Een stevig pedagogisch klimaat voor leerlingen die veel hebben meegemaakt

Merel Kloosterhuis – Onderwijsadviseur

Stelling

- Stelling: Veiligheid gaat vooraf aan leren.
- Stelling: Lastig gedrag is meestal onmacht niet onwil.
- Stelling: Wat goed is voor kwetsbare leerlingen, is goed voor alle leerlingen.

Stressgedrag herkennen

- De amygdala slaat alarm -> maakt direct een inschatting van het gevaar
- Het zenuwstelsel raakt geactiveerd:
    - Hyper-arousel (hoge activatie)
    - Hypo-arousel (lage activatie/uitschakelen)
- Inschatting van gevaar én de beschikbare mogelijkheden bepalen de reactie:
    - Vechten (fight)
    - Vluchten (flight)
    - Bevriezen (freeze)
    - Pleasen/ verzoenen (fawn)
- Welke reactie ontstaat, hangt af van wat het brein op dat moment als meest kansrijke strategie ziet.



Traumasensitief onderwijs, Leony Coppens 2022 ©

Cleveland Clinic (2025); Coppens et al. (2026); Perry & Szalavitz (2006); Porges (2011)

Fight Response

- Hyper-arousel
- Fight: de leerling reageert met boosheid, verzet of discussiegedrag om weer controle te krijgen over een situatie die als bedreigend kan worden ervaren.
- Signalen
  - Verhoogde spierspanning;
  - Stemverheffing;
  - Onrustige of dreigende lichaamshouding;
  - Veranderende gezichtsuitdrukking;
  - Snel in discussie gaan;
  - Verbaal agressief gedrag.



Perry & Szalavitz (2006); Porges (2011); Coppens et al. (2026)

Flight Response

- Hyper-arousel
- Flight: De leerling probeert spanning te ontlopen door situaties, taken of contact te vermijden. Hierdoor kan het lijken alsof de leerling ongemotiveerd of ongeïnteresseerd is.
- Signalen
  - Vermijdt taken of opdrachten;
  - Stelt werk uit of begint niet;
  - Wil regelmatig de klas verlaten;
  - Trekt zich terug uit groepswerk;
  - Oogt onrustig of gejaagd;
  - Vermijdt contact met de docent;
  - Vlucht in druk gedrag, presteren of perfectionisme.



Perry & Szalavitz (2006); Porges (2011); Coppens et al. (2026)

Freeze Response (actief)

- Hyper-arousel
- Actieve freeze: de leerling verstijft en valt stil, terwijl het brein juist op scherp staat en voortdurend de omgeving scant op mogelijke dreigingen.
- Signalen
    - Verstijfde lichaamshouding;
    - Gespannen spieren;
    - Stilvallen;
    - Starende blik;
    - Verhoogde alertheid;
    - De omgeving voortdurend observeren;
    - Moeite hebben met reageren;
    - Schrikachtig gedrag.



Perry & Szalavitz (2006); Porges (2011); Coppens et al. (2026); Walker (2013)

Freeze Response (passief)

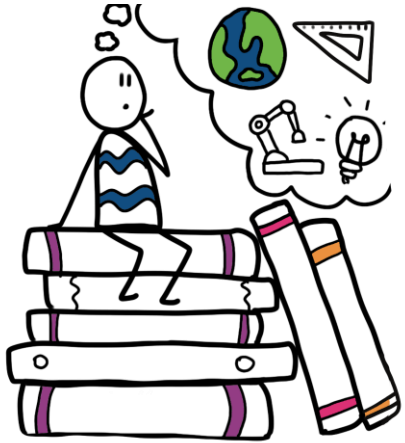
- Hypo-arousel
- Passieve freeze: de leerling trekt zich terug, lijkt afwezig of verdoofd en heeft moeite om tot denken of handelen te komen. Dit gedrag kan worden verward met ongemotiveerdheid of desinteresse.
- Signalen
  - Afwezige blik;
  - Weinig initiatief;
  - Teruggetrokken gedrag;
  - Trage reacties;
  - Weinig mimiek;
  - Moeite met concentreren;
  - Niet aan het werk komen;
  - Dissociatie.



Coppens et al. (2026); Perry & Szalavitz (2006); Porges (2011); Walker (2013)

Fawn Response

- Hyper-arousel & Hypo-arousel
- Fawn: De leerling probeert spanning of conflict te voorkomen door zich aan te passen aan de anderen, mee te gaan met hun wensen of voortdurend bevestiging te zoeken. Hierdoor kan de eigen behoeften naar de achtergrond verdwijnen.
- Signalen
    - Sterke behoeften aan goedkeuring;
    - Moeite met grenzen aangeven;
    - Conflict vermijdend gedrag;
    - Zich sterk aanpassen aan de ander;
    - Overmatig behulpzaam zijn;
    - Moeite met het geven van een eigen mening;
    - Angst om anderen teleur te stellen;
    - Regelmatig bevestiging zoeken.



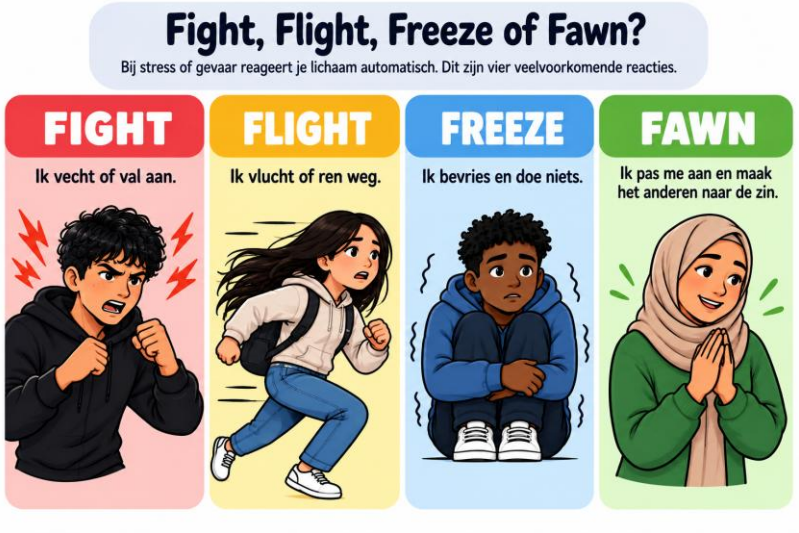
Walker (2013), theoretisch ondersteund door Porges (2011)

Werkvorm: Fight, Flight, Freeze of Fawn?

Neem een leerling in gedachten die jij lastig vindt om te lezen.

Welke reactie zie jij het meeste?

- Fight;
- Flight;
- Freeze;
- Fawn.



Reflectievragen:

- Welke reactie roept dit gedrag bij mij op?
- Wat denk ik vaak over deze leerling?
- Welk gedrag vind ik het lastigst: fight, flight, freeze of fawn?

Spiegelvragen:

- Hoe reageer ik meestal op dit gedrag?
- Welk effect zou mijn reactie op de leerling kunnen hebben?
- Wat zou ik vaker, minder of anders kunnen doen om beter aan te sluiten bij wat deze leerling nodig heeft?

Pedagogische gereedschapskist: kleine ingrepen met grote impact

Van inzicht naar handelen.

We hebben gekeken naar:

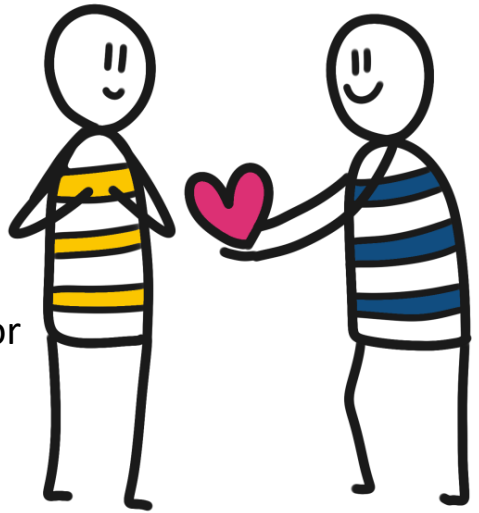
- Het belang van veiligheid, welbevinden en leren;
- Hoe stress en gedrag zichtbaar kunnen worden in de klas.

In de volgende slides bespreken we praktische strategieën op groeps- en individueel niveau.

Preventie op groepsniveau

Veiligheid en relatie

- Begroet de leerlingen bij de deur;
- Maak regelmatig positief contact;
- Wees voorspelbaar in je reacties;
- Connect before correct;
- Geef de leerlingen de ruimte om zelf aan te geven waar ze willen zitten in de klas
- Een rustige werkomgeving is erg belangrijk, biedt de mogelijkheid voor leerlingen om zich af te kunnen sluiten van omgevingsgeluiden.

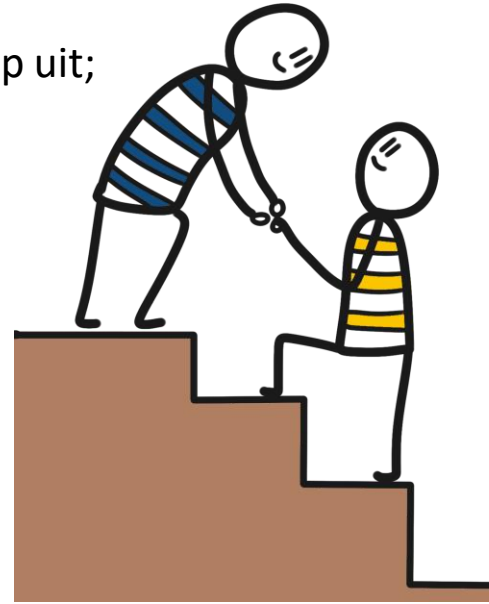


Horeweg (2026); Van Overveld (2021); Cook et al.(2018); Pianta (1999)

Preventie op groepsniveau

Structuur en voorspelbaarheid

- Werk met een duidelijke lesopbouw;
- Maak gebruik van een voorspelbare lesstructuur en leg het lesverloop uit;
- Benoem het doel van de les en maak het zichtbaar;
- Geef gestructureerde instructie;
- Geef (beperkte) keuze in de manier waarop opdrachten uitgevoerd mogen worden, dit zorgt voor een gevoel van controle (autonomie);
- Vertel wanneer de les is begonnen/ bijna eindigt;
- Geef duidelijke gedragsinstructies: ‘’Ik wil graag dat je nu…’’;
- Wees voorspelbaar in je reacties.



Horeweg (2026); Van Overveld (2021); Deci & Ryan (2000)

Preventie op groepsniveau

Gedrag beïnvloeden

- Benoem gewenst gedrag vaker dan ongewenst gedrag;
- Geef specifieke feedback: ik zie dat je…-> daardoor….
- Creëer succeservaringen;
- Corrigeer individueel, complimenteer publiekelijk;
- Voer herstelgerichte gesprekken na incidenten;
- Spreek de leerling aan op het gedrag en niet op de persoon;
- Spreek vanuit de schoolregel, niet vanuit jezelf.
- Houd duidelijke kaders aan bij vervelend/ ongewenst gedrag en hou je hier ook aan.



Horeweg (2026); Van Overveld (2021)

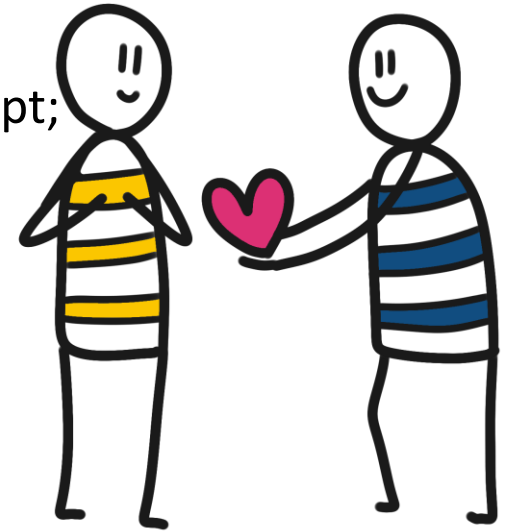
Preventie op individueel niveau

Veiligheid en relatie

- Plan regelmatig korte check- ins;
- Maak samen afspraken over wat helpt als spanning oploopt;
- Bied een voorspelbare volwassene als aanspreekpunt.

Voorbereiden op spannende situaties

- Kondig toetsen, presentaties en gesprekken ruim van te voren aan;
- Geef vooraf aan wanneer de leerling een beurt krijgt.



Horeweg (2026); Perry & Szalavitz (2006); Porges (2011); Pianta (1999)

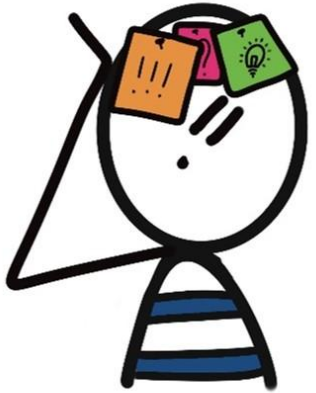
Preventie op individueel niveau

Extra ondersteuning bij opdrachten

- Verdeel grote opdrachten in kleinere stappen;
- Geef één instructie tegelijk;
- Controleer of de opdracht begrepen is;
- Verminder tijdelijk de hoeveelheid werk indien nodig.

Ondersteun stressreacties

- Geef extra denktijd;
- Plan gevoelige gesprekken buiten de groep;
- Geef ruimte om eerst te reguleren voordat je corrigeert.



Horeweg (2026), Van Overveld (2021); Rowe (1986), Perry & Szalavitz (2006), Porges (2011)

Werkvorm: Exit-ticket

- Schrijf op 3 verschillende post-its:
  - Eén inzicht dat ik meeneem.
  - Eén interventie die ik morgen ga toepassen.
  - Eén vraag die ik nog heb.
- Na afloop kun je je post-it in de daarvoor bestemde doos bij de ingang/uitgang achterlaten.

Geraadpleegde literatuur / Literatuurlijst

- Cook, C. R., Fiat, A., Larson, M., Daikos, C., Slemrod, T., Holland, E. A., Thayer, A. J., & Renshaw, T. (2018). *Positive greetings at the door: Evaluation of a low-cost, high-yield proactive classroom management strategy*. *Journal of Positive Behavior Interventions, 20*(3), 149-159.
- Coppens, L., Schneijderberg, M. en Van Kregten, C. (2026). *Traumasensitief lesgeven: Een praktische handleiding voor het onderwijs.* Uitgeverij Pica.
- Coppens, L., Schneijderberg, M. en Van Kregten, C. (2022). *Traumasensitief lesgeven: Een praktische handleiding voor het onderwijs.* Uitgeverij Pica.
- Cleveland Clinic. (2025, 23 januari). *Hyperarousal: What it is, causes, symptoms & treatment.* https://my.clevelandclinic.org/health/symptoms/hyperarousal
- Horeweg, A. (2026). *De traumasensitieve school: Anders kijken naar gedrag*. Lannoo Campus.
- Overveld, K. (2021). *Groepsplan gedrag: planmatig werken aan passend onderwijs (*12de druk). Uitgeverij Pica
- Perry, B.D., & Szalavitz, M. (2006). *The boy who was raised as a dog: And other stories from a child's psychiatrist's notebook.* Basic Books.
- Pianta, R. C. (1999). *Enhancing relationships between children and teachers.* American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/10314-000
- Porges, S. W. (2011). *The polyvagal theory: Neurophysiological foundations of emotions, attachment, communication, and self-regulation.* W. W. Norton & Company.
- Rowe, M. B. (1986). Wait time: Slowing down may be a way of speeding up! *Journal of Teacher Education, 37*(1), 43-50.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). *Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being.* American Psychologist, 55(1), 68-78.
- Siegel, D. J. (2020). *The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are (3rd ed.).* Guilford Press.
- Walker, P. (2013). *Complex PTSD: From surviving to thriving.* Azure Coyote Books.