



Inspiratieblad – de oorlog in Oekraïne – traumasensitief handelen

Theorie

De oorlog in Oekraïne maakt veel los. Woede, boosheid, verdriet, machteloosheid. Het kan ook herinneringen oproepen vanuit eigen ervaringen. Wellicht merk je dit al bij jezelf en collega's. Bij leerlingen kan het ook veel gevoelens en/of herinneringen losmaken. Bied ruimte voor dit gevoel.

Kinderen in de klas uit Oekraïne (of buurlanden)?

Kinderen die nu in onzekerheid leven omdat ze niet weten wat er met hun opa en oma of met andere geliefden in Oekraïne gebeurt, hebben het moeilijk. Ze maken zich zorgen, kunnen snel afgeleid zijn en emoties in een familiesysteem werken door op iedereen, of je nu in Nederland of in Oekraïne bent.

Fysiek zitten de kinderen hier in de klas, met hun geest kunnen ze elders zijn. Het belangrijkste dat je kunt doen is hen een gevoel van geborgenheid geven.

Oog houden voor de andere nieuwkomers op jouw locatie

In de afgelopen jaren zijn er leerlingen uit Syrië, Afghanistan, Eritrea, Somalië, Irak, Iran vanuit de nieuwkomersscholen naar reguliere klassen gegaan. Ook al is de oorlog in hun land al even geleden, de confronterende beelden op televisie (jeugdjournaal) en sociale media (tik tok, telegram, facebook) kunnen ook bij deze kinderen een reactie uitlokken.

Er kan dan sprake zijn van een herbeleving van trauma's uit het verleden of angst dat de oorlog nu nog veel dichterbij is. Heb je vragen of maak je je zorgen? Neem dan vooral contact met ons op!

Wat kan ik (de leerkracht) doen?

De school is na de vlucht de eerste stap op de weg naar een normaal leven. Kinderen en jongeren op de vlucht brengen vaak een heel beladen verleden met zich mee. De school is voor velen onder hen een plek waar ze dingen even kunnen parkeren en tot rust komen. De structuur en continuïteit op school zorgt voor voorspelbaarheid en houvast in de vaak getraumatiseerde levens van deze leerlingen. Als leerlingen zich veilig voelen op school, hebben zij een lagere kans op het ontwikkelen van posttraumatische stress, depressie en angsten. School en leerkracht zijn dus essentiële figuren voor de ontwikkeling van deze leerlingen. Dus orde, rust en regelmaat. Check hoe het gaat met bijv. een emotiethermometer, gun ze een plekje om even tot rust te komen en vraag ook aan het kind wat zij zelf fijn vinden. Begin niet zelf over hun vlucht of de oorlog; maar wees begripvol als het kind dit zelf te sprake brengt.

Geef ze de ruimte om 'afwezig' te zijn

Doe samen een ritueel om licht en kracht te sturen naar familie en vrienden in het thuisland. Laat ze praten en tekenen om hun stress te ontladen.

Ideeën

- Voer pas een gesprek over de oorlog of de ervaringen van de kinderen als zij er zelf over beginnen! Kies je ervoor om bijv. het jeugdjournaal te kijken bespreek het dan wel voor; geef aan dat er beelden zullen zijn over de oorlog in Oekraïne en dat er ruimte is om er over te praten als de kinderen dit willen.
- Vraag de kinderen hoe ze zichzelf willen steunen (praten, huilen, wandelen, tekenen etc.)

- Vraag ze dan hoe ze vriendjes en geliefden in het thuisland willen helpen (een mail sturen, tekening maken, bellen)
- Maak een plek in de klas waar kinderen iets kunnen ophangen, neerleggen. Deze plek is voor iedereen, want het missen van een overleden oma of opa kan ook net zoveel gevoel losmaken.
- Maak een terugtrekplek in de klas (bijv. een tipi tent of een ei-stoel van Ikea) leg uit dat kinderen die dit nodig hebben zich hier even kunnen terugtrekken. Spreek duidelijk af dat de rest van de klas het kind dan met rust laat.

Hoe praat je met jonge kinderen over de oorlog?

Geef aan jonge kinderen feitelijke informatie met een persoonlijke waarde. Wees kort en duidelijk. Bijvoorbeeld: "Het is oorlog. Wij zijn hier veilig. Veel mensen praten over de oorlog. Zij willen dat de oorlog stopt." Houd het ook bij vervolgvragen eenvoudig. Verrassen sommige vragen je en weet je niet goed te antwoorden? Geef gerust aan dat je daar nog even over na moet denken of dat je het eerst op wil zoeken. Het fijne aan verrassende vragen is dat je weet wat de kinderen bezig houdt.

(bron: Ria Goedhart)



Lees meer

En met leerlingen die iets ouder zijn?

Met jongeren kun je zelf het gesprek aangaan. Stel vragen, vaak gaan we er vanuit te weten wat ze denken en voelen, maar zij kunnen je daarin volledig verrassen. Ook kun je hen wijzen op feiten en misvattingen en samen met hen naar antwoorden zoeken. Bij jongeren speelt vaak ook de vraag wat zij kunnen betekenen voor mensen die niet veilig zijn. Er dienen zich mooie initiatieven aan.

Dit zijn signalen bij trauma:

- agressief en opstandig gedrag;
- gevoelens niet onder controle hebben;
- niet leren van correcties;
- zich terugtrekken;
- complimenten niet in ontvangst kunnen nemen;
- onhandigheid in sociale contacten;
- de controle willen houden;
- claimen van de leerkracht of andere kinderen;
- perfectionisme;
- concentratieproblemen;
- planningsproblemen;
- impulsiviteit;
- weinig inzicht in oorzaak-gevolgrelaties;
- wisselende prestaties;
- ongeïnteresseerde houding;
- seksueel wervend/grensoverschrijdend gedrag

Trauma heeft consequenties voor de volgende ontwikkelingsgebieden:

Executieve functies:

overzicht houden;
doelen stellen;
volgorde van handelen aanbrengen;
stap voor stap taken uitvoeren;
onderscheiden welke informatie wel of niet relevant is;

de aandacht langer vasthouden; het eigen functioneren evalueren en bijstellen;
(creatief) problemen oplossen;
schakelen tussen taken.

Geheugenfuncties:

lesstof onthouden;
lesstof koppelen aan bestaande kennis;
terughalen van opgeslagen kennis;

reproducen uit het lange termijn geheugen.

Taal:

taalontwikkeling;
basale taalvaardigheden;
uitdrukkingsvaardigheden;
talige informatieverwerking;
motivatie; positieve overtuigingen en gevoelens