heden en de toekomst, is het belangrijk dat je hen helpt om verleden, heden en toekomst weer aan elkaar te verbinden. Dit begint al met het verbinden van de afgelopen weken op school, met wat nu gebeurt en wat nog gaat komen. Dit kan door de dag, een week of een les te beginnen met een terugblik en een vooruitblik, zo leg je verbinding tussen verleden, heden en toekomst.

Bijvoorbeeld: elke week beginnen met een terugblik op de vorige week, wat herinnert iedereen zich, wat moet deze week hetzelfde blijven of anders gaan?/Foto's maken van de klas tijdens positieve gebeurtenissen in de klas en daar later samen naar kijken / Een boek maken over wat een kind op school meemaakt en waar het vandaan kwam, dit boek kan het ook weer meenemen als het weggaat/ .

- **Ontwikkeling van sociale vaardigheden:** geef extra aandacht aan basale vaardigheden en gebruik visuele instructies. Geef expliciet het goede voorbeeld door situaties voor te spelen. Ondertitel wat er gebeurt in de klas. 'Tom, je balt je vuisten, ik denk dat je boos bent, omdat Yuri je pen pakt'. Bij verhalen die je

voorleest, kunnen kinderen oefenen met het herkennen van gevoelens van zichzelf en anderen.

- **Wees empathisch:** soms kan je geraakt worden door ervaringen van een kind. Vraag niet zelf aan een kind om te vertellen over ingrijpende gebeurtenissen.

- **Wees een veilige leerkracht:** denk aan de onzichtbare koffer die de leerlingen bij zich hebben, door hun ervaringen kunnen leerlingen de overtuiging ontwikkeld hebben dat zij vergeleken met anderen minder waard zijn. Ze kunnen verwachten dat familie en vrienden zomaar uit hun leven verdwijnen, alleen familie te vertrouwen is of juist niet. Van vreemdelingen verwachten ze misschien hulp of juist acuut gevaar. Kinderen kunnen de overtuiging ontwikkeld hebben dat mensen met een andere afkomst of religie altijd gewelddadig of afwijzend zijn.

vb: 13-jarige Maryam, werd in Syrië gepest en bedreigd omdat ze bij een religieuze minderheid hoort. Ze heeft gezien hoe haar om werd gedood door bekenden in haar woonplaats. In Nederland is ze al vele malen verhuisd, haar ouders zijn erg bang dat hun aanvraag wordt afgewezen. Dit heeft een invloed op haar onzichtbare koffer en kan een invloed hebben aan de manier waarop ze met klasgenoten omgaat. Zo kan ze denken dat ze er nooit bij hoort, dat vrienden maken geen zin heeft, dat ze toch weer weg gaat, dat volwassenen niet te vertrouwen zijn, dat volwassenen ook bang kunnen zijn en niet altijd de nodige bescherming kunnen bieden. Hierdoor kan ze zich teruggetrokken gedragen, en zich niet hechten aan leerkrachten en leerlingen. Ze heeft wellicht moeite om de leerkracht (als volwassenen) te vertrouwen en reageert soms angstig op vriendelijke aanwijzingen.

Als leerkracht focus je dus op het versterken sociale steun, niet op trauma's. Het gedrag van de kinderen kan zich op verschillende manieren uiten, wees alert bij alle drie.

De herriemaker: is lastig en valt op. Laat merken dat je hem niet afwijst om dit gedrag en het gedrag niet persoonlijk opvat. Dit kind maakt herrie uit onmacht, niet uit onwil. Het kind wil jou niet persoonlijk raken ook al voelt dat soms zo. Benader het kind niet negatief, prijs hem om datgene wat wel goed gaat. Stel duidelijke grenzen over wat wel en niet mag en nodig uit tot ander gedrag. Sluit hem niet buiten, maar betrek hem bij de groep. Hou rekening met de mogelijke overtuigingen waardoor dit kind zich zo gedraagt.

De aanpasser: stille, onzichtbare kinderen, hebben ook veel aan hun hoofd. Als leerkracht kan je voor deze kinderen iets betekenen door te laten zien dat je hun emoties herkent. Je erkent dat ze zich zo mogen voelen en maakt duidelijk dat ze jou in vertrouwen kunnen nemen. Dit kind is bang voor straf. Breng correcties als een kans en benoem en complimenteer vooral wat goed gaat (*wat gaat die som al goed, ik zie dat je bij de tweede wat hulp nodig hebt*). Stel je verwachtingen nooit lager dan bij andere kinderen. Dit kind groeit als je het normaal behandelt en de eigenheid van het kind op de voorgrond zet.

De onderduiker: nodig dit kind heel veel uit tot contact, stel veel en vaak vragen. Geef nadrukkelijk complimenten. Raak vooral niet gefrustreerd als het lijkt alsof dit kind nergens op reageert en geen contact wil. Het wijst jou persoonlijk niet af ook al voelt dit soms zo.

Als vluchtelingenkinderen oorlogssituaties verwerken in hun spel, kunnen andere kinderen hiervan schrikken of juist meespelen. Dit kan het maken van vrienden ook in de weg staan. Als een kind vaak traumatisch spel laat zien, leg dan uit dan andere kinderen en hun ouders daarvan kunnen schrikken. Vertel vooral dat je denkt dat het kind zelf ook erg geschrokken moet zijn toen het bijvoorbeeld een bomaanslag meemaakte. Vraag welk ander spel het kind kan spelen en help het op weg.

3.4 Emoties hanteren

Kinderen die veel ingrijpende gebeurtenissen meemaken, kunnen moeite hebben hun dagelijkse emoties te begrijpen, te uiten en te beheersen. In de klas kun je dat over het algemeen op drie manieren merken:

- Kinderen kunnen overprikkeld reageren door chronische stress, dat kan lijken op symptomen van ADHD.
- Sommige kinderen zijn voortdurend alert op mogelijk gevaar en hebben moeite met geconcentreerd te luisteren en te leren. Ze reageren met stressreacties op prikkels die hen onbewust aan ingrijpende gebeurtenissen herinneren.
- Kinderen kunnen ook lastige gedachten en gevoelens uit de weg gaan en daardoor onbereikbaar of afstandelijk lijken.

De sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen met chronische stress kan een achterstand hebben opgelopen. Je kan hen als leerkracht ondersteunen door voor hen een 'emotiegids' te zijn.

Emotiegids

Als emotiegids stimuleer je de sociaal emotionele ontwikkeling van kinderen door:

- **emoties te benoemen:** je geeft woorden aan emoties die je bij een kind opmerkt.

vb. een jongen kruipt onder tafel nadat een raam hard dichtslaat, klasgenoten lachen, hij gaat zitten en kijkt glazig voor zich uit. Je kan hierop zeggen 'het lijkt erop dat je bang werd van de klap van het raam, daarom zocht je bescherming onder de tafel. Dat mag als je schrikt. Het voelt naar als andere kinderen lachen'. Je herkent de emoties en verbindt die aan gedrag. Je erkent een kind en zijn eigen manier van reageren.

- **emoties spiegelen:** je benoemt gedrag waaraan jij emoties afleest. *Je kunt aan de kinderen vragen wie er nog schrok van de klap van het raam. Je kunt zeggen*

dat je zelf ook schrok en dat je dat merkte omdat je hart sneller klopte. Of dat je boosheid voelde toen iedereen ging lachen. Je voelde je warm worden en wilde 'stop' roepen. Op deze manier 'spiegel' je emoties.

- **stress bestrijden:** *vertel de leerling dat je zijn reactie begrijpt. Vraag hem wat hij het liefst zou doen als hij angstig is en hoe je hem kan helpen weer rustig te worden. Geef voorbeelden: 'sommige kinderen vinden het fijn om..., anderen worden rustig door.. wat kan jou helpen om weer rustig te worden.'. Door samen uit te zoeken waardoor hij zich fijner kan voelen en een lijstje stressbestrijders te maken, bouw je aan een relatie.*

- **emoties oefenen:** *je geeft kinderen de gelegenheid op een veilige en speelse manier te oefenen, bijv. door ze een gevoelsthermometer te laten maken of gevoelsspelletjes te spelen. Je bent geen therapeut en geeft dus nooit de opdracht op te tekenen over een traumatische gebeurtenis. Intens reageren met jouw eigen gevoelens kan overweldigend zijn en onveilig voelen. Het is goed om voorbeelden te geven van emoties en gedrag dat je verwacht, bijvoorbeeld bij een toets. Met een uitnodigende open houding ervaart het kind dat je meeleeft en rekening houdt met wat hij heeft meegemaakt.*

vb. leg bij een toets uit hoe je kunt voelen dat je zenuwachtig bent, zeg aan de leerling dat hij altijd met jou kan praten over de dingen die er gebeurd zijn of waar hij aan moet denken.

- **goed voorbeeld zijn:** door duidelijk, voorspelbaar en begrenzend te zijn, niet te schrikken van emoties. Zo kan je de sociaal-emotionele ontwikkeling van een kind stimuleren.

Steun en support kunnen voldoende zijn

Het is normaal dat schokkende gebeurtenissen, zeker in het eerste jaar na aankomst, het dagelijkse leven van een vluchtelingenkind beïnvloeden. Stressreacties en ontwikkelingsachterstanden wijzen dus niet per se op een stoornis! Een kind kan dit vaak zelf overwinnen, als het voldoende steun ervaart van ouders en andere volwassenen in zijn leefomgeving. Therapie kan nodig zijn als blijvende schade zichtbaar wordt die de ontwikkeling langdurig belemmert.

Het verhaal van Jo Van Turnhout, Leerkracht AN, Vrije basisschool Sint-Clara, Arendonk
"Er kwam een nieuwe leerling in mijn klas. Een Syrisch meisje van 7 dat nog nooit naar school geweest was. Tijdens het kringgesprek 's morgens vertelde ze nooit iets. Ik hoorde haar stem enkel als ze woorden moest herhalen. Na zo'n 2 maanden speelden we 'Mens erger je niet'. De leerlingen speelden in duo's. Iemand gooide en de anders verplaatste de pion en de beurt nadien omgekeerd. Hier ontpopte het anders zo stille meisje zich tot de leider van het spel. Ze wees anderen erop als ze wel of nog niet aan de beurt waren. Dit natuurlijk met een

beperkte woordenschat maar wel verstaanbaar voor de anderen. Sindsdien maak ik meer tijd om de kinderen vrij spelletjes te laten spelen.”

Verschillende visies op zelfexpressie

In Westerse landen wordt vaak gedacht dat een kind alleen kan herstellen van traumatische gebeurtenissen als het erover kan praten en gevoelens die daarbij horen kan uiten. Door de taalbarrière is dat moeilijker voor vluchtelingenkinderen. Tekenen of drama zou dan een meer geschikte vorm kunnen zijn voor vluchtelingenkinderen om hun schokkende ervaringen te delen. Diverse culturen zien niets in zelfexpressie. Bijvoorbeeld Bosnische ouders praatten vaak niet met hun kinderen over de oorlog. Uit onderzoek bleek het uitwisselen van oorlogservaringen minder goed uit te pakken voor deze kinderen. Terwijl dit voor Zweedse kinderen die een veerbootramp overleefden wel goed werkte. We kunnen dus niet zomaar vooronderstellen dat praten of tekenen altijd het beste is voor de vluchtelingenkinderen van nu.

“Als leerlingbegeleider in een OKAN-klas liet ik de leerling, bijvoorbeeld, zijn gezinssituatie neerzetten met de duplo- poppetjes: een poppetje voor elk gezinslid op de tafel. Als de leerling een beetje Nederlands verstond, kon ik ook enkele vragen stellen. Hij kon die dan met ja of nee beantwoorden. Je komt veel te weten over het gezin van de leerling door te kijken naar hoe de leerling de poppetjes zet:

- Is er veel ruimte tussen de poppetjes?
- Waar staan vader en moeder? Staan ze dichtbij de leerling of ver?
- Waar staan broers en zussen? Staan ze dichtbij de leerling of ver?
- Zijn er nog andere belangrijke personen in het leven van de leerling? (bijv. een oom of tante of een dier)

Ook situaties op school kon ik zo aanpakken, bijvoorbeeld n.a.v. een conflict.

Deze methode komt uit het systemisch werken met groepen. Bert Hellinger was hiermee met zijn familie-opstellingen één van de voorlopers.” Aldus Karen segers, OKAN-leerkracht en voormalig leerlingbegeleider, DoorElkaar Hivset Campus Hoger Instituut voor Verpleegkunde Sint-Elisabeth Turnhout

Denkoefening

Een kind tekent een bloedbad. Hoe reageer je?

Het is begrijpelijk dat je misschien zelf overstuur geraakt of dat je er niet teveel aandacht aan geeft omdat je het zo heftig vindt. Beter is om de leerling te helpen een eigen strategie te ontwikkelen om te leren omgaan met stressvolle situaties en herinneringen. Dat maakt de leerling sterker en bevordert zijn veerkracht. Een handige methodiek die hierbij gebruikt kan worden is de SOS-methode.

S: **Stoppen**: stop en haal een paar keer langzaam adem.

O: **Oriënteren**: Kijk rond en neem de omgeving in je op. Voel je ademhaling en je hartslag. Richt je aandacht op iets van nu.

S: **Steun zoeken**: Zoek iets wat jou vaak helpt om rustig te worden, dat kan een bepaalde plek zijn, een persoon, een zin of een gebed. Maar bijvoorbeeld ook speelgoed, een knuffel of iets om te doen.

Deel 3

Zorgen



1 zorgen voor jezelf

Ondanks aandacht en steun zullen er vluchtelingenkinderen zijn wiens problemen blijven bestaan of zelfs verergeren. Een kind dat blijft hangen in traumagedrag komt onvoldoende toe aan ontwikkelen en leren. Doorverwijzing naar professionele hulpverlening is dan aangewezen. Realiseer je dat ouders het niet altijd eens zijn met jouw zorgen.

vb. Kind blijft achter met leren, ondanks intensieve aandacht en steun. Het kind doet na een paar maanden nog steeds niet mee aan activiteiten. Wanneer de ouders of het kind zelf om hulp vragen, stelt het kind regressief gedrag zoals broekplassen of aanhoudend moeite met afscheid nemen.

De ervaringen die vluchtelingenkinderen in hun leven hebben opgedaan, kunnen bij jou als leerkracht allerlei gevoelens oproepen, zoals machteloosheid, angst of spanning. En misschien ook hoop, vertrouwen en zelfs gretigheid, omdat je weet dat jij als steunfiguur een belangrijke rol kunt spelen in herstel van deze kinderen. Om die steunfiguur voor vluchtelingenkinderen te kunnen zijn, is het belangrijk dat je je eigen gevoelens, gedachten en gedrag kan reguleren. Daarvoor is het nodig dat je weet wat het werken met deze kinderen met jou als persoon en professional doet, hoe je kunt voorkomen dat je overweldigd raakt en dat je je gesteund voelt door de school en jouw omgeving.

Door te reflecteren op jezelf, leer je over eigen overtuigingen, gevoelens en gedrag ten opzichte van de vluchtelingenkinderen in jouw klas. Dat helpt je om de warme betrokken leerkracht te zijn die kinderen ondersteunt. Zoek een manier die voor jou werkt. Er is geen goed of fout, zolang je voor jezelf zorgt en weet hoe ver je kan en wil gaan. Ken je grenzen en bewaak die ook. Maak tijd om te ontspannen. Wees aardig voor jezelf en realistisch in wat je kunt doen voor kinderen. Maak tijd voor jezelf en voor je gezin en vrienden. Humor helpt je om afstand te nemen en geeft lucht en ruimte.

Deel 4

Achtergrondinformatie



1 Methodieken

FC De Wereld: Vluchtelingenkinderen in het basisonderwijs

In samenwerking met verschillende onderwijsinstanties ontwikkelde Stichting Pharos een serie lessen die vluchtelingenkinderen en leerkrachten een handvat biedt om het onderlinge contact te verbeteren.

FC De Wereld is een methode om anderstalige nieuwkomers sociaal emotioneel goed te ondersteunen. De methode vergroot het zelfvertrouwen en leidt tot een positiever zelfbeeld. Ook nemen de sociale contacten toe en verbeteren de sociale vaardigheden. FC de Wereld heeft daarnaast een signalerende functie. Leerkrachten zullen door deze methode sneller zien dat 6 kinderen sociaal emotionele problemen hebben.



Het project bestaat uit acht lessen, voorafgegaan door een kennismakingsles.

- Les 1: ik
- Les 2: school
- Les 3: Wonen
- Les 4: Familie
- Les 5: Feest
- Les 6: Vriendschap
- Les 7: Spelletjes
- Les 8: Ik jij en wij

Naast een beschrijving van de lessen bevat het boek ook veel achtergrondinformatie over vluchtelingenkinderen. De materialen zijn gratis te downloaden op de website van stichting Pharos.

Van Asperen E. en Baan J. (1998). *Fc de wereld vluchtelingenkinderen in het basisonderwijs*. Utrecht: stichting Pharos – Kennis- en adviescentrum migranten, vluchtelingen en gezondheid

http://www.pharos.nl/documents/doc/webshop/fc_de_wereld_boek.pdf

http://www.pharos.nl/documents/doc/webshop/fc_de_wereld_werkmap.pdf

Weerbaarheidstrainingen voor kinderen die nieuw in Nederland zijn

Anderstalige nieuwkomers zijn de eerste jaren na aankomst kwetsbaar voor pesten, grensoverschrijdend gedrag en ander vormen van kindermishandeling. Door weerbaarheidstrainingen kunnen deze kinderen leren zich mentaal en fysiek weerbaar op te stellen. Ze leren voor zichzelf op te komen in bedreigende situaties.



DoorElkaar Hivset Campus
Lieve Lenaerts en Elise Vandeweyer

Ook dit boek is gratis te downloaden op de website van stichting Pharos.

Tuk B. (2012). *Weerbaarheidstraining voor kinderen die nieuw in Nederland zijn*. Utrecht: Pharos Kennis- en adviescentrum migranten, vluchtelingen en gezondheid
http://www.pharos.nl/documents/doc/webshop/weerbaarheidstrainingen_voor_kinderen_die_nieuw_in_nederland_zijn.pdf

Een doos vol gevoelens

Een doos vol gevoelens is ontworpen om de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen te ondersteunen en is opgebouwd rond de vier basisgevoelens: blij, bang, boos, verdrietig. Op een speelse manier leren kinderen gevoelens herkennen, begrijpen en uiten. Het beheersen van de basisgevoelens geeft jonge kinderen een eerste houvast.



Depondt L., Moons J. en Kog M. (2000) *Een doos vol gevoelens*. Averbode: Cego

Een huis vol gevoelens en axen

Het Huis vol gevoelens en axen is het vervolg op de Doos vol gevoelens, deze methode kan gebruikt worden bij kinderen van 5 tot 12 jaar. In het pakket is een gevoelswaaier met 21 gevoelens terug te vinden, ook wordt er in dit pakket gebruik gemaakt van de axenroos om gedragingen van mensen te ordenen.



F. Laevers, N. Cuvelier J. Moons en A. Debue (2008), *Een huis vol gevoelens en axen*. Averbode: Cego

Een wereld vol troost

Deze materialen kunnen gebruikt worden voor kinderen van 5 tot 12 jaar. Aan de hand van deze materialenset kan je met kinderen communiceren over verlieservaringen. Er is materiaal voorzien om rond 15 verschillende verliessituaties aan de slag te gaan. Verandering in leefomgeving, oorlog, ziekte, scheiding van iemand...



Verliefde E. e.a. (2009), *Een wereld vol troost*. Averbode: Cego

Applaus voor jezelf

De lesmethode ter bevordering van de emotionele competentie van kinderen tussen

4 en 7 jaar bestaat uit 9 lessen. De lessen zijn gericht op het opbouwen van zelfvertrouwen door de kinderen goed naar zichzelf en de ander te leren kijken. En op versterking van de emotionele competentie van kinderen door het leren herkennen en benoemen van de verschillende gevoelens en hieraan uitdrukking kunnen en durven geven. De rode draad in de lessenserie is een reis door allerlei verschillende landen van gevoelens. Kinderen maken hun eigen reiskoffertje en vullen dit met de door hun gemaakte werkstukken.

Langendijk-Cissé I., Frankenhuis R. en Baan J. (2004). *Applaus voor jezelf*. Utrecht: Pharos Kennis- en adviescentrum migranten, vluchtelingen en gezondheid

Laat maar zien wie je bent! Non-verbale lesmethode sociaal-emotionele weerbaarheid asielzoekerskinderen

Deze lesmethode wil ervoor zorgen dat kinderen (van 7 tot 12 jaar) van asielzoekers sterker worden op sociaal-emotioneel gebied zodat zij beter kunnen omgaan met zichzelf en met hun medeleerlingen. Deze kinderen beheersen de Nederlandse taal niet voldoende om er zich goed in te kunnen uitdrukken. Daarom bevat dit lespakket een breed scala van doe activiteiten die met een minimale verbale uitleg van de leerkracht kunnen worden uitgevoerd. Elke les wordt ingeleid met een kort verhaal over een schildpad die voor kinderen herkenbare dingen meemaakt. Dit verhaal wordt aan de hand van tekeningen geïllustreerd. Verschillende thema's komen aan bod zoals veiligheid, eigenheid, identiteit, contact, elkaar vertrouwen, de groep en samenwerken.

Baan J., Frankenhuis R. en De Jong G. (2001). *Laat maar zien wie je bent! Non-verbale lesmethode sociaal emotionele weerbaarheid asielzoekerskinderen*. Utrecht: Pharos Kennis- en adviescentrum migranten, vluchtelingen en gezondheid

Welkom op school, Pharos, voor het voortgezet onderwijs (OKAN)

Mentormethode (vo) en lessen relaties en seksualiteit voor nieuwkomers

Welkom op School is geheel herzien en aangepast aan nieuwe groepen leerlingen. Er zijn zes nieuwe lessen over relaties en seksualiteit. Andere nieuwe lessen gaan over kinderrechten en discriminatie. De methode biedt ook uitgebreide achtergrondinformatie, bijvoorbeeld over hoe vluchtelingenleerlingen oorlogsgeweld verwerken. Een nieuwe groep leerlingen op de isk's vormen leerlingen die met hun ouders uit Midden- en Oost-Europa naar Nederland komen. Gratis te downloaden.

Kinderen met een tweede huid

De bedoeling van dit boek is de onderliggende processen in de eigenheid van vluchtelingenkinderen gemakkelijker te leren herkennen.

Thema's die worden aangeraakt zijn onder andere psychologische impact bij vluchtelingen, taal en communicatie en de rol van sociale hulpverleners, gevluchte kinderen in het onderwijs.



Plysier S. (2003). *Kinderen met een tweede huid. Onthaal van kinderen op de vlucht*. Antwerpen:Garant.

2 Boeken

Wereldfamilie. Lego education set 9222

Lego Groep. - [S.l.]: LEGO, 2007, inhoud: 16 poppetjes, drie artikelen over het gebruik van de poppetjes

Doelgroep: 2-18 jaar

Deze 16 poppetjes van verschillende leeftijden en met verschillende huidskleuren stellen de 4 grootste bevolkingsgroepen in de wereld voor. Het is een krachtig hulpmiddel om situaties, ervaringen, gevoelens, onderlinge verhoudingen en verbanden te visualiseren. Je kunt dan zonder woorden vertellen wat je dwars zit en ook de begeleider hoeft er niet in woorden naar te vragen; je laat de poppetjes het verhaal vertellen.

Een steuntje in de rug: het gebruik van therapeutische verhalen

Davis, Nancy. - Amsterdam: SWP, 2007. - 166 p.. - ISBN: 978-90-6665-837-0

Doelgroep: 6-12 jaar

In elke klas zit wel een kind dat moeite heeft met een onzekerheid, trauma, verlies. Zo zijn er talloze voorbeelden van situaties rondom kinderen, waarin ze best een steuntje in de rug kunnen gebruiken. Het is niet altijd mogelijk daar op school individueel aandacht aan te besteden. Deze bundel biedt een praktisch handvat voor leerkrachten om kinderen door het vertellen van therapeutische verhalen waarin ze zichzelf in kunnen herkennen een steuntje in de rug te geven.

Sprakeloos. Het gebruik van non-verbale methodes in het voortgezet onderwijs aan vluchtelingenjongeren

Tuk, Bram. - Utrecht: Pharos,1999. - 49 p.

De traumatische ervaringen uit het verleden kunnen een stempel drukken op de huidige psychische en lichamelijke toestand van de vluchtelingenjongeren.

Op vraag van de gemeente Den Haag, organiseerde 'stichting Pharos' de

expertmeeting 'Sprakeloos'.

De vluchtelingenjongeren missen in de beginfase van hun Nederlandse schoolloopbaan door de gebrekkige taalvaardigheid en psychische belemmeringen de mogelijkheid om gevoeliger onderwerpen met anderen te bespreken. De mogelijkheid en het gebruik van non-verbale methodieken als creatieve therapie en het vak dramatische expressie voor de hulpverlening.

Soms voel ik me ...

Jones, Pia. - Milton Keynes: Speechmark Publishing, 2005., bevat: handleiding, 48 kaarten. - ISBN: 978-0-86388-532-7

Doelgroep: 6-12 jaar

De kaarten in de reeks 'Soms voel ik me...' zijn een praktisch en creatief hulpmiddel waarmee kinderen hun gevoelens leren begrijpen, herkennen en verkennen. De kaartenreeks brengt twee centrale karakters tot leven, een meisje en een jongen. De voorgestelde zinnen in het boekje zijn erop gericht discussies op gang te brengen en kinderen aan te moedigen de gevoelens en ervaringen van de karakters op de kaarten in hun eigen woorden en zinnen uit te leggen. Geschikt voor individueel gebruik, in kleine groepen en bij kringgesprekken.

Colorcards: feelings

[s.n.]. - Milton Keynes: Speechmark Publishing, 2009.

48 grote fotokaarten laten kinderen en volwassenen zien met een duidelijke weergave van uiteenlopende gevoelens. Sommige kaarten laten 1 enkele persoon zien, op andere wordt de interactie tussen 2 of meer personen getoond. Soms zijn de emoties positief, negatief of gemengd.

Feelings Blob cards

Wilson, Pip; Long, Ian. - Milton Keynes: Speechmark Publishing Ltd., 2008. - 48 Blob-kaarten, 8 instructiekaarten in doos. - ISBN: 978-0-86388-680-5

Doelgroep: Volwassenen 6-18 jaar

Blobs zijn een hulpmiddel om te communiceren via lichaamstaal en emoties. De figuurtjes drukken gevoelens, gedrag en sociale situaties uit door middel van hun houding, uitdrukking, opstelling t.o.v. elkaar... Ze zijn geschikt voor alle leeftijden. Deze Blob-kaarten zijn een hulpmiddel om een breed scala aan negatieve en positieve gevoelens en gedragingen te bekijken en te bespreken.

3 Aanvullende bronnenlijst

Brochure van Augeo, steun aan vluchtelingen op school

Vluchtelingenkinderen bij ons op school, draaiboek; KPC groep

Toolkit Kind en trauma, Universitair medisch centrum Utrecht

Meer tips in het boek 'lesgeven aan getraumatiseerde kinderen', uitgeverij SWP van Coppens L.

Zeer goede e-learning module:<https://www.augeo.nl/vluchtelingenkinderen> : zowel voor het basisonderwijs als het secundair onderwijs (okan)

M. Macksoud (1998). Kinderen met oorlogservaringen, Handreikingen aan leerkrachten en ouders, unicef

Welfing M. en Tuk B. (2004). Omgaan met onmacht. Handleiding voor een studiedag sociaal-emotionele begeleiding asielzoekers- en vluchtelingenleerlingen in het opvangonderwijs. Utrecht: Pharos Kennis- en adviescentrum migranten, vluchtelingen en gezondheid

http://www.pharos.nl/documents/doc/handreiking_vluchtelingenkinderen_op_school_0.pdf