Afbeelding met boom, buiten, bank, park

Automatisch gegenereerde beschrijving

*Een Nederlandse doorontwikkeling van de* Systemic Transition in Education Programme for Autism Spectrum Disorder *(STEP-ASD)*

**Bijlagen en invulbladen behorend bij de STAP-methode**

*STAP is een handboek met strategieën voor leraren en ouders om leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit te helpen bij de overstap van het basis- naar het voortgezet onderwijs*

School Transitie AfstemmingsProgramma

**..........**

**STAP**

**School Transitie**

**AfstemmingsProgramma**

Een Nederlandse doorontwikkeling van de *Systemic Transition in Education Programme for Autism Spectrum Disorder* (STEP-ASD)

Hogeschool Leiden & Hogeschool Rotterdam, 2021

*Auteurs van de aangepaste Nederlandse vertaling*

De MOVING vertalingsgroep: Iris Tjaarda, Esther Bax-Höhle, Natasja van Lang, Kirstin Greaves-Lord, Patricia Vuijk en Chris Kuiper. Met medewerking van Jules van Driel, Barbara de Gelder-Jansen, Carla Hebels, Carola Schipper, José Spruyt en Petra Spuijbroek van de TP-ontwikkelingsgroep (2015-2019).

*Mogelijk gemaakt door*

Hogeschool Leiden en Hogeschool Rotterdam

Mede gefinancierd door SIA, Nationaal Regieorgaan Praktijkgericht Onderzoek (RAAK-PRO)

*Oorspronkelijke auteurs*

Marianna Murin, Sara Staunton, Josselyn Hellriegel, Will Mandy, David Skuse and Seonaid Anderson (2009-2012)

Social Communication Disorders Clinic, Great Ormond Street Hospital for Children NHS Trust & Behavioural and Brain Science Unit, UCL Institute of Child Health.

Funded by the Great Ormond Street Hospital Children’s Charity

*Auteursrechten*

Niets uit deze methode mag worden verveelvoudigd, gedeeld, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt worden, hetzij elektronisch, mechanisch, door print-outs, kopieën of welke manier dan ook, buiten de geïntendeerde doelen van de STAP-methode,zonder toestemming van de projectleider van de MOVING vertalingsgroep.

**Inhoudsopgave**

[Contactgegevens van de auteurs en andere betrokkenen 4](#_Toc66216383)

[Bijlagen en invulbladen behorend bij de STAP-methode 5](#_Toc66216384)

[Bijlage 1. Informatiefolder STAP voor docenten 6](#_Toc66216385)

[Bijlage 2. Is de STAP-methode geschikt voor deze leerling? 8](#_Toc66216386)

[Bijlage 3. Screeningsvragenlijst Ouder en Leraar 10](#_Toc66216387)

[Bijlage 4. Screeningsvragenlijst Leerling 19](#_Toc66216388)

[Bijlage 5: Agenda warme overdracht 21](#_Toc66216389)

[Bijlage 6: Afsprakenoverzicht 22](#_Toc66216390)

[Bijlage 7. OverSTAPplan 23](#_Toc66216391)

[Bijlage 8. Leerlingprofiel 26](#_Toc66216392)

[Bijlage 9. Hoe manifesteren beperkingen in de sociale communicatie en flexibiliteit zich in de klas? 28](#_Toc66216393)

[Bijlage 10. Beurt geven en nemen 34](#_Toc66216394)

[Bijlage 11. Regels voor gesprekken en Regels voor het invoegen in een groep 36](#_Toc66216395)

[Bijlage 12. Sociale Verhalen, Carol Gray™ 38](#_Toc66216396)

[Bijlage 13. Persoonlijk rooster 40](#_Toc66216397)

[Bijlage 14. Signaalkaarten 41](#_Toc66216398)

[Bijlage 15. Lunchactiviteiten overzicht 42](#_Toc66216399)

[Bijlage 16. Maatjessysteem 43](#_Toc66216400)

[Bijlage 17. Emotie-Thermometer 44](#_Toc66216401)

[Bijlage 18. De Emotionele Gereedschapskist 46](#_Toc66216402)

[Bijlage 19. Het STAR formulier 49](#_Toc66216403)

[Bijlage 20. Middelen tegen Pesten 50](#_Toc66216404)

[Bijlage 21. Doelen stellen, Plannen, Handelen en Evalueren 52](#_Toc66216405)

[Bijlage 22. Huiswerk 53](#_Toc66216406)

[Bijlage 23. Tips voor ouders: Samen met je kind praten over een ASS diagnose 55](#_Toc66216407)

[Bijlage 24. Ontspanningstechnieken 60](#_Toc66216408)

[Bijlage 25. Vaardigheden bij plannen en uitvoeren 66](#_Toc66216409)

[Bijlage 26. Cirkel van Vrienden 68](#_Toc66216410)

[Bijlage 27. ‘Hoe praat je tegen ...’ 70](#_Toc66216411)

[Bijlage 28. Stappenplan Probleemoplossend samenwerken 71](#_Toc66216412)

[Bijlage 29. Samenwerkingscontract 73](#_Toc66216413)

[Bijlage 30. Mijn OverSTAPboek 74](#_Toc66216414)

[Bijlage 31. STAPpenplan schoolkeuze 95](#_Toc66216415)

[Bijlage 32. Sociale media: Een toolkit voor ouders 105](#_Toc66216416)

Contactgegevens van de auteurs en andere betrokkenen

Contactgegevens

Chris Kuiper, lector ‘Transformaties in de zorg voor jeugd’, Hogeschool Leiden, Expertisecentrum Jeugd

E-mail: kuiper.c@hsleiden.nl

Dank aan alle betrokkenen

*De onderzoekers binnen MOVING*

Iris Tjaarda, Esther Bax-Höhle, Natasja van Lang, Kirstin Greaves-Lord, Sanne Tonkens, Patricia Vuijk &

Chris Kuiper

*De TP-ontwikkelingsgroep*

Jules van Driel, Barbara de Gelder-Jansen, Carla Hebels, Carola Schipper, José Spruyt & Petra Spuijbroek

*Studenten aan Hogeschool Leiden*

Suze Vermeer, Esmeralda Jonkers, Anne Paardekooper, Anouk Luijken, Jessica Akel, Dewi Koenders, Larissa van de Peppel, Mara van Geffen, Pien Otto & Wesley Sierat

*Studenten aan Hogeschool Rotterdam*

Delaney Veth, Iris Janssen, Jadie Pelikaan, Larissa van der Hee, Usman Khan, Sandra Ruijgt & Sharona van der Laar

Oorspronkelijke auteurs STEP-ASD

Marianna Murin, Sara Staunton, Josselyn Hellriegel, Will Mandy, David Skuse and Seonaid Anderson (2009-2012)

Social Communication Disorders Clinic (National Centre for High Functioning Autism)

Department of Child and Adolescent Mental Health  
Level 4, Frontage Building  
Great Ormond Street Hospital  
Great Ormond Street  
London WC1N 3JH  
020 7405 9200 ext 5855 / 020 7829 8679

Auteursrechten

Niets uit deze methode mag worden verveelvoudigd, gedeeld, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt worden, hetzij elektronisch, mechanisch, door print-outs, kopieën of welke manier dan ook, buiten de geïntendeerde doelen van de STAP-methode,zonder de toestemming van de projectleider van de MOVING vertalingsgroep.

Bijlagen en invulbladen behorend bij de STAP-methode

**..........**

Bijlage 1. Informatiefolder STAP voor docenten

Ontwikkeld door: Esmeralda Jonkers



Bijlage 2. Is de STAP-methode geschikt voor deze leerling?

Dit overzicht kan gebruikt worden bij het bepalen of de STAP-methode passend is voor een leerling in groep 7 of 8, die de overstap gaat maken naar de middelbare school. De STAP-methode is bedoeld voor leerlingen bij wie sprake is van sociale onhandigheid en/of moeite met flexibiliteit. Daarnaast geven twee kenmerken elk of in combinatie voldoende aanleiding voor zorg met betrekking tot de overstap naar het voortgezet onderwijs. Om deze reden is er extra ondersteuning of zorg nodig of gewenst. Aan de hand van dit overzicht kan er gekeken worden of STAP hiervoor geschikt is.

**1. Sociale onhandigheid of (enige) moeite met sociale communicatie**

Sommige leerlingen die sociaal onhandig zijn, maken bijvoorbeeld op een ongebruikelijke manier of in geringe mate oogcontact, terwijl het juist moeilijk vinden om contact te initiëren of gesprekken aan de gang te houden. Weer andere jongeren hebben moeite om verbale of non-verbale uitingen van anderen te begrijpen of begrijpen impliciete (ongeschreven) regels niet. Soms hebben ze ook moeite met zich in een ander kunnen inleven of invoelen (empathie), of begrijpen ze de sociale context niet waardoor ze zich onbedoeld soms ongepast gedragen. Het kan hierdoor ook zo zijn dat ze moeite hebben met vrienden maken of vriendschappen onderhouden.

***Bijvoorbeeld:*** *een leerling kan een grap die een vriend eerder maakte zich herinneren en herhaalt deze grap in een andere, niet passende context waar deze als onbeleefd kan worden opgevat. Dit heeft de leerling dan niet door. Deze jongeren hebben over het algemeen niet de intentie om iemand te kwetsen, maar voelen de juiste context om een grap te maken uit zichzelf niet aan. Als ze erachter komen dat het niet gepast was of dat iemand zich gekwetst heeft gevoeld, voelen ze zich vaak erg bezwaard.*

**2. Moeite met verandering, schakelen tussen activiteiten en/of flexibiliteit**

Voor sommige jongeren kan de wereld verwarrend en stressvol zijn vanwege hun inflexibele manier van denken en hun behoefte aan eenduidigheid. Er wordt verondersteld dat zij het moeilijk vinden om te voorspellen wat er kan gebeuren omdat zij moeite hebben met de verbeelding. Om die reden hebben deze jongeren de behoefte aan routines en om alles hetzelfde te houden zoals het is. Bij zelfs kleine veranderingen op school (zoals een andere leraar, het vervallen van een geplande activiteit of een andere route naar school) kan de leerling gedrags- of emotionele problemen laten zien (bijvoorbeeld in paniek raken, boos worden of zich terugtrekken).

***Bijvoorbeeld:*** *wanneer een leerling op school te horen krijg dat die dag een andere leraar voor de klas zal staan, kan hij of zij heel angstig worden. Een manier om met de angst om te gaan kan zijn dat de leerling in de klas bezig gaat met zijn eigen interesses (zoals lijstjes maken van voetballers of informatie zoeken over het heelal) i.p.v. met het maken van het opgedragen schoolwerk in de klas.*

**3. Ondersteuning is gewenst (door leerling, ouder en/of leerkracht) bij de overstap naar de middelbare school**

De ondersteuning zou voor deze leerling wenselijk zijn omdat hij of zij voldoet aan punten 1 en/of 2: de leerling vindt het bijvoorbeeld moeilijk om vrienden te maken en heeft moeite met schakelen tussen lesactiviteiten. De punten 1 en 2 kunnen in mindere of meerdere mate aanwezig zijn bij de leerling. Er kan dan ondersteuning plaatsvinden aan de hand van STAP. Dit houdt in dat er met de betrokken ouders, leerkrachten van het PO en VO en de leerling zelf naar passende manieren zal worden gezocht om de leerling bij de overstap naar het VO te ondersteunen. Mogelijk zijn er leerlingen in uw klas die voldoen aan de punten 1 en 2, maar al voldoende ondersteuning krijgen aan de hand van een ander programma. We vragen u om dan een andere leerling te kiezen die nog geen ondersteuning krijgt.

Bijlage 3. Screeningsvragenlijst   
Ouder en Leraar

Deze vragenlijst is zo ontworpen dat onderwijsprofessionals en ouders/verzorgers de ondersteuningsbehoeften van de leerling in zwaarte en prioriteit in kaart kunnen brengen.

|  |
| --- |
| Ingevuld door: |
| Relatie tot het kind: |
| Naam van het kind: |
| Geboortedatum: |
| INDIEN VAN TOEPASSING:  Diagnose(noem a.u.b. alle diagnoses, bij voorkeur met DSM-5 classificatie)  Datum Psychodiagnostisch onderzoek:  Is het kind op de hoogte van de diagnose  ASS ¡ Ja / ¡ Nee  Eventuele andere diagnoses ¡ Ja / ¡ Nee  Vinden de ouders en het kind het goed als de diagnose bekend wordt gemaakt aan:  Leraren en ander personeel op school ¡ Ja / ¡ Nee  Klasgenoten ¡ Ja / ¡ Nee |
| Heeft de school vanuit het Samenwerkingsverband voor de leerling een Toekenningsverklaring Ondersteuning of Arrangement ontvangen? (bijv. bijvoorbeeld Ambulante begeleiding of een Maatwerkbudget cluster 4)  ¡ Ja / ¡ Nee  Indien ja, geeft u a.u.b. in de lijst per aandachtsgebied aan waarvoor het kind 1-op-1 begeleiding ontvangt |
| Belangrijke medische benodigdheden:  (zoals medicatie of aanpassingen zoals voor diabetes of allergieën, etc.) |

*Kruis aan welke ondersteuningsgebieden op het kind van toepassing zijn, gebruik makend van de onderstaande bijbehorende kleuren. U kunt ook een korte toelichting of opmerkingen toevoegen in de ruimtes onder de vraag.*

**0: dit is een gebied dat goed gaat, hiervoor is geen extra aandacht nodig  
1 : dit is een gebied waar onderwijsprofessionals zich bewust van moeten zijn  
2 : dit gebied vraagt specifieke ondersteuning  
3 : dit gebied heeft prioriteit en vraagt een proactief en consistent plan van aanpak**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Belemmeringen in de sociale interactie** | 0 | 1 | 2 | 3 |
| Had hij/zij in het verleden moeite met het maken van vrienden/vriendinnen ? |  |  |  |  |
| Had hij/zij moeite met het behouden van vriendschappen? |  |  |  |  |
| Was hij/zij bezorgd over het maken van vrienden/vriendinnen |  |  |  |  |
| Heeft hij/zij moeite met het aansluiten bij een gesprek? |  |  |  |  |
| Heeft hij/zij moeite met het wachten op zijn/haar beurt tijdens een spel of een andere activiteit? |  |  |  |  |
| Heeft hij/zij moeite met samenwerken, bijvoorbeeld in de klas of bij het sporten of spelen met andere kinderen |  |  |  |  |
| Heeft hij/zij moeite met het begrijpen van signalen in een conversatie? (bijv. dat iemand gaapt kan betekenen dat hij niet meer betrokken is) |  |  |  |  |
| Was hij/zij vaak alleen tijdens de basisschooltijd? |  |  |  |  |
| Heeft hij/zij moeite met niet-verbale communicatie in zijn/haar houding, zoals oogcontact, het gebruik van gebaren of gezichtsuitdrukkingen |  |  |  |  |
| Zijn er nog andere belangrijke punten t.a.v. de sociale interactie van het kind? | | | | |
| Is er op dit gebied een bepaalde aanpak succesvol gebleken? | | | | |

*Kruis aan welke ondersteuningsgebieden op het kind van toepassing zijn, gebruik makend van de onderstaande bijbehorende kleuren. U kunt ook een korte toelichting of opmerkingen toevoegen in de ruimtes onder de vraag.*

**0: dit is een gebied dat goed gaat, hiervoor is geen extra aandacht nodig  
1 : dit is een gebied waar onderwijsprofessionals zich bewust van moeten zijn  
2 : dit gebied vraagt specifieke ondersteuning  
3 : dit gebied heeft prioriteit en vraagt een proactief en consistent plan van aanpak**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Taal-spraak problematiek** | 0 | 1 | 2 | 3 |
| Heeft hij/zij moeite met het opvolgen van een lange of ingewikkelde opdracht, thuis of in de klas? (bijv. voert alleen de laatste stap van een complexe opdracht uit) |  |  |  |  |
| Merkt u dat hij/zij dingen die gezegd worden verkeerd interpreteert of dat hij/zij herhaling nodig heeft? |  |  |  |  |
| Maakt hij/zij grammaticale fouten tijdens het spreken? |  |  |  |  |
| Merkt u dat hij/zij moeite heeft met het juist benoemen van dingen? (bijv. hij/zij gebruikt eigenaardige of omslachtige woorden die andere leeftijdgenoten niet gebruiken) |  |  |  |  |
| Merkt u dat hij/zij soms figuurlijk taalgebruik te letterlijk neemt? (bijv. 'handen uit de mouwen steken' of 'petje af') |  |  |  |  |
| Zijn er nog andere belangrijke punten t.a.v problemen in de taal of spraak van het kind? | | | | |
| Is er op dit gebied een bepaalde aanpak succesvol gebleken? | | | | |

*Kruis aan welke ondersteuningsgebieden op het kind van toepassing zijn, gebruik makend van de onderstaande bijbehorende kleuren. U kunt ook een korte toelichting of opmerkingen toevoegen in de ruimtes onder de vraag.*

**0: dit is een gebied dat goed gaat, hiervoor is geen extra aandacht nodig  
1 : dit is een gebied waar onderwijsprofessionals zich bewust van moeten zijn  
2 : dit gebied vraagt specifieke ondersteuning  
3 : dit gebied heeft prioriteit en vraagt een proactief en consistent plan van aanpak**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Moeite met fantasie en flexibiliteit** | 0 | 1 | 2 | 3 |
| Heeft hij/zij moeite met veranderingen? (bijv. de overgang van de ene naar de andere activiteit, ruimte of werkwijze) |  |  |  |  |
| Heeft hij/zij moeite met flexibel denken? (bijv. moeite met het vinden van creatieve oplossingen, het heen en weer schakelen tussen opdrachten of het veranderen van onderwerp) |  |  |  |  |
| Heeft hij/zij bovenmatige interesses of preoccupaties, die ook telkens in zijn/haar contacten met anderen terugkomen? |  |  |  |  |
| Heeft hij/zij bepaalde dwangmatigheden? (bijv. blijven hangen in een opdracht omdat deze niet af is, voorwerpen geordend willen plaatsen, blijven controleren en gefrustreerd raken wanneer activiteiten worden onderbroken) |  |  |  |  |
| Laat hij/zij gedrag zien dat zich telkens herhaalt, of bepaalde routines op een dag die wanneer die niet helemaal uitgevoerd kunnen worden, voor het kind stressvol zijn? |  |  |  |  |
| Zijn er nog andere belangrijke punten t.a.v moeite met fantasie en flexibiliteit van het kind? | | | | |
| Is er op dit gebied een bepaalde aanpak succesvol gebleken? | | | | |

*Kruis aan welke ondersteuningsgebieden op het kind van toepassing zijn, gebruik makend van de onderstaande bijbehorende kleuren. U kunt ook een korte toelichting of opmerkingen toevoegen in de ruimtes onder de vraag.*

**0: dit is een gebied dat goed gaat, hiervoor is geen extra aandacht nodig  
1 : dit is een gebied waar onderwijsprofessionals zich bewust van moeten zijn  
2 : dit gebied vraagt specifieke ondersteuning  
3 : dit gebied heeft prioriteit en vraagt een proactief en consistent plan van aanpak**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pesten** | 0 | 1 | 2 | 3 |
| Heeft hij/zij ervaring met gepest worden? |  |  |  |  |
| Is hij/zij kwetsbaar voor pestgedrag van anderen? |  |  |  |  |
| Zou u hem/haar beschrijven als een eenling, iemand die kwetsbaarder is om gepest te worden dan andere leeftijdgenoten? |  |  |  |  |
| Heeft hij/zij moeite met het interpreteren van sociale signalen en is daardoor een 'gemakkelijk doelwit' om gepest te worden? |  |  |  |  |
| Wil hij/zij anderen graag tevreden stellen en kan hij/zij daardoor gemakkelijk uitgebuit worden? |  |  |  |  |
| Kan hij/zij een onderscheid maken tussen plagen/pesten en andere, niet leuke maar vaak onbedoelde, gedragingen? (bijv. per ongeluk aanstoten) |  |  |  |  |
| Loopt hij/zij het risico om zelf gezien te worden als iemand die anderen pest of lastig valt, omdat hij/zij de ander te letterlijk of te direct vertelt wat diegene moet doen? |  |  |  |  |
| Is het waarschijnlijk dat hij/zij onaangepast gedrag laat zien, omdat hij/zij moeite heeft met taalgebruik? |  |  |  |  |
| Laat hij/zij specifiek gedrag zien wat hem/haar extra kwetsbaar maakt voor pestgedrag van anderen? (bijv. in jezelf praten, problemen met aankleden, etc.) |  |  |  |  |
| Is er op dit gebied een bepaalde aanpak succesvol gebleken? | | | | |
| Zijn er nog andere belangrijke punten t.a.v het pesten van of door het kind? | | | | |

*Kruis aan welke ondersteuningsgebieden op het kind van toepassing zijn, gebruik makend van de onderstaande bijbehorende kleuren. U kunt ook een korte toelichting of opmerkingen toevoegen in de ruimtes onder de vraag.*

**0: dit is een gebied dat goed gaat, hiervoor is geen extra aandacht nodig  
1 : dit is een gebied waar onderwijsprofessionals zich bewust van moeten zijn  
2 : dit gebied vraagt specifieke ondersteuning  
3 : dit gebied heeft prioriteit en vraagt een proactief en consistent plan van aanpak**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Moeilijkheden met Plannen en Organisatie**  Vergeleken met de andere leerlingen uit zijn/haar groep  heeft hij/zij meer moeilijkheden met: | 0 | 1 | 2 | 3 |
| Heeft hij/zij moeite met plannen? (bijv. begint te schrijven aan een werkstuk zonder voorbereiding of plan / begint een opdracht, maar weet snel niet meer wat de volgende stap is / worstelt met grotere opdrachten als spreekbeurten of boekbesprekingen |  |  |  |  |
| Heeft hij/zij moeite met flexibel zijn? (bijv. moeite met schakelen tussen activiteiten, moeite met lesovergangen, blijft hangen in een niet effectieve aanpak) |  |  |  |  |
| Heeft hij/zij moeite met het nemen van initiatief? (bijv. komt niet makkelijk op nieuwe ideeën / heeft altijd een extra signaal nodig om te kunnen starten met de opdracht ) |  |  |  |  |
| Heeft hij/zij moeite met dingen organiseren? (heeft benodigde materialen niet bij zich / uitgeschreven werk is slordig en niet gestructureerd of is steeds dingen kwijt) |  |  |  |  |
| Heeft hij/zij moeite met het korte termijn geheugen? (bijv. heeft een zwakke concentratie / vergeet na de eerste stap van de opdracht de daaropvolgende stappen / is snel afgeleid en vergeet wat hij/zij eigenlijk zou moeten doen. |  |  |  |  |
| Zijn er nog andere belangrijke punten t.a.v moeilijkheden met het plannen en organiseren van het kind? | | | | |
| Is er op dit gebied een bepaalde aanpak succesvol gebleken? | | | | |

*Kruis aan welke ondersteuningsgebieden op het kind van toepassing zijn, gebruik makend van de onderstaande bijbehorende kleuren. U kunt ook een korte toelichting of opmerkingen toevoegen in de ruimtes onder de vraag.*

**0: dit is een gebied dat goed gaat, hiervoor is geen extra aandacht nodig  
1 : dit is een gebied waar onderwijsprofessionals zich bewust van moeten zijn  
2 : dit gebied vraagt specifieke ondersteuning  
3 : dit gebied heeft prioriteit en vraagt een proactief en consistent plan van aanpak**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Prikkelgevoeligheid** | 0 | 1 | 2 | 3 |
| Merkt u dat hij/zij bijzonder onder- of overgevoelig is voor visuele prikkels? (bijv. sterk reageren op fel licht, gefascineerd zijn door bepaalde patronen en/of kleuren zoals grafische patronen, raam/metselwerk) |  |  |  |  |
| Merkt u dat hij/zij bijzonder onder- of overgevoelig is voor auditieve prikkels zoals voor specifieke geluiden of lawaai? |  |  |  |  |
| Merkt u dat hij/zij bijzonder onder- of overgevoelig is voor reuk of smaak? (bijv. aan voorwerpen of mensen ruiken, likken, of juist een grote afschuw hebben voor bepaalde dagelijkse geuren) |  |  |  |  |
| Merkt u dat hij/zij bijzonder onder- of overgevoelig is voor tactiele prikkels zoals het aanraken of voelen van dingen? |  |  |  |  |
| Zijn er nog andere belangrijke punten t.a.v de prikkelgevoeligheid van het kind? | | | | |
| Is er op dit gebied een bepaalde aanpak succesvol gebleken? | | | | |

*Kruis aan welke ondersteuningsgebieden op het kind van toepassing zijn, gebruik makend van de onderstaande bijbehorende kleuren. U kunt ook een korte toelichting of opmerkingen toevoegen in de ruimtes onder de vraag.*

**0: dit is een gebied dat goed gaat, hiervoor is geen extra aandacht nodig  
1 : dit is een gebied waar onderwijsprofessionals zich bewust van moeten zijn  
2 : dit gebied vraagt specifieke ondersteuning  
3 : dit gebied heeft prioriteit en vraagt een proactief en consistent plan van aanpak**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Angst / Bezorgdheid** | 0 | 1 | 2 | 3 |
| Is hij/zij erg bezorgd over de overstap naar het voortgezet onderwijs? |  |  |  |  |
| Is hij/zij over het algemeen verlegen, teruggetrokken of angstig? |  |  |  |  |
| Is hij/zij angstig bij het ontmoeten van nieuwe mensen? |  |  |  |  |
| Is hij/zij angstig of bezorgd bij het maken van schoolwerk, toetsen en de druk die dit met zich meebrengt? |  |  |  |  |
| Is hij/zij angstig wanneer (dag-) routines of planningen anders verlopen? |  |  |  |  |
| Zijn er andere specifieke bezorgdheden/angsten die hij/zij heeft in relatie tot school? (bijv. straf, nablijven, huiswerk, verdwalen, toiletgang, etc)  Hieronder kunt u een aantal voorbeelden geven: |  |  |  |  |
| Zijn er nog andere belangrijke punten t.a.v de angsten of bezorgdheid van het kind? | | | | |
| Is er op dit gebied een bepaalde aanpak succesvol gebleken? | | | | |

*Kruis aan welke ondersteuningsgebieden op het kind van toepassing zijn, gebruik makend van de onderstaande bijbehorende kleuren. U kunt ook een korte toelichting of opmerkingen toevoegen in de ruimtes onder de vraag.*

**0: dit is een gebied dat goed gaat, hiervoor is geen extra aandacht nodig  
1 : dit is een gebied waar onderwijsprofessionals zich bewust van moeten zijn  
2 : dit gebied vraagt specifieke ondersteuning  
3 : dit gebied heeft prioriteit en vraagt een proactief en consistent plan van aanpak**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Onaangepast en escalerend gedrag** | 0 | 1 | 2 | 3 |
| Verstoort hij/zij regelmatig de les door bijvoorbeeld het stellen van steeds dezelfde vragen? |  |  |  |  |
| Zegt hij/zij brutale of ongepaste dingen tijdens de les? |  |  |  |  |
| Verdedigt hij/zij zichzelf fysiek door andere leerlingen te slaan? |  |  |  |  |
| Heeft hij/zij moeite met het opvolgen van school- en/of klassenregels? |  |  |  |  |
| Heeft hij/zij moeite met emotiecontrole (boosheid en gekwetst zijn) wanneer hij/zij zijn/haar zin niet krijgt? |  |  |  |  |
| Zijn er nog andere belangrijke punten t.a.v onaangepast en escalerend gedrag van het kind? | | | | |
| Is er op dit gebied een bepaalde aanpak succesvol gebleken? | | | | |

Bijlage 4. Screeningsvragenlijst Leerling

Dit formulier dient ingevuld te worden door de leerling met hulp van de ouders(s)/verzorger(s) voor de warme overdrachtsbijeenkomst. De leerling mag het in zijn eigen woorden invullen.

*Mijn naam is* ……………………………………………………………………

*Noem drie dingen waar je tegenop ziet met betrekking tot de overstap naar de middelbare school:*

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |

*Noem drie dingen waar je naar uitkijkt met betrekking tot de overstap naar de middelbare school:*

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |

*Hieronder staat een aantal dingen over de overstap naar de middelbare school waarover leerlingen zich wel eens zorgen maken. Vul het cirkeltje in dat past bij het symbool dat het beste weergeeft hoe jij je over deze onderwerpen voelt.*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Ik maak me hier geen zorgen over | Ik maak me hier wel zorgen over | Ik weet het niet zeker  **?** |
| Groot plein/ grote school / de weg vinden op school | ¡ | ¡ | ¡ |
| Straf krijgen,  in de problemen komen | ¡ | ¡ | ¡ |
| Kleding en wat anderen daarvan vinden | ¡ | ¡ | ¡ |
| Nieuwe leraren | ¡ | ¡ | ¡ |
| Vrienden maken | ¡ | ¡ | ¡ |
| Schoolwerk /  huiswerk | ¡ | ¡ | ¡ |
| Sporten en activiteiten | ¡ | ¡ | ¡ |
| Pesten | ¡ | ¡ | ¡ |
| Computers / nieuwe lessen / nieuwe materialen | ¡ | ¡ | ¡ |
| Lunchtijd | ¡ | ¡ | ¡ |
| Zelf naar school gaan met het openbaar vervoer of de fiets | ¡ | ¡ | ¡ |
| Een ander weekrooster | ¡ | ¡ | ¡ |
| Pauzes /vrije uren | ¡ | ¡ | ¡ |
| Iets anders, namelijk: …. | ¡ | ¡ | ¡ |
| Iets anders, namelijk: …. | ¡ | ¡ | ¡ |

Bijlage 5: Agenda warme overdracht

**Agendapunten**

1. **Welkom** 
   * Voorstellen
   * Aanleiding (waarom zijn we bij elkaar)
   * Belang van preventieve aanpak (waarom zetten we STAP nu in?)
   * Doel warme overdracht (wat willen we bereiken)
   * Rollen en verantwoordelijkheden betrokkenen (incl. rol STAP-coach)
2. Bespreken aandachtspunten screeningslijsten en het maken van afspraken t.a.v. **strategieën:**

* Thema’s
* Aandacht voor communicatie tussen thuis, school en STAP-coach, i.v.m. relevante thuissituatie van leerling (bijv. uiten van frustratie over school thuis)

1. **Afronding**

* Bespreken afronden OverSTAPplan en leerlingprofiel (volgende week klaar en gedeeld)
* Vragen toestemming voor delen OverSTAPplan en eventuele diagnose met VO school.
* Afspraken over evaluatie (min. 3x in het eerste jaar VO) en hoe coach te benaderen is bij problemen (ouder/leerling en school – mail / telefoonnummer) (Tip: maak evt. gebruik van document ‘Afspraken tussen STAP-coach, ouders en leerling’, zie bijlage 6)

Bijlage 6: Afsprakenoverzicht

Ontwikkeld door: Delany Veth

|  |  |
| --- | --- |
| **Contactgegevens STAP-coach** |  |
| Naam:  Telefoonnummer:  E-mailadres:  Beschikbaarheid: |  |
| **Taken STAP-coach** |  |
|  |  |
| *Voorbereiden, begeleiden en verwerken van de warme overdracht a.d.h.v. STAP* | *Ondersteunen van de school bij de uitvoering van het OverSTAPplan in het PO en VO* |

|  |
| --- |
| **Tips voor ouders en leerling** |
| 1. Blijf met elkaar praten over hoe het gaat op school 2. Signaleer bijtijds als iets niet goed gaat, maar kijk vooral ook naar wat er wel goed gaat. 3. Als er iets niet goed gaat op school, zoek dan eerst contact met: |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Soort gesprek** | **Datum** | **Tijd** | **Aanwezigen** |
| Eerste contactmoment OverSTAPplan |  |  |  |
| Tweede contactmoment OverSTAPplan |  |  |  |
| Derde contactmoment OverSTAPplan |  |  |  |

|  |
| --- |
| **Neem tussentijds contact op met STAP-coach, wanneer:** |
| * Er problemen ontstaan op school/thuis en meedenken van de STAP-coach voor het aanpassen van het OverSTAPplan gewenst is (de coach geeft geen individuele begeleiding aan de leerling). * Grote veranderingen zich voordoen, zoals wisselen van schoolniveau of school |

Bijlage 7. OverSTAPplan

Dit formulier dient te worden verspreid aan iedereen die aanwezig is geweest bij de warme overdrachtsbijeenkomst. Een kopie van dit formulier wordt in het dossier van de leerling en bij de zorgcoördinator/mentor bewaard.

*Tijdens de warme overdrachtsbijeenkomst hebben de ouder(s)/verzorger(s)*, *het kind en de onderwijsprofessionals afspraken gemaakt over het volgende plan voor de transitie naar het voortgezet onderwijs:*

|  |
| --- |
| OverSTAPplan voor (naam van de leerling): |
| Naam van basisschool: |
| Naam van middelbare school: |
| Contactpersoon basisschool: |
| Contactpersoon middelbare school: |

Algemene overstap strategieën

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Data | Relevante informatie |
| De nieuwe school bezoeken |  |  |
| Overzicht op kaart van school |  |  |
| Foto’s van lokalen / gebouwen |  |  |
| Foto’s van de leraren / personeel |  |  |
| Vertrouwenspersoon voor leerling |  |  |
| Kopie van schoolregels |  |  |
| Kopie van schooltijden / rooster |  |  |
| Anders, namelijk: |  |  |

Specifieke overstap strategieën

|  | **Details (redenen)** | **Strategieën / hulpbronnen** | **Notities** | **Verantwoordelijke**  **persoon** | **Wanneer** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Prioriteit 1** |  |  |  |  |  |
| **Prioriteit 2** |  |  |  |  |  |
| **Prioriteit 3** |  |  |  |  |  |
| **Prioriteit 4** |  |  |  |  |  |
| **Prioriteit 5** |  |  |  |  |  |
| **Verdere zaken waar de school van op de hoogte dient te zijn:** | | | | | |
| **Motivators / interesses van de leerling:** | | | | | |
| **Triggers, dingen waar de leerling niet van houdt / niet goed tegen kan:** | | | | | |
| **Ontspanningstechnieken:** | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Toestemming voor delen OverSTAPplan met middelbare school** | |  |  |  |
|  | Ik geef toestemming voor het delen van dit OverSTAPplan met de middelbare school van mijn kind. | | | |
| **Naam en handtekening ouder:** |  |  |  |  |
| **Datum:** |  |  |  |  |

Voorbeeld specifieke overstap strategieën

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Details (redenen)** | **Strategieën / hulpbronnen** | **Notities** | **Verantwoordelijke**  **persoon** | **Wanneer** |
| **Prioriteit 1**  *Sociale interactie* | *Leerling wil graag vrienden maar heeft moeite contact leggen* | *Thema 2 (Sociale interactie) ,*  *Bijlage 16 : Maatjessysteem* | *Basisschool leerkracht stelt een vriend van school voor: David* | *Zorgcoördinator van middelbare school* | *Eerste week van middel-bare school* |
| **Prioriteit 2**  *Escalerend gedrag* | *Leerling wordt soms dwars bij verandering van routine* | *Thema 9, Escalerend gedrag* | *Toepassen van de emotiemeter en de vrijwillige time-out. Kan daarna uitleg goed accepteren van maatje.*  *Visualiseer de situatie* | *Mentor* | *Eerste twee maanden na de overstap alert op zijn* |
| **Prioriteit 3** | *Leerling reageert impulsief op nieuwe informatie* | *…* | *…* | *…* | *…* |
| **Prioriteit 4** |  |  |  |  |  |
| **Prioriteit 5** |  |  |  |  |  |
| **Verdere zaken waar de school van op de hoogte dient te zijn:**  *Raak de leerling niet aan wanneer hij heel boos is, maar geef aan dat hij even naar een rustige ruimte kan lopen om bij te komen* | | | | | |
| ***Motivators / interesses van de leerling:***  *Vlaggen van landen, modelschepen, grote getallen achter de komma, computerspellen* | | | | | |
| ***Triggers, dingen waar de leerling niet van houdt / niet goed tegen kan:***  *Bepaalde geurtjes, bepaalde texturen van voedsel of kleding, geluid van potlood op papier, tikken van de klok* | | | | | |
| ***Ontspanningstechnieken:***  *Uit de situatie halen, nieuwe opdracht geven, bezig zijn met computerspel, iets over interesse opzoeken op internet* | | | | | |

Bijlage 8. Leerlingprofiel

Dit formulier kan worden verspreid onder de betrokken personeelsleden van de middelbare school, met expliciete toestemming van de ouders en de leerling. Een kopie wordt in het dossier van de leerling en bij de zorgcoördinator of mentor bewaard. Het Leerlingprofiel is bedoeld als een kort, samenvattend overzicht van de gemaakte afspraken die staan beschreven in het OverSTAPplan, ter informatie voor bijvoorbeeld de docenten op het voortgezet onderwijs.

**Gebruik: Het Leerlingprofiel is optioneel in gebruik**. Het belangrijkste doel is van het Leerlingprofiel dat de afspraken die in samenspraak zijn gemaakt worden gedeeld met de betrokkenen op het voortgezet onderwijs, zodat het duidelijk is wat de afspraken zijn rondom de ondersteuning van de betreffende leerling. Indien het OverSTAPplan volstaat in informatie en bruikbaarheid voor de betrokkenen, kan worden volstaan om alleen het OverSTAPplan te delen. Wanneer als de ouder en leerling niet willen dat een diagnose wordt gedeeld met de andere betrokkenen op de middelbare school, kan de diagnose bijvoorbeeld wel worden opgenomen in het OverSTAPplan maar niet in het Leerlingprofiel, zodat hun privacy en wensen worden gerespecteerd.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Foto van leerling: | Naam van leerling: |  |
| Geboortedatum: |  |
| Klas: |  |
| Mentor: |  |
| INDIEN VAN TOEPASSING:  Eventuele diagnose: (zoals autismespectrumstoornis, dyspraxie, dyslexie, ADHD, etc.)  Datum psychodiagnostisch onderzoek:  Is de leerling op de hoogte van de diagnose, indien diagnose aanwezig?  ASS ¡ Ja / ¡ Nee  Andere diagnose: ¡ Ja / ¡ Nee  Geven de leerling en ouders toestemming dat de diagnose wordt medegedeeld aan anderen?  Personeel: ¡ Ja / ¡ Nee  Klasgenoten: ¡ Ja / ¡ Nee | | |
| Heeft de leerling een vanuit het Samenwerkingsverband een toekenningsverklaring voor ondersteuning of een arrangement? ¡ Ja / ¡ Nee  Zo ja, schrijf hier de afspraken over de begeleiding op die de leerling ontvangt: | | |
| Belangrijke medische benodigdheden: (zoals medicatie of aanpassingen zoals voor diabetes of allergieën, etc.) | | |

|  |  |
| --- | --- |
| **Sterke kanten / positieve eigenschappen:** | |
| **Gebied waar extra begeleiding nodig is (1):** | |
| **In te zetten begeleidingsstrategieën (1):** | |
| **Gebied waar extra begeleiding nodig is (2):** | |
| **In te zetten begeleidingsstrategieën (2):** | |
| **Gebied waar extra begeleiding nodig is (3):** | |
| **In te zetten begeleidingsstrategieën (3):** | |
| **Heeft de leerling extra specifieke benodigdheden (zoals extra tijd bij toetsen, gebruik van specifieke programma’s of hulp bij schrijven, etc.?** | |
| **Huiswerkbegeleiding:** | **Aanpassingen in de klas (bijvoorbeeld een tafel vooraan in de klas)** |
| **Overige zaken waar personeel van op de hoogte dient te zijn:** | |
| **Motivators / interesses:** | |
| **Triggers / dingen waar de leerling niet goed tegen kan:** | |
| **Ontspanningstechnieken** | |

Bijlage 9. Hoe manifesteren beperkingen in de sociale communicatie en flexibiliteit zich in de klas?

(Behorend bij Thema 1. Voorbereiding op de overstap naar het voortgezet onderwijs)

Nu volgen een aantal voorbeelden van hoe gedrag of problemen behorend bij sociaal/communicatieve problemen zich uitten in de klas. Voor de duidelijkheid worden hier voorbeelden van leerlingen met ASS beschreven.

Beperkingen in de sociale communicatie en interactie

|  |  |
| --- | --- |
| **Probleemgebied** | **Gevolgen in de klas** |
| Moeite met de interpretatie van non-verbale communicatie | Non-verbale communicatie is essentieel voor het begrijpen van de betekenis van verbale communicatie. Iedere opmerking kan een totaal tegengestelde betekenis hebben, vanwege de toon waarop iets gezegd wordt, een gezichtsuitdrukking of de gebaren die we gebruiken.  *Voorbeeld: Mark wordt boos op zijn klasgenoot Luuk die ASS heeft en de neiging heeft om tegen zichzelf te praten. Met een waarschuwende toon, gebaren en gezichtsuitdrukking dreigt Mark: ‘Zeg dat nog eens en….’ Waarop Luuk herhaalt wat hij gezegd had, omdat Mark dit van hem vroeg. Mark wordt nog bozer, en de leerkracht komt tussen beide: ‘Luuk, waarom herhaalde je dat, terwijl Mark je gevraagd had om dit niet te doen?’ Oprecht verbaasd antwoord Luuk: ‘Maar hij vroeg mij om het nog een keer te herhalen…’* |
| Nauwkeurig begrip van taal | Het is moeilijk om te beseffen hoe onnauwkeurig onze communicatie is en hoe erg we vertrouwen op de vaardigheid van de luisteraar om de intenties van onze communicatie te begrijpen.  *Voorbeeld: Een bekende spreker, die zelf ASS heeft, geeft lezingen over de impact van ASS op sociale interactie. Ze presenteerde op een congres over het onderwerp problemen met nauwkeurig begrip van taal. Op het einde van haar lezing, nodigde zij uit tot het stellen van vragen. Iemand uit het publiek vroeg beleefd: ‘Mag ik u een vraag stellen…?’ Waarop zij antwoord met ‘Ja’ en zicht richt tot de rest van het publiek: ‘Zijn er nog andere vragen?’* |
| Letterlijke interpretatie van de taal | Jongeren problemen in de sociale communicatie hebben vaak problemen met het begrijpen van figuurlijk gebruik van taal, metaforen of zelfs veel gebruikte uitdrukkingen.  *Voorbeeld: Luuk, een leerling met ASS, weigert een lange tijd om een taak te proberen, en ondanks het geduld en de aanmoediging van zijn leerkracht, blijft hij uitstellen en wordt nerveus. De leerkracht zegt: ‘Luuk, steek je handen eens uit de mouwen!’ Luuk stroopt daarop zijn mouwen op en de hele klas schrikt van zijn ongepaste reactie op de leerkracht, die alleen aardig wilde zijn voor hem, terwijl Luuk tevreden is met zichzelf omdat hij naar de leerkracht heeft geluisterd…* |
| Moeite met gesprekken onderhouden | In gesprekken hebben jongeren de neiging om hun reacties uit te breiden om het gesprek gaande te houden. Sommige jongeren uit onze doelgroep ervaren grote moeite op dit gebied.  *Voorbeeld: Mark probeert aardig te zijn tegen Luuk, een klasgenoot met ASS en vraagt: ‘Heb jij huisdieren?’ ‘Ja’, antwoordt Luuk. Marks wacht even, zodat Luuk hem meer kan vertellen over zijn huisdieren, maar omdat Luuk verder niets zegt vraagt hij: ‘Wat heb jij voor huisdieren?’ ‘Een hond’, antwoordt Luuk. Mark wacht even zodat Luuk hem meer kan vertellen over zijn hond, maar na een moment van stilte vraagt hij: ‘Dat is leuk, is hij lief?’ ‘Ja’, antwoord Luuk. Waarop Mark teleurgesteld wegloopt, denkend dat Luuk geen vrienden met hem wil worden. Luuk is er kapot van dat Mark weggaat en begrijpt niet waarom, want hij dacht dat hij alle vragen van Mark beantwoord had en realiseert zich niet dat Mark van hem verwachtte dat hij er meer over zou uitweiden.* |
| Moeite met wederkerige gesprekken | Zelfs jongeren met een, voor hun leeftijd, goed ontwikkelde woordenschat kunnen de vaardigheid missen om signalen in gesprekken op te pikken; bedoeld om uit te nodigen tot het stellen van een tegenvraag, of ze weten niet hoe ze gespreksbeurten kunnen doorgeven.  *Voorbeeld: Luuk, een leerling met ASS, blijft over zijn favoriete computerspel praten. Zijn klasgenoot Mark luistert geduldig naar hem en, enthousiast dat ze een gezamenlijke interesse hebben, zegt: ‘Ik heb ook een favoriet computerspel’ Luuk vervolgt zijn verhaal: ‘In mijn spel….’ Mark heeft nu het idee dat Luuk een egoïstische jongen is, niet wetende dat Luuk niet weet hoe het geven en nemen van beurten werkt in gesprekken of hoe hij moet vragen naar verdere informatie.* |
| Moeite met het  onthouden van de volgorde van instructies en moeite met het beschrijven de volgorde van gebeurtenissen | Hoewel jongeren met problemen in de sociale communicatie misschien geen overduidelijke problemen hebben met taal, kunnen ze het alsnog moeilijk vinden om de volgorde van instructies te volgen of om een volgorde van gebeurtenissen te beschrijven. Dit kan een grote bron van frustratie zijn, niet alleen voor de jongere, maar ook voor de leraar, tenzij zij strategieën beschikbaar hebben om in te zetten.  *Voorbeeld: Na afloop van een geschiedenisles, waarbij Luuk, een leerling met ASS, in staat was om de meest gedetailleerde informatie over de Romeinse Tijd te vertellen, ontstond er een conflict tussen Luuk en Mark. De leraar komt bedachtzaam tussen beide, om hen te helpen het probleem op te lossen. Mark beschrijft precies wat hem dwarszit. Luuk blijft herhalen: ‘Het was niet eerlijk’, maar is niet in staat om te vertellen wat hij zo oneerlijk vindt. Omdat de leerkracht maar één kant van het verhaal heeft om op af te gaan, en het moeilijk in te denken dat een jongere, die zojuist in staat was om zulke complexe informatie te reproduceren, niet in staat is om een simpele volgorde van gebeurtenissen te beschrijven, kan de leerkracht er alleen maar vanuit gaan dat Luuk niet wil vertellen wat er gebeurd is, omdat hij fout was…* |
| Het gebruiken van te formele taal | Veel jongeren uit onze doelgroep hebben een zeer goed geheugen voor lange woorden en zinnen. Ze kunnen hele stukken van uitingen herhalen die ze geleerd hebben van volwassenen, films of boeken, zonder zich te realiseren dat dit misschien niet passend is gezien de context of dat dit neerbuigend overkomt.  *Voorbeeld: Luuk, een leerling met ASS in het voortgezet onderwijs, probeert deel te nemen aan de discussie over het belang van lezen: ‘Onderwijs heeft een enorme bevolking geproduceerd die in staat is te lezen, maar niet in staat is te onderscheiden wat waard is gelezen te worden.’ De hele klas is ontsteld, omdat zij vinden dat Luuk neerbuigend doet over hun boekkeuzes. Ze realiseren zich niet dat hij alleen maar een bekend citaat herhaald van de beroemde Britse historicus, G.M. Trevelyan, zonder te begrijpen wat de impact hiervan zou zijn op anderen…* |
| Moeite met oogcontact | Sommige jongeren hebben moeite met het afstemmen van hun oogcontact passend bij de sociale situatie. De jongere kan óf het oogcontact vermijden, óf te intens oogcontact zoeken.  *Voorbeeld 1: Luuk, een leerling met ASS, heeft bij ‘Sociale Vaardigheidstraining’ geleerd dat oogcontact belangrijk is, zodat andere mensen het gevoel hebben dat er naar hen geluisterd word. Luuk vraagt: ‘Maar ik kan óf kijken, óf luisteren. Moet ik dan naar hen kijken ook als dat betekent dat ik afgeleid raak en niet meer goed kan luisteren?’*  *Voorbeeld 2: Luuk, een leerling met ASS, heeft bij ‘Sociale Vaardigheidstraining’ geleerd dat oogcontact belangrijk is. Hij komt in de problemen met de oudere jongeren op school, die hem beschuldigen van ‘hen aanstaren’.* |
| Moeite met het herkennen en uiten van emoties, zowel verbaal als non-verbaal | De meeste jongeren met problemen in de sociale communicatie hebben grote moeite met het herkennen en uitten van hun emoties, zowel verbaal als non-verbaal. Dit houdt in dat de jongere vaak dezelfde gezichtsuitdrukking heeft, vaak dezelfde ‘strakke glimlach’, zelfs als de jongeren in de war of van slag is. Dit maakt het ook voor leerkrachten moeilijk om de leerling te ‘lezen’ en om te weten hoe ze de leerling kunnen helpen.  *Voorbeeld: De leraar is nieuw materiaal aan het uitleggen. Luuk, een leerling met ASS, zit rustig en komt over alsof hij luistert. Hij lacht. De leraar checkt bij de leerlingen of ze de informatie begrepen hebben, maar Luuk zegt niets en ziet er niet verward uit. Dus de leraar gaat verder, tevreden dat iedereen het begrepen had. Echter heeft Luuk 60% van de instructies gemist, waardoor hij inmiddels erg gefrustreerd raakt. Als de leraar zijn instructies afrondt en de leerlingen vraagt om individueel verder te werken, bereikt de frustratie van Luuk zijn hoogtepunt, hij is totaal de weg kwijt en heeft een ‘inzinking’. De leraar is, begrijpelijk, in de war over Luuks onverwachte inzinking, omdat ze bij iedere stap bij iedereen heeft gecheckt of ze het begrepen hadden, terwijl Luuks frustratie groeide tot een punt waarop hij hier geen controle meer over had. Luuk had geen specifieke instructies gehad om zijn hand of kaart op te steken als hij het niet meer snapte, dus hij realiseerde zich niet dat hij dit had kunnen doen…* |
| Moeite met vrienden maken | Jongeren uit onze doelgroep hebben vaak grote moeite met vrienden maken. Het kan zijn dat ze niet weten hoe ze andere jongeren moeten benaderen of hoe ze zich met elkaar kunnen vermaken. Het gevolg is dat deze jongeren vaak gezien worden als eenlingen. Hoewel sommige jongeren graag alleen wil zijn, wil het grote deel van deze jongeren juist vrienden maken en geaccepteerd worden.  *Voorbeeld: Luuk, een leerling met ASS, blijft aan de kant kijken naar de leerlingen die op het schoolplein spelen. Hij gaat nooit naar hen toe, maar hij lijkt gelukkig, dus niemand grijpt in. Maar Luuk zou heel graag met de anderen willen omgaan, hij weet alleen niet hoe. Op een dag komt hij zo van streek thuis na schooltijd, dat hij is niet van plan terug naar school te gaan omdat ‘niemand hem aardig vindt’. Als zijn ouders en leerkrachten doorvragen, om hem te motiveren weer naar school te gaan, blijkt dat hij al een tijdlang had gehoopt om mee te mogen doen in de activiteiten tijdens de pauze, maar niemand had hem gevraagd had om mee te doen. Zowel zijn ouders als de leraren voelen zich wat verloren, omdat Luuk nooit eerder aangegeven heeft dat hij hierbij mee wilde doen.* |
| Moeite met inzicht in verschillende sociale situaties en het onderhouden van vriendschappen | Veel jongeren die problemen hebben in de sociale communicatie, hebben moeite met sociale wederkerigheid, delen en basisvaardigheden welke noodzakelijk zijn bij het coöperatief samenwerken met anderen.  *Voorbeeld: Luuk, een jongen met ASS, werkte samen met een groepje bevriende klasgenoten. Hij was er erg op gebrand dat zijn groepje het goed zou doen en daarom vertelde hij de anderen wat ze moesten doen. Hierbij realiseerde hij zich niet dat dit vervelend was voor de anderen, omdat het hen het gevoel gaf dat hij niet luisterde naar hun ideeën.* |
| Moeite met het oppikken van sociale signalen | Het begrijpen van de sociale context is essentieel om zeker te zijn dat ons gedrag passend is gezien de omstandigheden. Maar veel jongeren uit onze doelgroep hebben niet de vaardigheden om dit te overwegen, waardoor zelfs hun meest welgemeende uitingen of acties over kunnen komen als erg ongepast.  *Voorbeeld: Een leraar legt aan een groep jongeren uit dat ze iets niet moeten doen. Luuk, een jongen met ASS, die er erg op gebrand is om het goed te doen en geleerd heeft dat de leraar altijd gelijk heeft, spreekt de andere jongeren later consequent bestraffend toe als zij dit wel doen. Ondanks Luuk zijn goede bedoelingen, realiseert hij zich niet dat de anderen deze woorden anders ervaren als hij het zegt, dan wanneer de leraar dit zegt, omdat de sociale context is veranderd….* |
| Kwetsbaarheid voor uitbuiting /  pesten | Jongeren uit onze doelgroep hebben vaak grote moeite met het begrijpen van andermans intenties. Omdat veel van deze jongeren er graag bij willen horen en anderen willen plezieren, zijn zij erg kwetsbaar voor pesten of uitbuiting, zonder zich daarbij bewust te zijn van de gevolgen van hun gedrag.  *Voorbeeld: Een groep jongeren was Luuk, een jongen met ASS, aan het pesten, en vertelde hem dat het heel cool is om snoepjes uit de winkel te pikken en als hij dit doet zou hij populair worden. Omdat Luuk graag erbij wilde horen, volgde hij dit ‘advies’ op en kwam vervolgens in de problemen.* |

Beperkingen in verbeelding en flexibel denken

|  |  |
| --- | --- |
| **Probleemgebied** | **Gevolgen in de klas** |
| Moeite met aanpassen aan veranderingen | Jongeren die moeite hebben met flexibiliteit, hebben vaak moeite met veranderingen. Zelfs kleine veranderingen, welke soms moeilijk te vermijden zijn, kunnen erg frustrerend zijn voor hen.  *Voorbeeld: Momenten waarop een rooster aangepast moet worden, bijvoorbeeld door ziekte van een leraar, kunnen erg lastig zijn voor leerlingen met ASS. Zij zullen meer uitgebreide uitleg en ondersteuning nodig hebben om hier mee om te gaan in vergelijking met hun leeftijdsgenoten.* |
| Overmatige interesses en preoccupaties | Veel jongeren uit onze doelgroep hebben sterke, geprefereerde bezigheden en interesses. Deze fixaties van een leerling kunnen soms in de weg staan van hun mogelijkheden om te focussen op andere aspecten van het onderwijsprogramma of kan zelfs in de weg staan in de sociale interactie en andere activiteiten.  *Voorbeeld: Luuk, een leerling met ASS, had een overmatige interesse in computers, in die mate dat hij het moeilijk vond om zijn aandacht aan andere vakken te wijden. Hij liep hierdoor flink achter met lezen en schrijven en zijn vrienden vonden het moeilijk dat hij constant over computers sprak. Het inzetten van zijn overmatige interesse in computers, hielp Luuk om te werken aan zijn minder sterke vakken (bijvoorbeeld doordat Luuk extra lees- en schrijfopdrachten deed over een bepaald aspect van computers), het inroosteren van speciale dagelijkse ’computertijd’ als beloning voor zijn focus op andere vakken, heeft hem geholpen om beter te gaan presteren. Bovendien heeft het opzetten van een regeling waarbij Luuk andere leerlingen mag helpen bij IT hem geholpen om sociale vaardigheden en vriendschappen te ontwikkelen.* |
| Vasthouden aan specifieke routines / behoefte om alles volgens een specifieke manier te doen | Hoewel dit niet van toepassing is op alle leerlingen uit onze doelgroep, is het een uitdaging en een grote frustratie voor degene voor wie dit wel geldt.  *Voorbeeld: Luuk, een jongen met ASS, kan zijn boterhammen alleen eten als het in vier stukken gesneden is. Wanneer zijn moeder per ongeluk zijn brooddoos met die van zijn broer heeft verwisseld en in zijn tas heeft gestopt, raakt hij in paniek tijdens lunchtijd. Zonder specifieke kennis over zijn problemen, zouden zijn leraren niet begrijpen en doorvragen waardoor Luuk van slag is geraakt en de rest van de dag honger heeft.* |
| Compulsieve neigingen | Sommige leerlingen uit onze doelgroep hebben een sterke, dwangmatige behoefte om bepaalde zaken in een bepaalde manier te doen of af te ronden, wat in de weg kan staan bij andere activiteiten.  *Voorbeeld: Toen Luuk, een jongen met ASS, een vraag gesteld werd, moest hij de hele lijst met punten afwerken in zijn antwoord en raakte hij erg van slag als hij onderbroken werd. Zijn vriend, die ook ASS heeft, heeft de sterke behoefte om al zijn benodigdheden voor te bereiden op zijn bureau zodra hij de klas binnenkomt, nog voor hij iets anders doet, zelfs voordat hij gedag zegt tegen de anderen. Beide gedragingen kunnen gezien worden als onaardig, tenzij anderen begrijpen waarom ze dit doen.* |
| Prikkelgevoeligheid | Dit probleem komt niet bij alle jongeren uit onze doelgroep voor, maar het kan grote beperkingen veroorzaken. Zoveel jongeren uit onze doelgroep blijken grote problemen te hebben met zintuiglijke over-/onder prikkeling, dat veel onderzoeken aanraden om meer aandacht aan dit gebied te besteden.  *Voorbeeld: Sommige jongeren zijn overgevoelig voor visuele, auditieve of tactiele prikkels. De stoffen van kleding, de achtergrondgeluiden of de lichten in een klaslokaal kunnen erg afleidend zijn, zelfs in die mate dat de leerling zeer veel moeite heeft om zijn aandacht te focussen op andere, vaak cruciale elementen van informatie.* |

Bijlage 10. Beurt geven en nemen

(Behorend bij Thema 2. Sociale Interactie)

|  |  |
| --- | --- |
| **Wat** | Het bevorderen van sociale inclusie |
| **Wie** | Dit wordt uitgevoerd met een volwassene (leraar, leerlingbegeleider ouders/verzorger) |
| **Hoe** | Laat het plaatje zien en leg de regels aan de jongere uit. Gebruik de signaalkaarten om het beurt geven en nemen te ondersteunen in de klas. |
| **Wanneer** | Dit wordt geïntroduceerd en geoefend in daarvoor vrij gemaakte tijd of sociale vaardigheidstraining. |

Regels voor het beurt geven en nemen

We proberen om de beurt te praten als we in gesprek zijn met iemand.

|  |  |
| --- | --- |
| **1.** | **2.** |
| **3.** | **4.** |

Visuele hulpkaart

Laat dit plaatje zien iedere keer als je over beurten geven en nemen praat.



Bron: www.pelicantalk.com

Bijlage 11. Regels voor gesprekken en Regels voor het invoegen in een groep

(Behorend bij Thema 2. Sociale Interactie)

|  |  |
| --- | --- |
| **Wat** | Het bevorderen van sociale inclusie |
| **Wie** | Dit wordt uitgevoerd met een volwassene (leraar, leerlingbegeleider, ouders/verzorger) |
| **Hoe** | Laat de regels zien aan de leerling en leg ze uit. |
| **Wanneer** | Dit wordt geïntroduceerd en geoefend in daarvoor vrij gemaakte tijd of sociale vaardigheidstraining. |

*Regels voor gesprekken*

***Wanneer kan ik een gesprek starten?***

*Goed moment: Tussen de lessen door, in de pauzes of tijdens de lunch; tussen twee activiteiten in; als iemand verveeld of alleen lijkt te zijn*

*Slecht moment: Als de leraar praat of uitleg geeft; als de ander druk is of haast heeft; als anderen met een gesprek bezig zijn; iemand anders is aan het vertellen – het is belangrijk goed te luisteren naar anderen*

***Waar kan ik gesprekken voeren?***

*Goede plek: Op het plein of in een rij; rondom de school voor of na de lessen*

*Slecht plek: Tijdens lessen; tijdens de gym; in een drukke hal*

***Hoe kan ik het beste een gesprek voeren?***

*Wel doen: Actief luisteren; vragen stellen aan de ander; uitzoeken wat iemand wel of niet leuk vindt; uitwisselen van informatie; beurten nemen om iets te vertellen*

*Niet doen: Het gesprek overheersen; gedragen als een interviewer, te persoonlijke vragen stellen; alleen praten over wat jij leuk vindt*

***Wat werkt het beste voor jou?***

*Probeer de regels hierboven en bedenk wat het beste voor jou werkt.*

*Regels voor anderen benaderen*

***Wanneer kan ik een gesprek starten?***

*Goed moment: Als iemand verveeld of alleen lijkt te zijn; tussen de lessen door, in de pauzes of tijdens de lunch; tijdens een spelactiviteit; tussen twee activiteiten in*

*Slecht moment: Als de ander druk is of haast heeft; als anderen met een gesprek bezig zijn; als de ander rustig aan het werk is; iemand anders is iets aan het vertellen*

***Waar kan ik gesprekken voeren?***

*Goede plek: Op het plein; rondom de school voor of na de lessen*

*Slecht plek: Tijdens lessen; tijdens de gym; in een drukke hal*

***Hoe kan ik het beste een gesprek voeren?***

*Wel doen: Kijk even wat de anderen aan het doen zijn en kies een groep die bijvoorbeeld dezelfde interesses heeft; maak oogcontact en wacht op tot de anderen zijn uitgesproken of als er een stilte valt; Actief luisteren; vragen stellen aan de ander; uitzoeken wat iemand wel of niet leuk vindt; uitwisselen van informatie; beurten nemen om iets te vertellen*

*Niet doen: anderen vertellen wat ze moeten doen of laten; anderen corrigeren; te dichtbij staan; iets geks doen om aandacht te krijgen (zoals iets kapot maken); iets te persoonlijks vertellen of vragen (ook al is het waar)*

***Wat werkt het beste voor jou?***

*Probeer de regels hierboven en bedenk wat het beste voor jou werkt.*

***Hoe:***

***Niet:*** *Vragen stellen voor informatie, wees geïnteresseerd als je nieuwe jongeren ontmoet (ze nemen je niet serieus als je je gedraagt als een ‘clown’); hen bekritiseren*

***Wel:*** *Sta dichterbij om te laten zien dat je geïnteresseerd bent; geef complimentjes (bv. ‘Mooie goal!’); vragen of ze hulp nodig hebben bij het spel (bv. ‘Is er nog een speler nodig?’)*

***Accepteer een ‘nee’: 50% van de jongeren krijgen een ‘nee’ te horen!***

***Wat werkt het beste voor jou?***

*Probeer de regels hierboven en bedenk wat het beste voor jou werkt.*

Referentie: Frankel, F. & Myatt, R. (2003). Children’s Friendship Training. New York: Brunner. Routledge Publishers. Deze ideeën zijn overgenomen van het PEERS programma ontwikkeld door UCLA voor het verbeteren van sociale vaardigheden bij tieners.

Bijlage 12. Sociale Verhalen, Carol Gray™

(Behorend bij Thema 2. Sociale Interactie)

|  |  |
| --- | --- |
| **Wat** | Het leren van sociale en communicatieve vaardigheden voor jongeren met sociaal/communicatieve problemen |
| **Wie** | Dit wordt uitgevoerd met een volwassene (leraar, leerlingbegeleider, ouders/verzorger) |
| **Hoe** | Laat het sociale verhaal zien en geef de jongere uitleg met behulp van de bijbehorende handleiding. |
| **Wanneer** | Dit wordt geïntroduceerd en geoefend in daarvoor vrij gemaakte tijd of sociale vaardigheidstraining. |

Wat zijn sociale verhalen?

Sociale Verhalen zijn uitgeschreven reeksen gebeurtenissen welke gericht zijn op het aanleren van gedrag bij jongeren in een bepaalde omstandigheid. Sommige Sociale Verhalen kunnen uitgewerkt worden in een striptekening met plaatjes als de leerling een voorkeur heeft voor plaatjes.

Het idee achter de Sociale Verhalen is om duidelijke richtlijnen te geven van wat er gebeurt in bepaalde sociale gebeurtenissen (bv. ‘Wat gebeurt er als een vriend bij mij thuis komt?’ of ‘Hoe zeg ik gedag tegen mijn leerkracht’ of ‘Wat moet ik doen als iemand niet naar mij luistert?’). Deze verhalen kunnen herhaaldelijk bekeken en besproken worden met de jongere, zodat de gedragingen geïnternaliseerd worden en met succes uitgevoerd kunnen worden.

Er zijn boeken beschikbaar met kant-en-klare Sociale Verhalen, zoals Het Grote Sociale Verhalen-boek’ – Carol Gray, Uitgeverij Pica ‘

Je kan nieuwe Sociale Verhalen schrijven voor specifieke gebeurtenissen die zich voordoen. Sommige situaties zijn specifiek voor een jongere. Misschien voelt u zich zeker genoeg om een zelf Sociale Verhalen te schrijven na het lezen van Carol Gray’s boek, hier zit een CD-rom bij waarmee zelf sociale verhalen geschreven kunnen worden.

Gebruik een heel concrete, logische en stapsgewijze benadering in de verhalen.

* Alle verhalen moet een begin, midden en eind hebben: Beschrijf eerst de situatie, geef een aantal situaties weer die kunnen ontstaan en eindig met het beschrijven van het gedrag dat je de jongere wil leren.
* Alle verhalen moeten geschreven worden in de ‘ik’-vorm, zodat de jongere leest (of de strip volgt): ’Ik zal proberen om…’ Op deze manier zal het echter zijn voor de jongere.
* Alle verhalen moeten geschreven worden op een positieve, bemoedigende toon.
* Gebruik geen brede en algemene termen, maar gebruik termen als ‘vaak’ en ‘gewoonlijk’.
* Identificeer het gedrag dat je de jongere wil leren, door te zeggen: ‘Ik wil proberen om… (hallo te zeggen tegen mijn leraar iedere ochtend/ Ik wil proberen om niet overstuur te raken als iemand mijn arm aanraakt).
* Kies een passende titel en formuleer deze als een vraag (bv. Wat gebeurt er bij….? / Waarom doen mensen soms….?)
* Probeer de zin: ‘Dit is ok’ te gebruiken, wanneer er gesproken wordt over de reacties van andere mensen.
* Probeer alle verhalen in een map te bewaren en categoriseer ze op een logische manier. Somme jongeren vinden het fijner om de verhalen op de computer op te slaan.

**Op de website www.sociaalopstap.nl kun je sociale verhalen, strips en social scripts vinden én zelf maken.**

Voorbeeld van een Sociaal Verhaal

Wat gebeurt er als ik een fout maak?

*Het is ok om fouten te maken. Als ik alleen aan het werk ben, kan het zijn dat ik een fout maak.*

*Iedereen maakt fouten.*

*Ik kan opnieuw beginnen en mijn fouten corrigeren.*

*Dat is hoe ik leer. Andere mensen leren ook van hun fouten.*

Bijlage 13. Persoonlijk rooster

(Behorend bij Thema 9. Escalerend Gedrag & Thema 6. Planning en Organisatie )

|  |  |
| --- | --- |
| **Wat** | Om de leerling te helpen met organiseren en om hem/haar voor te bereiden op verandering. |
| **Wie** | Het tijdschema moet worden gemaakt samen met een volwassene (leraar , leerlingbegeleider of ouder/verzorger). |
| **Hoe** | Laat zien hoe de vakken overeenkomen met een bepaalde kleur of pictogram, afhankelijk van de voorkeur van de leerling. |
| **Wanneer** | Het tijdschema dient te worden opgesteld in de eerste week van de middelbare school. De leerling kan alvast oefenen met een leeg voorbeeld van een tijdschema op de basisschool of thuis met de ouder(s)/verzorger(s). |

Onderstaand is een alternatief persoonlijk tijdschema. In dit tijdsschema kan elk vak worden aangegeven met een andere kleur. Relevante boeken of materialen kunnen bijvoorbeeld een sticker krijgen met dezelfde kleur, zodat de leerling weet dat dit mee moet worden genomen naar de klas. In het voorbeeld is wiskunde aangegeven met groen, de leerling kan bijvoorbeeld een bijpassende map erbij nemen en een blauwe sticker op de calculator.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Maandag | Dinsdag | Woensdag | Donderdag | Vrijdag |
|  |  | BINNENKOMST |  |  |
| **09:00 – 10:00** | Wiskunde | Gym | Engels | Wiskunde | Nederlands |
| **10:00 – 11:00** | Frans | Engels | Biologie | Scheikunde | Techniek |
| **11:15 – 11:30** |  |  | PAUZE |  |  |
| **11:30 – 12:30** | ICT | ICT | Wiskunde | Engels | Natuurkunde |
| **12:30 – 01:30** |  |  | LUNCH |  |  |
| **01:30 – 02:30** | Aardrijkskunde | Geschiedenis | Frans | Gym | Tekenen |
| **02:30 – 03:30** | Muziek | Aardrijkskunde | Wiskunde | Geschiedenis | Nederlands |

Voeg indien wenselijk picto’s toe (zie bijvoorbeeld www.sclera.be).   
Zie ook bijlage 21 over het onderwerp Planning en Organisatie

Bijlage 14. Signaalkaarten

(Behorend bij Thema 2, Sociale interactie en Thema 9. Escalerend gedrag)

|  |  |
| --- | --- |
| **Wat** | De signaalkaart kan worden ingezet om de leerling te helpen communiceren. Hiermee kan de kans op escalerend gedrag worden verminderd. |
| **Wie** | De signaalkaart dient te worden geïntroduceerd en uitgelegd door een volwassene. Er wordt dan samen overeengestemd met de leerling over hoe het zal worden ingezet. Er moeten duidelijke regels worden afgesproken over het gebruik van de signaalkaarten (voor de leraren, leerlingbegeleider, ouder(s) / verzorger(s). |
| **Hoe** | De kaart (kan een gelamineerd kaartje zijn met rode en groene kant) wordt gebruikt als een visuele communicatiemethode waarmee de leerling de leerkracht kan laten weten dat hij/zij zich overweldigd of overprikkeld voelt en dat hij wenselijk is dat hij/zij even de klas uit zou mogen gaan. Het is belangrijk dat er overeenstemming is over de regels en dat deze door de leerling en de leraar worden vastgesteld, zoals:     * De leerling kan bijvoorbeeld de kaart omhoog houden, op het bureau van de leraar neerleggen of op de hoek van zijn/haar eigen tafel plaatsen om de aandacht van de leerkracht te krijgen. * De leerling moet altijd een bevestiging krijgen van de leraar dat het OK is om 5 minuten het klaslokaal te verlaten. De leraar zou ook de leerling kunnen vragen of hij/zij kan wachten tot het einde van de les of om misschien een andere ontspanningsmethode te gebruiken (bijvoorbeeld een stressbal gebruiken). * Er moet worden afgesproken waar de leerling heen zal gaan tijdens de 5 minuten ‘time-out’. De leerling kan bijvoorbeeld op de hal buiten het klaslokaal gaan zitten of in een stiltelokaal (mocht deze aanwezig zijn op school). |
| **Wanneer** | Dit is een proactieve strategie die mogelijk kan helpen bij het oplossen van opbouw van spanning bij de leerling, om escalerend gedrag te voorkomen |

Bijlage 15. Lunchactiviteiten overzicht

(Behorend bij Thema 9. Escalerend Gedrag en Thema 6. Planning en Organisatie)

|  |  |
| --- | --- |
| **Wat** | Het ondersteunen van sociale communicatie en het voorkomen van isolatie van een leerling die moeite heeft met sociale communicatie en flexibiliteit |
| **Wie** | Dit wordt geïntroduceerd en verkent door een leraar of leerlingbegeleider |
| **Hoe** | Bekijk welke activiteiten mogelijk zijn tijdens de ongestructureerde lunchtijd en onderzoek welke voorkeuren de leerling heet. De leerling heeft wellicht niet de behoefte om de lunchtijd iedere dag in te vullen met gestructureerde activiteiten, maar dit zal afgestemd moeten worden met de leerling. |
| **Wanneer** | Aan het begin van een nieuwe periode en herzien aan de start van de volgende periode. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **Maandag** | **Dinsdag** | **Woensdag** | **Donderdag** | **Vrijdag** |
| **Optie 1** | **Tijd** | 12:00 |  |  |  |  |
|  | **Activiteit - Computeren** |  |  |  |  |  |
|  | **Waar** | Computerlokaal 3 |  |  |  |  |
|  | **Contactpersoon** | Mevr. Lam |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Optie 2** | **Tijd** | 12:30 |  |  |  |  |
|  | **Activiteit**  **– Schaken-spelletjes** |  |  |  |  |  |
|  | **Waar** | Lokaal 12 |  |  |  |  |
|  | **Contactpersoon** | Mr. Koning |  |  |  |  |

Opties voor activiteiten: voetbal, bordspellen, computeren, bibliotheek, toneelclub of een alternatief kan zijn om een stille ruimte aan te bieden waar de leerling kan lezen of tekenen.

Bijlage 16. Maatjessysteem

(Behorend bij Thema 2. Sociale Interactie)

|  |  |
| --- | --- |
| **Wat** | Het voorkomen van sociale isolatie bij leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit. |
| **Wie** | Om een maatjessysteem te starten, zullen leraren en zorgcoördinatoren in gesprek moeten gaan over wie een geschikte maatjes zou zijn en wat de potentiële dynamiek tussen de leerling en zijn leeftijdsgenoten zal zijn. |
| **Hoe** | Er zijn verschillende manieren om dit systeem op te zetten, zoals het hebben van een ouder maatje die al in een hogere klas zit en/of een maatje die in hetzelfde leerjaar zit. Wijs een maatje toe. Geef dit maatje informatie over de doelgroep en ideeën om in te zetten in hun contact met de leerling. Het voordoen van strategieën kan hierbij behulpzaam zijn. Zet verschillende maatjes in binnen een klas om de druk op de individuele leerlingen te verlagen. Als de maatjes uit hogere klassen komen, dan kunnen de maatjes leerlingen zijn die al betrokken zijn bij leerlingbegeleiding.. |
| **Wanneer** | In de eerste weken na de start op het voortgezet onderwijs |

Een maatje kan nuttig zijn voor een leerling die sociaal geïsoleerd is. Het doel van deze interventie is om een sociaal capabele leerling te identificeren in de klas, die een natuurlijke ‘klik’ heeft met de leerling en die de leerling kan helpen in de klas, op het plein en in andere sociale situaties. Het is met nuttig als het maatje sociaal is en populair. Soms wordt advies van leeftijdsgenoten over hoe te kleden en waar over te praten beter geaccepteerd dan advies van ouders. Een maatje kan bijvoorbeeld helpen op de volgende gebieden:

1. Aanleren van routines in de klas (bv. waar moet het huiswerk ingeleverd worden, wat te doen bij binnenkomst in de klas, waar leg je de materialen, enz.)
2. Het betrekken van een klasgenoot bij gesprekken met andere jongeren in vrije tijd
3. Het helpen van de leerling bij het lezen van het rooster en het vinden van het klaslokaal voor de volgende les (bv. begeleiden van hem of haar door de gang heen)

Het maatjessysteem heeft ook voordelen voor de leraren en de leerling die gekozen is als maatje. De leraren hebben hierdoor extra ondersteuning in de klas. Het blijkt ook uit diverse onderzoeken dat de leerling die helpt meer persoonlijke groei doormaakt en een groter inzicht verkrijgt in problemen rondom beperkingen.

Bijlage 17. Emotie-Thermometer

(Behorend bij Thema 8. Angst en Thema 9. Escalerend Gedrag)

|  |  |
| --- | --- |
| **Wat** | Om de leerling die moeite heeft sociale communicatie en flexibiliteit te helpen om zijn of haar gevoelens de communiceren. |
| **Wie** | Zou moeten worden geïntroduceerd en gebruikt door een volwassene (leraar, leerlingbegeleider, ouders/verzorgers). De emotionele thermometer kan direct worden gebruikt door de leerling te vragen om zijn of haar emoties te uiten. Het kan daarnaast ook worden ingezet door de leraar om naar de gevoelens van de leerling te vragen, door naar een plaats op de schaal te wijzen. |
| **Hoe** | Het kan worden gebruik in de communicatie met de leerling over zijn of haar emoties |
| **Wanneer** | Tijdens een stilte uurtje in de klas, bij de mentor of leerlingbegeleiding. Als de leerling en leraar dat samen hebben afgesproken, kan de emotionele thermometer ook in andere klassensituaties worden ingezet. |

Zie hieronder en op de volgende pagina voor voorbeelden van Emotie-thermometers



STOP

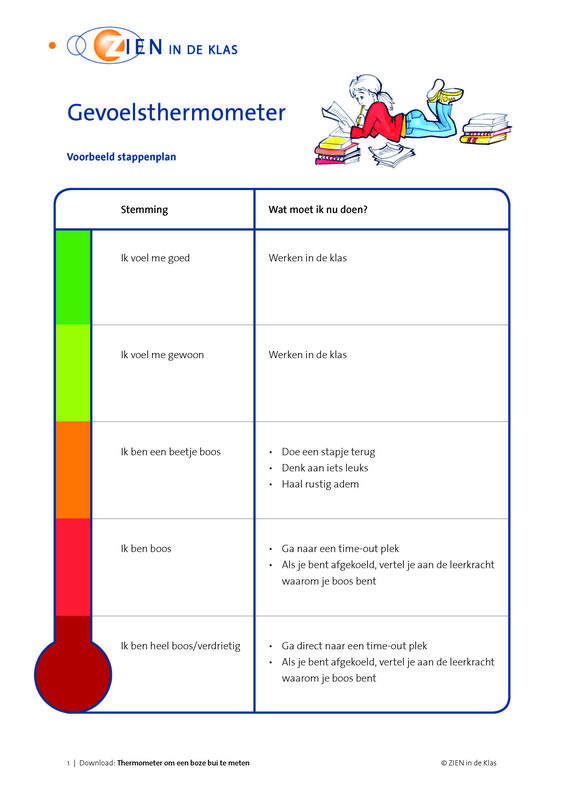
RUSTIG WORDEN

RELAX

Denk aan wat je echt WILT

Denk aan iets LEUKS

Maak jezelf BLIJ

**[](http://zienindeklas.nl/downloads/)Emotie thermometer**

Bijlage 18. De Emotionele Gereedschapskist

(Behorend bij Thema 8. Angst en Thema 9. Escalerend gedrag)

|  |  |
| --- | --- |
| **Wat** | Om de leerling die moeite heeft met sociale communicatie en flexibiliteit te helpen zijn of haar emoties te herkennen en erover te kunnen praten. |
| **Wie** | Zou moeten worden geïntroduceerd en gebruikt door een ervaren professional (leraar, leerlingbegeleider). |
| **Hoe** | Dit kan worden gebruikt om de leerling te ondersteunen om meer inzicht te krijgen in emoties en deze bij zich/haarzelf te kunnen herkennen en te bespreken met anderen. |
| **Wanneer** | In een vertrouwde groep of een situatie waarin een ervaren professional de leerling kan ondersteunen in het bespreken van zijn/haar emoties. |

Ontdek samen met het de leerling waar hij/zij zich bij kan ontspannen:

1. Welke dingen doe je graag als je je blij of vrolijk voelt?

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

1. Wanneer voel je je ontspannen en wat helpt jou om te ontspannen?

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Beschrijf de Emotionele Gereedschapskist als een aantal strategieën om met emoties om te gaan. Leg uit dat het gebruikt kan worden om te herstellen van een negatieve emotie. Attwood’s gereedschapskist bestaat uit verschillende soorten ‘gereedschap’: fysieke activiteiten, ontspanningsoefeningen, sociale handvatten, speciale interesses en sensorisch gereedschap dat kan helpen om onze emoties te ‘repareren’ bij angst en spanning.

Voorbeeld van een geïndividualiseerd Gevoelsplan

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Emotie:** | **Wat merk ik?** | **Oplossing:** |
| Contour van gezicht met effen opvullingBlij | Ik voel me blij  Ik lach, ik maak grapjes  Soms ben ik zo enthousiast dat mijn lichaam druk is, dit is leuk | Ik voel me fijn!  Ik hou me goed aan afspraken. |
| Contour van lachend gezicht met effen opvullingRustig | Ik voel me gewoon  Mijn lichaam is rustig | Ik hou me goed aan afspraken. |
| Contour van huilend gezicht met effen opvullingVerdrietig | Ik voel me verdrietig  Soms moet ik huilen  Het voelt alsof ik een brok in mijn keel heb | Ik ga naar ......... en vertel dat ik verdrietig ben. Ik zoek een rustig plekje en blijf daar 10 minuten.  Daarna komt ......... naar mij toen en samen bedenken we een oplossing.  Soms helpt het al dat ik het even kan vertellen. |
| Contour van boos gezicht met effen opvulling Boos | Ik ben boos. Mijn hele lichaam is gespannen.  Ik vind het heel moeilijk om nog goed te luisteren.  Ik praat hard of schreeuw, soms gooi ik met spullen of sla ik met de deur | Ik ga 10 minuten naar de time-outplek om rustig te worden. ......... stuurt mij als ik het zelf lastig vind.  Na 10 minuten komt ......... naar de time-out voor een gesprekje.  Soms heb ik meer tijd nodig. Soms voel ik me al rustiger en kan ik goede afspraken maken. |
| Contour van verwarrend gezicht met effen opvullingGeïrriteerd | Ik ben geïrriteerd  Meestal zat mijn hoofd al vol en heb ik nu ergens heel veel last van  Ik moet daar steeds aan denken of op letten of iets over zeggen | Ik zoek een rustige plek, bijvoorbeeld mijn eigen plekje in de klas, dit helpt mij om mijn hoofd weer leger te maken, zodat ik me daarna fijner voel.  Ik 10 minuten ga lezen, tekenen of puzzelen.  Na 10 minuten komt ......... vragen of ik me rustiger voel en weer mee kan doen. |
| Contour van verrast gezicht met effen opvullingBang / spannend | Ik vind iets spannend, eng of voel me zenuwachtig  Ik voel dit in mijn buik en mijn hoofd | Ik vertel aan ......... dat ik me zenuwachtig of bang voel. Soms weet ik niet zo goed wat er is of waardoor ik me zo voel. Dat geeft niet, ......... helpt me erbij.  Samen bedenken we een oplossing als dat nodig is. Soms helpt het ook afleiding te zoeken, zoals samen een spelletje spelen. |
| Contour van grappig gezicht met effen opvullingDruk | Ik voel me druk. Mijn lijf is druk.  Het voelt niet meer fijn druk.  Het is fijner om iets rustiger te worden | Ik ga buiten 10 minuten zelf voetballen.  Zo kan ik al mijn energie goed gebruiken en kan mijn lichaam daarna rustiger worden.  Na 10 minuten komt ......... vragen of ik me rustiger voel en weer mee kan doen. |

Emotionele gereedschapskist

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Type ‘gereedschap’** | **Voorbeeld** | **Wat werkt goed voor jou** | **Wie/Wat heb je daarbij nodig** | **Wanneer doe je dit** | **Waar doe je dit** |
| Dansen met effen opvullingPotlood met effen opvullingVrouwelijke programmeur met effen opvullingFietsen met effen opvullingBoeken met effen opvulling  Activiteiten | Sport: ‘stoom afblazen door:   * Springen * Rennen * Wandelen * Uitrekken * Dansen * Tekenen * Lezen * Computeren * Muziek maken |  |  |  |  |
| Meditatie met effen opvulling  Ontspannings-  technieken | * Ademhalingsoefeningen * Een tijdje alleen doorbrengen op een rustige en veilige plek * Herhalende oefening (bijvoorbeeld steeds in een stressbal knijpen * Een boekenplank ordenen (bijvoorbeeld alle boeken op alfabetische volgorde zetten). |  |  |  |  |
| Proost met effen opvulling  Sociale handvatten | * Contact opzoeken met een vertrouwenspersoon * Anderen helpen (bijvoorbeeld uitleggen hoe iets op de computer werkt aan een ander). * Hulpkaarten voor samenwerken of communicatie |  |  |  |  |
| Hoofdtelefoon met effen opvulling  Sensorische materialen  Ik zoek andere prikkels  Ik mijd storende prikkels  Ik zoek overzicht | * Wiebelkussen * Kneedgum * Stress / prikkelbal * Tangle * Kauwdopjes op je potlood/pen * Dynaband om je stoelpoten * Gewichtjes om je polsen/ enkels * Geluidsdemper ( hoofdtelefoon/ oordopjes) * Studybuddy * Zonnebril * Time-timer   Picto’s |  |  |  |  |

Referentie: naar Tony Attwood’s Cognitive Behavioural Therapy for Anxiety (Attwood, 2004)

Bijlage 19. Het STAR formulier

(Behorend bij Thema 9. Escalerend Gedrag)

STAR (Situatie, Trigger, Actie, Resultaat) tabellen zijn handig in het gebruik bij het identificeren van escalerend gedrag en diens ‘triggers’. Het is essentieel om te begrijpen waarom een jongere zich op een bepaalde manier gedraagt en om de omstandigheden waarin de jongere zich waarschijnlijk zo zal gedragen te herkennen.

Naam: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Datum / Tijd** | **Situatie** | **Trigger** | **Actie** | **Resultaat** |
| *Maandag 1 september,  12:00* | *In de klas, op de computer* | *Een klasgenoot wil de computer gebruiken* | *Schreeuwen* | *Gevraagd om het klaslokaal uit te gaan door leraar* |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

Bijlage 20. Middelen tegen Pesten

(Behorend bij Thema 5. Pesten)

|  |  |
| --- | --- |
| **Wat** | Voor jongeren die zijn gepest, worden gepest of het risico lopen om gepest te worden. |
| **Wie** | Anti-pest strategieën moeten worden overlegd met de betrokken volwassenen (middelbare school leraar, leerlingbegeleider, ouders/verzorgers) en met de leerling. |
| **Hoe** | Overleg hoe de strategieën zullen werken en zorg voor overeenstemming met de ouders/verzorgers en de leerling. |
| **Wanneer** | De strategieën kunnen worden ingezet op een proactieve of reactieve manier. |

Online hulpmiddelen

Website met veel informatie voor jongeren en volwassenen met ASS

<http://www.autsider.net/nl/Levenmetautisme/pesterijen.html>

Website over gedragsproblemen, leer- en ontwikkelingsstoornissen in de klas. met stappenplannen

<http://gedragsproblemenindeklas.nl/gedragsproblemen/pestgedrag/>

Antipestportaal   
<http://www.pesten.nl/informatie-over-pesten/jongeren/10-14-jaar/>

Website met voorbeelden van werkende pestprotocollen

<http://www.schoolenveiligheid.nl/po-vo/kennisbank/het-anti-pestprotocol/>

Tips

* Bedenk dat beide ‘partijen’ hebben hulp nodig
* Geef veel positieve feedback
* Mobiliseer alle belanghebbenden
* Jongeren die pesten zitten zelf in de nesten! *(gevolgen/risico’s aan pesters uitleggen)*
* Klikken mag als het om pesten gaat
* Zet een conflict bemiddelaar in (Peer mediator)
* Maak iedereen verantwoordelijk voor de sfeer *(erken dat mensen verschillen en dat dit oké is)*
* Leer jongeren voor anderen op te komen
* Maak van de pester geen nieuwe zondebok *(niet preken/zwaar straffen, dan ondergronds.*
* *Let op: Straf moet niet statusverhogend zijn*
* Ga in gesprek met de pester en de gepeste leerling

Probleem oplossende strategieën

Voor de duidelijkheid zijn de hieronder gegeven beschrijvingen uitgegaan van een jongere met ASS. We zien deze kenmerken echter ook bij andere leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit.

Wat te doen als een jongere met ASS onbedoelde acties verkeerd interpreteert als pestgedrag?   
Veel jongeren met ASS ontwikkelen een verhoogd gevoel van angst met betrekking tot pesten door hun eerdere ervaringen. Aangezien het moeite hebben met het interpreteren van sociale situaties een van de belangrijkste kenmerken is van ASS, is dit probleem niet uitzonderlijk. Het is echter een belangrijk punt om aandacht aan te besteden, omdat het een grote bron van spanning kan zijn bij de jongere en het leidt dikwijls tot bijkomende problemen zoals weigeren om naar school te gaan, verwarring tussen school werknemers en ouders/verzorgers, of secundaire sociale moeilijkheden.

Controleer of het gaat om een oprechte misinterpretatie

Pesters zijn op sociaal gebied vaak goed in staat om hun gedrag te verhullen voor leraren, terwijl jongeren met ASS dikwijls juist gebrekkig communiceren. Wanneer een jongere met ASS pesten rapporteert, kan dit dus daadwerkelijk het geval zijn, alhoewel dit lastig is om vast te stellen. Sommigen vormen vast pesten kunnen ook erg subtiel zijn. Bijvoorbeeld, sommige jongeren met ASS kunnen obsessieve trekken hebben, zoals het neerleggen van potloden in een bepaald patroon. Het voortdurend verstoren van dit patroon door anderen kan tot een aanzienlijke toename in spanning leiden. Het kan hierbij helpen om andere toeschouwers te bevragen, leeftijdsgenoten uit de vriendencirkel kunnen hier mogelijk bij behulpzaam zijn, omdat zij de incidenten die achter de leraar zijn of haar rug om spelen mogelijk hebben gezien.

#### Psycho-educatie

Voor een jongere met ASS kan een duidelijke uitleg over wat wel of niet pesten inhoudt behulpzaam zijn. Ze hebben bijvoorbeeld hulp nodig bij het begrijpen wat het betekent als iets per ongeluk gebeurt (zoals iemand die per ongeluk tegen hem of haar aan botste) of met opzet. Jongeren met ASS hebben moeite met het generaliseren en overbrengen van hun aangeleerde vaardigheden naar andere situaties. Ze hebben daarom mogelijk langer de tijd nodig om te leren onderscheiden tussen de twee. Ze zullen ondersteuning nodig hebben om te reflecteren over verschillende voorbeelden van het waargenomen pestgedrag. Sociale voorbeelden, stripverhalen, plaatjes, rollenspellen of voorbeeldverhalen kunnen hierbij waardevolle hulpmiddelen zijn (zie bijlage 12 voor Sociale Verhalen).

Ondersteuning

Jongeren met ASS hebben dikwijls problemen met spanning. Soms leren zij strategieën aan om een volwassene te bereiken die hen kan ondersteunen bij het omgaan met deze spanning of sociale isolatie. Het kan voor hen een handige aanpak zijn om regelmatig tijd in te plannen voor een één-op-één gesprek, zelfs als dat tijdens een relatief korte periode plaatsvindt.

Alle gevallen apart behandelen

Zelfs als het is vastgesteld dat de jongere moeite heeft met het interpreteren van sociale situaties blijft het belangrijk om alle incidenten als aparte gevallen te behandelen, aangezien sommigen daadwerkelijk gevallen van pesten kunnen zijn.

Wat te doen als een leerling met ASS zelf als pester wordt gezien?

Moeilijkheden met sociaal inzicht is één van de centrale diagnostische kenmerken van ASS. Jongeren met ASS hebben hierdoor niet vaak het vermogen om anderen te manipuleren, om hun zwakheden op te merken of anderen te pesten. Echter, sommigen kunnen gedragingen ontwikkelen die door anderen als pesten kunnen worden geïnterpreteerd. Ze kunnen soms bijvoorbeeld gedragsproblemen vertonen als ze gefrustreerd zijn. Als zulke problemen zich voordoen, raadpleeg dan het hoofdstuk over ‘Escalerend gedrag’ (zie Thema 9).

Bijlage 21. Doelen stellen, Plannen, Handelen en Evalueren

(Behorend bij Thema 6. Planning en Organisatie)

|  |  |
| --- | --- |
| **Wat** | Om leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit te helpen met plannen en organiseren. |
| **Wie** | Doel, Planning en Terugblik dient door een volwassene te worden uitgelegd (leraar, leerlingbegeleider) |
| **Waar** | In de klassencontext |
| **Wanneer** | Indien nodig |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Doel  *Wat moet ik doen?* | Planning  *Hoe pak ik het aan?* | Handelen  *Wanneer ga ik het doen?* | Evalueren  *Hoe is het gegaan?* |
|  |  |  |  |

Hulpkaart

|  |  |
| --- | --- |
| **Aan het begin van de les moet ik:**   1. Buiten het klaslokaal wachten tot de leraar vraagt of we naar binnen komen 2. Aan mijn tafel gaan zitten 3. De boeken die ik nodig heb erbij pakken 4. Mijn etui pakken 5. Goed naar de leraar luisteren   Ik kan de leraar vragen stellen als ik niet weet wat ik moet doen. Dit doe ik door mijn hand op te steken. | **Aan het einde van de les moet ik:**   1. Controleren of er huiswerk gemaakt moet worden voor de volgende keer. Als dat zo is, noteer ik het in mijn agenda. 2. Mijn boeken en etui in mijn tas stoppen. 3. Op mijn rooster kijken wat de volgende les is en waar ik moet zijn.   Ik kan de leraar vragen om me te helpen als ik niet weet wat ik moet doen of waar ik heen moet gaan voor de volgende les. |

Bijlage 22. Huiswerk

(Behorend bij Thema 6. Planning en Organisatie)

|  |  |
| --- | --- |
| **Wat** | Om te helpen bij het organiseren en vooropstellen van huiswerkopdrachten |
| **Wie** | Huiswerkopdrachten dienen te worden uitgelegd door een volwassene in de school (leraar, mentor, leerlingbegeleider) in samenwerking met de ouders |
| **Hoe** | Laat zien hoe het huiswerk zal worden georganiseerd en wat er benodigd is om de leerling daarbij te helpen. Identificeer hoe lang er aan delen van het huiswerk zou worden besteed en wat de prioriteiten zijn |
| **Wanneer** | Beginnende met een uitleg in de eerste week van de middelbare school, met wekelijkse herziening afhankelijk van de hoeveelheid en het type huiswerk |

De meeste jongeren in onze doelgroep problemen profiteren van duidelijke regels en ze hebben de neiging om zich hier op consciëntieuze manier aan te houden. Het kan daardoor verrassend zijn om erachter te komen hoeveel misverstanden er kunnen worden veroorzaakt door de moeilijkheden van de leerlingen met het afmaken van hun huiswerk. In de meeste gevallen is dit niet te wijten aan een gebrek aan betrokkenheid of interesse bij de leerling, maar aan onderliggende problemen met aspecten zoals zelforganisatie of taalvaardigheden. Het besef dat dit zelfs een probleem kan zijn voor leerlingen uit onze doelgroep die academisch vaardig zijn, gepaard met de toepassing van simpele ondersteunende strategieën kan erg effectief zijn in het voorkomen van frustraties bij leraren evenals andere leerlingen.

* **Zelforganisatie:** Maak er zeker van dat de leerling de opdracht, datum en benodigde materialen heeft genoteerd. Voor sommigen zal het nodig zijn om het direct in hun agenda of schema op te schrijven, om ervan te verzekeren dat ze de eisen van andere vakken ermee kunnen combineren.
* **Verdeling van tijd:** Leerlingen van onze doelgroep kunnen het vaak moeilijk vinden om te wisselen tussen onderwerpen, zonder te fixeren op details en daarbij het algemene beeld te verliezen. Ze kunnen perfectionisme laten zien. Dit kan erin resulteren dat ze een excessieve hoeveelheid tijd besteden aan een bepaalde opdracht, waardoor ze voor het maken van andere opdrachten veel tijd kwijtraken. Wanneer dit het geval is, kan hij of zij baat hebben bij hulp met betrekking tot de verdeling van tijd voor elke opdracht, zodat ze hun tijd en inspanning op gepaste manier kunnen verdelen over alle schoolvakken.
* **Prioriteiten stellen:** Sommige jongeren in onze doelgroep hebben sterke specifieke interesses. Hoewel dit er vaak toe leidt dat een jongere indrukwekkende kennis en vaardigheden in bepaalde gebieden ontwikkelt, kan dit ook resulteren in verminderde motivatie om aan andere belangrijke gebieden van het curriculum te werken. Gevarieerde interesses en motivatie zijn niet ongewoon in typisch-ontwikkelende jongeren. Sommige jongeren (met name die uit onze doelgroep) kunnen echter sterke fixaties en aanzienlijke problemen met het wisselen van aandacht tussen onderwerpen. Prioriteiten stellen, beginnend met de onderwerpen die de jongeren het minste interessant vinden en daarbij speciale interesses als motivator gebruiken voor als het andere werk af is gemaakt, kan een handige strategie zijn.
* **Ouders/verzorgers betrekken:** Ouders willen graag helpen om ervoor te zorgen dat hun kind het huiswerk op tijd afmaakt. Als ouders geïnformeerd zijn over de huiswerkopdrachten, kunnen zij vaak hun kind helpen met het overwinnen van hun moeilijkheden met de organisatie van huiswerk.

Huiswerkhulpschema

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Onderwerp/opdracht | Heb ik alle benodigde materialen? | Heb ik hulp nodig? | Hoeveel tijd denk ik nodig te hebben? | Begintijd | Eindtijd | Hoe lang heb ik erover gedaan? |
|  | Ja / Nee | Ja / Nee |  |  |  |  |
|  | Ja / Nee | Ja / Nee |  |  |  |  |
|  | Ja / Nee | Ja / Nee |  |  |  |  |
|  | Ja / Nee | Ja / Nee |  |  |  |  |
|  | Ja / Nee | Ja / Nee |  |  |  |  |
|  | Ja / Nee | Ja / Nee |  |  |  |  |
|  | Ja / Nee | Ja / Nee |  |  |  |  |
|  | Ja / Nee | Ja / Nee |  |  |  |  |
|  | Ja / Nee | Ja / Nee |  |  |  |  |

Bijlage 23. Tips voor ouders: Samen met je kind praten over een ASS diagnose

(Behorend bij Thema 1. Voorbereiding op de overstap naar het voortgezet onderwijs)

Het is goed te begrijpen dat dit onderwerp voor ouders en verzorgers een gevoelig punt is. Op het moment dat een kind voor het eerst op de aanwezigheid van ASS wordt onderzocht, kan het concept ASS voor de meeste jonge kinderen nog heel abstract zijn. Ook ouders en verzorgers kunnen tijd nodig hebben om de uitslagen van de onderzoeken goed te begrijpen, de impact van het hebben van ASS te begrijpen en er tegelijk voor te zorgen dat hun kind de hulp krijgt die nodig is. Uit onderzoek blijkt dat dit laatste in de praktijk vaak de belangrijkste reden is dat ouders/verzorgers een onderzoek aanvragen, namelijk om een formele ASS diagnose bij hun kind vast te stellen.

Hoewel de focus vaak ligt op het ondersteunen van de jongere met zijn/haar moeilijkheden, is het opvallend dat ouders/verzorgers in de praktijk weinig hulp of begeleiding krijgen bij het bespreekbaar maken van de diagnose met hun kind. Deze bijlage is er daarom op gericht om ouders/verzorgers en leraren hier handvatten voor te geven. Belangrijke factoren om te beslissen of de ASS diagnose wel of niet aan de jongere wordt verteld worden tegen elkaar afgewogen, en er worden adviezen gegeven over de manier waarop het aan het kind verteld kan worden en wat de juiste momenten kunnen zijn waarop ouders/verzorgers en leraren het met de jongere kunnen bespreken. Het gaat hierin om factoren die het vaakst voorkomen en hoe die in de praktijk meestal aan de orde komen. De reden hiervoor is dat er uit wetenschappelijk onderzoek nog weinig bekend is over dit onderwerp en er ook voor ieder kind en familie unieke oplossingen mogelijk zijn.

Wanneer is het juiste ogenblik om met een jongere over zijn of haar diagnose te praten?

Er zijn helaas geen duidelijke richtlijnen waarin wetenschappelijk is vastgesteld wat de beste tijdstippen zijn om met een kind over zijn of haar ASS diagnose te praten. Het juiste tijdstip is afhankelijk van een aantal factoren. Deze factoren zijn de ontwikkelingsleeftijd van de jongere, in hoeverre een hij of zij het cognitief kan begrijpen en nieuwsgierig is over zichzelf, en van de behoefte van ouders om deze informatie met hun kind te delen. Een andere belangrijke factor is de ondersteuning vanuit het sociale netwerk van een gezin. Daarnaast verandert het perspectief van een jongere met ASS naarmate het ouder wordt: van het gericht zijn op eigen behoeften en wensen naar ideeën over wat andere mensen, leeftijdgenoten kunnen denken. Dit proces van het zich kunnen verplaatsen in anderen is bij ASS vaak vertraagt, maar uit onderzoek is naar voren gekomen dat ook jongeren met ASS zich spiegelen aan leeftijdgenoten en dat dit een belangrijk onderdeel is in het ontwikkelen van hun identiteit.

Wanneer kinderen ouder worden, gaan zij zich steeds meer vergelijken met leeftijdgenoten. De manier waarop zij dit doen hangt af van hun (ontwikkelings-)leeftijd, zelfbewustzijn en cognitieve mogelijkheden. Jongeren met ASS, zeker hoger functionerende jongeren met ASS die op het regulier onderwijs zitten, zullen steeds beter merken dat zij anders zijn dan leeftijdgenoten. Deze vergelijkingen met leeftijdgenoten kunnen positief en soms negatief uitpakken. Zij kunnen zich bijvoorbeeld gaan afvragen waarom zij bepaalde dingen veel gemakkelijker of moeilijker vinden dan leeftijdgenoten. Ze kunnen zich zorgen maken over dat ze niet goed in de groep van andere kinderen passen. Of ze kunnen zich afvragen waarom andere kinderen spelregels gemakkelijker leren begrijpen dan zij, of waarom zij tijdens les of vrije tijd ondersteuning van een volwassene krijgen en klasgenoten niet. Af en toe kan het ook zijn dat zij opmerkingen van anderen herhalen, zoals waarom zij bepaalde dingen op een vaste manier lijken te moeten doen.

Wanneer kinderen of jongeren zich dit gaan afvragen, betekent dit vaak dat zij op zoek zijn naar verklaringen, ook als zij hun gedachten nog niet goed onder woorden kunnen brengen. Als kinderen nog niet goed verschillen tussen mensen kunnen begrijpen, is er een kans dat hun eigen verklaringen niet behulpzaam zullen zijn (bijvoorbeeld dat zij gaan denken dat ze minder slim zijn dan andere kinderen), met als gevolg dat ze zichzelf weinig behulpzame strategieën aanleren (bijvoorbeeld: ‘Ik word altijd aangevallen door andere kinderen en ik kan daar niets aan doen”). Daarom is het belangrijk dat kinderen begrijpen wat ASS inhoudt, zodat ze ondersteund kunnen worden om behulpzame coping strategieën te leren. Hoewel het dus niet mogelijk is het ideale tijdstip vast te stellen om de diagnose ASS met een jongere te bespreken, kunnen de volgende punten behulpzaam zijn:

* De leerling met ASS begint vragen te stellen over anderen of vergelijkt zichzelf met zijn leeftijdsgenoten;
* Leeftijdsgenoten beginnen vragen te stellen over de unieke manier waarop de leerling met ASS de wereld waarneemt of hun specifieke gedragingen;
* Speciale aanpassingen moeten ingezet worden om de leerling te ondersteunen (bv. één-op-één begeleiding in de klas), waardoor de vraag rijst of er aanvullende onderwijsbehoeften zijn;
* De leerling heeft een verhoogd risico op het ontwikkelen van een laag zelfbeeld. De leerling zou baat kunnen hebben bij het begrijpen van zijn unieke mogelijkheden en het aanleren van coping strategieën bij het omgaan met hun zwakke kanten;
* De leerling geholpen zijn door het volgen van specifieke programma’s voor leerlingen met ASS (bv. sociale vaardigheidstraining) of door mogelijkheden om met leeftijdsgenoten te praten die in dezelfde situatie zitten;
* Ouders/verzorgers moeten een kans gehad hebben de diagnose te verwerken en accepteren, waarbij het belangrijk is om niet alleen de risicofactoren te kennen, maar ook de sterke en positieve aspecten van ASS;
* De leerling wordt steeds zelfstandiger en kan geleidelijk bekend gemaakt worden met zelfmanagement strategieën om effectiever met problemen om te gaan.

Als de intellectuele nieuwsgierigheid een van der sterkste kanten is van een leerling, dan kan het gunstig zijn om ze te voorzien van passende informatie en leesmaterialen geschreven door andere leerlingen met ASS. Het kunnen lezen van deze informatie, helpt het vormen van hun identiteit en versterkt hun omgang met problemen en zelfwaarde

Tegen de tijd dat de leerling de overstap zal maken naar de middelbare school, zullen sommige, of de meeste, van deze factoren aan bod zijn geweest. Gezien het gegeven dat er op de middelbare school extra nadruk ligt op zelfmanagement, is het aan te raden om de diagnose al vooraf aan de transitie te delen met de leerling. Hierbij zal de leerling genoeg tijd moeten hebben om deze informatie in een bekende context te verwerken waar ze zich veilig voelen en alle routines kennen.  
Hoewel het bekend maken van de diagnose, begrijpelijkerwijs, angst en zorgen oproept bij de ouder/verzorger, is het belangrijk om bewust te zijn van het feit dat de leerling op enig punt in zijn leven deze informatie te horen zal moeten krijgen. Bij het proactief plannen van het moment van bekendmaking van de diagnose van de jongere, is het belangrijk om het grotere geheel in de gaten te houden. Zo is wijs om het introduceren van de diagnose aan de leerling niet te doen in een complexe en veeleisende ontwikkelingsfase, zoals de pubertijd. Als vuistregel kan aangehouden worden dat het verstandig is om dit gesprek te houden vóór de transitie naar de middelbare school. Maar, afhankelijk van de unieke omstandigheden van een kind en zijn gezin, kan dit verschillen.

Belangrijkste zorgen en hoe ermee om te gaan

Vanuit klinische ervaring blijkt dat ouders/verzorgers van kinderen met ASS zich voornamelijk zorgen maken over de impact van de diagnose op het zelfbeeld en de identiteit van het kind en het gevoel van het horen bij hun leeftijdsgenoten. Ze maken zich zorgen dat het delen van de diagnose zorgt dat hun kind zich gestigmatiseerd voelt op school. Hoewel onderstaande lijst niet uitputtend is, geeft het een beeld van de meest voorkomende zorgen benoemd door ouders, kinderen en professionals:

* **Impact op het zelfbeeld**: Het welzijn van hun kind is voor de meeste ouders van groot belang, waardoor zorgen over de impact van de diagnose op het zelfbeeld zeker terecht zijn. Maar hoe meer de ouders/verzorgers in staat zijn om open met het kind te praten over zijn moeilijkheden, hoe meer zij ook in staat zijn om het kind te helpen om hiermee positief en constructief om te gaan. Kinderen die niet op de hoogte zijn van de oorzaak van hun problemen/moeilijkheden lopen het risico om ongewenste en algemene opvattingen over zichzelf te vormen. Bijvoorbeeld: als ze problemen hebben met gym en met vrienden maken, lopen ze het risico om te denken dat ze ‘niet goed’ zijn of ‘stom’. Als ouders, daarentegen, in staat zijn om open met deze kinderen te praten, dan geeft dit hen een ongelofelijke mogelijkheid om een meer gebalanceerd beeld over zichzelf te ontwikkelen. Dit houdt wellicht in dat besproken kan worden dat, hoewel deze specifieke problemen geassocieerd zijn aan ASS, kinderen met ASS en deze specifieke manier van denken over de wereld ook veel unieke sterke kanten hebben (zoals aandacht voor details, loyaliteit, verantwoordelijkheidsgevoel, specifieke interesses enz.). Het praten over de diagnose op deze gebalanceerde manier helpt het kind omgaan met de huidige zorgen, alsook bij het voorkomen van een laag zelfbeeld.
* **Identiteit:** Veel mensen maken zich zorgen dat het uitleggen van de diagnose aan een kind een negatief effect kan hebben op de ontwikkeling van diens identiteit. Zo maken ze zich zorgen dat het kind zichzelf zal gaan zien als iemand met een ernstige beperking en hierdoor zijn best niet meer zal doen. Hoewel dit daadwerkelijk een probleem kan zijn, zijn er ook veel oplossingen om dit te voorkomen. Er zijn momenteel veel campagnes waarbij gericht aandacht gegeven wordt aan het includeren van mensen met extra ondersteuningsbehoeften, waarbij gebruik wordt gemaakt van creatieve en aantrekkelijke bronnen voor jonge mensen. Veel bekende personen, televisiesterren en uitzonderlijke succesvolle jonge mensen die als erg ‘cool’ beschouwd worden en geaccepteerd worden door jongeren zijn publiekelijk open geweest over hun moeilijkheden en diagnoses, zoals ADHD (Will Smith, Steven Spielberg en Mohammad Ali), dyslexie (Orlando Bloom, Keira Knightley, en Tom Cruise), of ASS (Satoshi Tajiri, bedenker van Pokémon; Jim Henson, bedenker van The Muppets). Zij fungeren niet alleen als aantrekkelijke rolmodellen, maar hun verhalen dienen ook als inspiratie bij het omgaan met diversiteit en succesvol zijn in het leven ondanks aanzienlijke uitdagingen. De meeste kinderen met ASS vinden het werken met hun computers erg fijn en zoeken deze positieve voorbeelden op internet. Deze activiteit kan een plezierige en verrijkende reis zijn voor de jongeren en hun ouders/verzorgers.
* **Gevoeld van ‘anders zijn’:** Het klopt dat het bewust worden van het hebben van een diagnose soms een gevoel van ‘anders zijn’ kan veroorzaken. Maar, tegen het einde van de basisschool, hebben de meeste jongeren met ASS wel een idee dat op een bepaalde manier anders zijn dan hun leeftijdsgenoten. Dit kan hen bezorgd maken of eenzaam voelen. Als de diagnose op een passende manier uitgelegd wordt, dan kan het op de hoogte zijn van de eigen diagnose juist een gevoel van bevestiging geven aan het kind. Het kan troostend zijn voor het kind als hij weet dat er vele anderen zijn met dezelfde problemen en sterke kanten. Het kan zorgen voor een herkenbare referentiegroep en mogelijkheden om kinderen te ontmoeten die op dezelfde manier denken. Vaak vinden ze het fijn om informatie uit te wisselen met leeftijdsgenoten die ook ASS hebben via het internet, bijvoorbeeld bij autsider.net of bij lotgenotengroepen op school of in de buurt. Als ouders/verzorgers open met hun kind praten, dan kan het ‘anders voelen’ ook een positief gevoel worden. De publieke opinie en bewustwording van ASS is enorm toegenomen en verbeterd de laatste jaren en er zijn steeds meer programma’s ontwikkeld gericht op het benadrukken van de sterke kanten van kinderen/volwassenen met ASS, zoals de ‘Ik ben speciaal’-training (NVvP, 2009).

Hoe leg je de diagnose uit aan de jongere?

Elke ouder/verzorger kent zijn eigen kind het beste, dit maakt hen tot een expert in het optimaliseren van de sterke kanten van een kind en het ondersteunen bij hun problemen waar nodig. ASS is een complexe diagnose die per persoon op vele unieke manieren tot uiting komt, waardoor er tot op heden geen ‘beste manier’ is om de diagnose uit te leggen aan een kind. Hierbij zullen ouders dus aangemoedigd moeten worden om te vertrouwen op hun kennis over hun eigen kind en om gebruik te maken van te communicatiemethoden waarop het kind goed reageert. De volgende algemene principes kunnen behulpzaam zijn bij het voorbereiden van dit gesprek:

* **Het beeld van de ouders/verzorgers op de diagnose**: Kinderen en jongeren begrijpen de wereld om zich heen op basis van hun eerdere ervaringen, combineert met de boodschappen die ze ontvangen van anderen. Ouders/verzorgers zullen zichzelf daarom voldoende tijd moeten geven om zelf de diagnose te verwerken, voordat zij overwegen om de diagnose aan hun kind uit te leggen. Ouders/verzorgers zullen eerst de tijd moeten nemen om te leren gaan met hun zorgen. Als ouders/verzorgers erg bezorgd zijn of emotioneel tijdens het praten over de diagnose, dan kan het kind hierdoor overweldigd raken en het idee krijgen dat zij zich ook zorgen moeten maken. Het traject om eigen te raken met de diagnose verschilt enorm van ouder tot ouder en hangt af van een aantal factoren, in het bijzonder de huidige familieomstandigheden en de voorgeschiedenis van het kind t.a.v. de problemen. Ouders/verzorgers zullen zich vrij moeten voelen om hulp in te roepen van de arts of het team dat de diagnose gesteld heeft of van andere organisaties, zoals de Nederlandse Vereniging voor Autisme (NVA). Op het moment dat ouders/verzorgers de kans hebben gehad om daadwerkelijk eigen te raken met de positieve kanten van deze conditie en kennis hebben vergaard over een aantal positieve coping strategieën, kunnen ouders/verzorgers hun optimisme en gebalanceerde visie op autisme op hun kind overbrengen.
* **Communicatieproblemen:** Sommige jongeren zullen geen problemen hebben met het bespreken van hun diagnose met hun ouders/verzorgers, terwijl anderen baat hebben bij visuele ondersteuning om het gesprek te begrijpen. Ouders/verzorgers van jongeren die baat hebben bij deze visuele ondersteuning kunnen overwegen om samen met het hem of haar een dagboek te maken of ‘een klein boekje over mij’.
* **Het introduceren van het concept dat iedereen sterke en zwakke kanten heeft**: Concrete voorbeelden van de favoriete beroemdheden of kennissen of vrienden van de jongere, kunnen hem of haar helpen om betekenis te geven aan dit concept en om de juistheid van dit concept in te kunnen schatten.
* Het introduceren van het concept dat het hebben van extra zorgbehoeften en ASS niet uitzonderlijk zijn en dat mensen met extra zorgbehoeften en ASS net zo goed kunnen slagen in het leven. Ook hierbij kan het geven van concrete voorbeelden en benoemen van rolmodellen inspirerend.
* **Balans tussen sterke kanten en moeilijkheden**: Bij het introduceren van een concept dat de jongere lastig vind, is het altijd goed om te bedenken wat zijn of haar specifieke sterke kanten zijn. En wat mogelijke coping strategieën zijn. Bijvoorbeeld: als een jongere moeite heeft met het uitten van zijn emoties, kan het helpen om te benadrukken dat hij wel een grote woordenschat heeft wanneer hij praat over zijn specifieke interesses en dat het dan kan helpen om een kaartsysteem of platen te gebruiken om anderen te laten weten hoe hij zich voelt.
* **Concrete visuele voorbeelden**: wanneer de sterke kanten, moeilijkheden en coping strategieën van een jongere op een bepaald gebied besproken worden, kan het helpen om een tabel te maken met 3 kolommen om hem of haar te helpen deze 3 factoren te verbinden.
* **Andere mensen met ASS**: Als het kind of de jongere iemand kent die ook een diagnose ASS heeft, maar die andere zorgbehoeften heeft dan zijzelf, kan het zijn dat zij het lastiger vinden om zichzelf te herkennen in de diagnose of op welke manier de diagnose op hen van toepassing is. Als bijvoorbeeld een andere leerling op school autisme en een leerstoornis heeft of gedragsproblemen, dan zullen deze verschillen uitgelegd moeten worden, zodat zij begrijpen dat iedereen uniek is, ook al hebben ze wel iets gemeen. Hoewel vriendschappen met andere jongeren met ASS met dezelfde interesses aangemoedigd kan worden, is het niet vanzelfsprekend dat ze elkaar aardig zullen vinden ook al hebben ze dezelfde zorgbehoeften (zie ook Thema 2: Sociale Interactie).
* **Uitleggen was ASS wel én wat ASS niet is**: Bij het uitleggen van de diagnose is het voor ouders ook belangrijk om duidelijk te vertellen war ASS niet is. Veel jongeren met ASS kunnen problemen ervaren die geen onderdeel zijn van hun autisme, ook al hebben deze problemen er wel zijdelings mee te maken. Zo kan het bijvoorbeeld belangrijk zijn voor jongeren om te weten dat angst geen deel is van hun autisme en dat ze daar hulp voor kunnen krijgen.

Bijlage 24. Ontspanningstechnieken

|  |  |
| --- | --- |
| **Waarvoor is het?** | Om te helpen bij het verminderen van spanning |
| **Voor wie is het?** | Deze technieken kunnen worden geïntroduceerd door een volwassene (leraar van de middelbare school, leerlingbegeleider, ouders/verzorgers) |
| **Hoe moet het worden ingezet?** | In overleg met de jongere kunnen technieken worden gevonden die behulpzaam voor hem of haar zijn |
| **Wanneer moet het worden ingezet?** | Wanneer nodig, wanneer emoties overweldigend worden en voordat gedrag gaat escaleren of de spanning te groot wordt. |

Op de volgende pagina’s staan technieken en strategieën die jongeren helpen bij het denken over hun emoties beschreven en er staat beschrijven hoe zij spanning kunnen verminderen en ontspanning kunnen vermeerderen.

Wees de baas over je eigen gevoel!

Van de ochtend tot in de avond, alles dat tijdens de dag gebeurt kan veel verschillende gevoelens oproepen. Bijvoorbeeld:

*Jan wordt wakker en hij is opgewonden omdat het weekend is... hij gaat op bezoek bij zijn grootouders!*

Het is heel normaal om je steeds goed te willen voelen. Wanneer we denken dat we ons slecht zullen gaan voelen, kunnen we proberen om dingen te doen om ons een beter gevoel te geven.

*Jan is bang dat hij te laat zal komen, dus hij vraagt zijn moeder hoe laat ze weg zullen gaan. Dit zorgt ervoor dat hij zich opgelucht voelt.*

Maar soms kunnen we niet zeggen wanneer iets gaat gebeuren of hoe het ons zal laten voelen omdat het onverwachts is.

*De auto wil maar niet starten, waardoor Jan boos wordt. Zijn ouders besluiten dat ze dan maar met de trein moeten gaan. Jan maakt zich hier zorgen over, omdat hij niet van luide, drukke plekken houdt.*

|  |  |
| --- | --- |
|  | Vul in hieronder ‘Ja’ of ‘Nee’: |
| **Heb je wel eens het gevoel dat slechte gevoelens bij jou te sterk worden of dat je er geen controle over hebt?** |  |
| **Heb je ooit wel eens het gevoel dat je fijne gevoelens mist?** |  |

Als je bij een van deze vragen ‘Ja’ hebt ingevuld, kan het zijn dat jij *de baas over je gevoel* wilt worden! Zo kunnen we nog steeds de dingen doen die we willen doen, zelfs als onverwachte dingen gebeuren.

*Jan zegt tegen zijn moeder dat hij liever thuis blijft, maar zij stelt dat hij zijn koptelefoon meeneemt om hem af te leiden van het lawaai in de drukke trein. Hierdoor voelt hij zich ontspannen en hij is trots dat hij uiteindelijk de baas over zijn gevoel was.*

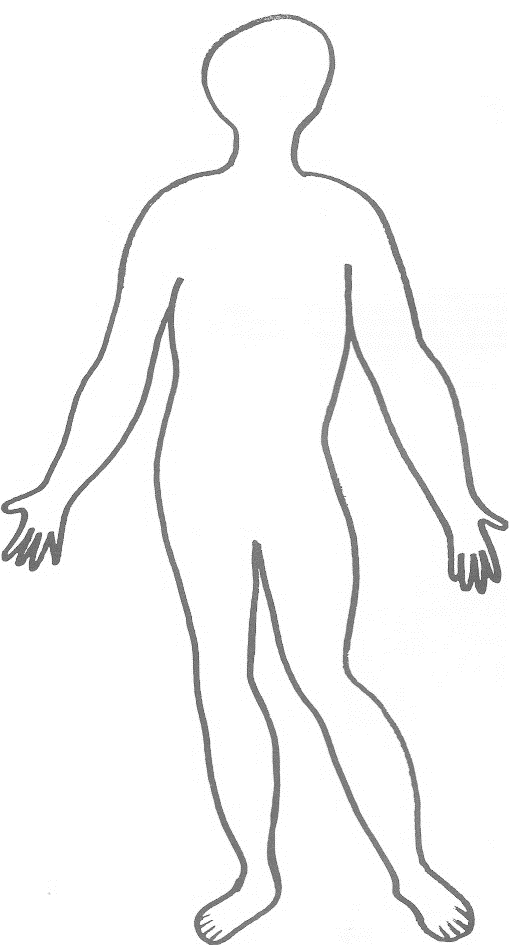
Hoe kan ik ontspannen?

Weten hoe je kunt ontspannen is een van de beste manieren om de baas over je gevoel te worden. Er zijn veel manieren die anders werken voor verschillende situaties. Uitvinden welke manier het beste bij jou past helpt jou om je gevoel de baas te worden.

|  |  |
| --- | --- |
| Ontspannen met je lichaam | Ontspannen in je hoofd |
| *Actief bezig zijn*   * Lichamelijke oefeningen doen, bijvoorbeeld een rondje rennen, push-ups doen of andere bewegingen maken * Een sport beoefenen, zoals voetbal of tennis. * Een stukje gaan wandelen of fietsen   Dit zijn natuurlijke manieren om je spieren te spannen en ontspannen. | *Relaxen*   * Een boek lezen * Een film kijken die jou inspireert * Een ontspanningsapp gebruiken op je telefoon op tablet * Luisteren naar rustige, chill-out muziek * Mindfulness oefeningen doen |
| *Diep inademen*   1. Adem diep in 2. Houd je adem vast voor 5 seconden 3. Adem langzaam uit 4. Concentreer je op hoe het voelt | *Fantasie*  Dit is wanneer je..   * Je ogen dichtdoet * Denkt aan je favoriete plek of ding * Je voorstelt dat je daar bent en je concentreert je op dingen die jou blij maken |
| *Spieren strekken*   * Vind een rustig plekje * Span een deel van je spieren aan en hou dit voor een paar seconden vast * Ontspan je spieren en merk op hoe het voelt wanneer je spieren zich ontspannen | |

Rekken en strekken

Kies een deel van je lichaam. Span je spieren daar voor vijf seconden aan, rek daarna uit, laat los en ontspan. Herhaal deze oefening voor de rest van je spieren.

[](http://www.google.nl/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&frm=1&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwjVuJLC3qzPAhUL1RoKHaHPDjEQjRwIBw&url=http://www.10voorbiologie.nl/index.php?cat%3D3%26id%3D1268&psig=AFQjCNGxoBc_H-cNd7Av1u6Txs32RIH0Gg&ust=1474969104155305)

**Gezicht**: Trek je neus op door je ogen en lippen richting je neus te duwen

**Nek**: Duw je hoofd naar beneden richting je schouders en maak je nek hierdoor korter

**Schouders**: Duw je schouders naar voren, zodat ze voor je borstkas uitsteken.

**Buik**: Adem diep in, houd je adem vast en duw je buik vooruit.

**Armen en handen**: Steek je handen zo ver mogelijk uit terwijl je stilstaat. Knijp je handen tot vuisten en strek daarna je vingers.

**Benen en voeten**: Sta op je tenen en span je kuiten en knieën aan.

Beeld je eens in...

Verbeelding kan worden gebruik om te helpen ontspannen door je ogen te sluiten en je in te beelden dat je een tekening maakt met al jouw favoriete dingen. Een begeleider kan hierbij helpen door opdrachten te geven zoals: ‘*Beeld je in dat je je potlood oppakt en de dingen tekent die je bij je favoriete activiteit nodig zou hebben*.’ Bij het uitvoeren van een verbeeldingsoefening kan je je ook inbeelden hoe bepaalde dingen aanvoelen en je aandacht richten op hoe je lichaam voelt. Deze oefening kan op elk moment herhaald worden. Met vaker oefenen zal het meer ontspannend worden.

De gevoelens detective

**Zelfs als we strategieën gebruiken om onze emoties de baas te worden, zijn er soms nog momenten wanneer we ze niet op tijd onder controle kunnen krijgen, waardoor zij het overnemen. Als we de hints dat ze gaan overnemen op tijd kunnen detecteren, kunnen we een *gevoelens detective* zijn die ons kan helpen om weer *de baas te worden over onze emoties*. Probeer de volgende stappen eens om een *gevoelens detective* te worden:

1. **Denk eens terug aan de laatste keer dat je een negatief of slecht gevoel had. Wat was het?**Streep aan welke emotie dat voor jou was.

¡ Verdrietig ¡ Boosheid

¡ Teleurstelling ¡ Frustratie

¡ Stress ¡ Iets anders, namelijk ……………………..……………………..

1. **Zorgde het slechte gevoel dat je lichaam anders aanvoelde? Waar voelde je dit in je lichaam?**

¡ Hoofd ¡ Buik ¡ Benen

¡ Ergens anders, namelijk ……………………..………

1. **Onderzoek dit gevoel door aan anderen te vragen of zij het ook hebben gevoeld.   
   Hoe konden zij zichzelf beter laten voelen?**

...............................................................................................................

...............................................................................................................

...............................................................................................................

...............................................................................................................

...............................................................................................................

...............................................................................................................

1. **Maak een lijstje van aanwijzingen voor je onderzoek. Gebeuren dezelfde soort dingen iedere keer?**

Gevoelensladders

Door de aanwijzingen in je lichaam en gedachten te vinden en op te schrijven, kunnen we *detecteren*, of opmerken, war er kan gebeuren als gevoelens de baas worden. Wanneer de gevoelens sterker worden, kan het soms voelen alsof je een ladder beklimt: het wordt steeds minder veilig als je hoger van de grond omhoog gaat.

De gevoelensladder van Jan

Jan besloot om gevoelensladders te tekenen om voor zichzelf duidelijk te maken hoe het kapotgaan van de auto en het met de trein naar zijn grootouders moeten was gegaan. Hij was hierdoor in staat om zichzelf te stoppen voordat de gevoelens helemaal tot boven aan de ladder kwamen en weer helemaal ‘naar beneden kon klimmen’, zodat de emoties minder heftig werden. Hij deed dit door te letten op aanwijzingen, zoals bijvoorbeeld zweethanden krijgen en boosheid voelen, en door ontspanningstechnieken te gebruiken.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Gevoelens zijn de baas geworden.  *Slaan en schreeuwen*** |  | **Ga naar ‘*de gevoelens detective’*** |
|  |  |  |
| **De strategie had niet gewerkt**  ***Gebalde vuisten en huilen*** |  | **Vraag om hulp om andere strategieën te kunnen inzetten** |
|  |  |  |
| **Iets doen dat ik niet leuk vind**  ***Hoofdpijn en boosheid*** |  | **Beeld je in wat de beloning zal zijn als je toch probeert vol te houden** |
|  |  |  |
| **Een verandering in plannen**  ***Gespannen en zweethanden*** |  | **Haal diep adem en probeer de rek en strek oefeningen te doen** |
|  |  |  |
| **Ik weet wat er vandaag gaat gebeuren. *Ontspannen*** |  | **Het is je gelukt!  Je hebt je gevoelens de baas!!** |

De volgende keer wanneer Jan denkt dat zijn gevoelens de baas gaan worden, kan hij een gevoelens detective zijn door te kijken naar aanwijzingen (gevoelens in zijn lichaam of gedachten) en ontspanningstechnieken gebruiken.

*Probeer eens je eigen gevoelensladder te maken! (zie volgende bladzijde)*

Maak je eigen gevoelensladder!

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

Bijlage 25. Vaardigheden bij plannen en uitvoeren

(Behorend bij Thema 6, Planning en Organisatie, de Doelen stelling-Plannen-Handelen-Evalueren aanpak)

*Denkend aan deze leerling, heeft hij of zij serieuze moeilijkheden in deze gebieden?*

*Zijn deze moeilijkheden veel erger dan die van de meeste andere klasgenoten?*

Vaardigheden bij plannen en uitvoeren

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Vaardigheid | Beschrijving | Tekenen dat de vaardigheid wordt belemmerd | Aanwezig |
| Doelen stellen | Identificeren of stellen van een gepast doel | Problemen met het begrijpen hoe een complexe of niet-gestructureerde taak benaderd kan worden (bijvoorbeeld lesstof).  Niet vooruit kunnen denken |  |
| Plannen | Een plan bedenken om richting een doel te werken | Begint direct zonder na te denken.  Begint zonder plan of benodigde materialen.  Begint de opdracht maar weet niet verder te gaan met de volgende. |  |
| Volgorde bepalen en aanhouden | Stap voor stap aanpakken, in de juiste volgorde | Slaat stappen over in activiteiten met meerdere onderdelen  Doet dingen in de verkeerde volgorde  Heeft moeite met het vertellen van een verhaal |  |
| Prioriteiten stellen | Gepaste tijd toebedelen aan taken in verhouding met hun belang | Spendeert teveel tijd aan een klein onderdeel van een grotere taak  Moeite met notities maken en het weten welke zaken wel of niet genoteerd moeten worden |  |
| Organiseren | Beheren van de materialen die nodig zijn om naar de doelen toe te werken | Heeft niet de benodigde lesmaterialen bij zich  Raakt steeds spullen kwijt  Bureau, tas of kluisje is erg rommeling |  |
| Beginnen | Een start maken | Kan niet zelfstandig beginnen aan een taak (bijvoorbeeld de leerling ‘zit daar maar’) |  |
| Inhibitie | Vermijden van korte termijn afleidingen om lange termijn doelen te halen | Gemakkelijk afgeleid  Verlies de doelen uit het oog en focust op de korte termijn  Meer gemotiveerd door korte-termijn doelen |  |
| Tempo | Tijd beheren | Komt vaak tijd te kort bij een taak, of is veel te snel klaar |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Vaardigheid | Beschrijving | Signalen dat leerling moeite heeft met vaardigheid | Aanwezig |
| Flexibiliteit | Van de ene activiteit of denkproces naar een ander terwijl naar een doel wordt gewerkt | Blijft hangen in een activiteit waardoor er geen voortgang is  Heeft moeite met transitiemomenten (bijvoorbeeld tussen lessen en pauze)  Wordt gemakkelijk verstoord door veranderingen in de routine |  |
| Eigen werk controleren | Prestaties bijhouden, vergelijken van voortgang en prestatie met het gestelde doel en plan | Controleert of ziet niet zijn of haar eigen foutjes  Blijft volhouden in strategieën die niet werken |  |
| Emotie regulatie | Het reguleren van de eigen emoties terwijl er naar een bepaald doel wordt toegewerkt | De leerling is bevattelijk voor heftige emoties, dit komt in de weg te staan van het werk. |  |
| Afmaken | Het afmaken van taken die zijn gestart | De leerling maakt het werk zelden zelfstandig af zonder herinneringen en ondersteuning |  |
| Evalueren | De eindprestatie vergelijken met het doel en opgestelde plan | Heeft moeite met objectief kijken naar de eigen prestaties  Kijkt het eigen werk niet na zonder ondersteuning |  |

Bijlage 26. Cirkel van Vrienden

(Naar verwezen in Thema 2. Sociale Interactie)

|  |  |
| --- | --- |
| **Wat** | Het bevorderen van sociale inclusie |
| **Wie** | ‘Cirkel van Vrienden’ zal georganiseerd moeten worden door een ervaren professional (bv. een zorgcoördinator of een ambulant schoolbegeleider) met inachtneming van de vertrouwelijkheid, veiligheid en voordelen voor de leerling die moeite heeft met sociale communicatie en flexibiliteit en/of ASS. Professionele begeleiding door mensen met ervaring met deze techniek is aangeraden. |
| **Hoe** | Verzamel een groepje van 6-8 leerlingen en een volwassen bemiddelaar om samen na te denken over manieren om de contacten met leeftijdsgenoten van de focusjongere te verbeteren. Zie onderstaande instructies voor meer informatie. |
| **Wanneer** | Inzetten wanneer een leerling zich eenzaam en geïsoleerd voelt. |

Doelen

De Cirkel van Vrienden-interventie is een groepsbenadering waarbij gebruik wordt gemaakt van leeftijdgenoten om leerlingen met een beperking of moeilijkheden beter te laten integreren in het regulier onderwijs. Deze aanpak kan vaak ingezet worden om leerlingen met sociaal/communicatieve problemen te ondersteunen bij het ontwikkelen van hun vaardigheden door deel te nemen aan schoolactiviteiten en activiteiten met leeftijdsgenoten. De Cirkel van Vrienden methode is geen manier om kant-en-klare vriendschappen te verzorgen.

*De Cirkel van Vrienden* werkt als een team samen om…

* Te helpen bij het opzetten van een sociaal vangnet voor de leerling binnen een gestructureerde setting.
* Zo mogelijk de leerling helpen bij het opbouwen van hechtere en betere relaties.
* Aanmoedigingen en erkenning te geven voor prestaties en vooruitgang.
* Moeilijkheden die de leerling meemaakt te identificeren en praktische handvatten te bieden zodat de leerling met deze moeilijkheden om leert gaan.

Vrijwilligers in de groep kunnen ook profiteren van een toegenomen zelfwaarde en sociale integratie.

Hoe zet je een Cirkel van Vrienden op?

1. School bespreekt de Cirkel van Vrienden methode met de ouders/verzorgers van de focusleerling en verkrijgt toestemming.
2. Bespreek met de ouders/verzorgers of de focusleerling wel of niet op de hoogte is van de sociaal/communicatieve problemen. Een Cirkel van Vrienden kan nog steeds ingezet worden, ook al is de leerling niet op de hoogte van zijn diagnose, om dat de aanpak gericht is op moeilijkheden en gedrag.
3. Praat met de focusleerling over deze benadering en verkrijg toestemming van de leerling.
4. De ouders/verzorgers van de vrijwilligers in de Cirkel van Vrienden worden ook geïnformeerd over de betrokkenheid van hun kind in de groep.
5. De hele klas komt bij elkaar, zonder de focusleerling, deze bijeenkomst wordt voorgezeten door een ervaren professional (bv. een ambulant schoolbegeleider of zorgcoördinator).
6. De klas bediscussieert de sterke kanten en moeilijkheden van de focusleerling, er wordt empathie gecreëerd en leerlingen delen hun eigen ervaringen t.a.v. vriendschappen.
7. Verzamel vrijwilligers uit de klas voor de Cirkel van Vrienden (6-8 leerlingen) die wekelijks voor 20-30 minuten bij elkaar willen komen.
8. De eerste bijeenkomst van de Cirkel van Vrienden is met de focusleerling erbij, hier worden de regels van de groep en vertrouwelijkheid besproken en nagegaan of deze begrepen worden. Daarnaast worden er realistische doelen gesteld voor de groep.
9. Moedig wederzijdse ondersteuning, vertrouwen, eerlijkheid, respect en openheid aan onder de groepsleden.
10. Houd wekelijkse bijeenkomsten om goed en slecht nieuws t.a.v. de focusleerling te bespreken en om mogelijke barrières voor het behalen van de doelen te bespreken en de mogelijke oplossingen.

|  |
| --- |
| **Let op!**  Een Cirkel van Vrienden vereist organisatie van een ervaren professional (schoolpsychologen of ambulant schoolbegeleider) i.v.m. zaken als:  **• Vertrouwelijkheid:** Het is erg belangrijk voor de Maatjesgroep dat er sprake is van wederzijdse ondersteuning, vertrouwen en respect voor de focusleerling (alsook voor elkaar). Het is essentieel dat de focusleerling niet nog kwetsbaarder wordt voor pesten en uitsluiting als gevolg zijn deelname aan de Maatjesgroep. De betrokken professional dient dit op een sensitieve manier te begeleiden.  • **Regelmaat:** Bijeenkomsten moeten regelmatig plaatsvinden met eenzelfde opzet.  **• Veiligheid en voordelen voor de leerling uit onze doelgroep / verzekeren dat het behulpzaam is:** Tenzij kundig opgezet en begeleid, is er een groot risico dat de leerling zich uiteindelijk meer afgewezen of gepest voelt als er informatie bekend wordt. Onderzoek heeft uitgewezen dat een Maatjesgroep zorgt dat het zelfvertrouwen van leerlingen met ASS toeneemt bij het zoeken van toenadering met leeftijdsgenoten, en ook de angst laat afnemen om dit contact te maken. |

Verdere literatuur over deze methode:

Barrett, W., & Randall, L. (2004). Investigating the circle of friends approach: Adaptations and implications for practice. *Educational Psychology in Practice, 20*(4), 353-368.

Carter, C., Meckes, L., Pritchard, L., Swensen, S., Wittman, P. P., & Velde, B. (2004). The friendship club: An after-school program for children with Asperger Syndrome. *Family and Community Health, 27*, 143-150.

Frederickson, N., Warren, L., & Turner, J. (2005). “Circle of friends” – An exploration of impact over time. *Educational Psychology in Practice, 21*(3), 197-217.

Gus, L. (2000). Autism: Promoting peer understanding. *Educational Psychology in Practice, 16*(3), 461-468.

Kalyva, E., & Avramidis, E. (2005). Improving communication between children with autism and their peers through the ‘circle of friends’: A small-scale intervention study. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities, 18*, 253-261.

Bijlage 27. ‘Hoe praat je tegen ...’

(Behorende bij Thema 2. Sociale interactie)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Hoe praat je tegen ….** | | | |  |
|  | **Groep** |  | **Wijze van praten** |  |
|  | 1. **Hooggeplaatsten**   Koning, directeur  *Voorbeelden hiervan bij mij zijn:*  *…………………………………………*  *…………………………………………* |  | Je spreekt ze aan met 'u'. Praat met een normaal volume. Als je dat wilt, benoem jij jouw emotie en leg dit uit. Krijg je een conflict met iemand uit deze groep, vraag dan iemand uit groep 3 te hulp. |  |
|  |  |  |  |  |
|  | 1. **Hogergeplaatsten**   Ouderen, werkgever, arts, politieagent, onbekenden  *Voorbeelden hiervan bij mij zijn:*  *…………………………………………* |  | Je spreekt ze aan met 'u'. Praat met een normaal volume. Als je dat wilt, benoem jij jouw emotie en leg dit uit. Krijg je een conflict met iemand uit deze groep, vraag dan iemand uit groep 3 te hulp. |  |
|  |  |  |  |  |
|  | 1. **Hogergeplaatsten**   Ouders, oudere familieleden, leraren, bekenden die ouder zijn, stagebegeleider, oudere collega's, leidinggevenden  *Voorbeelden hiervan bij mij zijn:*  *…………………………………………*  *…………………………………………* |  | Je spreekt ze aan met 'u', totdat zij zeggen dat je 'je' en 'jij' mag zeggen. Emoties kun je laten zien aan mensen uit deze groep die je vertrouwt, tegen anderen kan je ze benoemen en uitleggen. Laat heftige negatieve emoties (razend, agressief, enzovoorts) niet zien. Heb je een conflict met iemand uit deze groep, dan kun je iemand anders uit deze groep om raad en ondersteuning vragen. |  |
|  |  |  |  |  |
|  | 1. **Gelijken**   Vrienden, leeftijdsgenoten, broers, zussen  *Voorbeelden hiervan bij mij zijn:*  *…………………………………………*  *…………………………………………* |  | Je mag 'je' en 'jij' tegen deze mensen zeggen. Emoties kan je laten zien aan mensen uit deze groep die je vertrouwt, tegen anderen kun je ze benoemen en uitleggen. Om conflicten met mensen uit deze groep op te lossen vraag je hulp van iemand anders uit deze groep, of uit groep 3 of 4. |  |
|  |  |  |  |  |

Bron: Luteijn, E., Nieuwenstein, H., &amp; Van Berckelaer-Onnes, I. (2016). Een passend aanbod bij autisme. Amsterdam: Boom Uitgevers.

Bijlage 28. Stappenplan Probleemoplossend samenwerken

(Behorende bij Thema 2. Sociale Interactie)

|  |  |
| --- | --- |
| **Stappenplan probleemoplossend samenwerken** | |
|  | |
| **Ik heb een probleem met een samenwerkingsopdracht.** | **Kruis aan wat je gaat doen** |
| Wat is het probleem?   1. Ik weet niet goed wat anderen van mij verwachten. 2. Ik weet niet precies wat de opdracht is. | ¨  ¨ |
| **Vervolg probleem 1: Wat ga ik doen?** |  |
| * Ik vraag aan de anderen of zij ook vinden dat er een probleem is.   Als zij ook vinden dat er een probleem is:   * Ik leg uit dat ik het ook moeilijk vind en waarom dat zo is. * We proberen samen een oplossing te vinden.   Lukt dit niet dan leggen we het probleem voor aan de leraar. | ¨ |
| **Vervolg probleem 2: Wat ga ik doen?** |  |
| Bespreken:  Wat is de bedoeling van de opdracht?  Wat moeten we doen?  Wat moeten we samen doen?  Wat moet ik doen?  Wanneer moet het af zijn? | ¨  ¨  ¨  ¨  ¨ |
| **We kunnen het probleem niet samen oplossen.**  **Wat moet ik doen?** |  |
| * Ik vraag een time-out en stel voor het probleem voor te leggen aan de leraar. * Ik bespreek het probleem met de leraar. | ¨  ¨ |

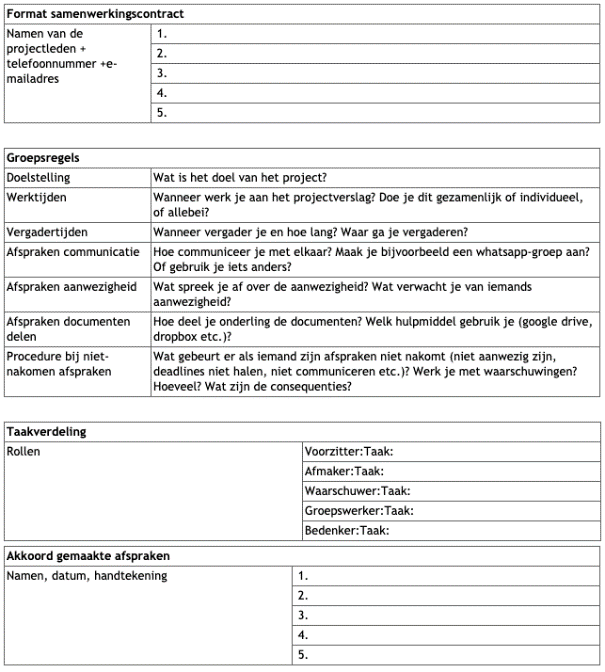
|  |
| --- |
| Welk probleem kwam je tegen? Welke oplossing is afgesproken?  Schrijf het hier op:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  **Hoe kan ik een probleem voorkomen?**   * Ik vraag na elk onderdeel van de opdracht aan mijn groepje hoe het gaat. * Er is geen probleem à we gaan op dezelfde manier verder. * Er is wel een probleem à we volgen het stappenplan op de vorige pagina. |

Bron: Luteijn, E., Nieuwenstein, H., & Van Berckelaer-Onnes, I. (2016). Een passend aanbod bij autisme. Amsterdam: Boom Uitgevers.

Bijlage 29. Samenwerkingscontract

Een samenwerkingscontract kan leerlingen ondersteunen in de samenwerking bij een project of huiswerkopdracht door duidelijkheid te creëren in de afspraken en communicatie.

(Behorend bij Thema 2. Sociale communicatie)



Bron: Dit format is opgesteld door Taalwinkel (2014) en valt onder een [Creative Commons Naamsvermelding-NietCommercieel-GelijkDelen 4.0 Internationaal-licentie](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

Bijlage 30. Mijn OverSTAPboek

**Gebruik van het OverSTAPboek voor leerlingen**

*Het OverSTAPboek is bedoeld als ondersteuning voor leerlingen bij de voorbereiding op de middelbare school. De leerling kan dit werkboek doorlopen of aan de hand van de verschillende onderwerpen invullen, afhankelijk van waar hij of zij zich het liefst op wil voorbereiden. Het is raadzaam om de leerling te ondersteunen bij het invullen van dit werkboek, dit kan bijvoorbeeld worden gedaan met behulp van de ouder, leerkracht, mentor of STAP-coach.*

De onderwerpen die in dit OverSTAPboek worden behandeld zijn:

1. **Inleiding voor de leerling**
   1. **Wat is dat eigenlijk, “een overstap maken”?**
   2. **Waar is dit werkboek voor bedoeld?**
2. **Wie is wie** 
   1. Mijn gegevens
   2. Gegevens van de school
   3. Contactgegevens van belangrijke personen
   4. 1.4 Mijn mentor
   5. Mijn andere leraren

**3. Verwachtingen en hulp**

3.1 Waar verheug ik me het meeste op?

3.2 Welke dingen vind ik spannend of moeilijk?

3.3 De Schatkist

3.4 Wie kan me helpen?

3.5 Wie wordt mijn belangrijkste hulp of contact op de nieuwe school?

**4. Voorbereiding op de middelbare school**

4.1 Mijn nieuwe middelbare school bezoeken

4.2 De weg vinden op mijn nieuwe school

4.3 Reizen naar mijn nieuwe middelbare school

4.4 Mijn tijden plannen

4.5 De leraren op mijn nieuwe school leren kennen

4.6 Mijn rooster leren kennen

4.7 Huiswerk

4.8 Materialen die ik nodig heb

**5. De nieuwe start!**

5.1 Wat wil ik over mezelf delen met anderen?

5.2 Mijn eerste dag op de middelbare school

**1. Inleiding voor de leerling**

**1.1 Wat is dat eigenlijk, “een *overstap maken”*?**

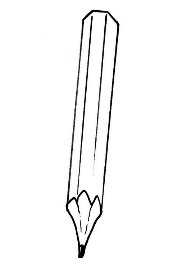
Overstappen betekent dat je van de ene situatie naar de andere situatie gaat, bijvoorbeeld van de basisschool naar een middelbare school. Zo’n overstap kan best heel spannend zijn en over sommige dingen kun je misschien wel zenuwachtig zijn. Het help daarbij dat je de overstap van te voren voorbereidt. De nieuwe situatie is dan minder vreemd voor je en je weet welke mensen je kunnen helpen wanneer je vragen hebt.

**1.2 Waar is dit werkboek voor bedoeld?**

*Wanneer de overstap dichterbij komt kan dit werkboek je helpen dit voor te bereiden. Je ouders/verzorgers, mentor of STAP-coach kunnen je helpen dit werkboek in te vullen.*

Sommige delen van het werkboek zijn ervoor om handige informatie over je nieuwe school te verzamelen. Andere delen helpen je na te denken over wat je hoopt te ervaren of helpen je juist met onderwerpen waarover je je zorgen maakt. Misschien mis je een onderwerp waarover je vragen hebt of waarmee je wilt oefenen.

Geef dat aan bij je STAP-coach en hij of zij kan uit andere bronnen nog meer handige werkbladen opzoeken. We zijn allemaal verschillend en hebben andere talenten of vragen. Zo zullen er bladzijden zijn die belangrijk voor jou zijn en andere bladzijden misschien weer wat minder. Het is OK wanneer je alleen die bladzijden invult die voor jou belangrijk zijn. We hopen dat je het een handig werkboek vindt en dat je het leuk vindt de opdrachten te doen. Veel plezier!

**2. Wie is wie**

**2.1 Mijn gegevens**

Mijn naam is ……………………………………………………….….....................................

De naam van mijn basisschool is …………………………………………………..……………

De naam van mijn middelbare school is ……………………………………………………….

**2.2 Gegevens van de school**

*Het is handig wanneer je de overstap gaat maken dat je al wat dingen weet over je nieuwe school, ga maar eens op zoektocht en kijk of het lukt om onderstaande gegevens in te vullen:*

School naam : …………………………………………………………………………….

Adres : ……………………………………………………………………………..

Telefoonnummer : ….…………………………………………………….……………………

Website : …..………………………………**@**…………………..…………………

**2.3 Gegevens van belangrijke personen**

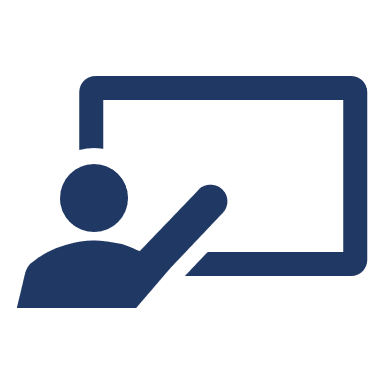
*Vraag je ouders/verzorgers of je STAP-coach om je te helpen bij de vraag wie jou op je nieuwe school het best kunnen steunen. Misschien kan je een foto opzoeken via het internet zodat je weet hoe hij of zij er uitziet.*

Naam : ………………………………………………………………

Functie (wat is zijn/haar rol?) …..…………………………………………….……………

Hoe kan ik hem/haar bereiken? ………………………………………………………………

Wanneer vind ik hem/haar? ………………………………………………………………

**2.4 Mijn mentor**

Mijn mentor heet : ………………………………………………………………

E-mailadres: ……………………………**@**………………………………

**2.5 Mijn andere leraren**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Vak | Naam leraar | e-mailadres |
| Nederlands |  |  |
| Wiskunde |  |  |
| Engels |  |  |
| Duits |  |  |
| Frans |  |  |
| Aardrijkskunde |  |  |
| Geschiedenis |  |  |
| Economie |  |  |
| Gym |  |  |
| Muziek |  |  |
|  |  |  |

Andere namen van voor mij belangrijke mensen in mijn nieuwe school:

*(bijvoorbeeld de directeur, de conciërge of de vertrouwenspersoon)*

|  |  |
| --- | --- |
| Naam | Wat doet deze persoon? |
|  |  |
|  |  |

**3. Verwachtingen en hulp**

3.1 Waar verheug ik me het meeste op?

Op een nieuwe school zijn er vele kansen om nieuwe dingen uit te proberen, dingen die je nog nooit hebt gedaan of je juist kunnen verdiepen in dingen waar je goed in bent.

Schrijf hieronder maar eens drie dingen waar jij je op verheugt wanneer je denkt aan de overstap naar je nieuwe school. Het helpt je te onthouden waarom je graag naar deze school gaat en dat is leuk om te vertellen aan andere mensen die je zult ontmoeten op je nieuwe school.

Met naar een nieuwe school toegaan zijn er dingen waar je je op kan verheugen. Soms kan het ook lastig zijn om te denken aan leuke dingen als je de overstap gaat maken. Zie je bij de voorbeelden iets waar jij je op verheugt?

* Andere vakken krijgen, zoals praktijkvakken
* Nieuwe mensen leren kennen
* Leren over dingen die ik interessant vind
* Ontdekken in welke vakken ik goed ben

*De drie dingen waarop ik me het meeste op verheug zijn:*

1. ………………………………………………………………………………………………………………………
2. ………………………………………………………………………………………………………………………
3. ………………………………………………………………………………………………………………………

**3.2 Welke dingen vind ik spannend of moeilijk?**

Nieuwe dingen kunnen spannend of moeilijk zijn en kunnen je soms een beetje zenuwachtig maken. Het helpt om eens te kijken naar welke dingen jij spannend vindt en hoe je daar het beste mee om kunt gaan.



Iedereen vind wel eens iets spannend of moeilijk. Je kan altijd om hulp vragen of aangeven bij je ouders, leerkracht f STAP-coach.

Tijdens het maken van de overstap kunnen er verschillende dingen spannend zijn zoals; nieuwe mensen, nieuw gebouw of een andere route naar school. Wat vind jij spannend met de overstap?

*Ik vind het spannend dat/als:*

1. ………………………………………………………………………………………………………………………
2. ………………………………………………………………………………………………………………………
3. ………………………………………………………………………………………………………………………

3.3 De schatkist

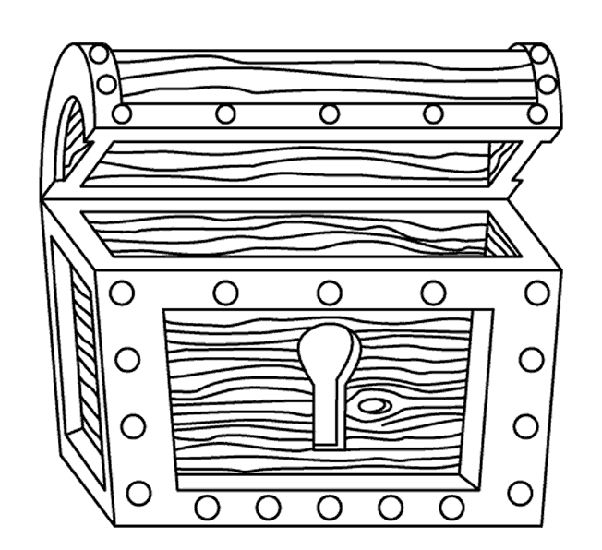
Er zullen veel dingen zijn waar je blij naar uitkijkt als je denkt aan de overstap naar je nieuwe school. Vul maar eens in welke dingen dat zijn. Deze dingen helpen je om vol te houden en stappen te blijven zetten in tijden dat het even wat minder gaat.

*Meer leren*

*over dingen*

*die ik leuk vind,*

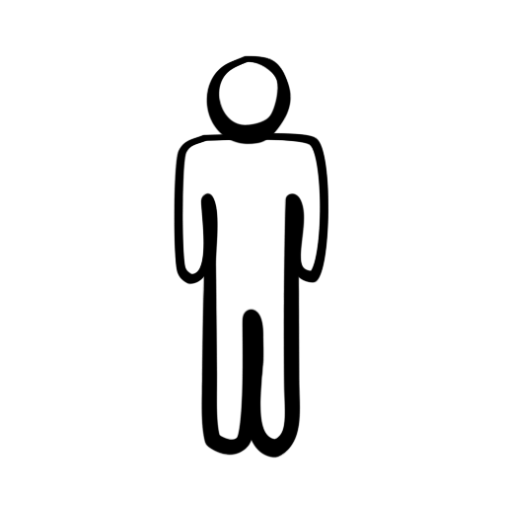
*waar ik goed in ben*



*Nieuwe vrienden maken*

3.4 Wie kan me helpen?

Wanneer je een onderzoek doet of je probeert iets te weten te komen dan is het handig wanneer er mensen zijn die je daarbij kunnen assisteren; zij kunnen je ondersteunen of helpen bij je zoektocht.

*****Ik denk dat de volgende mensen mij goed kunnen steunen of helpen bij mijn overstap (vink hieronder aan):*

⭘ Mijn vader of moeder

⭘ Mijn oudere broer of zus

⭘ Mijn basisschool leraar/ leraren/begeleiders

⭘ De intern begeleider van mijn basisschool

⭘ De ambulant schoolbegeleider

⭘ Een ander familielid zoals een neef die de overstap al heeft gemaakt

⭘ Een van mijn oudere vrienden die de overstap al heeft gemaakt

⭘ Iemand anders, namelijk ……………………………………………………..

3.5 Wie wordt mijn belangrijkste hulp of contact op de nieuwe school?

Op je nieuwe school is er vast ook een persoon die belangrijk is om hulp van te krijgen zoals je mentor. Vraag je ouders/verzorgers of de STAP-coach om je te helpen bij de vraag wie jou op je nieuwe school het best kunnen steunen.

Naam ………………………………………………………….

Functie ………………………………………………….……..

Hoe kan ik hem/haar bereiken? ............................................................

Wanneer vind ik hem/haar? ............................................................



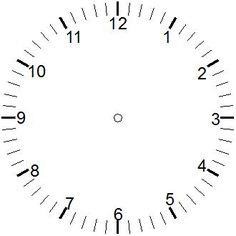
*Plan alvast een kennismaking,   
om elkaar beter te leren kennen!*

**4. Voorbereiding op de middelbare school**

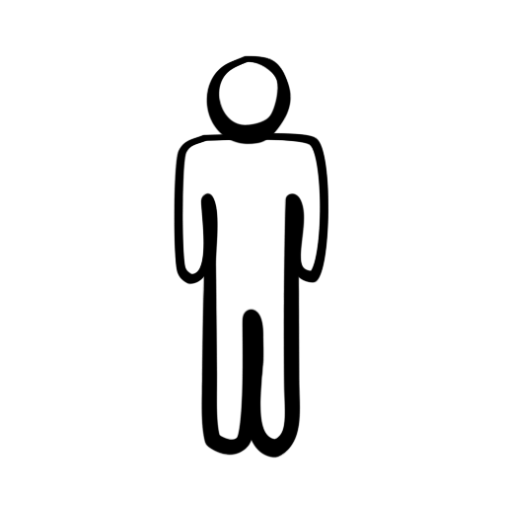
Misschien is het voor jou belangrijk om nog meer te weten te komen over je nieuwe school. Dit betekent wellicht dat je vooraf de school zelf bezoekt om informatie, die handig is voor de eerste schooldag, te kunnen verzamelen en zo plannen te kunnen maken voor een fijne start.

**4.1 Mijn nieuwe middelbare school bezoeken**

:

Het eerste bezoek aan mijn nieuwe school zal zijn   
op ....................... (datum)

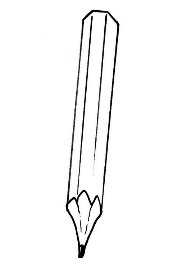
om .................... (tijd)   
(Vul de analoge of digitale tijd in op de klok hiernaast):

*****Wie gaat met je mee op schoolbezoek?* *(meerdere antwoorden zijn mogelijk)*

* Mijn vader of moeder
* Mijn oudere broer of zus
* Mijn basisschool leraar/ leraren/ begeleiders
* De intern begeleider van mijn basisschool
* De ambulant schoolbegeleider
* Een ander familielid zoals een neef die de overstap al heeft gemaakt
* Eén van mijn oudere vrienden die de overstap al heeft gemaakt
* Iemand anders, namelijk ……………………………………………………..

*Wie zal jullie daar ontvangen*? (stel deze vraag aan degene die met je meegaat naar je nieuwe school en vul hieronder de naam in):

............................................................................................................

*****Vul dit in na het bezoek op je nieuwe school:*

Hoe verliep het bezoek op de middelbare school, wat heb je gedaan??

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

Was er iets wat je bezorgd maakte of wat je spannend vond?

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

Zijn er dingen die belangrijk zijn om te onthouden?

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

Zijn er dingen waar je hulp bij zou willen gebruiken?

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

**4.2 De weg vinden op mijn nieuwe school**

Een van de dingen die jongeren zich afvragen wanneer zij de overstap maken naar een middelbare school, is hoe groot de school is. Zal ik niet verdwalen en kan ik mijn klaslokaal wel op tijd vinden?

Misschien vraag jij je dat ook af over jouw nieuwe school. Dan is het belangrijk om alvast eens te onderzoeken hoe het gebouw van je nieuwe school eruit ziet. Ook zou je een plattegrond kunnen opvragen of er zelf een maken, zodat je je al een beetje kunt oriënteren en je minder zorgen hoeft te maken.

*Vink maar aan wanneer dit op jou van toepassing is:*

* Ik wil van te voren al een beetje de weg leren kennen op mijn nieuwe school
* Ik zou graag een plattegrond ontvangen of er zelf een maken van mijn nieuwe middelbare school.

Wanneer je iets hebt aangekruist, wie kan je daarbij helpen?

...................................................................................................

**4.3 Reizen naar mijn nieuwe middelbare school**

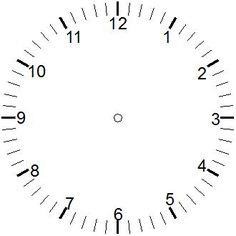
Er zijn een heleboel verschillende manieren om naar school te gaan.   
Hoe ga jij straks elke dag naar de middelbare school? *(Vink maar aan):*

* Lopend
* Fietsend
* Met de auto
* Met de bus
* Met de metro of tram
* Met de trein
* Ik ga naar school met: ..............................…………………….

Met wie reis je samen naar school? ……………………………………………………..

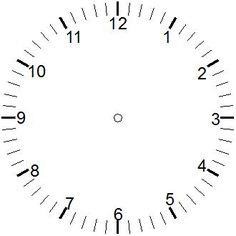
**4.4 Mijn tijden plannen**

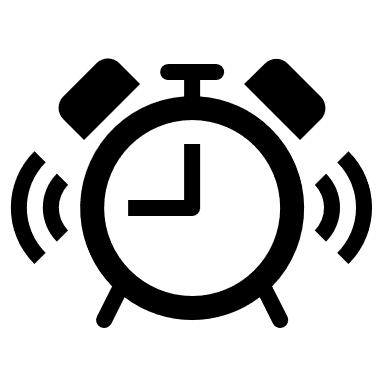
De schooldag begint meestal om (vul in op de analoge of digitale klok):



:

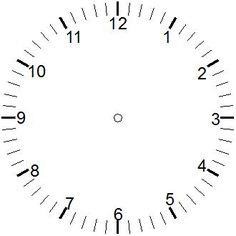
Wanneer ik op tijd thuis wil vertrekken moet ik zo laat opstaan:





:

Wanneer ik op tijd op school wil zijn moet ik zo laat van huis vertrekken:



:

4.5 De leraren op mijn nieuwe school leren kennen

Op de basisschool heb je vaak maar één of twee leraren ( juffen of meesters), soms is er ook een onderwijsassistent die in de klas de leraar ondersteunt. of je hebt ook een andere leraar voor een speciaal vak zoals gym. Wanneer je naar de middelbare school gaat krijg je waarschijnlijk voor ieder vak (zoals Geschiedenis, Wiskunde etc. ) een andere leraar. dat kan best spannend zijn, want niet iedere leraar geeft op dezelfde manier les.

Sommige leerlingen vinden het prettig om eerst wat te weten over de leraren of ze te ontmoeten voorafgaand aan de eerste dag op de middelbare school, dat kan voor jou ook zo zijn.

*Vink maar aan wat voor jou van toepassing is:*

⭘ Ik wil graag meer weten over van wie ik op de nieuwe school les zal krijgen

⭘ Ik wil graag de leraren voorafgaand aan de eerste dag op school ontmoeten.

Wanneer je iets hebt aangekruist, wie kan je daarbij helpen?

............................................................................................................

**4.6 Mijn rooster leren kennen**

Op de basisschool wist je precies wanneer welk vak je op welke dag kreeg in de week, het waren ook niet zo heel veel verschillende vakken. Bijvoorbeeld; Engels kreeg je altijd op woensdag om 11.00 uur, Rekenen was elke dag om 9.00 uur en op vrijdagmiddag was er handvaardigheid.

Op de middelbare school zijn er meer verschillende vakken waar je zelf naar toe moet lopen, soms wel vijf of zes op één dag. Voor elk vak heb je een andere leraar in een ander lokaal. Met zoveel verschillende leraren waar je aan moet wennen is misschien de fotogalerij uit dit boekje wel een handig hulpmiddel.

Veel middelbare scholen zetten de roosters online op het intranet. Je kunt daar als leerling inloggen en zien wat jouw rooster is. Infomeer maar eens op dat op jouw school ook zo is en kijk samen met iemand die je daarbij kan helpen hoe je dat rooster handig kunt overnemen in je agenda.

*Wie kan je daarbij helpen?*

...................................................................................................

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Tijd | Maandag | Dinsdag | Woensdag | Donderdag | Vrijdag |
| 08.00 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 09.00 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 10.00 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 11.00 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 12.00 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 13.00 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 14.00 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 15.00 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

Op het schoolrooster kun je de volgende informatie vinden:

* Welke lessen je hebt op die dag
* Hoe laat die lessen zijn (gebruik een horloge of de klok op je telefoon om op tijd te kunnen komen!)
* Waar die lessen worden gegeven; scheikunde is in het laboratoriumlokaal en gym in de sporthal bijvoorbeeld
* Welke leraar je hebt voor dit vak (vaak wordt de naam afgekort tot twee letters; dhr. Kramer wordt dan weergegeven als ‘KR’)

Voorbeeld van een schoolrooster:

|  |  |
| --- | --- |
| Tijd | Maandag |
| 08.00 |  |
| Start van de schooldag |
| 09.00 | Wiskunde |
| Lokaal 2.05  KR |
| 10.00 | Nederlands |
| Lokaal 1.23  ST |
| 11.00 | Pauze |
| Engels  Lokaal 1. 01  GO |
| 12.00 |
| 13.00 | Middagpauze |
|  |
| 14.00 | Gym  Sporthal  BE |
| 15.00 |

Met het rooster kun je gemakkelijk je schooltas inpakken. je weet precies welke vakken op welke dag worden gegeven. Je kunt zo de juiste boeken en spullen in je schooltas doen voor de volgende schooldag.

Mogelijk wil jij het rooster voorafgaand aan je eerste schooldag al hebben. Maar meeste scholen zullen dat rooster echter nog niet klaar hebben voor de zomervakantie. Wat je wel kunt doen is kijken of je iemand kent die nu het eerste schooljaar op de middelbare school zit en of je diens rooster mag kopiëren om er mee te oefenen.

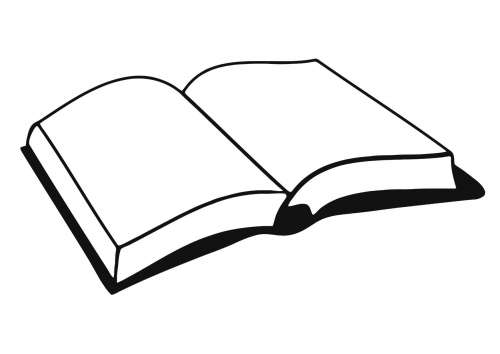
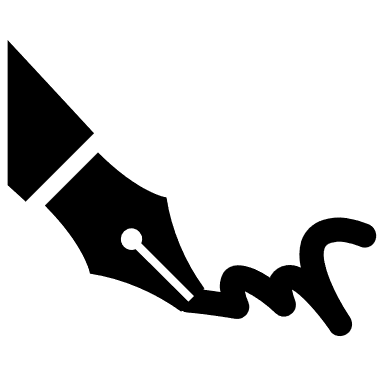
*Vink aan:*

⭘ Ja, ik wil graag voorafgaand aan mijn eerste schooldag het rooster al hebben zodat ik het in mijn agenda kan overnemen.

⭘ Wanneer mijn nieuwe school het rooster nog niet klaar heeft wil ik graag een kopie van een rooster dat dit jaar door een leerling in het eerste jaar wordt gebruikt.

*Wanneer je iets hebt aangekruist, wie kan je daarbij helpen?*

...................................................................................................

4.7 Huiswerk

Huiswerk zijn de opdrachten die je thuis moet uitvoeren. Het doel van huiswerk is om leerlingen met de lesstof die zij op school zullen krijgen of al hebben gekregen goed te laten oefenen om het beter te leren begrijpen. Sommige leerlingen vinden het spannend om meer huiswerk te krijgen dan op de basisschool en vinden het soms ook heel lastig om huiswerk goed te plannen en op tijd af te hebben.

Op veel middelbare scholen wordt gewerkt met een agenda of een (digitale) planner (en klassenboek) om je huiswerk te noteren of daarin te kunnen opzoeken wat je voor welke dag uitgevoerd of geleerd moet hebben. Een handige agenda met een kleurensysteem kan jou ook helpen, bekijk daarvoor eens STAP bijlage 13 voor allerlei verschillende agenda's die jou kunnen helpen bij het organiseren en plannen.

Het is misschien voor jou wel handig om eens aan iemand die al op jouw middelbare school zit wat vragen te stellen over huiswerk. Vragen zoals:

* Hoe weet ik wat mijn huiswerk voor een vak is?
* Hoe kan ik erachter komen wanneer het huiswerk klaar moet zijn?
* Hoeveel tijd moet ik elke dag reserveren voor het maken van huiswerk?

*Vink aan wanneer dit voor jou van toepassing is:*

⭘ Ik wil opzoeken wat de schoolregels zijn betreffende het maken van huiswerk.

⭘ Ik wil iemand die al op mijn middelbare school zit vragen stellen over huiswerk.

*Wanneer je iets hebt aangekruist, wie kan je daarbij helpen?*

...................................................................................................

4.8 Materialen die ik nodig heb

Op de basisschool kreeg je van de leraren meestal alle dingen die je nodig hebt voor verschillende lessen. Op de middelbare school zul je je eigen spullen moeten meenemen, bijvoorbeeld een schaar, een liniaal, potloden, pennen…

Het is handig om een lijst te hebben van de dingen die je nodig hebt, gebruik daarvoor het lijstje hieronder om aan te kruisen welke spullen die jij mee moet nemen naar jouw middelbare school. *Vink aan wanneer dit voor jou ook zo is:*

⭘ Ik wil uitzoeken welke materialen ik precies nodig heb op de middelbare school.

Wanneer je iets hebt aangekruist, wie kan je daarbij helpen?

...................................................................................................

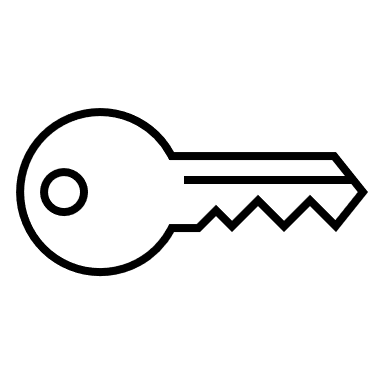
4.9 Materialen checklist



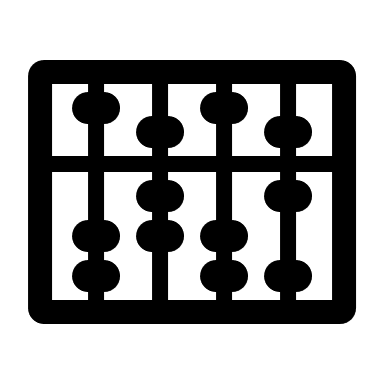
⭘ Potloden

⭘ Pennen

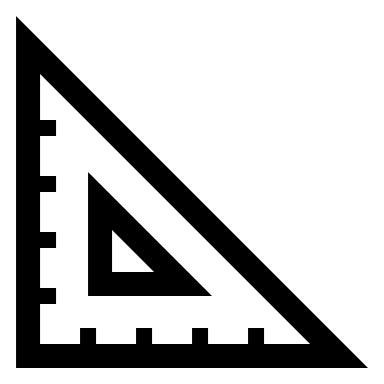
⭘ Gum

⭘ Stiften of kleurpotloden

⭘ Liniaal

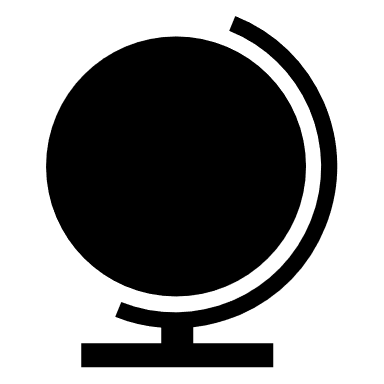
⭘ Puntenslijper

⭘ Schaar

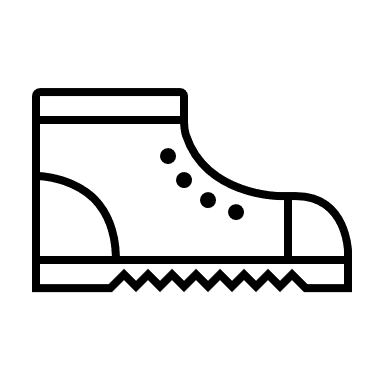
⭘ Rekenmachine

⭘ Passer

⭘ Etui

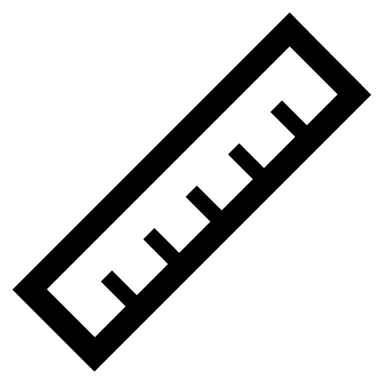
⭘ Schriften

⭘ Mappen

⭘ Agenda

⭘ Broodtrommel

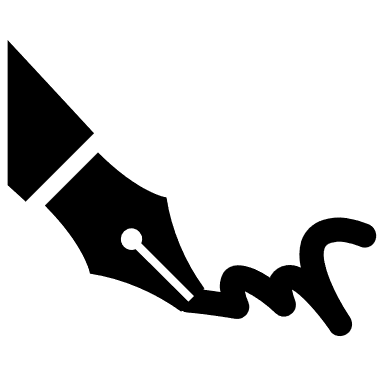
⭘ Geld om lunch te kopen

⭘ Huissleutels

⭘ Nieuwe sportkleding   
⭘ Nieuwe schooltas

⭘ Laptop

⭘ ………..............................................



**5. De nieuwe start!  
5.1 Wat wil ik over mezelf delen met anderen?**

Sommige jongeren vinden het een goed idee om anderen te vertellen dat ze ergens moeite mee hebben (zoals nieuwe vrienden maken of harde geluiden), of als ze een diagnose (zoals autisme, dyslexie of ADHD). Wanneer anderen begrijpen waardoor het komt dat je hulp nodig hebt bij bepaalde dingen is het ook gemakkelijker om hulp te vragen.

Sommige jongeren willen slechts één iemand in vertrouwen nemen, op een rustige plek. Weer andere jongeren willen het graag aan iedereen vertellen, zoals de leraren, hun klasgenoten en vrienden en anderen die zij zullen ontmoeten op de nieuwe middelbare school.

Het is **belangrijk** voor jou om eens te onderzoeken hoe dat voor jou is, samen met iemand die jou goed kent zoals je ouders of je leraar van de basisschool.

*Vink maar aan wat voor jou van toepassing is:*

⭘ Ik wil graag nadenken of het handig voor mij is iets over mijn diagnose of de dingen die ik lastig vindt te delen met de mensen waarmee ik te maken krijg op mijn middelbare school.

⭘ Ik wil graag overleggen met mijn ouders of ik anderen kan vertellen over mijn diagnose of de dingen die ik lastig vindt

⭘ Ik wil graag overleggen met mijn leraren van de basisschool of ik anderen kan vertellen over mijn diagnose of de dingen die ik lastig vindt

Wanneer je iets hebt aangekruist, wie kan je daarbij helpen?

..................................................................................................

5.2 Mijn eerste dag op de middelbare school

Voor heel veel jongeren is de eerste dag op een nieuwe school heel spannend. Ze zijn zenuwachtig en het kan aanvoelen alsof ze iets heel moeilijks moeten gaan doen. Voor sommige jongeren is het beter wanneer zij *eerder* dan anderen op school zijn. Dan is het nog lekker stil. Voor anderen werkt het juist goed wanneer zij *later* op school zijn, hun weg zoeken nadat de meeste leerlingen al binnen zijn. En voor sommigen is het weer prettig om af te spreken met een bekend iemand (die zij al een keer hebben ontmoet), zoals een leerling van die school of een leraar die zij hebben ontmoet bij een eerder bezoek aan de school.

Het is voor jou misschien ook fijn om eens na te denken waar jij mee geholpen zou zijn op de eerste schooldag. Wat zou jij prettig vinden? *(Vink maar aan):*

⭘ Ik wil graag nadenken wat goed voor mij zou werken op de eerste schooldag; eerder naar school gaan, later naar school gaan of afspreken met een bekend iemand.

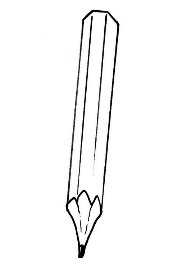
⭘ Ik wil graag overleggen met mijn ouders wat voor mij goed zou kunnen werken

⭘ Ik wil graag overleggen met de leraren van de basisschool wat voor mij goed zou kunnen werken

⭘ Ik wil graag overleggen met de leraren van mijn nieuwe middelbare school wat voor mij goed zou kunnen werken

Wanneer je iets hebt aangekruist, wie kan je daarbij helpen?

..................................................................................................

*****Vul dit in na je eerste schooldag op je nieuwe school:*

Hoe verliep je eerste schooldag op middelbare school, wat heb je gedaan??

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

Was er iets wat je bezorgd maakte of wat je spannend vond?

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

Zijn er dingen die belangrijk zijn om te onthouden?

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

Zijn er dingen waar je hulp bij zou willen gebruiken?

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

Welke dingen vond je leuk aan je eerste schooldag?

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

Bijlage 31. STAPpenplan schoolkeuze

Ontwikkeld door: Jadie Pelikaan

*Een goede schoolkeuze is een belangrijk onderdeel in de overstap naar het voortgezet onderwijs. Als ouder zijnde kan dit onderwerp veel vragen oproepen en zorgen voor twijfels. Je vraagt je af waar je nu precies goed aan doet, of jouw kind wel de ondersteuning krijgt die hij of zij juist zo hard nodig heeft en verdient en of de school wel zal luisteren naar wat jij ze eigenlijk te vertellen hebt. Voor je ligt een STAPpenplan die je kunt gebruiken in het maken van de schoolkeuze en daardoor mogelijk bijdraagt aan wat meer rust en zekerheid. Dit STAPpen-plan bevat daarnaast 4 bijlagen met extra informatie, oefeningen en handige lijstjes.*

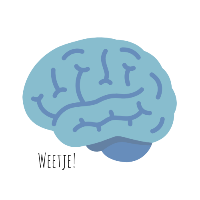
Hoe gebruikt u dit STAPpenplan?

Het STAPpenplan bestaat uit zeven stappen die je kunt doorlopen en die kunnen helpen in het maken van de schoolkeuze. Het plan dient in groep 7 te worden ingevuld op een moment dat het beste bij jullie situatie aansluit, bijvoorbeeld na het krijgen van het voorlopig schooladvies. Dit doe je in samenwerking met je kind en een persoon van de basisschool die je kind goed kent, bijvoorbeeld de leerkracht. Het (STAP)pen-plan helpt je het gesprek met de potentiële basisschool aan te gaan, zodat je informatie kan verkrijgen en er zo achter komt of dit de juiste school is voor je kind!

1. ‘Knowledge is power’

*In deze stap ga je je kennis over onderwerpen met betrekking tot de schoolkeuze vergroten.*

In *Bijlage 1* staat meer uitgelegd over de verplichtingen van scholen sinds de invoering van de Wet Passend onderwijs, de schoolgids e

**

*Wist je dat uit onderzoek blijkt dat ouders veel sterker in hun schoenen staan als zij hun kennis vergroten?*

Heeft uw kind speciale ondersteuningsbehoeften gerelateerd aan een autisme spectrum stoornis? Bekijk en lees verschillende artikelen over autisme op de site van de Nederlandse Vereniging Autisme (NVA).

Neem écht even de tijd om je kennis te vergroten en beetje rond te snuffelen in alle artikelen die er zijn. Er staan vast ook hele herkenbare dingen bij of je leest misschien juist iets wat je eerder nog niet wist. Dit is juist goed! Want onthoudt:

**“Knowledge is power”.**

1. Ouder en kind

*In deze stap ga je je verdiepen in je kind en opschrijven welke ondersteuning je kind nodig heeft op de vervolgschool.*

Ga naar de *Bijlage 2* en lees de instructies. Vul de 11 regels in samen met uw kind.

1. De basisschool

*In deze stap vraag je iemand uit de schoolsetting om de behoeften op de schrijven die jouw kind heeft in schoolsetting.*

* Vraag aan een leerkracht/Ib’er/directielid etc. die je kind goed kent of diegene de ingevulde bijlage van stap 2 eens goed wil doorlezen met het oog op de behoeften van het kind in de schoolsetting.
* Geef diegene *Bijlage 3* mee, zodat zij of hij deze behoeften eventueel kunnen aanvullen vanuit het oogpunt van de school.

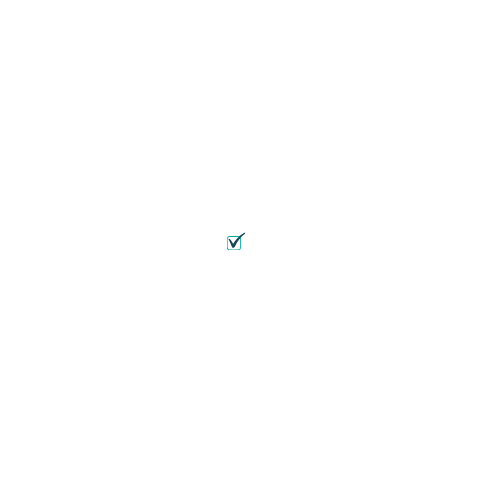
1. De zoektocht

*In deze stap ga je op zoek naar potentiële vervolgscholen voor je kind.*

***Past deze school bij de behoeften van jouw kind?***Ga naar <https://www.scholenopdekaart.nl/>

* Selecteer “middelbare school” en vul de gewenste plaats in.
* Nu zie je een overzicht van de middelbare scholen in die omgeving.   
  Selecteer rechts in het veld het type onderwijs en het verwachte niveau van je kind.
* Per school kun je bekijken hoe het ondersteuningsprofiel eruitziet.   
  Klik op school > onderwijsbeleid > ondersteuningsprofiel
* Op deze pagina kun je het ondersteuningsprofiel van de school doorlezen.   
  Neem hier even de tijd voor en beoordeel of het ondersteuningsprofiel past bij de behoeften die je kind heeft.

Zet de moeilijkheden van je kind en de concrete “oplossingen en behoeften” op een rijtje, zie de *Bijlage 4*.



Zo ***Nee***, jammer! Kijk verder bij andere scholen in de omgeving.

Zo ***Ja***, top! Maak een afspraak met de desbetreffende school of scholen en geef aan dat je alvast wilt oriënteren. Benoem (eventueel) dat je kind extra ondersteunings-behoeften heeft en je wilt weten op de school bij hem/haar past.

5. Voorbereiden gesprek

*In deze stap ga je het gesprek met de vervolgschool voorbereiden.*

Lees de *Bijlage 4* om je voor te bereiden op het gesprek met de potentiële school of scholen.

6. Gesprek met de middelbare school

*In deze stap ga je de gesprekken met de scholen voeren. Daarnaast beoordeel je of de school passend is.*

Nu je bent voorbereid en alle informatie concreet op papier hebt gezet ben je er klaar voor! Voer de gesprekken en beoordeel of deze school bij jouw kind past. Vertrouw je onderbuikgevoel en wees niet bang om door te vragen! Je kan het! Herhaal zo nodig stap 5 & 6 voor andere potentiële scholen.

7. De laatste STAP: de schoolkeuze



*Betrek indien mogelijk je kind bij de laatste STAP!*

*In deze stap ga je de schoolkeuze maken.*

Mogelijk heb je al een keuze gemaakt en dat is natuurlijk waar je zo hard je best voor hebt gedaan! Wat fijn!

* Ben je er nog niet uit? Schrijf dan 2 of 3 scholen op waarbij jij je het prettigst voelt en het idee hebt dat deze school kan bieden *wat je kind nodig heeft*. Gun jezelf de tijd hier goed over na te denken. Wanneer je alles een plaatsje hebt kunnen geven en het duidelijk is ga je over op de schoolkeuze.
* Wees ***trots*** op jezelf, jouw kind heeft ***geluk*** met een ouder zoals jij.

Bijlage 1: ‘Knowledge is power’

**Met behulp van deze bijlage ga je je kennis over het passend onderwijs en autisme vergroten. Dit is helpend, omdat kennis “macht” geeft. Hieronder staat globaal beschreven wat het passend onderwijs inhoudt en kan je je eventueel (verder) verdiepen in het autisme.**

|  |
| --- |
| Passend onderwijs |
|  |
| Wat houdt passend onderwijs in?  In 2014 werd de Wet Passend Onderwijs ingevoerd. Het passend onderwijs heeft als uitgangspunt om alle leerlingen *een passende plek* te geven en het liefst op het reguliere onderwijs. Deze wetswijziging brengt vele *veranderingen* met zich mee in de organisatie van het onderwijs, maar het brengt ook veel veranderingen voor kinderen en voor ouders. Zo heeft iedere school nu zorgplicht en zijn er samenwerkingsverbanden tussen schoolbesturen die onderling extra ondersteuning bepalen en de financiering bekostigen. Op deze manier wil de Rijksoverheid randvoorwaarden scheppen voor een inclusieve samenleving. |
| Doelen passend onderwijs  De Rijksoverheid heeft een aantal doelen die zij willen bereiken met de invoer van het passend onderwijs. Zo willen ze bereiken dat alle kinderen een plek krijgen in het onderwijs, dat als het kan een kind een reguliere vorm van onderwijs volgt, dat als intensieve begeleiding nodig is dat een kind speciaal onderwijs gaat volgen en dat iedere school de mogelijkheden heeft om ondersteuning op maat te bieden. Daarnaast wil de overheid bereiken dat niet de beperkingen, maar de mogelijkheden en de ondersteuningsbehoeften van uw kind bepalend zijn. Het laatste doel wat de overheid wil bereiken is dat er geen langdurige thuiszitters meer zijn. |
| Zorgplicht  De invoer van deze Wet heeft veranderingen en verplichtingen meegebracht voor de scholen. Zo heeft een school *zorgplicht*. Dit houdt in dat scholen ervoor moeten zorgen dat als uw kind extra ondersteuning of begeleiding nodig heeft altijd een plek krijgt op: de school van eigen keuze, een andere reguliere school als de school van keuze de benodigde hulp niet kan aanbieden of een school voor speciaal onderwijs. Daarnaast is er een samenwerkingsverband tussen de reguliere- en speciale scholen in de regio. Op deze manier wordt de basisondersteuning gewaarborgd, kan er extra onderwijsondersteuning worden geregeld en krijgen alle kinderen een passende plek binnen het onderwijs. Wanneer u als ouder uw kind aanmeldt op een school moet de school in samenwerking met de ouders kijken welke ondersteuningsbehoeften een kind heeft. De school heeft 6 tot 10 weken de tijd om te kijken of ze deze extra ondersteuning kunnen aanbieden, zo niet dan moet de school duidelijk aangeven waarom dit niet zo is en moet de school de ouders een andere passende onderwijsplek op een andere school aanbieden. |
| Wat is het aanbod?  Wat de eerder benoemde basisondersteuning inhoudt wordt bepaald door alle reguliere scholen in de regio. De basisondersteuning kan bijvoorbeeld bestaan uit ondersteuning van kinderen met dyslexie of programma’s die gericht zijn op gedragsproblemen. Meestal zijn er 1 of meer scholen in de regio die naast de basisondersteuning ook extra ondersteuning aanbieden. Bijvoorbeeld voor kinderen die moeite hebben met sociale vaardigheden. Voor deze extra ondersteuning hoeft er geen indicatie meer te worden aangevraagd. Iedere school heeft een ondersteuningsprofiel. De school geeft in het ondersteuningsprofiel aan welke begeleiding zij aanbieden.  Wanneer een kind extra ondersteuning ontvangt moet de school van de overheid een ontwikkelingsperspectief maken. In dit perspectief wordt beschreven welke onderwijsdoelen er worden gesteld voor deze leerling, welk niveau er wordt nagestreefd en wat de leerling als vervolgopleiding zou gaan doen. Daarnaast staat hierin beschreven welke begeleiding de school aan dit kind biedt. De invulling van dit perspectief gaat in samenwerking met de ouders. Wanneer ouders het niet eens zijn met de invulling van het perspectief kunnen zij gratis beroep doen op een onderwijsconsulent. Onderwijsconsulenten kijken samen met u en uw kind, de school, het samenwerkingsverband en eventuele hulpverleners naar wat het beste bij uw kind past.    Meer weten? Bekijk de site van de Rijksoverheid: <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/passend-onderwijs> |

|  |
| --- |
| Welke rechten en plichten zijn er met betrekking tot de schoolkeuze?  Als ouder heeft u altijd recht op de informatie die de school over uw kind heeft verzameld. Zoals we al in het begin beschreven “Kennis is kracht”. Alle scholen zijn verplicht om een leerling profiel bij te houden, u kan op elk moment een afspraak inplannen om dit leerling profiel in te zien. In het leerling profiel kunt u de volgende onderwerpen terugvinden:   * Gegevens over in- en uitschrijving * Gegevens over afwezigheid * Adresgegevens * Gegevens die nodig zijn om te berekenen hoeveel geld de school krijgt * Het onderwijskundig rapport * Gegevens over de gezondheid die nodig zijn voor speciale begeleiding of voorzieningen * Gegevens over de vorderingen en de resultaten van uw kind * Verslagen van gesprekken met de ouders * De resultaten van eventueel psychologisch onderzoek |
| Schoolgids  Iedere school moet verplicht een schoolgids samenstellen waarin verschillende onderwerpen worden behandeld:   * De doelen van het onderwijs * De resultaten die met het onderwijsleerproces worden bereikt * Informatie over de doorstroom van leerlingen naar een hoger leerjaar of een ander niveau, het percentage schoolverlaters zonder diploma en het slagingspercentage * De wijze waarop extra ondersteuning voor leerlingen wordt vormgegeven * De manier waarop de verplichte onderwijstijd wordt ingevuld, de vakanties en andere dagen waarop geen onderwijs plaatsvindt * Hoe omgegaan wordt met lesuitval * De inrichting van het onderwijsprogramma voor de eerste twee leerjaren waarbij wordt aangegeven of sprake is van vakoverstijgende programmaonderdelen en de inzet van het personeel daarbij * De invulling van de eventuele maatschappelijke stage * De invulling en hoogte van de vrijwillige ouderbijdrage, waarbij de vrijwilligheid benoemd wordt * De rechten en plichten van ouders, leerlingen en het bevoegd gezag * Informatie over de klachtenregeling * Het veiligheids- en het verzuimbeleid * Het samenwerkingsverband waarbij de school is aangesloten   De schoolgids kan dus al veel informatie geven over wat de school te bieden heeft aan uw kind. Zijn de onderwerpen hierboven duidelijk voor je? Vink af wat duidelijk is. Overige onderwerpen kun je meenemen als vraag in het gesprek met de school. |



Hoe beoordelen andere ouders deze school?   
Mogelijk kan je in gesprek gaan over de ervaringen van andere ouders.

Samen sta je sterk!

|  |
| --- |
| Online informatie over autisme |
| Heeft uw kind speciale ondersteuningsbehoeften gerelateerd aan een autisme spectrum stoornis?  De site van het NVA (Nederlandse vereniging voor autisme) heeft heel veel verschillende artikelen met betrekking tot autisme bij kinderen. Hieronder staan een aantal linkjes naar zowel artikelen die onderwerpen met betrekking tot de schoolkeuze behandelen als artikelen over autisme zelf.  Ook Ouderverenging Balans publiceert artikelen over deze onderwerpen. Balans organiseert daarnaast ook bijeenkomsten waarin onderwerpen zoals de schoolkeuze worden besproken.  Autisme   * *Wat is autisme?*   <https://www.autisme.nl/over-autisme/wat-is-autisme/>   * *Autisme bij (school)kinderen*   <https://www.autisme.nl/over-autisme/doelgroepen/school-kinderen/>   * *Basisschoolkinderen over hun eigen ervaring met autisme* <https://www.autisme.nl/over-autisme/doelgroepen/school-kinderen/ervaringsverhalen/> * *Autisme in het gezin*   <https://balansdigitaal.nl/kennis/autisme-in-het-gezin/>   * *Lotgenotencontact*   <https://www.autisme.nl/activiteiten/ervaringscontact/lotgenotencontact/>  Onderwijs en autisme   * *Autisme en passend onderwijs* <https://www.autisme.nl/over-autisme/onderwijs/autisme-en-passend-onderwijs-2/> * *Een passende school vinden* <https://www.autisme.nl/over-autisme/onderwijs/een-passende-school-vinden/> * *Onderwijsbegeleiding op maat* <https://www.autisme.nl/over-autisme/onderwijs/onderwijsbegeleiding-op-maat/> * *Het gesprek over autisme met de school, leerkracht of klasgenoten aangaan* <https://www.autisme.nl/over-autisme/onderwijs/wel-of-niet-over-autisme-vertellen/> |

Bijlage 2: Ouder, jongere en leerkracht

Ik ben…

*Deze bijlage is bedoeld voor je kind, voor jezelf en de leraar*

Instructie voor jongere: In deze opdracht schrijf jij op wie je bent, dit ga je doen door een verhaal in te vullen. Bekijk het voorbeeld en lees goed wat er staat.

IK BEN…

1. Julia
2. Is eerlijk en vrolijk, kan goede grappen maken en is een doorzetter.
3. Dochter van Jan en Roos, zusje van Willem en Gijs.
4. Houdt van pizza, heel hard zingen onder de dingen en zachte sokken.
5. Voelt zich blij als ze aan het lezen is, als ze bakt en muziek luistert.
6. Heeft behoefte aan een rustige kamer, gezelligheid en af en toe een stevige knuffel van haar moeder.
7. Is heel bang voor harde geluiden, honden en het eten van spruitjes.
8. Geeft kusjes aan haar konijn en versgebakken appeltaart aan haar oma.
9. Haar grootste wens is zangeres worden.
10. Woont in Rotterdam.
11. Zoet.

IK BEN...

Regel 1: Voornaam

Regel 2: Vier eigenschappen van jezelf (kijk maar naar de voorbeelden als je het niet weet)

Regel 3: Zoon/Dochter van (papa/mama), broer(tje)/zus(je) van …

Regel 4: Houdt van (noem in totaal drie dingen, hobby’s of mensen waarvan je houdt)

Regel 5: Voelt zich blij als (noem iets waar je blij van wordt)

Regel 6: Heeft behoefte aan (noem drie dingen, spullen, plekken of iets anders dat jij nodig hebt)

Regel 7: Is heel bang voor (noem drie dingen die jou bang maken)

Regel 8: Geeft (dit mag van alles zijn, kijk maar naar de voorbeelden als je er niet uit komt of vraag om hulp)

Regel 9: Haar/zijn grootste wens is:

Regel 10: Woont in (noem de plaats waar je woont)

Regel 11: Achternaam

**Voorbeelden regel 2:**

Humor, gezellig, kan goed delen, lief, behulpzaam, creatief, eerlijk, vriendelijk, vrolijk, doorzetter …

**Vul jouw eigen opdracht op het volgende blad in.**

**Je vader of moeder en je leerkracht van groep 8 kunnen ook dit over jou invullen.**

**Voorbeelden regel 8:**

Geeft kusjes aan …, geeft knuffels aan…, geeft eten aan…, geeft les aan…, geeft tekeningen aan…

*Er is eventueel nog een twaalfde regel als je zelf wat wilt toevoegen! Dat mag!*



****

*Lukt het niet? Vraag dan om hulp van je ouders!*

Bijlage 3: Overzicht behoeften en mogelijkheden

In deze stap zet je alle moeilijkheden en mogelijke oplossingen en behoeften op een rijtje. Doe dit door te kijken naar de *Bijlage 2*.

Vink hieronder af of je alle bijlagen hebt verwerkt in het overzicht.

Bijlage *Ik ben…*

*Met deze stap kun je je kind actief betrekken. Ook hij of zij heeft inspraak over wat zijn of haar moeilijkheden/angsten zijn en wat juist goed werkt. Mogelijk spreekt je kind ook nog andere voorkeuren uit. Ga hierover in gesprek en neem dit mee in het overzicht hieronder.*

* Kind
* Ouder
* Leraar

|  |  |
| --- | --- |
| Moeilijkheden | “Oplossingen of behoeften” |
| Bijvoorbeeld:  … heeft snel last van de prikkels van geluid. | **Wanneer hij/zij thuis overprikkeld raakt door geluid mag hij een koptelefoon opzetten, meestal is hij/zij dan binnen een uur weer rustig.** |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

Bijlage 4: Voorbereiding gesprek

**Inmiddels ben je al bij deze stap aangekomen, dat betekent dat je al ver onderweg bent! Ga zo door!**

Met deze bijlage kan je het gesprek met de potentiële school of scholen voorbereiden. Want een voorbereide ouder staat 10 keer sterker in zijn of haar schoenen.

Je hebt de vorige stappen niet voor niets uitgevoerd, dit was namelijk al 80% van je voorbereiding van het gesprek. Je weet nu namelijk hoe je eigen kind zichzelf ziet, je hebt je eigen kennis in kaart gebracht en je hebt in ges0prek met de leerkracht in kaart gebracht wat je kind nodig heeft in de schoolsetting. Deze informatie heb je samengevoegd in een overzicht van de moeilijkheden en bijpassende oplossing van je kind. Daarnaast weet je welke scholen je gaat bezoeken en wat hun visie is wat betreft kinderen met extra ondersteuningsbehoeften. Eigenlijk weet je dus al heel veel.

Het enige wat je nu nog hoeft te doen is al deze bijlagen nog een keer goed doornemen, zodat het goed in je hoofd zit. Daarna schrijf je op wat je wilt weten van de potentiële school. Neem *Bijlage 3* en de overige vragen/onderwerpen mee naar het gesprek en sla je slag.

Hieronder zie je een overzicht waarin je kan invullen welke scholen je gaat spreken, wie de contactpersoon is, wanneer het gesprek gaat plaatsvinden en of je alle voorbereiden voor het gesprek getroffen hebt. Dit zorgt voor een goede voorbereiding.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **De school** | **De contactpersoon** | **Datum en tijd gesprek** | **Alles voorbereid?** |
|  |  |  | * Ik ben… * Overzicht van stap 3 * Overige vragen |
|  |  |  | * Ik ben… * Overzicht van stap 3 * Overige vragen |
|  |  |  | * Ik ben… * Overzicht van stap 3 * Overige vragen |

Bijlage 32. Sociale media:   
Een toolkit voor ouders

Mede ontwikkeld door: Sharona van der Laar

Waarom is deze toolkit ontwikkeld?

*Sociale media vallen tegenwoordig niet meer weg te denken uit het sociale en dagelijks leven van kinderen.* ****Als het gaat om kinderen met autisme en hun sociale mediagebruik, is er nog heel weinig onderzoek in Nederland (maar ook in andere landen) gedaan. Er zijn vele positieve factoren van sociale media gebruik bij kinderen met autisme op te noemen, maar helaas zijn er ook nadelen en risico’s. Uit onderzoek blijkt dat kinderen met autisme vaak kwetsbaar zijn op sociale media. Kwetsbare kinderen zijn vaak wat impulsiever en onhandiger op sociale media. Het is belangrijk dat, u als ouder, uw kind actief begeleidt rondom sociale mediagebruik. Zo kunnen de positieve effecten vergroot worden en de mogelijke risico’s afnemen.

Voor wie is deze toolkit ontwikkeld?

Deze toolkit is gemaakt voor ouders die meer willen weten over de positieve effecten (voordelen) en de nadelen en risico’s van het sociale mediagebruik bij kinderen. Hierbij is speciaal gedacht aan ouders van kinderen met autisme, maar het is ook goed te gebruiken door ouders met kinderen zonder autisme. De toolkit In deze toolkit staan een aantal ‘tools’ die u kunt inzetten om de nadelen/risico’s van sociale mediagebruik bij uw kind te verkleinen. De tools kunnen gezien worden als een inspiratiebron of een hulpmiddel, maar zullen niet altijd antwoord geven op uw vragen en/of problemen. Mocht u meer vragen of tegen bepaalde problemen aan lopen, dan is het belangrijk om dit met mensen te bespreken waarmee u een fijne band heeft. Bijvoorbeeld: met uw partner, vriend of vriendin, buren, familie, kennis, leerkracht of STAP- coach. U kunt ook professionele ondersteuning aanvragen, denk hierbij aan: het wijkteam, een gezinscoach, een jongerenwerker, enzovoorts.

Waaruit bestaat deze toolkit?

*Deze toolkit bestaat uit verschillende onderdelen:*



**Voordelen** van sociale media voor kinderen met autisme

  
**Nadelen** en risico’s van sociale media voor kinderen met autisme

Tools om de nadelen/risico’s van social media tegen te gaan:



**Tool 1: Samen praten over social media :** *Tips, voorbeeldvragen en social media overzicht*



**Tool 2: Afsprakenkaart**

**

**Tool 3 : Informatieve websites**

105

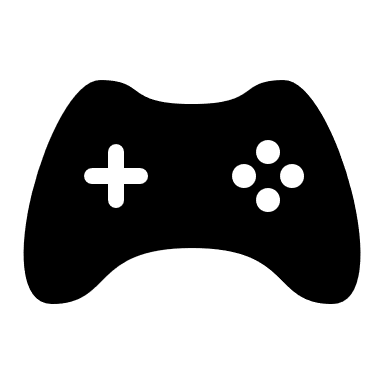
Voordelen van social media voor kinderen met autisme

Er zijn een aantal voorbeelden van positieve factoren (voordelen) die goed aansluiten bij kinderen met autisme. De voordelen zullen zeker niet voor alle kinderen gelden. Het is belangrijk dat u als ouder nadenkt welke voordelen rondom het gebruik van sociale media bij uw kind spelen. Het is goed om deze voordelen samen met uw kind te bespreken en hen hierover te complimenteren. Kinderen met autisme zijn gevoelig voor positiviteit. Het is belangrijk dat u kijkt naar wat goed gaat rondom sociale mediagebruik en waar uw kind plezier aan beleeft.

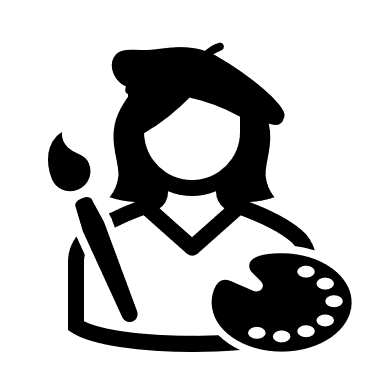
Hieronder staan aan aantal voordelen van social media voor kinderen (met autisme) weergegeven:



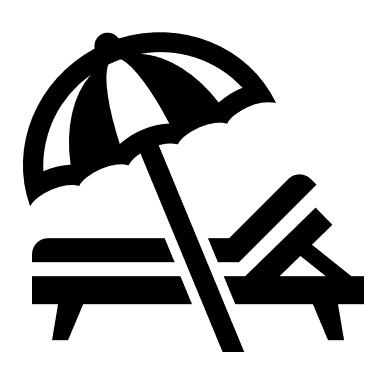
Uw kind kan door sociale media verschillende interesses ontdekken of verkennen



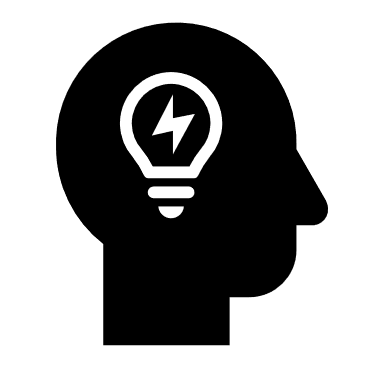
Uw kind kan door sociale media een ruime keuze aan vrijetijdsactiviteiten hebben.



Sociale media kan voor uw kind een verrijking van creativiteit en fantasie zijn.



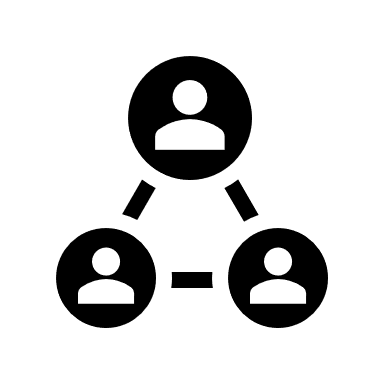
Uw kind kan zich door sociale media uitleven en ontspannen.



Uw kind kan zich langer concentreren op de teksten die andere mensen sturen. Hierdoor kan uw kind langer nadenken om een antwoord te geven.



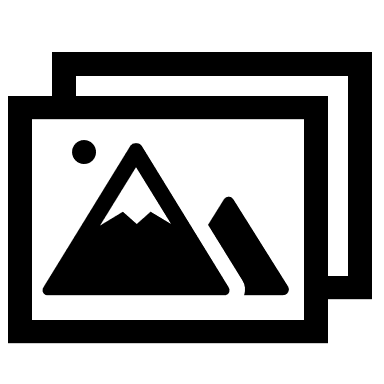
Uw kind kan met de hulp van sociale media met mensen communiceren, zonder rechtstreekse aanraking of oogcontact. Dit kan minder stressvol zijn of komt minder intimiderend over.



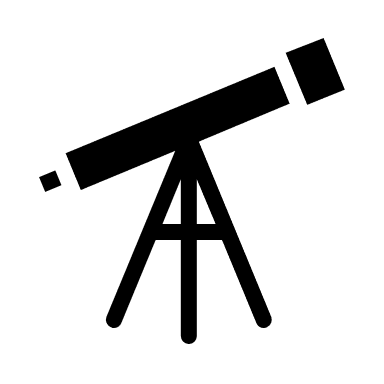
Uw kind kan door sociale media op een snelle manier met contacten vinden en onderhouden.



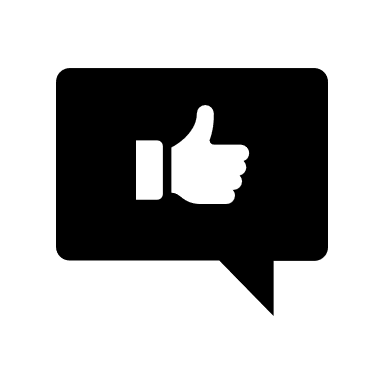
Uw kind kan op sociale media veel leren. Filmpjes op bijvoorbeeld YouTube kunnen kinderen nieuwe inzichten geven of kennis bieden.



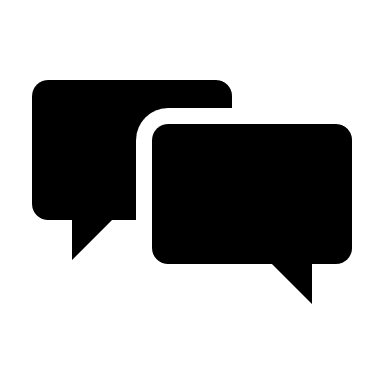
Uw kind denkt vaak in afbeeldingen/plaatjes. Verschillende sociale media platforms maken veel gebruik van beelden en video’s, hierdoor kan uw kind vaak makkelijker gebruik maken van deze platforms.



Uw kind kan zich op sociale media makkelijker uiten en ontdekken.



Uw kind kan door sociale media complimenten of steun krijgen van andere mensen.



Uw kind kan door verschillende platforms leren hoe andere mensen met elkaar omgaan



Uw kind kan makkelijker samenwerken met klasgenoten over schoolwerk

Welke positieve factoren (voordelen) herkent u bij uw kind?   
Zijn er misschien nog voordelen die niet zijn genoemd, maar die u wel belangrijk vindt?

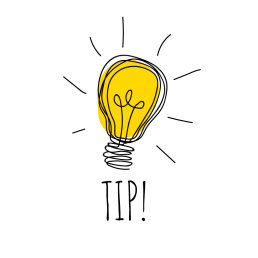
Nadelen en risico’s van social media

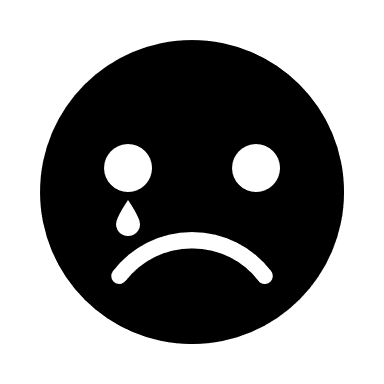
Helaas zijn er ook nadelen en risico’s aan het gebruik van sociale media platforms voor uw kind. Het is belangrijk dat u als ouder bewust bent van de nadelen en risico’s van sociale mediagebruik. Bij kinderen met autisme zijn de risico’s groter, dan voor kinderen zonder deze stoornis. Het is daarom belangrijk dat u goed geïnformeerd bent over de risicofactoren en dat u hierin uw kind kan helpen en bijstaan.

Niet alle nadelen/risico’s zullen bij uw kind voorkomen. Wel is het belangrijk om de nadelen/risico’s in uw achterhoofd te houden, zodat u deze nadelen/risico’s kunt herkennen. De tips kunnen als voorbeeld of inspiratiebron worden gezien. Kijk vooral goed naar wat bij uw kind past. Voorbeelden van nadelen en risico’s voor kinderen met autisme op sociale media zijn:

****

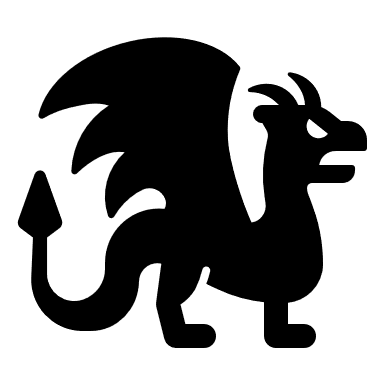
Tijd  
Uw kind kan het lastig vinden om tijd te reguleren. Hierdoor loopt uw kind het gevaar dat zijn/haar tijdsbesteding uit balans raakt. Het is voor kinderen met autisme zeer belangrijk om voldoende te slapen, met andere mensen samen te zijn of huiswerk te maken.

  
Maak samen een weekplanning (pagina 18) en zorg dat jullie hier samen toezicht op houden. Dit kunt u doen door elke dag of avond samen de planning te doorlopen. Het is belangrijk dat u hierop toezicht houdt en dat afspraken consequent worden nageleefd.



Kwetsbaarheid  
Uw kind kan kwetsbaar op sociale media zijn. Uw kind kan het lastig vinden om in te schatten of iemand een vriend, kennis of beste vriend is. Het besef dat mensen zich anders kunnen voordoen, kan ook lastig voor uw kind zijn. Kinderen met autisme kunnen gevoeliger zijn voor manipulatie, afwijzing of sociale druk van de omgeving. Ook kan uw kind eerder slachtoffer worden van cyberpesten, alsook dader.

Het is belangrijk dat u samen met uw kind bespreekt wat cyberpesten is. Dit kunt u doen samen een bezoek te brengen aan de website: <https://www.meldknop.nl/> of <https://veiliginternetten.nl/>. Op deze websites staan handige informatie over: cyberpesten, maar ook over andere onveiligheden op sociale media. Denk hierbij aan: grooming, kinderporno, loverboys, sexting, chantage, oplichting en hacking, en stalking. Per onderwerp staan handige informatie, tips, adviezen en hulp. Installeer samen  
met uw kind de meldknop. De meldknop staat tijdens het internetten altijd in beeld en het kind kan bij internetproblemen informatie, hulp en advies van de meldknop krijgen.

****

Spel en fantasie   
Uw kind kan moeite hebben om in te schatten wat echt en niet echt is. Filmpjes op bijvoorbeeld YouTube kan uw kind in verwarring brengen over wat gewenst en acceptabel gedrag is en wat niet- gewenst/ onacceptabel gedrag is.

Het is belangrijk dat uw kind weet dat wanneer hij/zij iets niet begrijpt, uw kind naar iemand toe kan komen. Bijvoorbeeld: een ouder, vriend, familieleden, buddy, leerkracht enzovoorts. Bespreek samen met uw kind wat het kind kan doen wanneer hij/zij informatie niet begrijpt. Daarnaast is het belangrijk om omgangs- en gedragsregels op te stellen. Dit kunt u samen maken in de afspraken-kaart. Een afspraak kan bijvoorbeeld zijn: we gebruiken geen scheldwoorden op sociale media (pagina 15).

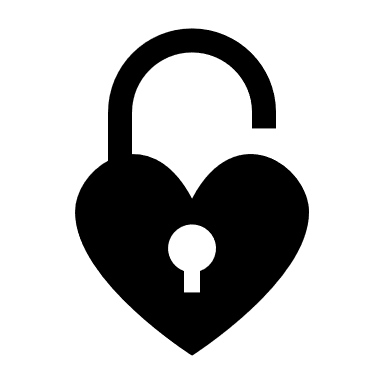
****

Verslaving en veiligheidsmaatregelen

Uw kind kan gevoelig zijn voor verslavingen. Uw kind geniet veelal van eenvoudige en zich herhalende taken. Hierdoor kan uw kind zich ontspannen voelen. Ook is het beloningssysteem in het brein van autistische kinderen erg gevoelig, waardoor verslavingen op de loer kunnen liggen. Ook passen kinderen met autisme niet altijd de nodige veiligheidsmaatregelen toe, bijvoorbeeld het onveilig afschermen van hun profiel. Uw kind beseft vaak minder goed dat hij/zij niet anoniem is op sociale media.



Zet tijdslimieten in. Bijvoorbeeld: uit school mag het kind 1 uur actief zijn op sociale media. Het is belangrijk dat u samen met het kind deze tijdslimieten/ afspraken naleeft. U kunt in de afspraken-kaart samen met uw kind veiligheidsafspraken maken. Voorbeelden van (veiligheids-)afspraken kunt u op pagina 15 vinden.

****

Seksuele ontwikkeling  
Uw kind kan zichzelf sneller (letterlijk) bloot geven. Kinderen met autisme klikken vaker op ongepaste afbeeldingen, informatie of tekst. Zij kunnen niet altijd goed beoordelen wat hiervan precies de bedoeling is en wat hiervan de consequenties kunnen zijn. Uw kind kan het lastig vinden om grenzen te stellen en/of goede en slechte intenties van andere mensen te onderscheiden.

Het is belangrijk dat u samen met uw kind praat en zicht houdt op wat uw kind bekijkt op sociale media. Bekijk eens tool 1 (vanaf pagina 9) om samen het gesprek met uw kind over sociale media aan te knopen. Gebruik media ook samen. Kijk bijvoorbeeld samen naar filmpjes die uw kind graag bekijkt of gebruik samen verschillende media platforms. Leg uit wat in de echte wereld (offline wereld) en in de online/ sociale media wereld gebeurt. Dit kunt u doen door bijvoorbeeld het uit tekenen van situaties   
die gewenst zijn in de online/ sociale media wereld, maar niet in de offline wereld. Ook kunt u bepaalde   
gewenste en acceptabel gedag of niet gewenst/ onacceptabel gedrag in de afsprakenkaart verwerken.



Maak samen afspraken over gewenst en veilig gedrag op sociale media. Kinderen met autisme hebben veel herhaling nodig, één gesprek met uw kind is niet voldoende. Hang de afspraken op in bijvoorbeeld de slaapkamer van het kind of op de koelkast en kom hier wekelijks of maandelijks op terug. Installeer de meldknop of bezoek eens de website van: <https://www.steffie.nl/>.

****

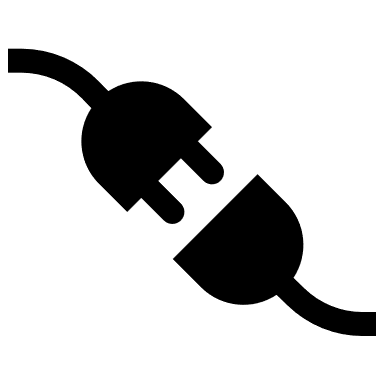
Taal  
De gesproken of geschreven tekst en informatie op sociale media kan door uw kind minder goed of niet goed begrepen worden. Kinderen missen soms begrip van termen of hebben (nog) niet de juiste vaardigheden om de tekst goed te begrijpen. Ze nemen dan uitdrukkingen heel letterlijk, waardoor er een ruzie kan ontstaan. Ook kunnen ze zelf dingen zeggen of schrijven die niet netjes of zelfs ongepast zijn.

# Afbeeldingsresultaat voor toolkitTool 1: Samen praten over social media

Het is belangrijk om samen met uw kind over sociale media te praten. Jullie kunnen over de voordelen van sociale media praten, maar ook over de nadelen en risicofactoren. Het is belangrijk dat u zicht krijgt op waar uw kind mee bezig is, welke sociale media platforms uw kind gebruikt en waar uw kind behoefte aan heeft. U kunt dit gesprek bijvoorbeeld aangaan met behulp van de voorbeeldvragen op de volgende pagina of het invulschema over de verschillende social media platforms samen invullen met uw kind.



Het is belangrijk om voornamelijk het gesprek met uw kind aan te gaan en interesse te tonen. Het is belangrijk om goed naar uw kind te luisteren en niet te snel te oordelen. Zo heeft het kind het gevoel dat hij zijn verhaal kwijt kan. Wanneer uw goed zicht heeft over het sociale mediagebruik van uw kind, kunt u ook beter aansluiten bij de behoefte van uw kind en bij het maken van afspraken en regels.



**Tips voor het gesprek aangaan met uw kind over social media gebruik**

Vraag naar wat uw kind van bepaalde situaties en/of gebeurtenissen vindt en hoe hij of zij op deze situaties/gebeurtenissen zou reageren.

Benadruk positieve ontwikkelingen en mogelijkheden op sociale media. Complimenteer positief gedrag.

Ga zelf ook online, zodat u kunt zien wat uw kind online doet (bijvoorbeeld als u online aan elkaar gelinkt bent of als u elkaar volgt). U kunt ook online met uw kind in gesprek gaan of bepaalde dingen delen.

Probeer niet te snel te oordelen over wat uw kind zegt. Uw kind moet juist het gevoel hebben dat hij of zij met problemen of vragen bij uw terecht kan, zonder veroordeeld te worden.

Houd contact met uw kind over haar/zijn sociale mediagebruik. Vraag regelmatig naar wat uw kind online doet, er verandert namelijk veel op het internet: bepaalde trends kunnen snel opkomen en weer verdwijnen!

Neem vragen van uw kinderen altijd serieus. Als u niet gelijk het antwoord weet, is dit zeker niet erg. Misschien wilt u bepaalde vragen of antwoorden eerst overleggen met uw partner, vriend, vriendin of kennis. Laat wel aan het kind weten, wanneer u op het onderwerp terugkomt.

Stel open vragen, zodat u uw kind stimuleert om meer te vertellen.

U kunt het beste een gesprek over sociale media aanknopen door te vragen naar kleine voorvallen in het dagelijks leven. Bijvoorbeeld: iets wat u in de krant, op het nieuws of op sociale media heeft gezien.

#### Voorbeeldvragen

Welke sociale media platforms gebruik je?  
Wat vind je leuk aan sociale media?  
Hoeveel uur per dag maak je gebruik van sociale media?  
Van welke sociale media platform maak je het meeste gebruik? En welke het minst?  
Met wie praat je allemaal online?

Wij zijn jouw online vrienden en hoe heb je contact met elkaar?   
Welke sociale media platforms zou je graag nog willen gebruiken?  
Wat zijn grappige dingen die je op sociale media hebt gelezen of gezien?   
Wat is jouw grappigste foto op sociale media ? En welke foto vind je minder leuk?  
Wie zou ik volgens jou moeten volgen op Instagram en waarom?  
Heb je wel eens records gebroken in een game of app? Zo ja, wat was je score?  
Wat is jouw grootste blunder op sociale media? Hoe heb je hier toen op gereageerd?  
Wat was jouw laatste zoekopdracht op sociale media?  
Heb je nog vragen over sociale media? Zullen we samen de antwoorden zoeken?   
Welke dingen heb je op internet geleerd? Kun je voorbeelden noemen?  
Welke sociale media karakter zou je vandaag naast je willen hebben zitten in de klas?  
Welke Sociale Media-Ster zou vandaag jouw leraar mogen zijn? Wat wil je van hen leren?

Als jij morgen de leraar zou zijn, wat zou je je klasgenoten willen leren sociale media?  
Heb je nog iemand geholpen op internet (bijvoorbeeld met huiswerk of in een game?)   
Heeft iemand jou wel eens geholpen op sociale media en zo ja, waarmee?  
Wat is het aardigste dat iemand voor jou kan doen online?  
Wat is jouw top 3 van de belangrijkste apps?  
Hoe zie je op sociale media wanneer iemand betrouwbaar is?

#### Samen invullen: Social media overzicht

U kunt samen het onderstaande schema gebruiken om in kaart te brengen welke social media platforms uw kind gebruikt en wat hij of zij hiermee doet. Er staan al enkele voorbeelden en voorbeeldtekst weergegeven.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Platform / app | Wat doe ik hier meestal? | | Wat vind ik leuk aan deze app / dit platform?Contour van verliefd gezicht met effen opvulling | Wat vind ik niet leuk aan deze app / dit platform? Contour van triest gezicht met effen opvulling | Wie kan me helpen als ik vragen heb?  {0} met effen opvulling |
| Gerelateerde afbeeldingWhatsapp | *Berichten en foto’s sturen, laten weten als ik naar huis kom na school* | *Berichten gaan snel, kan emoticons en GIFS meesturen* | | *Als ik zie dat iemand het heeft gelezen maar niet reageert* | *Ouders Grote broer* |
| Gerelateerde afbeeldingInstagram | *Foto’s delen Influencer volgen Inspiratie schilderen* |  | |  |  |
| Image result for facebook logoFacebook |  |  | |  |  |
| Afbeeldingsresultaat voor youtubeYouTube |  |  | |  |  |
| TikTok LogoTikTok |  |  | |  |  |
| Gerelateerde afbeeldingSnapchat |  |  | |  |  |
|  |  |  | |  |  |
|  |  |  | |  |  |

****

****

# Afbeeldingsresultaat voor toolkitTool 2: Afsprakenkaart

Het is belangrijk om samen duidelijke afspraken en regels over het gebruik van sociale media platforms op te stellen. Dit kunt u doen door samen met uw kind een afsprakenkaart in te vullen. In een afsprakenkaart staan de afspraken die jullie rondom sociale mediagebruik maken, over wat wel en wat niet mag. Het is belangrijk om vooral het positieve gedrag van uw kind te complimenteren, zo wordt het kind ook bewust van zijn/haar afspraken. Soms lopen afspraken nog niet helemaal goed, de afspraak is dan misschien niet specifiek genoeg. Kijk dan opnieuw naar de afspraak en maak de afspraak voor het kind duidelijk. Ga ook na waar uw eigen kind behoefte aan heeft. Het is dan belangrijk dat jullie samen over de afspraken nadenken, zodat uw kind goed de afspraak begrijpt en zelf snapt waarom de afspraak er is. Op de volgende pagina vindt u een lege afsprakenkaart.



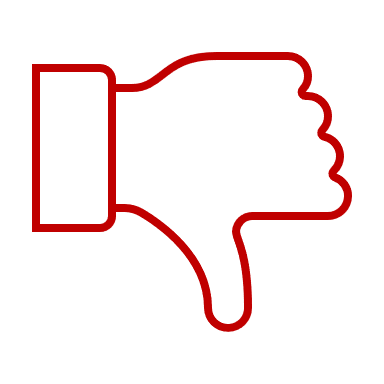
**Let op: Maak niet teveel afspraken, maar houd het overzichtelijk.**

Een richtlijn is om maximaal 6 afspraken te maken. Bijvoorbeeld: 3 afspraken waar het kind zelf aan moet werken om zich aan de afspraak te houden en 3 afspraken die in het algemeen gelden.

#### Duim omhoog silhouetVoorbeelden van afspraken:

**Wat mag wél**

* Afspraak: Tijdens het eten koken mag ik iets op een beeldscherm doen. Mama roept 10 minuten van te voren wanneer ik moet afsluiten.
* Afspraak: Ik ben alleen bevriend met mensen die ik ken, aardig vindt en vertrouw in de echte wereld. Als ik twijfel of iemand een vriend van mij is, bespreek ik dit met mama, papa, opa en oma of mijn zus.
* Afspraak: Ik mag na schooltijd een half uur iets achter een beeldscherm doen. Ik mag gebruik maken van de apps die op mijn telefoon, laptop, smart tv en iPad staan.



#### Wat mag níet

* Afspraak: Ik mag geen scheldwoorden gebruiken op sociale media platforms.
* Afspraak: Ik mag na half 8 ’s avonds geen gebruik meer maken van mijn telefoon, iPad, laptop of Xbox.
* Afspraak: Ik mag geen (woon)adressen, telefoonnummers, contactgegevens, sociale media gegevens, schoolgegevens, foto’s of video’s van mezelf, familieleden en vrienden aan vreemde mensen geven. Wanneer ik niet zeker weet of iemand vreemd is of als ik niet weet of ik de informatie mag delen, overleg ik dit eerst met mijn ouders of zus.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Afsprakenkaart Social Media | | |
| **Wat mag wél?**  **Duim omhoog silhouet**  Afspraak 1:  **Duim omhoog silhouet**  Afspraak 2:  **Duim omhoog silhouet**  Afspraak 3: | | |
|  | | |
| **Wat mag níet?**  Duim omlaag silhouet  Afspraak 1:  Duim omlaag silhouet  Afspraak 2:  Duim omlaag silhouet  Afspraak 3: | | |
|  | | |
| Datum:  Waar wordt deze afsprakenkaart bewaard/opgehangen? | | |
| Naam jongere:  Handtekening:  Handtekening met effen opvulling | Handdruk silhouet | Naam:  Handtekening met effen opvullingHandtekening: |

# Afbeeldingsresultaat voor toolkitTool 3: Informatieve websites

|  |
| --- |
| **Websites voor meer informatie en mediawijsheid vergroten** |
| **@ De Tweet Fabriek**  <https://www.detweetfabriek.nl/>  Op deze website kunnen teams die werkzaam zijn binnen de gehandicaptenzorgen, geestelijke gezondheidszorg, jeugdzorg en WMO terecht voor advies, voorlichting en trainingen op maat over mediaopvoeding |
| **@ E-cursus Je Kind op Internet**  <https://jekindopinternet.nl/>  Wellicht is het volgen van de gratis E-cursus ‘je kind op internet & sociale media’ dan iets voor u. U ontvangt elke week 8 gratis lessen met tips, handvatten en opdrachten over mediagebruik. Zo krijgt u voorbeelden over hoe u het gesprek over mediagebruik kan openen met uw kind, krijgt u voorbeelden van afspraken die u met uw kind kan maken en krijgt u inzicht in de manier waarop kinderen media gebruiken. |
| **@ Begrippenlijst Mediaopvoeding (Nederlands Jeugd Instituut)**  <https://www.nji.nl/nl/Download-NJi/Publicatie-NJi/Begrippenlijst-mediaopvoeding.pdf>  Op deze website vindt u ook nog een algemene begrippenlijst |
| **@ SMS-taal woordenboek**  <http://www.sms-taal.nl/>  Woordenlijst met Nederlandse termen en begrippen die veel worden gebruikt in online communicatie |
| **@ Media opvoeding**  [www.mediaopvoeding.nl](http://www.mediaopvoeding.nl)  Verschillende experts geven antwoord op vragen over opvoeden en media zoals gamen, geld, gokken, pesten, tijdsbesteding, verslaving, vriendschappen. Ouders en professionals kunnen ook zelf vragen stellen |
| **@ Mediawijsheid**  <https://www.mediawijsheid.nl/sociale-media/>  Mediawijsheid wijst u de weg binnen het onderwerp mediawijsheid. Op deze website krijg u informatie over veilig en slim gebruik van (digitale) media. Per thema laten zij u zien bij welke organisaties je terecht kunt voor meer informatie en/of hulp |
| **@ Bureau Jeugd en Media**  <https://www.bureaujeugdenmedia.nl/>  Bureau Jeugd & Media helpt u op weg rondom mediagebruik. Zij spreken (gastlessen, ouderavonden, workshops), schrijven, creëren (o.a. mentorlessen) en adviseren rondom mediagebruik. |
| **@ Online Masters**  <https://online-masters.nl/>  Online Masters is een gratis online lesprogramma over de digitale wereld. Gemaakt voor kinderen die in het bovenbouw van het primair onderwijs zitten en voor in de onderbouw van het voortgezet onderwijs |
| **@ Speciaal onderwijs op het internet**  <https://www.kennisnet.nl/mijnkindonline/files/Speciaal_onderwijs_op_internet.pdf>  Brochure over veilig internetten in het speciaal onderwijs. Met informatie, ervaringen, handige tips en 10 gouden regels voor leerlingen en tien gouden regels voor leerkrachten en ouders |
| **@ Kinderen en online privacy**  <https://www.kennisnet.nl/mijnkindonline/files/Kinderen_en_online_privacy.pdf>  Informatie, tips en adviezen over kinderen en online privacy. |
| **@ Kijkwijzer**  <http://www.kijkwijzer.nl/kennis>  Op deze pagina’s vindt u informatie over het mediagebruik van kinderen en de invloed die dit kan hebben. Plus tips over hoe u daar in de praktijk mee om kunt gaan en suggesties voor literatuur en websites als u meer wilt weten. |
| **@ WIJS de online wereld in**  <https://www.vodafone.nl/_assets/downloads/algemeen/WIJS-magazine.pdf>  WIJS helpt ouders bij het begeleiden van hun kinderen in de online wereld. Het magazine geeft concrete tips en adviezen voor kinderen van verschillende leeftijden en vertelt ouders ook over nieuwe ontwikkelingen in de digitale wereld. |
| **@ Helping your teen navigate Instragram safely**  <https://wellbeing.instagram.com/parents>  Informatie (engels) voor ouders en professionals over Instagram |
| **@ Hoe?ZO!mediawijs**  <https://www.hoezomediawijs.nl/>  Website voor kinderen om hen te leren hoe zij zichzelf online kunnen beschermen |
| **@ Veilig internetten**  <https://veiliginternetten.nl/>  Antwoord op vragen en hulp bij problemen op internet |
| **@ Diploma veilig internet**  <https://www.diplomaveiliginternet.nl/landing/#/>  Leert kinderen om te gaan met de mogelijkheden en risico’s van internet.  Voor kinderen die in groep 7/8 zitten. |
| **@ Toolbox Mediaopvoeding: Media? Gewoon opvoeden!**  <https://www.nji.nl/nl/Kennis/Dossier/Mediaopvoeding/Toolbox-Mediaopvoeding-Media-Gewoon-opvoeden>  De toolbox bevat zowel producten voor jeugdwerkers als producten voor ouders. U kunt verschillende onderdelen (online) downloaden |