

Hoe begeleid je kinderen met schoolangst?

Help, ik durf niet!

Wat kun je doen als leerlingen niet naar school durven? Vaak voelen leraren, begeleiders en ouders zich machteloos als kinderen thuiszitten vanwege schoolangst. Terwijl zij juist veel kunnen bijdragen aan (het hervatten van) de schoolgang van deze groep leerlingen. Het Model van Waakzame Zorg kan hierbij behulpzaam zijn.

‘Zitten er bij jou in de klas ook kinderen die het lastig vinden om naar school te gaan?’ Mijn ervaring is dat leraren over deze vraag langer na moeten denken dan over de vraag of zij leerlingen met gedragsproblemen in de klas hebben. Blijkbaar vallen leerlingen met externaliserende gedragsproblemen eerder op dan kinderen die niet naar school durven. Vermoedelijk

krijgen ze ook meer aandacht. Jammer, want we weten dat het contact met leerlingen met schoolangst juist belangrijk is om thuiszitten te voorkomen.

Veel thuiszitters

Nederland kent een groot aantal kinderen en jongeren dat niet meer naar school gaat. Het Nederlands Jeugd-instituut gaat uit van ongeveer vijfduizend leerlingen. Hieronder vallen ook leerlingen die – vanwege angst, trauma of andere psychische problematiek óf een niet passend onderwijsaanbod – niet (meer) naar school durven. De Stichting AutiPassend Onderwijs (2021)

In Nederland gaat een groot aantal kinderen en jongeren niet naar school

Over angst

Veel leraren en begeleiders voelen zich machteloos als een leerling angstig is. Ze vragen zich af: Kan ik iets betekenen? Misschien is het toch iets meer voor thuis of de therapeut?

Angst is psychologisch gezien een verzamelnaam en betreft meerdere aspecten: niet alleen voelen, maar ook denken en doen.

Wie bang is, heeft de neiging te vluchten of in paniek te raken. De mate waarin dit gebeurt, verschilt echter per persoon, omdat de één meer angst ervaart dan de ander in eenzelfde situatie. Angst is dus een subjectief gevoel. Door dat gevoel veranderen echter ook de gedachten. Iemand die veel angst voelt, denkt vooral aan het dreigende gevaar en concentreert zich op de mogelijkheid om dit te ontwijken. Tegelijk ervaart een angstig

persoon lichamelijke veranderingen (versnelde ademhaling, zweten, hartkloppingen) die de aanzet vormen tot motorische activiteiten (weglopen, om hulp vragen).

Leraren en begeleiders dienen kennis te hebben van angst en hoe hiermee om te gaan. Het is belangrijk dat zij een angstige leerling niet dwingen om naar school te gaan, maar zijn angst (h)erkennen en er begrip voor hebben. Als een leerling angstig is, heeft deze zijn omgeving nodig om hem te helpen zijn overweldigende emoties te reguleren. Leraren en begeleiders kunnen de leerling steunen en stimuleren om ‘door de angst heen te gaan’, in plaats van ervoor weg te lopen. Dan ervaart de leerling dat hij de angst kan hanteren. Verder is het cruciaal dat zij in de leerling blijven geloven, ook wanneer het niet lukt om naar school te komen.



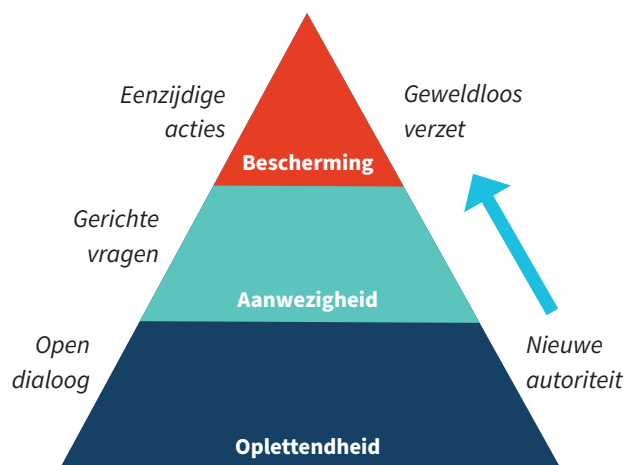
denkt overigens dat het misschien wel gaat om 20.000 thuiszitters. Veel van deze leerplichtige kinderen worden in het eerste cijfer niet meegeteld, bijvoorbeeld vanwege een leerplichtonthefving of omdat zij deelnemen aan time-outvoorzieningen. Hierbij blijven leerlingen officieel geregistreerd bij een school, ook al komen zij er niet daadwerkelijk om lessen te volgen. Er zijn overigens prachtige initiatieven opgezet voor leerlingen die uitvallen. Vaak komen zij hier tot bloei, omdat de omgeving anders naar hen kijkt en een andere invulling geeft aan het onderwijs.

Geweldloos verzet

In dit artikel kijken we wat de rol van volwassenen kan zijn bij schoolverzuim. Het blijkt namelijk dat leraren, begeleiders en ouders nadrukkelijk kunnen bijdragen aan het (weer) naar school gaan van leerlingen die niet naar school durven. De theorie van 'geweldloos verzet' van Haim Omer (2015) biedt hun handvatten.

In zijn wetenschappelijke theorie rond gezag en autoriteit combineert Omer de geweldloosheid van Mahatma Gandhi met het systeemdenken en de hechtingstheorie. Ouders zijn in Omers theorie, samen met andere gezagsdragers (leraren, begeleiders, hulpverleners, overige volwassenen), vanuit een verbindend contact aanwezig in het leven van een kind en verzetten zich tegen gedrag dat zijn ontwikkeling schaadt. Ze hebben een autoritatieve houding: er is aandacht voor de behoeften van het kind, maar de volwassenen stellen ook grenzen. Grenzen, die niet worden afgedwongen vanuit macht, maar gegeven vanuit bezorgdheid. Het Model van Waakzame Zorg (Omer 2015; Van Nus 2018) laat zien hoe volwassenen vanuit verbinding/presentie van invloed zijn op het gedrag van het kind. Het flexibele model bestaat uit drie niveaus (zie figuur 1). Meestal kunnen opvoeders volstaan met oplettendheid (het basisniveau), maar soms schalen ze op naar een

Waakzame Zorg: grenzen in verbinding



Figuur 1: Model van Waakzame Zorg. (Bron: Omer, 2015.)



hoger niveau uit de piramide. Dit doen zij bijvoorbeeld wanneer zij merken dat de ontwikkeling van het kind stagneert. Hierna gaan we in op de drie niveaus.

Oplettendheid

Het is bekend dat preventie (het basisoniveau van het Model van Waakzame Zorg) een grote rol speelt bij het voorkomen van schoolverzuim. Het is dan ook belangrijk dat leraren en begeleiders aandacht hebben voor verzuim, dat zij oplettend zijn. Dit start met nieuwsgierigheid naar de leerling: wie ben je, wat zijn je talenten, je interesses, uit wat voor gezin kom je, wat motiveert je en maakt je blij? Een leerling komt pas tot leren wanneer hij wordt gezien en gehoord. Wanneer hij het gevoel heeft dat leraren en begeleiders er voor hem zijn wanneer het goed gaat, maar ook op de mindere momenten. In de zogenaamde gouden weken, bij de start van het schooljaar, leren leraren de klas kennen. Als begeleider kun je leraren stimuleren om in deze periode van iedere leerling twee specifieke dingen te ontdekken. Waar geniet hij van, welke talenten heeft hij, met welke activiteiten is hij graag bezig? Moedig leraren aan alert te zijn op elke leerling – niet alleen op diegenen die door de dag heen het grootste deel van de aandacht opeisen. Juist in deze weken, wanneer

iedereen nog zoekende is naar zijn plek in de groep, zullen angstige en verlegen kinderen minder opvallen of zich terugtrekken. Regelmatig thuisblijven om vage redenen of vanwege ziekte kan daar een signaal van zijn. Wat is dan het beleid van de school? Alleen de leerling melden als absent of na schooltijd even opbellen om te vragen hoe het met hem is en of hij ergens hulp bij nodig heeft? Een WhatsAppbericht kan al veel betekenen: de leerling weet dan dat er aan hem gedacht wordt. In deze eerste weken is het ook goed om met het thuisfront contact te leggen, bijvoorbeeld door te bellen met alle ouders en observaties met hen te delen, zodat er een open dialoog op gang komt tussen school en thuis. Wanneer ouders merken dat de school hun kind kent, zal dit het gevoel van samenwerking versterken. Een samenwerking die nodig is, wanneer je op gaat schalen naar ‘aanwezigheid’, het tweede niveau.

Waarom moet een kind alle gymlessen volgen als zijn angst daar het grootst is?

Aanwezigheid

Het niveau van aanwezigheid gaat spelen als het een kind niet lukt om op school te komen. Op dit niveau stelt de school vooral gerichte vragen aan de leerling, maar ook aan de ouders. Kan de school hen ergens mee helpen?

Bij afwezigheid van een leerling wordt vaak al snel naar de Methodische Aanpak Schoolverzuim (MAS) gegrepen, een instrument om schoolverzuim te signaleren en te stoppen. Dit werkt prima om het verzuim in beeld te brengen, maar eigenlijk kan dit niet zonder de ouders. Zij kennen hun kind als geen ander en weten wat hun kind kan helpen.

Wat echter vaak gebeurt, is dat leraren en begeleiders zich al een mening of oordeel hebben gevormd over de reden van het schoolverzuim en hoe dit aan te pakken. Dat is jammer, want dat beïnvloedt het kijken naar de leerling en het open gesprek met ouders. Wanneer ouders voelen dat school hen al bij voorbaat veroordeelt, wordt een constructief gesprek lastig. Voorkom dus dat school en ouders tegenover elkaar komen te staan en dat ouders verwijten aan het adres van school gaan uiten, omdat zij zich in een hoek gedrongen voelen. Omgekeerd geldt dat ouders niet alles van school kunnen eisen; er is immers een bepaalde bandbreedte waarbinnen de school kan opereren. Wanneer school en thuis elkaars gezag niet legitimeren (Verhaege, 2015) zal de leerling zich niet gesteund voelen. Zij geven dan immers niet dezelfde boodschap af en dat zorgt voor verwarring.

Om de leerling het gevoel te geven dat hij zijn angst kan leren hanteren is het belangrijk om als school

Tip van de redactie! Wil van Nus schreef eerder een artikel voor ons: 'Geweldloos verzet tegen probleemgedrag' (mei 2019). Je vindt het in de materialenbank op lbbo.nl.

uitzonderingen te durven maken. Waarom moet een leerling alle gymlessen volgen als blijkt dat juist daar zijn angst het grootst is? Of waarom moet een leerling 80 procent aanwezig zijn als hij ook toekan met slechts een enkel fysiek contact en zelfstudie meer bij hem past? Regels en protocollen belemmeren vaak het denken in mogelijkheden. Ze maken de schoolgang alleen nog maar ingewikkelder. Hiermee zeg ik overigens niet dat de school leerlingen moet stimuleren om thuis te werken of minder te komen. Maar als tussenstap kan dit heel helpend zijn.

Als er al sprake is van thuiszitten, kan 'aanwezigheid' worden getoond met een huisbezoek, een berichtje, een kaartje, een foto van de klas. Altijd in overleg met de ouders. Door gezamenlijk een netwerk te vormen rond de leerling zal hij steun ervaren.

Bescherming

Het hoogste niveau uit het Model van Waakzame Zorg bestaat uit 'eenzijdige acties van verzet': acties die de ouders ondernemen wanneer het schoolverzuim verder toeneemt of het kind helemaal niet meer naar school gaat. Waar er op de eerste twee niveaus nog sprake is van een dialoog, ligt het initiatief op dit niveau bij de ouders. Hun zorgen over de ontwikkeling van het kind zijn nu zo groot, dat zij wel moeten ingrijpen.

De school steunt zowel de ouders als de leerling. Samen met de ouders verzet de school zich tegen het verzuim. Niet door het kind te dwingen of te forceren, maar door de boodschap af te geven: 'Wij laten je niet los en geven je niet op.' Ook niet door toe te geven of te vermijden, maar door de leerling als leerling te blijven zien, opdat hij zich ook daadwerkelijk weer zo voelt. Zo kan de school zorgen voor huiswerk op maat als het de leerling niet lukt om naar school te komen. Of er kan namens de klas een videoboodschap gestuurd worden: we missen je en staan voor je klaar.



Wil van Nus

Wil van Nus geeft trainingen, lezingen en workshops over geweldloos verzet en nieuwe autoriteit. Deze zijn gericht op hulpverleners, maar vooral ook op onderwijzers. Afgelopen jaar verscheen bij uitgeverij Pica haar tweede boek 'Als naar school gaan een uitdaging wordt. Preventie en samenwerking rond thuiszitters'.

Op dit niveau is vaak ook een therapeut betrokken die, samen met ouders en school, steun biedt aan het kind.

Regie bij de leerling

Hoewel geweldloos verzet de focus op de volwassenen legt (Van Nus, 2021), is het belangrijk ook de leerling regie te geven. Door hem een stuk autonomie (terug) te geven, ervaart hij een gevoel van controle. Als anderen niet over hem beslissen, maar samen met hem kijken welke stappen er gezet kunnen worden, helpt hem dat vooruit. Deze autonomie valt wel binnen een door volwassenen bepaald kader. Het uitgangspunt is niet óf de leerling naar school gaat, maar wel in welk tempo en op welke manier.

Durf je de beslissing bij de ouders te laten?

Ten slotte

Wanneer je als begeleider betrokken bent bij een leerling met deze problematiek, heb je waarschijnlijk al van alles geprobeerd en vele gesprekken met ouders, leraren, hulpverleners en anderen gevoerd. Soms met bitter weinig resultaat, waardoor je het gevoel krijgt dat je met elkaar in een 'gevecht om het gelijk' bent beland. Wanneer meningen uiteen blijven lopen, is het helpend te bedenken dat niet de school, maar de ouders de primaire gezagsdragers zijn. Zonder hun medewerking lukt het zelden om te zorgen dat de schoolgang weer wordt hervat. Soms zijn er geen oplossingen waar iedereen achter kan staan. Misschien is het verdragen van de situatie dan wel de grootste uitdaging, ook om verdere escalatie te voorkomen. Durf je – ook al druist het in tegen al je normen en waarden – de beslissing bij ouders te laten?

Literatuur

- Omer, H. (2015). *Waakzame zorg. Hoe je als ouders je kinderen houvast kunt bieden als dat nodig is*. Hogrefe.
- Van Nus, W. (2018). *Geweldloos verzet op school. Een nieuwe kijk op gedragsproblemen*. Pica.
- Van Nus, W. (2021). *Als naar school gaan een uitdaging wordt. Preventie en samenwerking rond thuiszitters*. Pica.
- Verhaeghe, P. (2015). *Autoriteit*. De Bezige Bij.

Samen staan we sterk voor professionele begeleiders



Dit artikel is gepubliceerd in *Beter Begeleiden*, het vakblad voor leden van de Landelijke Beroepsgroep voor Begeleiders in het Onderwijs (LBBO).

De LBBO zet zich in om de positie van begeleiders in het onderwijs te verstevigen. We zijn ervan overtuigd dat begeleiders onmisbare schakels zijn in scholen. Dat begeleiders zich verbeteren als ze elkaar ontmoeten, elkaar inspireren en zich professionaliseren. Daarom verenigen we hen in onze landelijke beroepsgroep (zonder winstootmerk).

Door lid te worden van de LBBO krijg je volop mogelijkheden om met en van andere begeleiders te leren. Je wordt gevoed en geïnspireerd. Bovendien kun je altijd bij de LBBO terecht voor een vraag over jouw werk – we helpen je graag!

Meer redenen om lid te worden

- 6x per jaar het vakblad *Beter Begeleiden* bij je thuis
- toegang tot onze online materialenbank vol artikelen, materialen en andere vakinhoudelijke informatie
- korting bij LBBO Academie
- mogelijkheid tot registratie in ons kwaliteitsregister
- rechtspositionele ondersteuning
- actuele beroepsstandaarden
- regelmatige winacties
- vertegenwoordiging in landelijke overlegorganen
- een krachtige stem in het publieke (onderwijs)debat

De LBBO is de overkoepelende beroepsorganisatie voor:

- intern begeleiders
- ambulante begeleiders
- gedragsspecialisten
- jonge-kindspecialisten
- beeldbegeleiders
- specialisten begaafdheid
- zelfstandige begeleiders in het onderwijs

Informatie

Meer informatie over het lidmaatschap of direct aanmelden als lid? Kijk op onze website: lbbo.nl.