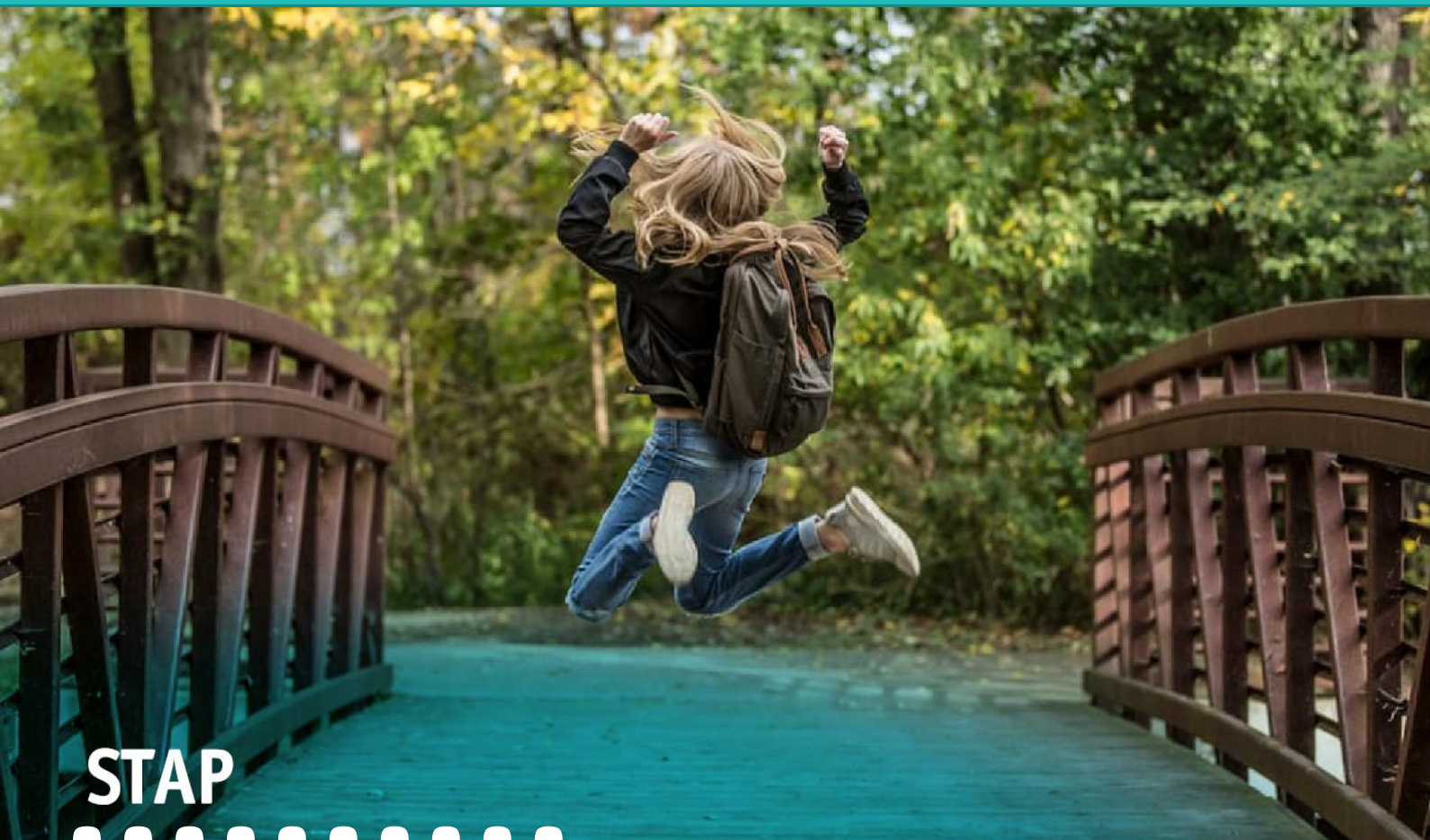




STAP



School Transitie

AfstemmingsProgramma

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

*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*

**Hogeschool Leiden en Hogeschool Rotterdam
2021**

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	6
Inleiding in de STAP-methode	7
Wat is het doel?	8
Voor wie is het bedoeld?	8
Waarom hebben deze leerlingen soms extra begeleiding nodig?	8
De oorspronkelijke STEP-ASD	9
Wat zijn de onderzoeksresultaten over de STEP-ASD?	9
De ontwikkeling van de STAP-methode in Nederland	10
Passend onderwijs	11
Onderzoeksproject MOVING	11
Wie zijn bij de STAP-methode betrokken?	12
Wie kunnen STAP-coaches zijn?	12
Hoe wordt de methode toegepast?	13
Samenvatting	14
Referenties	15
Deel 1. In 4 STAPpen naar een individueel overSTAPplan	16
In 4 stappen naar een individueel overSTAPplan	17
Wat zijn de voordelen van een goed geplande transitie?	17
Belangrijke voorwaarden voor een goede transitie	17
Hoe stel je een individueel overSTAPplan op?	18
Stap 1: Screeningsvragenlijsten	18
Stap 2: Warme overdrachtsbijeenkomst	20
Stap 3: overSTAPplan	21
Stap 4: leerlingprofiel	22
Samenvatting	23
Deel 2. Strategieën per thema	25
Thema 1. Voorbereiding op de overstap naar het voortgezet onderwijs	26
Thema 2. Sociale interactie	31
Thema 3. Communicatief taalgebruik	36
Thema 4. Interesses, verbeelden en flexibel denken	42
Thema 5. Pestgedrag	48
Thema 6. Planning en organisatie	55
Thema 7. Prikkelgevoeligheid	61
Thema 8. Angst	66
Thema 9. Escalerend gedrag	74
Thema 10. Aanwezigheid van comorbiditeit	81
Referenties	86

Deel 3. Bijlagen	88
Bijlage 1. Informatiefolder STAP voor docenten.....	89
Bijlage 2. Is de STAP-methode geschikt voor deze leerling?.....	91
Bijlage 3. Screeningsvragenlijst Ouder en Leraar	93
Bijlage 4. Screeningsvragenlijst Leerling	102
Bijlage 5: Agenda warme overdracht.....	104
Bijlage 6: Afsprakenoverzicht	105
Bijlage 7. OverSTAPplan	106
Bijlage 8. Leerlingprofiel	109
Bijlage 9. Hoe manifesteren beperkingen in de sociale communicatie en flexibiliteit zich in de klas?	111
Bijlage 10. Beurt geven en nemen	117
Bijlage 11. Regels voor gesprekken en Regels voor het invoegen in een groep	119
Bijlage 12. Sociale Verhalen, Carol Gray™	121
Bijlage 13. Persoonlijk rooster	123
Bijlage 14. Signaalkaarten.....	124
Bijlage 15. Lunchactiviteiten overzicht	125
Bijlage 16. Maatjessysteem	126
Bijlage 17. Emotie-Thermometer.....	127
Bijlage 18. De Emotionele Gereedschapskist.....	129
Bijlage 19. Het STAR formulier	132
Bijlage 20. Middelen tegen Pesten	133
Bijlage 21. Doelen stellen, Plannen, Handelen en Evalueren	135
Bijlage 22. Huiswerk.....	136
Bijlage 23. Tips voor ouders: Samen met je kind praten over een ASS diagnose	138
Bijlage 24. Ontspanningstechnieken.....	143
Bijlage 25. Vaardigheden bij plannen en uitvoeren	149
Bijlage 26. Cirkel van Vrienden	151
Bijlage 27. 'Hoe praat je tegen ...'	153
Bijlage 28. Stappenplan Probleemoplossend samenwerken	154
Bijlage 29. Samenwerkingscontract.....	156
Bijlage 30. Mijn OverSTAPboek.....	157
Bijlage 31. STAPpenplan schoolkeuze.....	178
Bijlage 32. Sociale media: Een toolkit voor ouders.....	188

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@hslleiden.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.

Inleiding in de STAP-methode



Inleiding in de STAP-methode¹

Wat is het doel?

‘STAP’ staat voor ‘*School Transitie AfstemmingsProgramma*’. Deze methode is speciaal ontwikkeld om de overstap van leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit van het basis- naar het voortgezet onderwijs zo soepel mogelijk te laten verlopen. Dit gebeurt door de ondersteuningsbehoeften van de leerling in kaart te brengen en op basis daarvan strategieën op school in te zetten die specifiek voor de betreffende leerling behulpzaam kunnen zijn. Er wordt samen met ouders/verzorgers, de leerling, leraren van het basis- en voortgezet onderwijs en andere schoolprofessionals een individueel overSTAPplan en leerlingprofiel opgesteld. Met dit overSTAPplan en leerlingprofiel wordt met alle betrokkenen afgesproken op welke manier en door wie de leerling tijdens de overstap van het basis- naar voortgezet onderwijs systematisch begeleid gaat worden. Dit gebeurt door alleen die strategieën te selecteren die voor de betreffende leerling van toepassing zijn. Deze strategieën zijn erop gericht om de omgeving van de leerling beter voorspelbaar te maken en de sterke kanten van de leerling te stimuleren.

Voor wie is het bedoeld?

Iedereen is anders: ieder heeft zijn eigen sterke punten en zwakke punten. Het feit dat ieders hersenen anders werken, noemen we neurodiversiteit. Sommige leerlingen vinden wiskunde heel moeilijk, andere leerlingen zijn goed met cijfers en techniek. Sommige leerlingen maken een snel een vlotte babbel, andere leerlingen hebben meer moeite met contact maken. De ene kan snel schakelen, de ander heeft misschien meer moeite met wisselen tussen activiteiten. De STAP-methode is bedoeld voor leerlingen op het regulier onderwijs die moeite hebben met sociale communicatie en/of flexibiliteit. Hieronder kunnen ook leerlingen met een autismespectrum-stoornis (ASS) worden verstaan. Deze groep leerlingen wordt gekenmerkt doordat zij net als leerlingen met ASS moeite hebben om goed in contact te komen met andere jongeren, of dit contact te onderhouden. Zij noemen dit soms zelf liever ‘neurodivers’. Daarnaast hebben ze moeite om zich in onverwachte of nieuwe situaties flexibel op te stellen. Er kan ook sprake zijn van een taalachterstand en moeite met fantasie en verbeelding. Ook kunnen ze net als jongeren met ASS andere vergelijkbare problemen hebben zoals in het goed kunnen plannen van hun huiswerk, of moeite met harde geluiden in een kantine. Ze kunnen net als jongeren met ASS ook heel goed zijn in specifieke vakgebieden, of veel weten over een specifiek onderwerp waar hun interesse ligt. Met andere woorden, deze leerlingen ervaren moeilijkheden en hebben daarnaast ook sterke kanten die lijken of die vaak voorkomen bij jongeren met (een klinische diagnose) ASS, maar deze moeilijkheden en sterke kanten komen vaak niet allemaal, of in meer of mindere mate of intensiteit voor. Voor een beschrijving van de leerlingen voor wie STAP geschikt is, zie bijlage 2.

Waarom hebben deze leerlingen soms extra begeleiding nodig?

De overstap van het basis- naar het voortgezet onderwijs kan angstig en stressvol zijn voor alle leerlingen, evenals voor hun ouders/verzorgers. Er vinden vele veranderingen plaats ten opzichte van de basisschool: nieuwe vrienden, leraren, routines, omgeving, sociale omgangs- en schoolregels, evenals complexere leerstof en grotere verwachtingen van de zelfstandigheid van de leerling. Met name leerlingen die moeite hebben met sociale vaardigheden, communicatie en veranderingen kunnen tijdens deze overstap tegen problemen aanlopen. Deze problemen kunnen te maken hebben met dat zij zich minder gemakkelijk aan een nieuwe omgeving kunnen

¹ Een verkorte samenvatting van dit hoofdstuk is te vinden in Bijlage 1 ‘Informatiefolder STAP voor docenten’

aanpassen dan leeftijdgenoten. Ze hebben moeite met nieuwe sociale situaties waarin nieuwe 'ongeschreven regels' gelden, waardoor zij kans lopen om zich terug te trekken, alleen te komen staan en een laag zelfbeeld ontwikkelen.

Daarnaast is het wegwijz worden binnen een nieuwe school, het steeds moeten wisselen van lokalen en het moeten aanpassen aan verschillende leerkrachten een aanzienlijke uitdaging voor leerlingen, zeker voor leerlingen die sowieso al moeite hebben met veranderingen. Ook door problemen met wat meer 'onzichtbare' kwetsbaarheden, zoals een overgevoeligheid voor geluiden, is er kans dat zij zich tijdens de lunch terugtrekken omdat de kantine als te druk en te luid wordt ervaren. Een bijkomende kwetsbaarheid is dat deze leerlingen vaak ook moeite hebben om hun angstgevoelens te uiten en hulp te vragen.

Het is belangrijk om te realiseren dat als een leerling zich aanvankelijk goed lijkt aan te passen aan de nieuwe situatie, er toch een kans is op angsten en frustraties die zich kunnen opstapelen en kunnen leiden tot zich op school gaan terugtrekken, gedragsproblemen in de klas te laten zien, op school steeds slechter te gaan presteren of zelfs niet meer naar school (willen) gaan. Het is daarom belangrijk om hier alert op te zijn omdat dit pas na verloop van tijd zichtbaar kan worden. Een proactieve houding is hierin behulpzaam, zodat de leerling op tijd geholpen kan worden en daarmee een grotere kans is dat de leerling in zijn/haar schoolcarrière positieve ervaringen opdoet.

De oorspronkelijke STEP-ASD

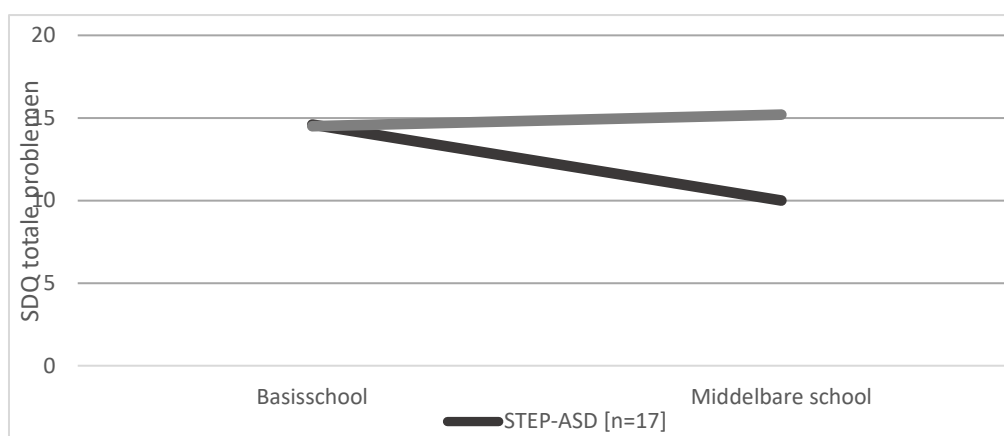
Tussen 2009 en 2012 is in Engeland de *Systemic Transition in Education Programme for Autism Spectrum Disorders (STEP-ASD)* ontwikkeld (Murin, Hellriegel, & Mandy, 2016). De methode is oorspronkelijk ontwikkeld door ouders, verzorgers, leerkrachten, onderzoekers en klinisch psychologen die betrokken waren bij het *National Centre of High Functioning Autism at the Great Ormond Street Hospital (GOSH)* in Londen, als antwoord op de vraag uit de praktijk over hoe zij gezamenlijk kinderen met ASS het beste kunnen ondersteunen bij de overstap van het basis- naar voortgezet onderwijs. Samen hebben zij hun expertise hierover gebundeld en daarmee de STEP-ASD als een preventieve methode opgesteld die op scholen ingezet kan worden.

De STEP-ASD is dus **oorspronkelijk opgezet voor leerlingen met een klinische diagnose in het autismespectrum (ASS)**. Jongeren met ASS worden gekenmerkt doordat problemen in de sociale communicatie en interactie en door de aanwezigheid van beperkt en repetitief gedrag (DSM-5; APA, 2015). Uit zowel ervaringen van jongeren, ouders en leraren als uit verschillende wetenschappelijke literatuur is gebleken dat de overstap van het basis- naar voortgezet onderwijs bij jongeren met ASS en bij hun ouders/verzorgers vaak samen gaat met veel angst en problemen in de klas of op school.

Wat zijn de onderzoeksresultaten over de STEP-ASD?

Tot nu toe zijn er twee onderzoeken gedaan naar de overstap van jongeren met ASS en de effectiviteit van de STEP-ASD. In het eerste onderzoek is de overstap van de basisschool naar het middelbare school bij leerlingen met ASS onderzocht, zonder dat de STEP-ASD is ingezet (zie Mandy *et al.*, 2015a). In het tweede onderzoek is de effectiviteit van de STEP-ASD onderzocht in een nieuwe groep jongeren met ASS om na te gaan of er een verschil is in de emotionele- en gedragsproblemen tussen de jongeren die de overstap wel en die de overstap niet met STEP-ASD hebben gedaan (zie Mandy *et al.*, 2015b).

Resultaten: Zoals in onderstaande Figuur I.1 te zien is, is er een significant verschil in de emotionele- en gedragsproblemen gevonden tussen de jongeren met ASS die de overstap wel en die de overstap niet met STEP-ASD hebben gedaan. Dit is aangetoond aan de hand van de totaalscore op de vragenlijst ‘*Strengths and Difficulties Questionnaire*’ (SDQ). Met de SDQ wordt een aantal emotionele- en gedragsproblemen gemeten die leerlingen op school kunnen ervaren, waarbij scores boven de 11 problemen aanduiden die aandacht nodig hebben. Zoals uit Figuur I.1 blijkt, hadden de beide groepen voor de overstap een vergelijkbare, relatief hoge SDQ totaalscore, maar daalde deze score in de groep leerlingen met ASS die de overstap met de STEP-ASD hebben gedaan en is de score in de groep jongeren met ASS die de overstap niet met STEP-ASD hebben gedaan gelijk gebleven. Omdat de beide groepen voor de overstap zoveel mogelijk aan elkaar gelijk waren (bijvoorbeeld ten aanzien van hun leeftijd, intelligentieniveau en ernst in ASS symptomen), is het waarschijnlijk dat de STEP-ASD invloed heeft gehad op de (verminderde) aanwezigheid van de emotionele- en gedragsproblemen in de groep leerlingen met ASS gedurende de eerste klas van het voortgezet onderwijs.



Figuur I.1: Emotionele, gedrags- en sociale problemen gedurende de schooltransitie (Mandy et al., 2015b)

Naast de verandering in emotionele- en gedragsproblemen bij de leerlingen, hebben de onderzoekers ook onderzocht wat de ervaringen van 15 onderwijsprofessionals (bijvoorbeeld leraren, onderwijsassistenten, e.d.) waren ten aanzien van het gebruik van de STEP-ASD op school. De onderwijsprofessionals oordeelden allen positief over de STEP-ASD. Zo vonden 14 (93%) de STEP-ASD behulpzaam en gebruiksvriendelijk. Twaalf vonden dat de STEP-ASD hun kennis over ASS had verbeterd en 14 zou de methode ook aan een collega aanraden.

De ontwikkeling van de STAP-methode in Nederland

In overleg met de auteurs van de STEP-ASD, heeft een team van (praktijk-)onderzoekers van de Hogeschool Leiden (HL) en Hogeschool Rotterdam (HR) besloten om een subsidie aan te vragen om de STEP-ASD ook voor Nederland beschikbaar te maken. Net als in Engeland, is er geen methode beschikbaar voor leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit gestructureerd en op het specifieke leerling toegesneden manier ('op maat') te begeleiden bij hun overstap van de basisschool naar de middelbare school. STEP-ASD is hier specifiek voor ontwikkeld en de eerste onderzoeksresultaten zijn ook veelbelovend ten aanzien van de bruikbaarheid in het onderwijs en de effectiviteit voor leerlingen.

De onderzoekers van HL en HR hebben uiteindelijk samen met vier samenwerkingsverbanden uit Rotterdam en Alphen aan de Rijn in 2015 een onderzoeksubsidie ontvangen van Regieorgaan SIA (**). Met behulp van deze subsidie is de STEP-ASD vertaald en aangepast naar het Nederlands onderwijssysteem en wordt de Nederlandse

versie van de STEP-ASD, de STAP-methode onderzocht of het ook effectief is. Dit wordt gedaan in samenwerking met de Erasmus Universiteit en Erasmus Medisch Centrum (zie ook de paragraaf hieronder over het MOVING-onderzoeksproject).

Passend onderwijs

Het inzetten van de STAP-methode op scholen voor het basis- en voortgezet onderwijs in Nederland sluit nauw aan op het passend onderwijs waarin het de bedoeling is dat het onderwijs voor iedere leerling beschikbaar is en afgestemd op zijn/haar mogelijkheden (Rijksoverheid, 2016). Daarnaast past de methode ook bij de aanbevelingen van De Kinderombudsman die voortkomen uit de evaluatie over de stand van zaken van het passend onderwijs in Nederland, een jaar na dato (2015). Een belangrijke aanbeveling is dat het kind en zijn recht op een passende vorm van onderwijs altijd centraal moet komen te staan en dat het belangrijk is om tijdig met alle betrokkenen om tafel te zitten om elkaar te informeren over de wensen en mogelijkheden voor het meest passende onderwijs van de leerling. Met andere woorden, het is belangrijk om tijdig te onderzoeken welk maatwerk voor het de leerling het meest geschikt is en op welke manier dat gerealiseerd kan worden.

De STAP-methode sluit goed aan op het gedachtegoed van het passend onderwijs, omdat het is gebaseerd op de gedachte dat de leerling, de ouders en de vertrouwde leraren uit het basisonderwijs en de nieuwe leraren van het voortgezet onderwijs tijdig met elkaar in contact komen om na te gaan wat de sterke en minder sterke kanten van de jongere zijn en op welke manier daar in het onderwijs rekening mee gehouden kan en moet worden. In de STAP-methode wordt namelijk voor iedere leerling een eigen overSTAPplan en leerlingprofiel opgesteld. Hierin staan de ondersteuningsbehoeften van de leerling en de verschillende taken van alle betrokkenen inzichtelijk weergegeven.

Onderzoeksproject MOVING

Binnen het onderzoeksproject MOVING, is de STAP-methode opgesteld. In nauwe samenwerking met de auteurs van STEP-ASD en een groep geïnteresseerde ouders, professionals van scholen en GGZ-instellingen voor de jeugd, hebben de onderzoekers van het MOVING-project STEP-ASD vertaald en aangepast aan het Nederlands onderwijssysteem en de Nederlandse cultuur. De STAP-methode wordt als conceptversie hierna in het MOVING-project onderzocht op verschillende basis- en middelbare scholen in de regio's van Rotterdam en Alphen aan de Rijn. De looptijd van het onderzoek is tot het najaar van 2019. Hierna zal besloten worden of de STAP-methode goed bruikbaar is en effectief in Nederland. Er zal dan een definitieve uitgave van de STAP-methode komen.

Voor meer informatie over de vertalingsprocedure, of over het onderzoeksproject MOVING, verwijzen we naar www.hsleiden.nl/moving.

Wie zijn bij de STAP-methode betrokken?

Bij de STAP-methode zijn meerdere personen betrokken:

<i>Initiatiefnemer:</i>	STAP-coach (begeleider bij de transitie)
<i>Betrokkenen:</i>	- Ouders/verzorgers - Leerling - Leraar van groep 8 basisonderwijs - Contactpersoon (leraar/mentor) van 1 ^{ste} klas voortgezet onderwijs

De **STAP-coach** neemt het initiatief om de warme overdrachtsbijeenkomst te plannen. Hij of zij zal de betreffende leerling, diens ouders/verzorgers en de leraar van groep 8 van het basisonderwijs ruim van tevoren vragen een screeningsvragenlijst over de leerling in te vullen. De antwoorden op deze screeningsvragenlijsten zijn belangrijk omdat deze het uitgangspunt zijn van de bespreking in de warme overdrachtsbijeenkomst. Daarnaast zal de STAP-coach samen met de ouders bepalen welke leraar of andere schoolprofessionals van het voortgezet onderwijs de contactpersoon wordt voor de leerling. Deze contactpersoon wordt ook uitgenodigd voor de warme overdrachtsbijeenkomst en zal verantwoordelijk zijn voor de goede uitwerking van het overSTAPplan en het leerlingprofiel in het voortgezet onderwijs. Deze persoon zal waarschijnlijk een leraar of de mentor van de leerling in de brugklas zijn.

Wie kunnen STAP-coaches zijn?

Niet iedereen kan een STAP-coach zijn. Degenen die STAP-coaches kunnen zijn moeten bij voorkeur:

- Minimaal HBO geschoold zijn;
- Werkzaam zijn of ervaring hebben als professional in het primair en voortgezet onderwijs;
- Bekend zijn met het (VO) onderwijs in de regio;
- Basiskennis hebben over autisme spectrum stoornissen (ASS);
- Goede coachingsvaardigheden bezitten;
- In staat zijn om contacten te onderhouden met meerdere partijen;
- Een creatieve, onderzoekende instelling hebben;
- Een training in de STAP-methode hebben gevolgd (voorlopig binnen het MOVING-onderzoeksproject);
- Ervaring in het werken met zorgleerlingen is een pré

Vanuit het MOVING blijkt dat de rol van STAPcoach vervuld kan worden door oud-begeleiders passend onderwijs (BPO'ers), medewerkers van de Ambulante Educatieve Dienst, ervaringsdeskundigen of intern begeleiders. Het is wel essentieel dat zij kennis hebben van ASS, (enige) ervaring met en/of kennis hebben in het werken met scholen en samenwerkingsverbanden en vooral zeer gemotiveerd zijn om de betrokkenen te ondersteunen in de transitie van de jongere van PO naar VO. Goede communicatieve vaardigheden, creativiteit en zorgvuldigheid zijn belangrijke eigenschappen van de STAP-coach. Er zijn voordelen aan een STAP-coach die zich al binnen de school bevindt, maar een STAP-coach van buiten de VO school heeft mogelijk meer ruimte en onafhankelijkheid om open het gesprek aan te gaan.

Hoe wordt de methode toegepast?

De STAP-methode wordt in drie delen toegepast:

Deel 1	Deel 2	Deel 3
In vier stappen naar een individueel overSTAPplan	Strategieën per thema	Bijlagen
In Deel 1 wordt beschreven hoe een individueel overSTAPplan en een leerlingprofiel worden opgesteld aan de hand van de screeningsvragenlijsten.	In Deel 2 staat achtergrond-informatie over verschillende soorten thema's: verschillende soorten problemen die zich kunnen voordoen rondom de schooltransitie. Voor elk thema staan strategieën beschreven die kunnen worden ingezet in het klaslokaal bij de leerlingen in relatie tot hun specifieke (onderwijs)behoeften. Deze behoeften kunnen betrekking hebben op de schooltransitie in het algemeen en specifieke problematiek. De strategieën hebben betrekking op de omgeving van de leerling of op de leerling zelf.	In Deel 3 staan verschillende strategieën uit Deel 2 uitgewerkt zodat ze direct in de klas toegepast kunnen worden. Het zijn handige werkbladen waarnaar wordt verwezen in deel 2. Deze kunnen worden uitgeprint of gekopieerd en ingezet wanneer nodig. Daarnaast bevat deel 3 de screeningsvragenlijsten en een overSTAPplan die kan worden ingevuld voor individuele leerlingen.

Figuur 1.2 Overzicht van de drie onderdelen van de STAP-methode.

Deel 1: In vier stappen naar een individueel overSTAPplan

In dit deel wordt in vier stappen beschreven hoe een individueel overSTAPplan voor iedere leerling opgesteld wordt. Als eerste worden de sterke kanten en specifieke ondersteuningsbehoeften van de leerlingen geïdentificeerd aan de hand van de **screeningsvragenlijsten** (zie Thema 1 en bijlage 3 en 4). Deze screeningsvragenlijsten worden door de leerling, de ouders/verzorgers en de aangewezen onderwijsprofessional van de basisschool (leraar groep 8 of intern begeleider) ingevuld. Bij de tweede stap worden deze sterke kanten en specifieke ondersteuningsbehoeften besproken in de **warne overdrachtsbijeenkomst**. De warme overdrachtsbijeenkomst is specifiek bedoeld om belangrijke informatie over de leerling tussen ouders/verzorgers, de leerling en de leraren van de basis- en middelbare school uit te wisselen. Tijdens deze overdrachtsbijeenkomst worden afspraken gemaakt over de begeleiding van de leerling. Deze afspraken worden vervolgens schriftelijk vastgelegd in een **overSTAPplan** en een **leerlingprofiel**. In dit plan en leerlingprofiel staat beschreven welke strategieën worden toegepast, welke afspraken zijn gemaakt en wie waar verantwoordelijk voor is. De **STAP-coach** initieert de warme overdrachtsbijeenkomst en zit de bijeenkomst voor. Hij of zij zorgt er ook voor dat alle afspraken worden nagekomen zoals die in het overSTAPplan en leerlingprofiel zijn vastgelegd.

Deel 2: Strategieën per thema

Per thema staan er verschillende strategieën beschreven waar goede ervaringen mee zijn bij leerlingen met ASS. Sommige van de strategieën zijn erop gericht om de omgeving van een leerling voorspelbaar te maken en andere strategieën zijn erop gericht de sterke kanten van een leerling te stimuleren. De beschreven strategieën hebben allemaal tot doel om (1) de overstap van het primair naar voortgezet onderwijs voor de leerling en ouders/verzorgers te vergemakkelijken en (2) het onderwijs in de eerste klas op het voortgezet onderwijs voor de leerling en leraren zo soepel mogelijk te laten verlopen.

Deel 3: Bijlagen

In deel 3 staan voorbeelden van hoe sommige strategieën in de praktijk direct toegepast kunnen worden, of er staan verwijzingen naar ander bruikbaar (vaak al aanwezig) schoolmateriaal. Naast voorbeelden van strategieën, zijn in deel 3 als eerste de screeningsvragenlijsten ingevoegd. Deze worden gebruikt in de voorbereiding naar de warme overdrachtsbijeenkomst. Vervolgens staan voorbeelden van een overSTAPplan en een leerlingprofiel weergegeven. Verder bevat het de werkbladen die worden aanbevolen als ondersteuning in de hoofdstukken in deel 2.

Samenvatting

De overstap van de basisschool naar de middelbare school brengt veel veranderingen met zich mee, niet alleen voor de leerling maar ook voor ouders/verzorgers. Veel leerlingen hebben moeite om zich aan zo'n nieuwe school aan te passen. Leerlingen die specifiek moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit hebben hier over het algemeen meer moeite mee dan leeftijdgenoten. Zij hebben bijvoorbeeld meer moeite om sociale contacten aan te gaan of te onderhouden en om zich gemakkelijk en flexibel aan te passen aan nieuwe en onverwachte situaties. In het kader van Passend onderwijs in Nederland is het daarnaast ook steeds belangrijker om deze specifieke groep leerlingen goed te begeleiden op reguliere scholen. In lijn met de nieuwe wet Passend onderwijs is het van belang om (1) passende begeleiding te bieden bij deze schooltransitie en (2) een methode beschikbaar te stellen waarbij de nadruk ligt op preventie van de (verergering van) problematiek. De STAP-methode is speciaal ontwikkeld om de overstap van het basis- naar het voortgezet onderwijs zo soepel mogelijk te laten verlopen voor deze doelgroep. Dit gebeurt door de ondersteuningsbehoeften van de leerling in kaart te brengen en op basis daarvan strategieën op school in te zetten die specifiek voor de betreffende leerling behulpzaam kunnen zijn.

Aan de hand van de vier stappen uit Deel 1 van deze methode zorgt de STAP-coach ervoor dat de leraren van de basis- en middelbare scholen, de ouders en de leerling in overleg tijdens een **warme overdrachtsbijeenkomst** en aan de hand van **screeningsvragenlijsten** een **overSTAPplan** en een **leerlingprofiel** opstellen. Hierin worden de specifieke ondersteuningsbehoeften van de leerling in kaart gebracht. Deel 1 is dus essentieel in de algemene voorbereiding voor de overstap. Deel 2 bevat hoofdstukken met informatie en strategieën die gerelateerd zijn aan specifieke problemen (bijvoorbeeld met vriendschappen, organisatie, e.d.). Deel 3 bevat praktische bronnen en werkbladen die direct kunnen worden ingezet in de praktijk.

Omdat de STAP-methode is gebaseerd op de STEP-ASD waarvan uit de eerste onderzoeksresultaten is gebleken dat de methode op school goed bruikbaar is en leerlingen minder emotionele- en gedragsproblemen op de middelbare school laten zien in vergelijking met leerlingen die de STEP-ASD niet hebben gebruikt, is deze methode in Nederland in het kader van het onderzoeksproject MOVING vertaald en aangepast aan het Nederlands onderwijssysteem en de Nederlandse cultuur. Met deze conceptversie van de STAP-methode, wordt de bruikbaarheid en effectiviteit van de methode in het MOVING-project onderzocht. Hiertoe worden STAP-coaches door de onderzoekers van MOVING getraind zodat de methode goed onderzocht kan worden. Vanaf 2019 wordt een definitieve versie van de STAP-methode verwacht.

Referenties

- Allison, C., Ayeung, B., Baron-Cohen, S. (2012). Toward brief “red flags” for autism screening: The Short Autism Spectrum Quotient and the Short Quantitative Checklist in 1,000 cases and 3,000 controls. *Journal of American Academic Child and Adolescent Psychiatry*, 51(2), 202-212.
- American Psychiatric Association (2015). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing. Dutch translation: *Uitgeverij Boom*.
- De Kinderombudsman (2015). *Werkt passend onderwijs? Stand van zaken een jaar na dato*. Onderzoeksteam: Mr. Vreeburg-Van der Laan, E. J. M., & Wiersma, M. H.: KOM014/2015.
- Mandy, W., Murin, M., Baykaner, O., Staunton, S., Hellriegel, J., Anderson, S., & Skuse, D. (2015a). The transition from primary to secondary school in mainstream education for children with autism spectrum disorder. *Autism*, 1-9.
- Mandy, W., Murin, M., Baykaner, O., Staunton, S., Cobb, R., Hellriegel, J. [...], & Skuse, D. (2015b). Easing the transition to secondary education for children with autism spectrum disorder: An evaluation of the Systemic Transition in Education Programme for Autism Spectrum Disorders (STEP-ASD). *Autism*, 1-11.
- Murin, M., Hellriegel, J., & Mandy, W. (2016). *Autism spectrum disorder and the transition into secondary school*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Rijksoverheid (2016). *Passend Onderwijs: Verantwoordelijkheid van scholen in passend onderwijs*. Verkregen op 16-02, 2016, van: <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/passend-onderwijs/inhoud/verantwoordelijkheid-scholen-passend-onderwijs>.

Deel 1.

In 4 STAPpen naar een individueel
overSTAPplan



In 4 stappen naar een individueel overSTAPplan

Wat zijn de voordelen van een goed geplande transitie?

Het is voordelig om van tevoren tijd te investeren in het voorbereiden van een leerling op zijn/haar overstap naar het voortgezet onderwijs. Het helpt niet alleen bij het verminderen van spanning of angst bij de leerling, maar ook om andere problemen te voorkomen, zoals moeite hebben met het begrijpen van lesroosters of andere sociale regels op de middelbare school. Met een goede voorbereiding wordt geprobeerd het beste uit een leerling naar boven te halen zodat de overstap naar de middelbare school een iets minder grote uitdaging wordt.

Met behulp van de STAP-methode kan per individuele leerling heel gerichte ondersteuning geboden worden rekening houdend met de sterke en minder sterke kanten van de leerling. Deze ondersteuning bestaat uit het inzetten van gerichte strategieën voor de leerling, zodat elke leerling die in meer of mindere mate bepaalde problemen heeft toch zoveel mogelijk een gelijke kans heeft om succesvol deze overstap te maken als hun leeftijdsgenoten.

Belangrijke voorwaarden voor een goede transitie

Kennis delen: Leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit kunnen op verschillende thema's en in verschillende situaties dagelijkse problemen ervaren. Welk karakter de problemen thuis en op school hebben en hoe deze worden ervaren is voor iedere leerling anders, ook op de manier waarin dit wel of niet merkbaar is. Om die reden is het belangrijk om aan de hand van de problemen die de leerling ervaart, in gesprek te gaan met alle betrokkenen zodat deze tijdens de warme overdrachtsbijeenkomst met elkaar gedeeld kunnen worden.

Samenwerking: De samenwerking tussen alle betrokkenen in de warme overdrachtsbijeenkomst is belangrijk omdat deze groep leerlingen dikwijls moeilijkheden ervaart met:

- **Generaliseren.** Bijvoorbeeld, leerlingen leren een nieuwe vaardigheid op school, maar zijn niet in staat om deze vaardigheid te laten zien in een andere omgeving, zoals thuis.
- **Het consequent uiten van gevoelens en gedachten.** Bijvoorbeeld, leerlingen zijn alleen in staat om hun frustraties in een omgeving te uiten waarin zij zich heel vertrouwd voelen, zoals thuis en niet op school.

Tijdens de warme overdrachtsbijeenkomst komen deze onderwerpen aan bod, zodat alle betrokkenen weten op welke manier de leerling zich uit en hoe hij/zij het beste ondersteund en begeleid kan worden.

Vooruit plannen: Het ontwikkelen van een overSTAPplan kan een aantal maanden in beslag nemen, aangeraden wordt om al in groep 7 de eerste stappen te zetten. Informatie moet worden verzameld, geëvalueerd en geïmplementeerd door de basis- en middelbare scholen, alsmede de ouders. Het is belangrijk om hier goed de tijd voor te nemen zodat iedereen de ruimte heeft om aan te geven wat hun ervaringen en wensen zijn en hoe deze omgezet kunnen worden in een overSTAPplan en leerlingprofiel. Vervolgens wordt besproken hoe deze op de school in het voortgezet onderwijs geïmplementeerd kunnen worden. De STAP-coaches spelen hierin een belangrijke rol. Zij initiëren en coördineren dit proces.

Hoe stel je een individueel overSTAPplan op?

Het belangrijkste aspect van het op maat maken van een overSTAPplan voor een specifieke leerling, is om ervoor te zorgen dat de begeleiding precies past bij de sterke en minder sterke kanten van de leerling. Hieronder staan de belangrijkste voorwaarden voor het maken van een overSTAPplan voor een specifieke leerling.

Essentiële voorwaarden	Het opstellen van een overSTAPplan
Kennis delen	Stap 1: Screeningsvragenlijsten
Samenwerking	Stap 2: Warme overdrachtsbijeenkomst
Vooruit plannen	Stap 3: OverSTAPplan
	Stap 4: Leerlingprofiel

Figuur 1.1: Voorwaarden en stappen voor het opstellen van een ondersteuningsplan

Het maken van een ondersteuningsplan bestaat uit de volgende vier stappen:

Stap 1: Screeningsvragenlijsten

Stap 2: Warme overdrachtsbijeenkomst

Stap 3: OverSTAPplan

Stap 4: Leerlingprofiel

Deze vier stappen worden hieronder toegelicht:

Stap 1: Screeningsvragenlijsten

De screeningsvragenlijsten zijn bedoeld om de juiste prioriteit in de sterke kanten van een leerling en in de ondersteuningsbehoeften van een leerling vast te stellen. Op deze manier kan de begeleiding die een leerling krijgt goed afgestemd worden op zijn of haar behoeften. Er is er een versie voor ouders/verzorgers, voor leraren van het basisonderwijs en een versie voor de leerling. Het eerste onderdeel met vragen uit de screeningsvragenlijst gaat over de algemene kenmerken van de leerling. De andere onderdelen met vragen zijn gericht op de verschillende onderwerpen waarin een leerling moeilijkheden kan ervaren. De screeningsvragenlijsten staan in bijlage 3 & 4.

Omdat iedere leerling andere problemen ervaart, geven de verschillende kleuren (rood, oranje, geel, groen) in de screeningsvragenlijsten per onderwerp aan welke mate van prioriteit en focus hier nodig zijn.

Er wordt onderscheid gemaakt op vier niveaus:

- 1) **ROOD: Problemen waaraan prioriteit dient te worden gegeven**
- 2) **ORANJE: Problemen waarbij specifieke ondersteuningsstrategieën dienen te worden ingezet**
- 3) **GEEL: Problemen waarvan men op de hoogte moet zijn, maar waar men niet direct actief iets aan hoeft te doen**
- 4) **Groen: Op dit gebied gaat het goed, er zijn geen bijzonderheden.**

Deze drie verschillende niveaus kunnen allen worden opgenomen in het overSTAPplan,. De screeningsvragenlijsten zijn zo opgezet dat elk onderdeel met vragen gerelateerd is aan een specifiek thema van Deel 2 van de STAP-methode waarin de strategieën staan beschreven. Dit betekent dat wanneer de thema's zijn vastgesteld die vanuit

de screeningsvragenlijsten naar voren komen, alleen de bijbehorende thema's uit Deel 2 voor een leerling gebruikt hoeven te worden.

WIE vullen de screeningsvragenlijsten in?

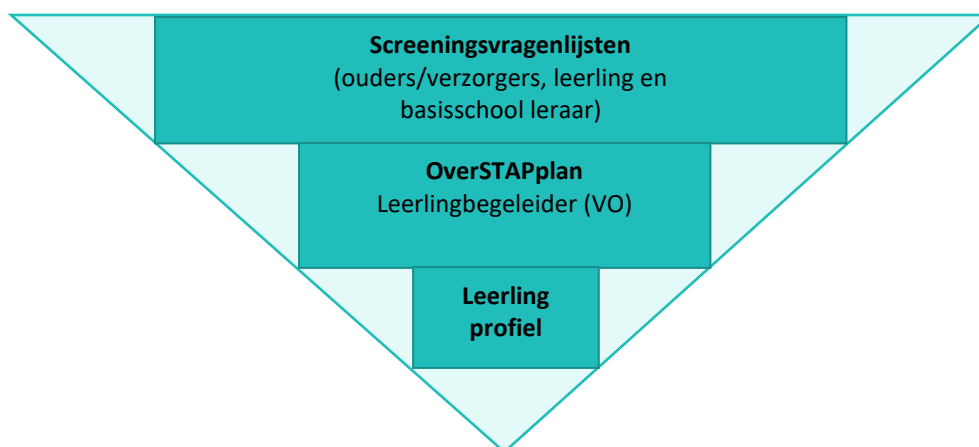
Voordat de warme overdrachtsbijeenkomst plaatsvindt, moeten de screeningsvragenlijsten ingevuld zijn door:

- **Leraar basisonderwijs:** Om een idee te krijgen van de moeilijkheden waarvoor de leerling in het basisonderwijs al specifieke ondersteuning krijgt.
- **Ouders/verzorgers:** Om een idee te krijgen van de moeilijkheden die de leerling ervaart en van zijn of haar sterke kanten die niet zo duidelijk op school zichtbaar kunnen te zijn. Beiden zijn belangrijk voor het opstellen van een overSTAPplan 'op maat'. Vaak kunnen leerlingen hun frustraties namelijk alleen thuis, in een veilige omgeving uiten en niet op school.
- **Leerling:** Hier kan de leerling zelf aangeven wat zijn of haar wensen en zorgen zijn bij de overstap van het primair naar voortgezet onderwijs.

WANNEER moeten de screeningsvragenlijsten worden ingevuld?

De screeningsvragenlijsten moeten voor de warme overdrachtsbijeenkomst worden ingevuld en daarna naar de STAP-coach worden opgestuurd als voorbereiding op de warme overdrachtsbijeenkomst. De STAP-coach zal een agenda opstellen en de uitkomsten van de ingevulde screeningsvragenlijsten naar alle betrokkenen toesturen.

In onderstaand *figuur 1.2* staat het proces weergegeven van het verzamelen van informatie en het verspreiden van de informatie naar de betrokken. Het doel is om te illustreren hoe de STAP-methode is bedoeld om aangepast te worden aan elke individuele leerling. De eerste stap bestaat uit het vooraf screenen van alle potentiële gebieden van sterke en zwakke kanten van de leerling, door middel van de screeningsvragenlijsten (Stap 1, zie bijlage 3 en 4). Aan de hand van het overSTAPplan (Stap 3, zie bijlage 7) wordt de informatie uit de screeningsvragenlijsten samengevat in de hoofdlijnen die relevant zijn met betrekking tot de sterke en zwakkere kanten van de leerling. In dit overSTAPplan worden ook de rollen van alle betrokkenen die de leerling begeleiden of met de leerling te maken hebben vastgelegd. Het leerlingprofiel (Stap 4, bijlage 8) is een korte samenvatting van de meest belangrijke informatie over de leerling die kan worden gedeeld met alle onderwijsprofessionals (indien nodig) op de middelbare school. Het leerlingprofiel dient zo beknopt en gebruikersvriendelijk mogelijk te zijn voor de onderwijsprofessionals op het voortgezet onderwijs (VO).



Figuur 1.2 Proces van informatieverzameling en -verspreiding.

Stap 2: Warme overdrachtsbijeenkomst

Wat is een warme overdrachtsbijeenkomst?

De warme overdrachtsbijeenkomst is een belangrijk onderdeel van de STAP methode. In deze bijeenkomst worden alle betrokken professionals van het basis- en voortgezet onderwijs, de ouders/verzorgers en de leerling uitgenodigd om gezamenlijk na te gaan hoe de overstap van het basis- naar voortgezet onderwijs voor de leerling het beste begeleid kan worden. De bijeenkomst zal naar schatting 45 minuten tot een uur duren.

Tijdens deze bijeenkomst:

1. Ontmoeten alle nauw betrokkenen van de leerling elkaar;
2. Worden de vastgestelde onderwerpen waarop ondersteuning gewenst is (aan de hand van de screeningsvragenlijsten (Bijlage 3 en 4) besproken;
3. Worden de strategieën die eerder thuis en in het basisonderwijs succesvol bleken besproken;
4. Worden de verantwoordelijkheden van alle betrokkenen besproken (incl. die van de STAP-coach), deze afspraken kunnen worden vastgelegd in Bijlage 6 'Afsprakenoverzicht', bedoeld voor het vastleggen van de afspraken over communicatie tussen de ouder, school en STAP-coach.
5. Wordt gezamenlijk een OverSTAPplan (Bijlage 7) en een leerlingprofiel (Bijlage 8) voor de leerling opgesteld.

WIE is de initiatiefnemer en zit de bijeenkomst voor?

De STAP-coach neemt het initiatief en nodigt alle betrokkenen ruim op tijd uit. De STAP-coach stuurt voorafgaand aan de warme overdracht een agenda rond (zie Bijlage 6 'Afsprakenoverzicht'). De STAP-coach is de voorzitter tijdens de bijeenkomst en zorgt ervoor dat alle betrokkenen aan het woord komen, dat er een gezamenlijk OverSTAPplan en leerlingprofiel worden opgesteld en dat er heldere afspraken worden vastgelegd over ieders verantwoordelijkheden.

WANNEER vindt het plaats?

De warme overdrachtsbijeenkomst vindt plaats in het voorjaar (april-mei), voordat de leerling de overstap van het basis- naar voortgezet onderwijs maakt. Rond deze periode is vaak al bekend naar welke middelbare school de leerling zal gaan.

MET WIE vindt het plaats?

De volgende partijen worden door de STAP-coach uitgenodigd:

- Ouder(s)/verzorger(s) van de leerling
- Leerling - indien gewenst kan hij/zij zelf ook aanwezig zijn, bijvoorbeeld aan het begin of het einde van de bijeenkomst. Zo heeft de leerling de gelegenheid om zelf het OverSTAPplan in te zien en zijn/haar eigen ideeën en wensen aan te geven. Het is belangrijk om de afspraken die worden gemaakt altijd te bespreken met de leerling, ongeacht of hij/zij bij de warme overdrachtsbijeenkomst aanwezig was.
- Zorgcoördinator of mentor voortgezet onderwijs²
- Leraar groep 8 en/of intern begeleider basisonderwijs
- STAP-coach (initiatiefnemer en voorzitter)

² Indien de mentor niet aanwezig kan zijn bij de warme overdracht, wordt aangeraden een gesprek te plannen in de eerste week na de zomervakantie. Hierbij moeten tenminste de ouders, de leerling, de mentor en STAPcoach aanwezig zijn (indien gewenst kan de leerkracht van groep 8 aansluiten).

Wat is het DOEL?

De warme overdrachtsbijeenkomst heeft drie doelen:

1. **Het identificeren van de ondersteuningsbehoeften van de leerling:** Door het bespreken van de uitkomsten van de ingevulde screeningsvragenlijsten kunnen de ondersteuningsbehoeften vastgesteld worden:
 - Onderwerpen die prioriteit hebben: Dit zijn de onderwerpen uit de screenings-vragenlijsten die door de leraren van het basisonderwijs, de ouders/verzorgers en leerling als *rood* zijn gekenmerkt.
 - Onderwerpen die specifieke ondersteuning vragen: Dit zijn de onderwerpen uit de screeningsvragenlijsten die door de leraren van het basisonderwijs, de ouders/verzorgers en leerling als *oranje* zijn gekenmerkt.
 - Aandachtsgebieden: Dit zijn de onderwerpen uit de screeningsvragenlijsten die door de leraren van het basisonderwijs, de ouders/verzorgers en leerling als *geel* zijn gekenmerkt.
2. **Het identificeren en vaststellen van de meest geschikte omgevings- en leerlinggerichte strategieën:**
 - Onderwerpen die prioriteit hebben: Voor deze onderwerpen is het nodig dat er een consistent overSTAPplan wordt opgesteld (bijvoorbeeld, specifieke acties om preventie van pesten mogelijk te maken aan de hand van verschillende strategieën, zoals de introductie van maatjes, en - wanneer nodig - toezicht door volwassenen).
 - Onderwerpen die specifieke ondersteuning vragen: Voor deze onderwerpen is het niet nodig dat er een uitgewerkt plan wordt opgesteld, maar dat de leerling kan profiteren van een algemene regel (bijvoorbeeld het gebruik van korte gesproken instructies en het gebruik van een visueel tijdschema).
 - Aandachtsgebieden: Deze onderwerpen kunnen door de leerling moeilijk veranderd worden en zullen daarom niet specifiek in het overSTAPplan worden uitgewerkt. Niettemin kan het behulpzaam zijn om bewust te zijn van deze onderwerpen zodat de kans op onbegrip kleiner wordt (leraren kunnen er bijvoorbeeld rekening mee houden dat een leerling moeite heeft om symboliek in taal te begrijpen en dat ongepaste opmerkingen van een leerling vaak niet zo letterlijk bedoeld zijn).
3. **Het ontwikkelen van een overSTAPplan en een leerlingprofiel:**

Bovenstaande wordt samengevat in het overSTAPplan en leerlingprofiel (zoals hieronder beschreven).

Op basis van de antwoorden op de vragen uit de screeningsvragenlijsten worden de strategieën opgesteld. Hiernaast kunnen leraren van het basisonderwijs en ouders/verzorgers strategieën beschrijven waarmee zij eerder veel goede ervaringen met de leerling hebben opgedaan. Ook kunnen de strategieën zoals die in Deel 2 per thema staan weergegeven worden gebruikt. Het wordt aangeraden om de leerling altijd uit te nodigen om mee te denken over wat zijn of haar wensen zijn ten aanzien van de strategieën. Het kan soms beter zijn om dit met de leerling op een informele manier te bespreken dan gedurende de warme overdrachtsbijeenkomst, omdat zo'n bijeenkomst voor sommige jongeren beangstigend of stressvol kan zijn omdat zij dan aan een groepsgesprek moeten deelnemen. Een 1-op-1 setting met een vertrouwde volwassene (bv. de leraar) kan de leerling helpen om zijn of haar ideeën aan te geven.

Stap 3: overSTAPplan

Wat is een overSTAPplan?

Een overSTAPplan is een beknopte samenvatting van de vastgestelde ondersteuningsbehoeften uit de warme overdrachtsbijeenkomst en het overeengekomen plan waarin gedetailleerd staat beschreven wie welke strategie (gericht op de omgeving en/of leerling) gaat toepassen. Het overSTAPplan is een werkdocument waarin iedereen die betrokken is in de ondersteuning van de leerling de hulp tijdens de overstap van basis- naar voortgezet onderwijs mee kan helpen vorm te geven. In bijlage 7 staat een voorbeeld van een overSTAPplan.

Hoe wordt een overSTAPplan opgezet?

Een overSTAPplan wordt opgezet aan het einde van de warme overdrachtsbijeenkomst, op basis van de kennis over de leerling, de strategieën die eerder goed bleken te werken en de strategieën zoals die in Deel 2 staan beschreven. De bijdrage van de leraren van het voortgezet onderwijs is hierin ook belangrijk. Het is namelijk van belang om er zeker van te zijn dat het overeengekomen overSTAPplan in de praktijk van het voortgezet onderwijs goed uit te voeren is, ook omdat leerlingen uit deze doelgroep baat hebben bij een eenduidige benadering.

Bijvoorbeeld, wanneer een leerling baat heeft om een tijdschema op voorhand te hebben, maar dit schema is nog niet beschikbaar, dan is het belangrijk om te kijken wat voor alternatieve oplossingen er zijn. Zo kan er gebruik gemaakt worden van voorbeelden van vorige jaren, of kan er duidelijk uitgelegd worden hoe zo'n tijdschema eruit ziet en gelezen moet worden en/of kan er een indicatie gegeven worden wanneer de leerling het tijdschema wel kan krijgen.

Hoe kunnen taken in een overSTAPplan verdeeld worden?

Het doel om de warme overdrachtsbijeenkomst in het voorjaar te houden is om voldoende tijd voor alle betrokken partijen te hebben om de onderwerpen die voor een leerling belangrijk zijn door te spreken. Het is niet alleen voor leraren van het voortgezet onderwijs belangrijk om ruim te tijd te hebben, maar ook voor leraren van het basisonderwijs, de ouders/verzorgers en de leerlingen zodat zij ook de tijd hebben om zich goed voor te bereiden. Het wordt aangeraden om taken op basis van onderstaande afwegingen te verdelen:

- **Betrokken professionals van het basisonderwijs:** De meest behulpzame gebieden zijn schoolvaardigheden, zoals het werken aan vaardigheden om taken beter te leren organiseren, en/of het leren van nieuwe, meer leeftijdsadequaat gedragingen.
Voorbeeld: leren dat het meenemen van een knuffel op het voortgezet onderwijs minder wordt gewaardeerd en dat deze gewoonte beter vervangen kan worden door iets anders.
- **Ouder/verzorger:** Omdat ouders/verzorgers de meeste tijd met hun kind doorbrengen, kunnen zij hem of haar mentaal, emotioneel en praktisch het beste voorbereiden op de overstap naar het voortgezet onderwijs.
Voorbeeld: De ouder(s)/verzorger(s) kunnen hun kind stapsgewijs voorbereiden op de nieuwe route naar school, of hem/haar helpen om eigen strategieën te gebruiken in bepaalde moeilijke situaties, zoals even naar het toilet gaan wanneer er te veel op hem/haar afkomt of hen te helpen bij het organiseren van huiswerk.
- **Leerling:** De leerling kan het 'Mijn OverSTAPboek' invullen (zie bijlage 30) om zich al voor te bereiden op allerlei praktische zaken rondom de nieuwe school.
Voorbeeld: Een bezoek brengen aan de nieuwe school en vertrouwd raken aan de verschillende klaslokalen, bekend worden met de rustige plekken op school wanneer die opgezocht moeten worden of kennismaken met een vertrouwenspersoon of mentor op de middelbare school).
- **Betrokken professionals van het voortgezet onderwijs:** de belangrijkste taak van de professionals van het voortgezet onderwijs is ervoor te zorgen dat de noodzakelijke voorbereidingen gemaakt worden en dat zij de verantwoordelijkheid hebben om de informatie uit de warme overdrachtsbijeenkomst door te geven. Dit kan worden uitgevoerd aan de hand van het leerlingprofiel, zoals hieronder wordt beschreven.

Stap 4: leerlingprofiel

Wat is een leerlingprofiel?

Een leerlingprofiel is een samenvatting met alleen de belangrijkste informatie waarmee de onderwijsprofessionals op de middelbare school bekend moeten zijn. Terwijl het overSTAPplan alle taken en voorbereidingen voor de overstap van basis- naar voortgezet onderwijs bevat, worden in het leerlingprofiel alleen de belangrijkste informatie en

strategieën die gebruikt moeten worden in het voortgezet onderwijs weergegeven. Het doel van het leerlingprofiel is dat het zo beknopt, gebruikersvriendelijk en overzichtelijk mogelijk is voor de onderwijsprofessionals op de middelbare school, omdat zij vaak al vele taken hebben. In bijlage 8 staat een voorbeeld van een leerlingprofiel.

Hoe wordt een leerlingprofiel opgezet?

Een leerlingprofiel wordt opgesteld door de STAP-coach in samenwerking met onderwijsprofessionals van het voortgezet onderwijs op basis van de verkregen informatie aan het einde van de warme overdrachtsbijeenkomst. Er wordt geen nieuwe informatie in opgenomen. Het is een korte samenvatting van het overSTAPplan.

Hoe wordt het leerlingprofiel gebruikt?

De informatie uit het leerlingprofiel zal verspreid moeten worden over alle betrokken onderwijsprofessionals van het voortgezet onderwijs, waaronder het kernteam van leraren, de mentor en de zorgcoördinator. Dit gebeurt altijd met toestemming van de ouders en de leerling. Het is belangrijk om ervoor te zorgen dat ook nieuwe leraren bekend worden gemaakt met dit leerlingprofiel om te zorgen dat de leerling op een eenduidige manier op school benaderd wordt.

Samenvatting

Het is belangrijk om de tijd te nemen om de overstap naar het voortgezet onderwijs voor leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit goed voor te bereiden. Het is gebleken dat strategieën die preventief ingezet worden het meest effectief zijn voor een goede schooltransitie. Een plan zoals het overSTAPplan en leerlingprofiel waarin alle taken van alle betrokkenen staan weergegeven, is zeer behulpzaam om efficiënt en doelgericht te kunnen werken. Met behulp van een overSTAPplan en leerlingprofiel wordt de kans dat een leerling ook andere toekomstige (comorbide) problemen op school laat zien ook kleiner. De vier stappen kunnen bij elkaar ook een behulpzaam proces zijn waarin ouders/verzorgers en de leerling goed de ruimte krijgen om zelf aan te geven wat zij willen en wat voor ervaringen zij hebben.

In het figuur op de volgende pagina staat het proces van welke informatie door wie wordt verzameld en verspreid in de vier stappen schematisch weergegeven.



Deel 2. Strategieën per thema



Thema 1. Voorbereiding op de overstap naar het voortgezet onderwijs

Waarom is een voorbereiding belangrijk?

De overstap naar het voortgezet onderwijs kan voor alle leerlingen een opgave zijn. Het is de eerste grote stap naar meer onafhankelijkheid en veel jongeren maken zich zorgen over hoe zij hiermee om moeten gaan. Leerlingen kunnen onzeker zijn over dat zij nieuwe vrienden moeten maken, dat ze in de nieuwe omgeving verdwaald raken, dat ze niet goed om kunnen gaan met huiswerk of met pesten of met geruchten over hen.

De vraag is hoe jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit hiermee omgaan. Deze jongeren kunnen extra problemen ervaren omdat zij zich minder snel kunnen aanpassen aan veranderingen in hun omgeving. Voorbeelden van veranderingen die zich dagelijks voordoen zijn veranderingen in schoolwerk, klaslokalen of lesuren, computers die vastlopen, regels van spelletjes die ineens veranderen, of openbaar vervoer dat te laat is (zie bijlage 9 voor specifieke voorbeelden). Dit kan ervoor zorgen dat deze jongeren op een dag meer angst ervaren dan hun leeftijdgenoten. Dit hoeft niet altijd duidelijk zichtbaar te zijn voor omstanders, maar het is wel belangrijk om deze angst en eventuele spanningen op tijd bij hen te herkennen, zodat de kans dat ze op school uitvallen of slechter gaan presteren zo klein mogelijk wordt gehouden. Deze jongeren lopen namelijk risico dat ze school gaan mijden of zich op een andere manier gaan terugtrekken als ze het idee hebben dat het op school niet goed gaat.

Over het algemeen profiteren jongeren met die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit sterk van duidelijkheid en voorspelbaarheid in hun omgeving. Bijvoorbeeld, andere leeftijdgenoten vinden het vaak leuk om heel bewust regels te overtreden, terwijl deze jongeren het juist fijn vinden om zich aan duidelijke regels te houden. Ze ervaren veel houvast aan regels en kunnen daarin opbloeien. Over het algemeen geldt dat wanneer deze jongeren goed begrijpen wat er van hen wordt verwacht, ze goed hun best zullen doen om deze verwachtingen waar te maken.

Hoe kunnen we helpen?

Jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit kunnen sterk van elkaar verschillen in de mate waarin zij hulp nodig hebben. Sommige van deze jongeren hebben een 1-op-1 ondersteuning nodig terwijl anderen met minimale steun uit de omgeving zich goed kunnen redden. De meeste jongeren van onze doelgroep hebben veel profijt van duidelijkheid en voorspelbaarheid. Op basis van de screeningsvragenlijsten van de STAP-methode wordt voor elke jongere die in de doelgroep valt, een overSTAPplan en een leerlingprofiel opgesteld met daarin de strategieën die voor hem of haar belangrijk zijn. Als alle betrokkenen overeenkomen dat de betreffende leerling baat kan hebben bij een speciaal project om van tevoren te wennen aan de nieuwe school, kan verwezen worden naar 'Mijn OverSTAPboek' (zie bijlage 30), waarin diverse relevante werkbladen voor leerlingen staan.

Omgevingsgerichte strategieën die in de voorbereiding belangrijk zijn

De schoolkeuze

Over het algemeen begint de oriëntatie voor een volgende school in groep 7. Ouders kunnen dan de Voortgezet Onderwijs gidsen bekijken en met hun kinderen open dagen bezoeken. Verder brengt de leerkracht een schooladvies

uit (wat kan worden aangepast naar een hoger niveau als de leerling hoger scoort op de Cito-toets dan van tevoren werd verwacht). Voor kinderen met autisme(kenmerken) en hun ouders is het maken van een schoolkeuze in principe hetzelfde proces. Vanwege de specifieke onderwijsbehoeften van de leerling is het belangrijk om te kijken of een vervolgschool de ondersteuning kan bieden die de leerling nodig heeft. Om ouders te ondersteunen in het maken van de schoolkeuze is in bijlage 31 een 'STAPpenplan Schoolkeuze' Opgenomen.

1. Een toegewezen volwassene

Het toewijzen van een volwassene is één van de meest behulpzame strategieën die op een school gerealiseerd kan worden. De meeste jongeren in onze doelgroep kunnen veel profijt hebben van een dergelijke toegewezen volwassene, iemand naar wie ze toe kunnen als ze dat nodig vinden. Het idee dat er iemand is naar wie ze toe kunnen, kan voor veel van deze jongeren ervoor zorgen dat zij zich al zekerder voelen. Belangrijk is hierbij:

- **Het kiezen van een geschikte volwassene:** Bij het kiezen van een geschikte volwassene is de beschikbaarheid van de volwassene het belangrijkste. Hoewel zorgcoördinatoren waarschijnlijk de meeste kennis over deze doelgroep hebben, kan het zijn dat vanwege hun verplichtingen en de meerdere petten/rollen die zij op school hebben, zij misschien geen tijd hebben om deze ondersteuning 'op maat' te bieden. Daarom kan de rol van de toegewezen volwassene vaak goed vervuld worden door mentoren of onderwijsassistenten die veel regelmatig contact met de jongere hebben en meer betrokken en beschikbaar zijn dan zorgcoördinatoren.
- **Het wennen aan de toegewezen volwassene:** Jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit blijken veel profijt te hebben als zij deze volwassene al kunnen ontmoeten voordat zij de overstap naar de nieuwe school maken. Afhankelijk van de jongere kunnen zelfs één of twee korte ontmoetingen al een gevoel van vertrouwen geven. De mate waarin er een mogelijkheid is om aan deze volwassene te wennen zal afhangen van de betreffende jongere en zijn of haar mogelijkheden zowel als de volwassene.
- **Het contact met de toegewezen volwassene duidelijk maken:** Jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit zullen vaak specifieke instructies nodig hebben om de beschikbare hulp op de juiste manier te gebruiken. Zelfs als ze aan de toegewezen volwassene zijn voorgesteld, hebben veel van deze jongeren nog steeds specifieke aanwijzingen nodig over tijden en plaatsen waar en wanneer de volwassene benaderd kan worden (bijvoorbeeld tijdens pauzes of op specifieke momenten in hun rooster).

2. Geleidelijke kennismaking

- **Bezoeken aan de school:** Jongeren in onze doelgroep blijken veel te profiteren van de mogelijkheid om van tevoren verschillende keren naar de school te gaan om zo vertrouwd te raken met de nieuwe omgeving. Als het mogelijk is, kunnen deze bezoeken samen met een ouder/verzorger en een leerlingbegeleider (zorgcoördinator/intern begeleider/onderwijsassistent/mentor) gedaan worden.
- **Werkboek:** Veel jongeren in onze doelgroep kunnen informatie het beste tot zich nemen als zij in een kalme, stille omgeving zijn waarin zij niet gestoord worden. Sommige van hen hebben ook veel behoefte aan een bevestiging van wat hen te wachten staat. Het hebben van een (digitaal) 'werkboek' dat gaat over het voortgezet onderwijs kan hier goed bij helpen. De jongere kan met zijn/haar ouders gedurende de zomervakantie hier al mee aan de gang gaan zodat hij/zij zich goed op de overstap naar de nieuwe school kan voorbereiden. Dit kan in de vorm van een schoolgids, informatiefolder of foto's van verschillende afdelingen van de nieuwe school of het

bekijken van de schoolwebsite. Het maken van zo'n werkboek kan in eerste instantie veel tijd kosten, maar met een paar kleine wijzigingen kan het daarna steeds opnieuw voor ook andere jongeren die met deze problemen op school worden aangemeld gebruikt worden. Ouders/verzorgers of medewerkers van de basisschool kunnen gevraagd worden om ook mee te werken aan het invullen van zo'n werkboek (zie bijlage 30 voor het 'OverSTAPboek' dat van pas kan komen bij de voorbereiding).

- **Schoolregels:** Iedere school heeft zijn eigen gedragsregels die de meeste jongeren vrij gemakkelijk oppikken. Voor jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit zijn vooral de 'ongeschreven regels' moeilijk. Het kan handig zijn om vooraf na te denken over de verschillen in geschreven en ongeschreven regels tussen de basis- en middelbare school zodat deze vooraf aan de jongere uitgelegd kunnen worden. Dit geeft de jongere de mogelijkheid te wennen aan de nieuwe verwachtingen op school zodat er ruimte is om zich daarop voor te bereiden.
- **Foto's van schoolmedewerkers:** Aangezien jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit vaak moeite hebben om in contact te komen met onbekende nieuwe mensen, kunnen foto's van medewerkers van de nieuwe school behulpzaam zijn bij het wennen aan de nieuwe school. Zo kan de jongere al een beetje zekerheid krijgen over de mensen met wie hij of zij op de nieuwe school te maken zal hebben.

3. Oriëntatie

- **Schoolplattegrond:** Veel jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit hebben sterke visueel-ruimtelijke vaardigheden, maar moeite met plannen en organiseren. Met behulp van een schoolplattegrond, rooster(s) en/of foto's van schoolmedewerkers, kunnen de ouders en/of de toegewezen volwassene de jongeren helpen om aan de hand van bijvoorbeeld kleurcodes grip te krijgen op specifieke vakken en leraren. Dit kan een succesvolle strategie zijn om de onafhankelijkheid van de jongeren aan te moedigen voordat ze op de nieuwe school beginnen.
- **Rooster:** Doordat veel jongeren moeite hebben met het organiseren van hun dag of van hun spullen, kan het de jongere helpen om alvast bekend te raken met het rooster van de nieuwe school. Dit kan problemen als te laat komen, verdwalen, of angst voorkomen.
- **Kleurcoderingen en combinaties:** Jongeren die vooral visueel ingesteld zijn, kunnen bij hun moeilijkheden om spullen of huiswerk goed te organiseren ondersteund worden met behulp van kleurcoderingen. Als de leerling al beschikking heeft over een schoolplattegrond, het rooster of foto's van medewerkers van de school, dan kunnen de ouders/verzorgers (of de toegewezen volwassene) de leerling helpen om de verschillende plaatsen van de nieuwe school met kleuren te coderen en deze plaatsen te combineren met de verschillende vakken en leraren. Dit kan een succesvolle strategie zijn voor het bevorderen van de zelfstandigheid van de leerling voorafgaand aan de start op het voortgezet onderwijs.
- **Veilige plekken:** Voor jongeren in onze doelgroep die ook angstig zijn, prikkelgevoelig, sterke interesses hebben en in het verleden gepest zijn, kan het hebben van een veilige plek heel waardevol zijn. Een plek waar zij zich veilig voelen, zich kunnen ontspannen, waarin niet te veel zintuigelijke prikkels zijn, en waarin zij zich eventueel kunnen overgeven aan eigen rituelen.

- **Prikkelgevoelige locaties:** Sommige jongeren van onze doelgroep kunnen erg gevoelig zijn voor, of bijzonder kwetsbaar zijn in, een bepaalde omgeving. Bijvoorbeeld, voor sommige jongeren kunnen kantines en etenstijden moeilijke situaties zijn vanwege hun prikkelgevoeligheid voor geluiden of geuren. Andere jongeren kunnen angstig worden als toiletten zich op verschillende afdelingen in het schoolgebouw bevinden, zeker als zij ook moeite hebben om zich goed te oriënteren. Het denken over proactieve oplossingen, zoals het van tevoren aanwijzen van een rustige ruimte op een schoolplattegrond kan helpen bij het voorkomen van eventuele moeilijkheden.

4. Het delen van moeilijkheden die de leerling ervaart

Het is belangrijk om de problemen van leerling uit onze doelgroep voorafgaand aan de overstap naar de nieuwe school te bespreken, zodat sommige leerlinggerichte strategieën (zie de volgende thema's) samen met alle betrokkenen goed uitgekozen kunnen worden. Het kan handig zijn om de informatie zoals die beschreven zijn in de thema's en in de bijlagen goed met elkaar te delen, zodat ouders/verzorgers en de jongeren zelf ook goede beslissingen kunnen nemen welke strategieën behulpzaam zijn.

- **Bespreek de problemen met sociale communicatie en flexibiliteit of de diagnose ASS met de jongere:** Veel ouders/verzorgers denken hier vaak over na en vragen zich af wanneer het juiste moment is om dit met hun kind te bespreken, wat en hoe zij moeten zeggen of dat ze het er met hun kind überhaupt over moeten hebben. Ze maken zich zorgen dat hun kind hierdoor minder zelfvertrouwen krijgt of dat het ze van streek maakt. Niettemin blijkt vaak dat wanneer een jongere ouder wordt, zij zelf ontdekken dat ze bepaalde dingen anders doen dan leeftijdgenoten. Daarom kan de leeftijd tussen basis- en voortgezet onderwijs zeker gezien worden als een belangrijke leeftijdsfase om het bespreekbaar te maken. Veel ouders/verzorgers maken zich zorgen over de impact die het kan hebben op de jongere, maar de jongeren zelf hebben vaak de behoefte om hun verschillen met leeftijdgenoten te begrijpen. Als zij het niet goed begrijpen, kan het ertoe leiden dat ze zichzelf gaan zien als 'stom', 'slecht' of 'gek'. Deze typering kunnen een veel nadeliger effect op hun zelfvertrouwen hebben dan etiketten gekoppeld aan hun problemen of diagnose. Kennis van eigen sterktes en zwaktes kan een jongere juist helpen om zichzelf beter te leren begrijpen. Het kan ook helpen bij het vinden van een steungroep als daar behoefte aan. Zie bijlage 16 voor meer details hierover.
- **Het delen van de kenmerken met anderen:** Ouders/verzorgers wegen regelmatig de voor- en nadelen af van het delen van wat hun kind goed en minder goed kan met anderen, in het bijzonder met leeftijdgenoten. Zij maken zich vaak zorgen over de kans dat hun kind gestigmatiseerd wordt. Een reden om deze kennis met leeftijdgenoten toch te delen is dat leeftijdgenoten vaak al hebben gemerkt dat de jongere moeite heeft met sociale communicatie en flexibiliteit. Het is belangrijk om een verklaring te kunnen geven voor soms het opvallende gedrag van de jongere. In Bijlage 23 staan nuttige adviezen over verschillende punten die hierbij relevant kunnen zijn.

5. Steun van leeftijdgenoten

Jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit zijn vaak angstig om nieuwe mensen te ontmoeten, in het bijzonder leeftijdgenoten. Als bekend is dat er ook een andere jongere met dezelfde problemen op de middelbare school starten, is het handig om hen alvast met elkaar kennis te laten maken, bijvoorbeeld tijdens één van de eerste verkennende schoolbezoeken. Een ander idee is om een andere leerling van de basisschool te vragen om met de leerling mee te gaan (zie thema 2: Sociale interactie). Als er een paar leeftijdgenoten van de

leerling bekend zijn, kunnen zij steun geven waardoor de angst om alleen gelaten te worden op de eerste dag op de middelbare school verminderd kan worden.

6. Reizen naar de nieuwe school

De weg naar de nieuwe school kan heel spannend zijn voor jongeren en hun families. Het is daarom handig om hier van tevoren over na te denken door bijvoorbeeld ruimschoots de tijd te nemen om de route naar de nieuwe school eigen te maken. Veel jongeren in onze doelgroep vinden het alleen reizen moeilijk en beangstigend en dit kan veel invloed hebben op hun humeur, ook in de periode voordat ze op school aankomen. Voor sommige jongeren kan de reis naar school beangstigend zijn omdat er ook een kans is dat ze dan gepest worden. Dit is iets wat vaak gebeurt als er geen supervisie is. Als dit het geval is, is het belangrijk om na te denken over alternatieve mogelijkheden, zoals een 'reismaatje' uit de buurt vragen om mee te reizen.

7. Eerste dag op de nieuwe school

Zelfs wanneer leerling die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit goed voorbereid zijn, kunnen ze toch angstig zijn dat ze zullen verdwalen, alleen worden gelaten, in paniek raken of een 'inzinking' krijgen voor het oog van de hele klas. Sommigen kunnen veel vertrouwen halen uit het feit dat ze op de eerste dag welkom worden geheten door iemand die ze eerder hebben gezien. Het kan ook waardevol zijn om iemand te vragen hem/haar op de eerste dag te helpen de juiste weg te wijzen.

8. Ondersteuningsbehoeften 'op maat'

Ondersteuningsbehoeften 'op maat' worden uit de screeningsvragenlijsten en gedurende de warme overdracht per jongere uit de doelgroep opgesteld. Afhankelijk wat voor de betreffende jongere belangrijk is, kunnen relevante thema's worden gebruikt om behulpzame strategieën te selecteren die geïmplementeerd worden door de ouders/verzorgers, de jongere en/of de schoolmedewerkers. Zo kan er behoefte zijn aan ondersteuning bij het opschrijven van huiswerk:

- **Huiswerk:** Hoewel jongeren uit onze doelgroep gebaat zijn bij vaste regels, vinden ze het vaak moeilijk om precies te begrijpen wat ze moeten doen voor hun huiswerk. Dit hangt niet samen met dat ze geen zin hebben om huiswerkopdrachten te doen, maar omdat ze het moeilijk vinden om vanuit zichzelf georganiseerd te werken. Ze hebben vaak problemen met hun werkgeheugen of met vaardigheden om hun huiswerk goed op te schrijven. Soms hebben ze ook leerproblemen. Het is daarom belangrijk om dit van tevoren met alle betrokkenen te overleggen zodat teleurstellingen en frustraties voorkomen kunnen worden. Zie thema 6 (Planning en Organisatie) en bijlage 24 (Ontspanningstechnieken) voor meer details en tips.

Tot slot

Een proactieve benadering om jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit te helpen bij het wennen aan een nieuwe omgeving op een middelbare school, de mensen en de nieuwe regels en verwachtingen, kan ervoor zorgen dat deze jongeren minder angst en stress ervaren. Het kan ook helpen om moeilijkheden bij het starten op een nieuwe school te voorkomen en de kans op positieve ervaringen vergroten. Zelfs als er niet veel mogelijkheden op scholen zijn om de overstap van basis- naar een middelbare school goed voor te bereiden, zijn de meeste families en jongeren zelf vaak gemotiveerd om met strategieën aan de slag te gaan. Daarnaast zorgt een goede voorbereiding met alle betrokkenen voor een positieve samenwerking tussen school en gezin en kan het ervoor zorgen dat de jongere op de nieuwe school initiatief kan én durft te nemen.

Thema 2. Sociale interactie

Waarom is dit belangrijk?

Sociale interactie is belangrijk in de ontwikkeling van een jongere. Een goede interactie met andere mensen is belangrijk voor het opbouwen van vriendschappen en het gevoel 'erbij te horen', maar ook voor het aangaan van een goede en gelijkwaardige samenwerking met anderen. Dit is ook belangrijk om later in de maatschappij goed te kunnen functioneren. Daarnaast is gebleken dat het gevoel 'erbij te horen' erg belangrijk is voor ons emotionele welzijn. Wetenschappelijk onderzoek laat zien dat jongeren zonder vrienden een hoger risico lopen op het hebben van een laag zelfvertrouwen, depressief zijn of slachtoffer te worden van pesten in vergelijking met leeftijdgenoten die vrienden hebben. Dus moeite met het maken van vrienden kan op langere termijn nadelige gevolgen hebben in relaties en werk. Het is daarom belangrijk dat jongeren op school ook sociale vaardigheden leren zodat ze goed voorbereid worden op hun toekomst.

Wat moeten we over sociale vaardigheden weten?

Het aanleren van sociale vaardigheden

Sociale vaardigheden hebben we nodig om met anderen om te kunnen gaan en ons aan anderen te verbinden. We leren sociale vaardigheden door anderen bewust te observeren en na te doen en ook door ze impliciet te leren. Voor jongeren die geen moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit komt het maken van vrienden vaak heel natuurlijk tot stand op basis van intuïtief handelen. Bij de jongeren uit onze doelgroep gaat dit niet automatisch. Zij moeten sociale regels vaak bewust aanleren. Tony Attwood (2004), een autismedeskundige uit Australië, vergeleek dit proces met het leren van een vreemde taal. Veel jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit ervaren de sociale omgeving van een school als erg ingewikkeld en verwarrend. Zij moeten alle impliciete en expliciete regels heel bewust en stapsgewijs aanleren.

Sociale moeilijkheden

Jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit kunnen zich heel verschillend uiten. Sommige jongeren maken bijvoorbeeld op een ongebruikelijke manier of in geringe mate oogcontact en andere jongeren vinden het juist moeilijk om contact te initiëren of conversaties 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.

Bijvoorbeeld: een jongere 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 hebben ze vaak 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.

Jongeren die sociale moeilijkheden hebben, hebben vaak ook een verhoogd risico op problemen omtrent social media. Denk b.v. aan gepest worden via social media of benaderd worden door onbekenden met onheuse

bedoelingen. Om ouders meer handvatten te bieden om hun zoon/dochter veilig op weg te helpen met social media, is een Toolkit ontwikkeld, welke te vinden is in Bijlage 32 'Social media: Een toolkit voor ouders'.

Hoe kunnen we helpen?

Jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit willen vaak wel sociale vaardigheden leren en manieren vinden om vriendschappen te maken. Hieronder staat een aantal strategieën dat daarbij behulpzaam kan zijn:

- **Omgevingsgerichte strategieën:** het stimuleren van sociaal begrip
- **Leerlinggerichte strategieën:** het stimuleren van sociale inclusie

Omgevingsgerichte strategieën: het stimuleren van sociaal begrip

Directe instructie

Directe instructie is een goede manier om sociale communicatie en deelname binnen groepjes van leeftijdgenoten op gang te brengen. Directe instructies zijn gebaseerd op het principe dat de jongeren van onze doelgroep vaak goed zijn in het volgen van regels.

- **Beurt leren nemen en geven:** Sommige jongeren van onze doelgroep hebben bijvoorbeeld tijdens een gesprek moeite om de beurt aan een ander te geven, wat kan leiden tot boosheid of frustraties bij leeftijdgenoten en leraren. Regels over het geven en nemen van de beurt kunnen heel bewust aangeleerd worden met behulp van visuele signaalkaarten of strips (zie Bijlage 10).
- **Regels in een conversatie:** Jongeren die moeite hebben om een gesprek te beginnen of in te schatten wanneer ze het beste over een bepaald onderwerp kunnen praten, kunnen concrete regels leren over hoe gesprekken worden gevoerd. Uit eerder onderzoek is gebleken dat het daarin helpt om een visueel overzicht van regels te hebben en deze regels te oefenen binnen echte gesprekken.
- **Regels om een groep 'binnen te stappen':** Een deel van de jongeren dat moeite heeft met sociale communicatie en flexibiliteit, heeft moeite om non-verbale signalen op de juiste wijze te interpreteren. Deze signalen zijn belangrijk om te weten hoe en op welke manier je het beste toenadering zoekt bij een groep leeftijdgenoten. Het blijkt dat deze jongeren baat hebben bij concrete regels over hoe je op een groep kunt afstappen. Deze regels staan beschreven in bijlage 11.

Sociale verhalen

Een sociaal verhaal is een techniek die gebruikt kan worden om sociaal gepaste of gewenste gedragingen uit te leggen in een visuele vorm waarvan is aangetoond dat deze effectief is bij jongeren met ASS (ontwikkeld door o.a. Carol Gray, zie bijlage 12). Er wordt hierin aan de hand van een specifieke situatie uitgelegd welke reacties op welke sociale signalen het meest passend zijn. Er zijn sociale verhalen die toegepast kunnen worden voor kinderen en jongeren van verschillende leeftijden, cognitieve niveaus en perspectief name. Dit heeft veel voordelen, omdat sociale verhalen zo aangepast kunnen worden aan een breed scala van situaties en gedragingen, zoals:

- Het uitleggen van de redenen van gedrag van anderen
- Het aanleren van sociale vaardigheden die specifiek zijn voor een bepaalde situatie
- Het introduceren van veranderingen en nieuwe routines

Sociale vaardigheidsgroepen

Sociale vaardigheidsgroepen zijn groepen waarin jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit, sociale vaardigheden kunnen leren en in een veilige situatie op elkaar kunnen oefenen. Het gaat om vaardigheden die goed aansluiten bij hun leeftijd en geslacht en die dus worden geaccepteerd door leeftijdsgenoten. Belangrijk is om na te gaan dat de jongeren in zo'n groep zich goed met elkaar verbonden voelen. Het is daarom belangrijk om aandacht te besteden aan de selectie van jongeren in zo'n groep. Degenen die zo'n groep gaat leiden moet zich ervan bewust zijn dat sociaal aanvaardbare gedragingen kunnen verschillen tussen bijvoorbeeld jongens en meisjes of pubers en volwassenen. Zo is het recht in de ogen leren kijken bij een jongere in de puberleeftijd minder raadzaam, omdat het op leeftijdgenoten als provocerend kan overkomen i.p.v. een teken dat de jongere goed luistert. Er is een breed scala aan bronnen beschikbaar om sociale vaardigheidstrainingen op scholen vorm te geven, zoals De Kanjertraining, Competentietraining ABC en Sociaal op stap.

Leerlinggerichte strategieën: het stimuleren van sociale inclusie

Gestructureerde groepsactiviteiten

Jongeren van onze doelgroep hebben profijt van gestructureerde activiteiten, omdat zij vaak worstelen met wat ze moeten zeggen of doen tijdens verschillende sociale activiteiten, of met hoe ze een sociale activiteit kunnen initiëren. Het organiseren van een gezamenlijke lunch of naschoolse activiteiten zijn goede gelegenheden om gelijkgestemde leeftijdsgenoten te leren kennen en contacten op te bouwen. Op die manier kunnen ze vriendschappen opbouwen en kan het ten goede komen aan sociale inclusie. Er zijn verschillende vormen voor gestructureerde groepsactiviteiten:

- **Clubactiviteit:** Het doel is om een sociale activiteit te organiseren, zodat gedeelde interesses (zoals computers of schaken) op gezette tijden, dagen en plaatsen op school uitgewisseld kunnen worden. Dit is een gelegenheid om in contact te komen met leeftijdsgenoten en misschien vriendschappen te ontwikkelen. Jongeren worden aangemoedigd om de club zoveel mogelijk bij te wonen wanneer ze willen. Jongeren met sociaal communicatieve problemen kunnen het prettig vinden om hier een beroep te doen op een volwassene die hen introduceert bij de clubleden of activiteiten. Hoewel een volwassene superviseert, is het niet nodig dat de bezigheden heel gestructureerd zijn, tenzij de jongere niet goed weet hoe hij/zij aansluiting kan vinden.
- **Samenwerking:** Dit is een gezamenlijke activiteit met als doel om pro-sociaal gedrag te stimuleren via samenwerking. Deze vorm, die twee of meer jongeren kan betreffen, wordt georganiseerd m.b.t. een bepaald project (bv. een natuurkunde, scheikunde of biologie practicum, handenarbeid, vrijwilligerswerk). Het werk wordt gesuperviseerd door een volwassene en de rollen en bezigheden van elke jongere zijn vaak vrij duidelijk vastgelegd en gericht op hun bijdrage binnen het project. Deze werkvormen zijn vooral geschikt voor jongeren die erg teruggetrokken zijn en sociale situaties beangstigend vinden. Het samenwerken kan ook een positief effect hebben op het zelfvertrouwen van de jongere, omdat hij/zij een zinvolle bijdrage levert aan een gezamenlijk project (zie ook bijlage 28: Stappenplan Probleemoplossend samenwerken en bijlage 29: Samenwerkingscontract voor leerlingen).

Mediatie door leeftijdsgenoten

Bij mediatie worden jongeren met goede sociale vaardigheden aangemoedigd om hun klasgenoten die hier moeite mee hebben te helpen bij het ontwikkelen van sociale vaardigheden in een natuurlijke setting. Het kan hierbij zinvol zijn om gebruik te maken van de volgende formats:

- **Maatjes:** Het doel van deze interventie is om in de klas een sociaal vaardige jongere aan te wijzen die een klik heeft met de leerling van onze doelgroep en die hem/haar in de klas, op het schoolplein bij sociale activiteiten wil helpen. Dit is vooral zinvol als het maatje zelf sociaal geaccepteerd is. Een goedbedoeld advies van een leeftijdsgenoot, bv over wat voor kleren iemand het beste kan dragen of waarover te praten, wordt vaak beter geaccepteerd dan van een volwassene. Ook zijn maatjes aanwezig in situaties waar geen volwassenen zijn. Een maatje kan bv. helpen bij de volgende zaken:
 - Het aanleren van routines in de klas (waar leg je je huiswerk en spullen neer, wat doe je als je als eerste in de klas bent)
 - De jongere van onze doelgroep betrekken bij een gesprek met andere jongeren buiten schooltijd
 - Helpen met het begrijpen van roosters en bv. de weg wijzen naar een volgend klaslokaal

Overwegingen bij het opzetten van een maatjessysteem:

- Het is belangrijk om meerdere jongeren als maatje aan te wijzen, zodat zij om beurten de jongeren van onze doelgroep kunnen ondersteunen en zich niet met te veel verantwoordelijkheid opgezaagd voelen of het idee hebben dat ze zelf nog maar net geleerd hebben hoe ze met anderen om kunnen gaan.
 - Om ook op de langere termijn de relatie tussen de maatjes te bevorderen, is het handig om een relatie met een maatje te overwegen die voor beide jongeren voordelen oplevert. Je kunt bv. een jongere van onze doelgroep – die erg goed is in wiskunde – koppelen aan een jongere die sociaal sterk is, maar moeite heeft met wiskunde, zodat beide leerlingen elkaar kunnen helpen.
 - Het systeem van maatjes heeft ook voordelen voor leraren en voor de leerling die maatje is. Leraren kunnen bv. minder tijd hebben om de jongere met problemen in de sociale communicatie en flexibiliteit te begeleiden, vooral buiten de lessen om. Ook blijkt uit diverse onderzoeken dat de jongere die een maatje is, er persoonlijk voordeel van kan hebben en zich beter bewust wordt van mogelijke beperkingen die mensen kunnen ervaren. Het is wel belangrijk om ervoor te zorgen dat maatjes regelmatig erkenning en complimentjes krijgen zodat hun motivatie om dit te doen wordt gestimuleerd.
- **Cirkel van vrienden:** Dit is een groepje vrijwilligers (6/8 personen) die regelmatig met de jongere van onze doelgroep en een volwassen groepsleider afsprekt om de uitdagingen waar de jongere tegenaan loopt gezamenlijk te bespreken. Dit kan voor de jongere heel handig zijn, omdat hij/zij zowel binnen als buiten de afspraken praktische en emotionele steun van de groep kan ervaren. Tijdens de gezamenlijk afspraak wordt een specifiek probleem besproken en gezamenlijk wordt er gebrainstormd over mogelijke oplossingen en manieren hoe iets aan te pakken (zie bijlage 26: Cirkel van Vrienden).

LET OP!

Zaken ter overweging bij het opzetten van een systeem met vrienden

Het is belangrijk om zaken rondom vertrouwelijkheid, grenzen en veiligheid te bespreken. Als er geen professionele begeleiding plaats vindt, is er namelijk het risico dat als vertrouwelijke informatie verspreid wordt een jongere zich alleen maar eenzamer gaat voelen of gepest gaat worden. Als er interesse is in het werken met een vriendengroep zoals in 'Cirkel van Vrienden', raadpleeg dan bijlage 26.

Jongeren met problemen in sociale communicatie en flexibiliteit hebben een verhoogd risico om misbruikt te worden omdat zij in sociaal opzicht naïefer zijn dan anderen. Ze willen graag bij een groep horen en kunnen gemakkelijk

verzeild raken in ongepaste activiteiten of gedragingen, in de hoop dat dit hen populair maakt. Ze hebben niet altijd (op tijd) door dat ze misleid worden. Het kan ook voorkomen dat deze jongeren betrokken raken bij regel-overtredend of agressief gedrag omdat anderen hen beloofd hebben dat bepaald gedrag hen 'cool' maakt. Als jongeren van onze doelgroep een paar echte vrienden, of zorgzame maatjes hebben, is er grotere kans dat zij beter beschermd worden tegen misbruik door anderen.

Afsluitende overwegingen

Om gedrag dat ongepast of raar overkomt, of verkeerd wordt geïnterpreteerd (bv. directe, erg letterlijke uitspraken opvatten als bewust kwetsend) te voorkomen, kan het helpen om jongeren uit onze doelgroep uit te leggen dat dit soort voorvallen soms gebeuren door de sociaal-communicatieve beperkingen die ze hebben. Hoewel ze moeite hebben met het begrijpen van sociale signalen en ze beperkte sociale vaardigheden hebben, zijn zij vaak wel gemotiveerd om bij een groep leeftijdgenoten te horen en vrienden te hebben.

Het kan helpen om klasgenoten opmerkzaam te maken op de positieve eigenschappen van deze groep jongeren, zoals dat zij vaak heel loyaal, eerlijk en betrouwbaar zijn. Dit is ook voor de doelgroep behulpzaam omdat zij zo in contact komen met leeftijdgenoten, mogelijk vriendschappen kunnen vormen. Daarnaast draagt het bij aan hun emotionele welzijn en plezier op school. Deze inspanningen worden vaak ook sterk gewaardeerd door ouders/verzorgers van de jongeren, omdat zij zich vaak meer zorgen maken om het emotionele welzijn van hun kind dan om het leren.

Thema 3. Communicatief taalgebruik

Waarom is dit belangrijk?

Beperkingen in de verbale communicatie (ook wel ‘taalproblemen’ genoemd) is een groot probleem voor jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit. Ze hebben vaak moeite om taal in de juiste context goed te begrijpen en te gebruiken. Zelfs jongeren die intelligent zijn en een volwassen woordenschat hebben, kunnen problemen hebben met hun verbale communicatie. Uit onderzoek blijkt dat jongeren met deze problemen meer risico lopen om (blijvend) op school onder hun niveau te presteren. Ook kan het een negatieve impact hebben op hun emotionele welzijn. Door de taalproblemen, hebben ze grotere kans op een minder goede geestelijke gezondheid, door bijvoorbeeld angstig te worden, een laag zelfbeeld te ontwikkelen, of opstandig gedrag te laten zien. Ze lopen ook het risico om door leeftijdsgenoten buitengesloten te worden of te worden gepest.

Dit hoofdstuk is erop gericht om jongeren met problemen in de sociale communicatieve en flexibiliteit strategieën aan te reiken om hier beter mee te leren omgaan. Door het gebruik van strategieën die gericht zijn op het beheersen of compenseren van de taalproblemen, kunnen de medewerkers op school de jongere helpen om negatieve gevolgen te voorkomen of in te perken.

Wat moeten we over taalproblemen weten?

Het leren om taal te begrijpen en te gebruiken

Taalontwikkeling is cruciaal voor het leren begrijpen en interpreteren van wat er om ons heen gebeurt en voor het vermogen om contact met anderen te leggen. Al vanaf jonge leeftijd leren kinderen taal begrijpen en gebruiken door naar andere mensen te luisteren. Deze ontwikkeling zet zich door tot in de adolescentie en daarna. Voor jongeren met problemen in de sociale communicatie en flexibiliteit is dit proces niet zo vanzelfsprekend. De taalontwikkeling bij jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit is vaak vertraagd of het verloopt op een andere manier. Hun beperkingen in de sociale interactie en verbeelding maakt dat ze vertraging oplopen in ook andere aspecten die belangrijk zijn bij een taalontwikkeling, zoals aandacht en luistervaardigheid, beurt nemen en symbolisch spel. Bij sommige jongeren verloopt de taalontwikkeling in de eerste jaren van hun leven wel goed, maar wordt later duidelijk dat zij taal niet altijd goed in de juiste context begrijpen en gebruiken.

Taalproblemen en sociaal/communicatieve problemen

Er is een zeer grote variatie in het type en de aard van de taalproblemen bij deze doelgroep van jongeren. Soms hebben zij moeite met het volgen van gesproken instructies, een beperkt begrip van woorden, of beperkt gebruik van woorden en zinnen. Soms zijn er jongeren, vaak in het regulier onderwijs, die een gemiddeld tot bovengemiddelde intelligentie hebben die vaak meer subtiele problemen ondervinden met taal, zoals de neiging om dingen letterlijk te nemen, taal op een overdreven formele of zeer eigen manier te gebruiken of moeite hebben met ‘klets gesprekjes’. Het is belangrijk om te realiseren dat deze jongeren een zeer gevarieerd profiel kunnen hebben van taalkundige sterktes en zwaktes, waarbij goede prestaties op één gebied (zoals bv. een zeer grote woordenschat) niet automatisch betekent dat ze op alle gebieden goede taalvaardigheden hebben.

Voorbeelden van taal- en sociaal-communicatieve problemen zijn:

- **Beperkingen in het taalbegrip:** Jongeren met beperkingen in het taalbegrip kunnen moeite hebben met het volgen van gesproken instructies, het begrip van verschillende zinsstructuren of het begrip van specifieke woorden of begrippen.
- **Expressieve taalproblemen:** De term 'expressieve taalproblemen' verwijst naar problemen met het gebruik van woorden of zinnen. Jongeren met expressieve taalproblemen hebben moeite met het structureren van hun zinnen (zoals het omgooien van de woordvolgorde), met het gebruik van grammaticale verwijzingen (zoals het gebruik van kinderlijke zinsconstructies), of met het benoemen van zaken.
- **Symbolische of andere zeer eigen taalproblemen:** Naast problemen in taalbegrip en taalgebruik, kunnen jongeren van onze doelgroep ook meer subtiele taalproblemen ervaren. Een voorbeeld is het te letterlijk zijn in hun interpretatie van taal. Dit is bijvoorbeeld terug te zien in woorden of zinnen die meerdere betekenissen kunnen hebben, zoals bij metaforen en grappen. Ook in het taalgebruik, kunnen deze jongeren moeite hebben om taal in de juiste sociale context te zetten (zoals het onderscheid kunnen maken tussen een spreekbeurt versus een kletspraatje). Soms kunnen ze daardoor heel formeel en 'pedant' praten. Jongeren van onze doelgroep kunnen ook 'stereotiep taalgebruik' laten zien, waarin zij bijvoorbeeld een frase herhalen die zij elders hebben gehoord (bv. tijdens een gesprek tussen volwassenen). Dit is vaak niet logisch gezien de context waarin hij/zij het zegt, waardoor de jongere eigenaardig overkomt. Hoewel dit soort taalproblemen als 'subtiel' worden beschouwd, kunnen de consequenties op persoonlijk en sociaal vlak, en in leerprestaties aanzienlijk zijn.
- **Jongeren met een intellectuele beperking/algemene leerstoornis:** Jongeren die ook een beneden gemiddeld intelligentieniveau hebben, zullen vaak ook moeite hebben met het begrijpen en uiten van taal. Deze problemen zijn dan meestal van vergelijkbare ernst als hun non-verbale problemen (zoals begrip van visuele informatie en algemene vaardigheden). Hoewel deze jongeren dus waarschijnlijk niet hun 'achterstand in de taalontwikkeling' zullen inhalen, kunnen de strategieën die hieronder staan beschreven ook zinvol zijn bij het stimuleren van hun taalbegrip en taalgebruik.
- **Specifieke Taalstoornis:** Jongeren met een specifieke taalstoornis hebben een lager begrip en productie van taal dan verwacht kan worden gezien hun non-verbale niveau. Normaliter zullen de non-verbale cognitieve vaardigheden van jongeren met een specifieke taalstoornis passend zijn bij de leeftijd, maar hun taalvaardigheden zijn matig tot ernstig beperkt. Zij kunnen taaluitingen vertonen die atypisch zijn (bv. een ongebruikelijke zinsvolgorde). Jongeren met een specifieke taalstoornis ervaren ernstige taalproblemen die niet verbeteren met algemene taalondersteuning. Zij hebben vaak intensieve begeleiding nodig van een logopedist/klinisch linguïst om vooruitgang te bewerkstelligen.

Hoe kunnen we taalproblemen herkennen?

Problemen in het taalbegrip en taalgebruik zijn niet altijd meteen duidelijk. Ze hebben op den duur wel effect op de schoolprestaties, het gedrag en de sociale omgang van de jongere. Hieronder staat een aantal voorbeelden dat in de klas kan opvallen:

Voorbeeld: Een jongere die meestal gehoorzaam is, volgt een gesproken instructie niet op.

Mogelijke oorzaak: De jongere heeft moeite om te onthouden en te begrijpen wat er gezegd is.

Voorbeeld: De jongere vertoont clownesk gedrag om de leraar af te leiden van het feit dat hij/zij een opstel moet schrijven.

Mogelijke oorzaak: De jongere is bang om te falen, door zijn/haar moeite met het structureren van zinnen.

Voorbeeld: Wanneer gevraagd wordt: “Kan je iemand vinden om mee samen te werken?”, lijkt de jongere bijdehand door ‘ja’ te zeggen maar geen samenwerkingspartner te zoeken.

Mogelijke oorzaak: De jongere heeft het indirecte verzoek op een letterlijke manier opgevat. De opdracht ‘zoek iemand om mee samen te werken’ zou waarschijnlijk eerder het gewenste resultaat hebben.

Vele andere voorbeelden kunnen in de klas voorkomen. Als er getwijfeld wordt of een jongere van onze doelgroep taalproblemen heeft, is het beste om uit voorzorg onderstaande strategieën toe te passen en na te gaan of er vooruitgang optreedt. Een consult aanvragen bij een logopedist/klinisch linguïst kan zinvol zijn als de jongere veel taalproblemen heeft, die niet formeel zijn vastgesteld en waarin weinig tot geen verandering plaatsvindt.

Hoe kunnen we helpen?

Leerlingen uit onze doelgroep willen vaak graag sociale vaardigheden leren en manieren om vrienden te maken.

Hieronder zal een aantal strategieën besproken worden om sociaal begrip en sociale inclusie te bevorderen:

- **Omgevingsgerichte strategieën:** deze strategieën kunnen in de klas worden gebruikt om de jongeren in de klas te helpen.
- **Leerlinggerichte strategieën:** dit zijn specifieke activiteiten om het taalbegrip en -gebruik van een jongere te stimuleren.

Omgevingsgerichte strategieën: algemene strategieën in de klas

Strategieën om het taalbegrip en de taalproductie te bevorderen

- **Aanpassen van het eigen taalgebruik**

Jongeren van onze doelgroep kunnen niet gewenst reageren op instructies van volwassenen omdat het taalgebruik van de volwassene te complex is. Dit kan resulteren in moeite om bij de les te blijven en ongewenst gedrag. De volgende strategieën kunnen helpen:

- De naam van de jongere noemen voordat de instructie wordt gegeven
- Het verkorten van zinnen
- Het versimpelen van woorden die worden gebruikt (bv. ‘over de hele wereld’ i.p.v. ‘internationaal’) of kort extra uitleg geven als een nieuwe term wordt geïntroduceerd (bv. ‘fotosynthese betekent....’)
- Spreek in een rustig(er) tempo
- Deel instructies op in stukjes
- Ga na of de jongere het begrepen heeft (vraag bv. de jongere of hij/zij dat wat uitgelegd is wil herhalen, in eigen woorden, zodat hij/zij datgene niet puur letterlijk nazegt maar kan laten zien dat hij/zij het heeft begrepen)
- Herhaal instructies (één of zelfs twee keer)
- Sta genoeg stiltes toe en pauzeer na elke instructie (zodat er voldoende tijd is om de instructies te verwerken)
- Naast mondelinge instructies, kan het ook op schrift gedaan worden

- Herhaal klassikale instructies ook zoveel mogelijk individueel aan de jongere van onze doelgroep
- **Stimuleer het taalgebruik van de jongere**

Er is een aantal technieken dat toegepast kan worden om de jongere te ondersteunen in het leren gebruiken van taal:

 - In plaats van het corrigeren van taal, is het beter de gewenste formulering voor te doen (bv als de jongere zegt: 'En toen zegde hij... dat hij eette liever worst', dan kun jij zeggen: 'O echt! Zei hij dat hij liever worst at?').
 - Gebruik zowel opmerkingen als vragen. Dit stimuleert de conversatie, terwijl de jongere niet de druk voelt om te reageren.
 - Als een jongere moeite heeft om dingen te benoemen, biedt dan een keuze aan tussen twee woorden en noem het gewenste woord als laatste (bv. Heb je een nietmachine of een paperclip nodig?). Het laatste woord is dan het meest recent en wordt waarschijnlijk het beste herinnerd.
- **Het ondersteunen van jongeren met symbolische taalproblemen**

Jongeren die taal te letterlijk opvatten of zeer eigen taal gebruiken, kunnen in de klas als bijdehand of opstandig gezien worden. Dit kan leiden tot problemen in de communicatie, of in het ergste geval een berisping op grond van een taalprobleem waar de jongere geen controle over heeft. Daarom staan hieronder de volgende aanbevelingen:

 - Het is belangrijk om het bewustzijn over de problemen van deze leerling onder personeel (en waar gepast andere leerlingen) te vergroten. Het is daarbij belangrijk dat leraren zich realiseren dat het zeer onwaarschijnlijk is dat de leerling bewust bijdehand of ongehoorzaam is.
 - Probeer in de klas geen sarcasme te gebruiken, aangezien deze jongeren dit vaak niet begrijpen en het letterlijk zullen nemen
 - Wanneer een nieuwe uitdrukking wordt gebruikt, is het belangrijk om de betekenis ervan goed uit te leggen (bv. 'Zullen we het even laten bezinken?' - dit betekent dat we er even over nadenken en morgen beslissen wat we zullen doen).

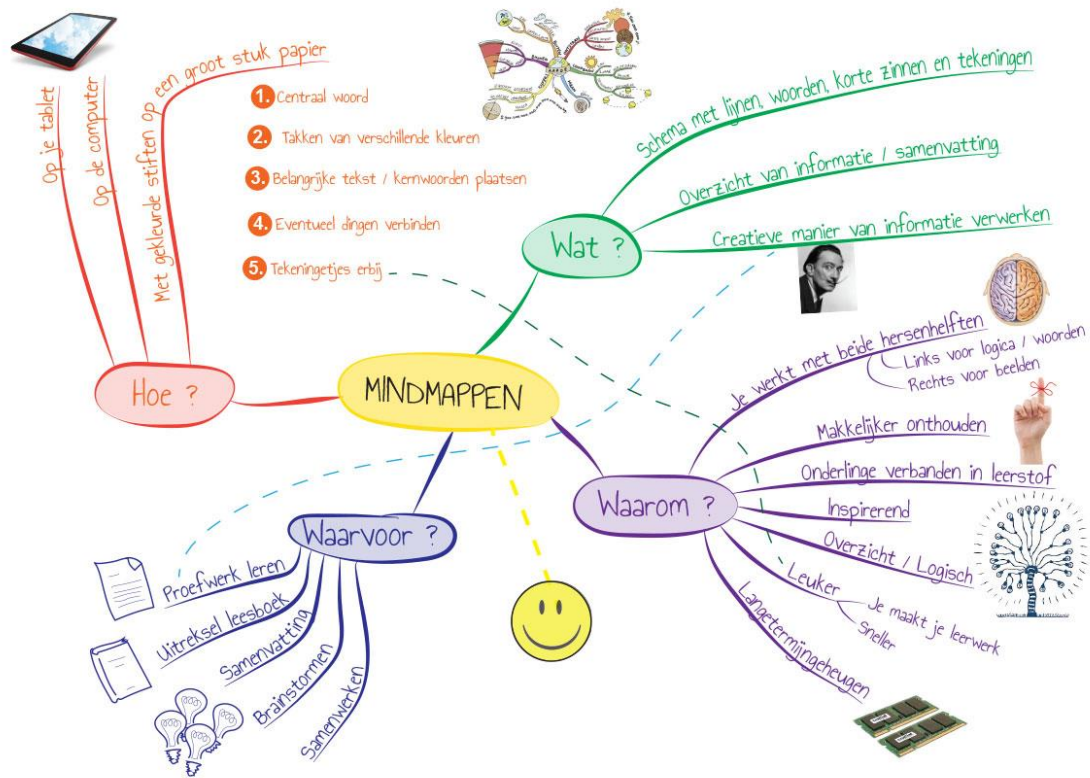
Leerlinggerichte strategieën: Specifieke aanpassingen voor de leerling

Leerlinggerichte strategieën zijn specifieke aanpassingen of activiteiten om het taalbegrip en taalgebruik bij de jongere te stimuleren. De meeste strategieën zijn het beste 1-op-1 te gebruiken door bijvoorbeeld de leraar, een onderwijsassistent, of een remedial teacher.

Strategieën om taalbegrip en taalgebruik te stimuleren

- **Gebruik de eventueel grotere gevoeligheid voor visuele waarneming om taalbegrip te stimuleren:** Jongeren van onze doelgroep leren vaak op een andere manier dan jongeren zonder deze problemen. Vaak is hun visuele waarneming en verwerking van deze stimuli sterker dan hun taalvaardigheden. Daarom kan het handig zijn om visuele methoden te gebruiken om de taalontwikkeling te stimuleren. Terwijl gesproken woorden slechts een fractie van een seconde duren, kan een visuele weergave van taal de jongere de tijd geven om nieuwe informatie te verwerken en er kan naar verwezen worden terwijl er in de klas aan wordt gewerkt. Dit kan bv. het volgende inhouden:
 - Gebruik hand-outs of kaarten met een stappenplan voor klassenactiviteiten/taken

- Gebruik diagrammen, figuren, andere plaatjes of foto's en filmpjes om nieuwe begrippen uit de les te illustreren
- Het extra oefenen van kernbegrippen die nodig zijn voor bepaalde lessen (zoals natuurkunde, wiskunde of aardrijkskunde), waarin gebruik gemaakt wordt van visuele technieken zoals mindmapping. Hieronder staat een voorbeeld van een mindmap:



Bron: <https://www.planning-en-agenda.nl/huiswerk-leren-met-een-mindmap/>

- **Stimuleer jongeren om hun eigen taalbegrip bij te houden**

Jongeren van onze doelgroep willen vaak niet opvallen en hebben dus liever niet dat de aandacht gevestigd wordt op hun taalproblemen. Daarom zullen zij moeite hebben om hulp te vragen tijdens de les. Spreek daarom van te voren af hoe zij op een onopvallende manier toch kunnen laten merken dat ze hulp nodig hebben (ze kunnen bv. hun geodriehoek op de hoek van de tafel leggen of hun vraag opschrijven i.p.v. hardop te stellen).

- **Stimuleer het taalgebruik**

Leer de juiste taalstructuur aan door schrijfoopdrachten te geven, zoals een opstel (inleiding, kern, conclusie). Leg de noodzaak uit om geschreven en gesproken taal te structureren (bv. personages moeten in het begin worden ingeleid, informatie over wat er met hen gebeurt komt daarna en de afloop van het verhaal komt het einde).

Ondersteunen van jongeren met problemen met symbolisch taalgebruik

- **Niet-letterlijke taal:** Leer de jongeren de verschillende betekenissen van veelgebruikte uitdrukkingen, zoals in spreekwoorden metaforen of mopjes ('over de rooie', 'in de put', 'koetjes en kalfjes', 'iets links laten liggen', 'aan iemands jasje trekken', 'er is iets aan de hand', etc.).

- Probeer zoveel mogelijk **de meerdere betekenissen** van situaties visueel vorm geven en deze met de jongere te bespreken.

De volgende bronnen kunnen hierbij behulpzaam zijn:

- Carol Gray's 'Het Grote Sociale Verhalen Boek'. In dit boek staan diverse voorbeeldverhalen over onderwerpen als school, fouten maken, emoties, feestjes en cadeaus, vriendschap, pesten, het begrijpen van volwassenen en veranderingen.
 - Het boek 'Verborgen Regels' van Brenda Myles e.a.: In dit boek komen sociale regels aan de orde die plaatsvinden in een school, het zwembad, bij toiletten, vriendschap en eten. Verder is er aandacht voor beeldspraak, uitdrukkingen en straattaal.
- **Informeel taalgebruik:** Leraren kunnen jongeren leren om het onderscheid te maken tussen formele en informele contexten. Het kan handig zijn om de jongere twee blaadjes te geven met op het ene blaadje het woord 'formeel' en op het andere het woord 'informeel', zodat de jongere hierop de verschillende vormen kan noteren die passend zijn bij een context (bijvoorbeeld. 'Goedemiddag' is gepast tegen het hoofd van de school, terwijl 'Hoi' meer passend is tegen een klasgenootje). Zie ook bijlage 27, 'Hoe praat je tegen...?'

Afsluitende overwegingen

Het is belangrijk om te realiseren dat veel van de jongeren van onze doelgroep een goede leerpotentie hebben maar dat de manier waarop schoolmateriaal wordt aangeboden, soms aangepast moet worden aan hun eigenschappen en leerstijl. Het gebruik van strategieën gericht op de omgeving en/of de leerling, zoals dat een leraar bewust is van hoe hij praat en lesstof uitlegt, kan in het begin veel extra energie vragen maar op den duur zal het gemakkelijker gaan. Het kan daarbij ook verrassend zijn om bewust te worden van de dubbelzinnigheid in ons taalgebruik. Er wordt wel eens opgemerkt dat: 'goed lesgeven aan jongeren met problemen in de sociale communicatieve en flexibiliteit eigenlijk gewoon goed lesgeven is', aangezien ook voor jongeren zonder deze problemen een simpele eenduidige uitleg met visuele ondersteuning vaak behulpzaam is. De strategieën die in dit hoofdstuk staan beschreven, zullen dus niet alleen van toepassing zijn voor jongeren van onze doelgroep, maar ook voor andere leerlingen met of zonder speciale ondersteuningsbehoeften.

Thema 4. Interesses, verbeelden en flexibel denken

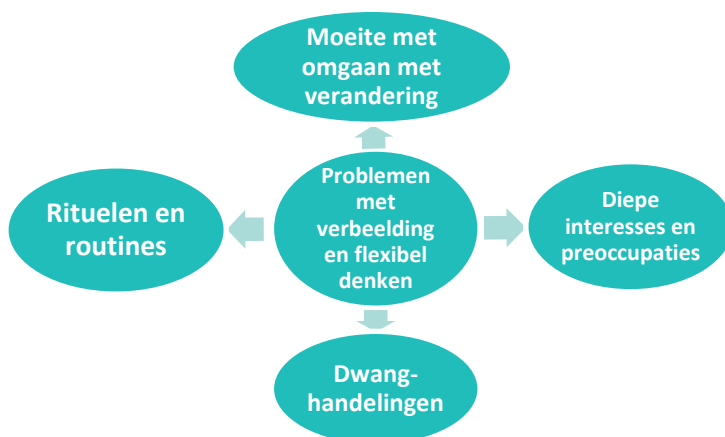
Waarom is dit belangrijk?

De jongeren in onze doelgroep hebben vaak moeite met verbeelding en flexibel denken. Het kan leraren opvallen dat sommige van deze jongeren heel uitvoerig over een onderwerp dat hen interesseert kunnen vertellen, of dat ze iedere schooldag heel afhankelijk zijn van eenzelfde routine. Deze kenmerken kunnen veel invloed hebben op de leerprestaties van deze jongeren, op hun gedrag in de klas en op sociale interacties met andere leerlingen en leraren. Moeilijkheden met het verbeelden en flexibel denken kunnen op verschillende manieren naar voren komen en kunnen per jongere sterk verschillen in uitingvorm en ernst. Het beeld is niet alleen negatief. Sommige van deze moeilijkheden kunnen ook gezien worden als sterke kanten van een persoon. Veel hechten bijvoorbeeld veel waarde aan eenduidigheid en structuur waardoor zij erg betrouwbaar zijn. Daarnaast kan de vaardigheid om de aandacht goed te kunnen focussen op een bepaald onderwerp een sterke kant zijn in het maken van huiswerk. Sommige van deze jongeren worden dan ook 'experts' in hun interessegebied. Wanneer zij daarin goede ondersteuning krijgen, kan hun interessegebied misschien een basis vormen voor hun toekomstige carrière.

Wat moeten we weten over de moeilijkheden met de verbeelding en flexibel denken?

Het leren begrijpen van moeilijkheden met de verbeelding en flexibel denken

De meeste jongeren in onze doelgroep ervaren enkele moeilijkheden met het verbeelden en flexibel denken. Zoals in Figuur 6 wordt weergegeven, kan dit op verschillende manieren naar voren komen. In dit hoofdstuk kunnen medewerkers en professionals op school geholpen worden om het gedrag van de jongere, dat uit deze moeilijkheden voortkomt, te herkennen en problemen die hier het gevolg van zijn zo klein mogelijk te houden. Het is vooral belangrijk om te herkennen dat, net als bij ieder van ons, deze jongeren vooral minder flexibel worden wanneer zij zich angstig of boos voelen. Het gedrag dat zij dan laten zien kan verschillende doelen hebben en is het beste te omschrijven als een manier om zich staande te houden (copingsgedrag). De moeilijkheid met het verbeelden kan ook voortkomen uit de moeite om flexibel te denken, omdat ze het moeilijk vinden zich een beeld te vormen over wat in een bepaalde situatie het meest waarschijnlijke is dat zal gaan gebeuren. Zoals te zien is in Figuur 6, kunnen de problemen in vier groepen worden verdeeld. Deze vier groepen worden hieronder beschreven met enkele voorbeelden van hoe die zich op school kunnen voordoen.



Figuur 6: De verschillende vormen van moeilijkheden in het verbeelden en flexibel denken zoals die ervaren worden door jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit

Moeilijkheid in het omgaan met veranderingen

Voor sommige jongeren in onze doelgroep kan de wereld verwarrend en stressvol zijn vanwege hun niet flexibele 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. Van zelfs kleine veranderingen op school (zoals een andere leraar, het vervallen van een geplande activiteit of een andere route naar school) kan een leerling in paniek raken en gedragsproblemen laten zien. Wanneer, bijvoorbeeld, een leerling op school te horen krijgt 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.

Specifieke interesses en preoccupaties

Sommige jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit kunnen interesse hebben in een specifiek onderwerp of item die ongebruikelijk is of waarvan de interesse heel diep gaat. Deze interesse kan gedurende de kindertijd en adolescentie veranderen (bijvoorbeeld, een jongere heeft interesse in 'Thomas de Stoomlocomotief' in de kinderjaren, welke veranderd in interesse in 'Star Wars' of 'techniek' in de adolescentie). Sommige jongeren kunnen zodanig gepreoccupeerd zijn met een onderwerp dat het hun leerprestaties in de weg staat. Zij kunnen daardoor geen motivatie opbrengen voor een onderwerp dat niet gerelateerd is aan hun eigen interesses. Daarnaast zullen de problemen die onze doelgroep ervaart in de sociale interactie, nog versterkt worden als zij met anderen ook alleen over hun eigen interesses willen praten. Als gevolg hiervan kunnen zij nog meer moeilijkheden krijgen in het contact met anderen en kunnen ze meer risico lopen om gepest te worden. Soms kunnen de interesses ook door de medeleerlingen worden gedeeld en dan worden ze dus geschikt bevonden (zoals voetbalteams, computer games, paarden of dansen). Leeftijdgenoten zijn in het begin misschien geïmponeerd door de gedetailleerde kennis van de jongere over het onderwerp, maar dit kan snel veranderen als ze merken dat het om lijstjes met een opsomming van feiten gaat en er niet naar hun mening of ideeën wordt geluisterd. De jongere die moeite heeft met sociale communicatie en flexibiliteit kan daarom baat hebben bij expliciete instructie en begeleiding over hoe hun interesses ingebed kunnen worden in een wederzijdse conversatie waarin zij ook leren luisteren naar de inbreng van anderen.

Dwanghandelingen

Dwanghandelingen zijn gedragingen waarbij de jongere van onze doelgroep zich gedwongen voelt om ze telkens te herhalen om zo geen vervelende emoties zoals angst te ervaren. Wanneer dwanghandelingen worden afgekapd en ze deze niet helemaal kunnen uitvoeren zoals ze gewend zijn, kunnen de jongeren in paniek raken. Deze handelingen kunnen op school een probleem zijn en kunnen de leerprestaties van de jongere in de weg zitten. Soms zitten deze dwanghandelingen ook de leerprestaties van klasgenoten in de weg. De dwanghandeling kan, bijvoorbeeld, op zichzelf hinderlijk in de klas zijn (de leerling leidt andere klasgenoten af door dwangmatig prullenbakken te legen). Daarna, als geprobeerd wordt de leerling te stoppen, kan de angst van de leerling zijn/haar leerprestaties in de weg zitten (de leerling kan door de paniek niet meer goed naar de leraar luisteren en staat erop om met zijn/haar dwanghandeling verder te gaan). Na verloop van tijd, wanneer dit vaker voorkomt, kan de leerling met het huiswerk achter gaan lopen. Soms, als dwanghandelingen worden afgekapd, kan een leerling driftbuien krijgen waardoor het leren voor alle klasgenoten moeilijker wordt.

LET OP!

Als medewerkers op school merken dat een leerling erg in paniek is vanwege een dwanghandeling, is het belangrijk om dit met de ouders/verzorgers van de leerling te bespreken en gezamenlijk, in overeenstemming, op zoek te gaan naar professioneel advies. Wanneer een obsessief compulsieve stoornis door leraren of ouders/verzorgers wordt verondersteld, moet de jongere door een huisarts worden gezien en kan het daarna eventueel doorverwezen worden naar een specialistische jeugd GGZ.

Rituelen en routines

Jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit hebben vaak een voorkeur om alles hetzelfde te laten en zullen er daarom op staan dat zij of anderen zich houden aan specifieke routines. Ze kunnen in paniek raken en angstig worden als deze routines worden doorbroken (bijvoorbeeld door een verandering in het dagelijkse tijdschema vanwege een jaaropening, kerstviering of wisseling van leraar). Zulke dagelijkse rituelen en routines zijn vaak voor andere leeftijdsgenoten niet zo logisch en inzichtelijk (bijvoorbeeld wanneer een leerling andere leerlingen op school niet kan begroeten voordat alle potloden op zijn/haar bureau op een rij worden gelegd). Het kan zijn dat de reden van de paniek van een leerling op school voor anderen niet altijd onmiddellijk duidelijk is. De paniek kan ook samenhangen met een verandering in een routine thuis (bijvoorbeeld doordat de ouder/verzorger een andere route naar school heeft genomen of ander eten dan gebruikelijk in de broodtrommel heeft gestopt, waardoor een leerling op school boos en in tranen aankomt). Een goede communicatie tussen ouders/verzorgers en school is daarom zeer wenselijk zodat iedereen weet heeft van veranderingen die het gedrag van de leerling kunnen beïnvloeden.

Hoe kunnen we helpen?

Er zijn voor leraren verschillende mogelijkheden om jongeren van onze doelgroep te helpen bij problemen met leren en met sociale interacties die kunnen ontstaan door hun moeilijkheden met verbeelding en flexibel denken:

- **Omgevingsgerichte strategieën:** Dit zijn strategieën die behulpzaam zijn om de omgeving voor een leerling voorspelbaar te maken en die de overgangen gedurende een schooldag kunnen vergemakkelijken.
- **Leerlinggerichte strategieën:** Dit zijn specifieke aanpassingen of activiteiten die bedoeld zijn om de sterke kanten van een leerling in te zetten en zo het leren en sociale interacties te stimuleren.

Omgevingsgerichte strategieën: Strategieën bedoeld om een situatie/omgeving voorspelbaar te maken

De meeste leerlingen die moeite hebben met flexibiliteit hebben voorspelbaarheid nodig en functioneren het best wanneer ze weten wat ze kunnen verwachten. Wanneer een omgeving voorspelbaar en gestructureerd is, kunnen deze leerlingen zich veiliger voelen en hierdoor wordt hun onafhankelijkheid vergemakkelijkt. Het aanbieden van een gestructureerde omgeving op school betekent dat deze leerling zich minder genoodzaakt voelt om zijn/haar eigen wil op te leggen en zal daarmee minder rigide gedrag laten zien. Hieronder staat een aantal voorbeelden om de voorspelbaarheid op school zo groot mogelijk te maken zodat het leren van deze leerlingen kan worden gestimuleerd:

- Het gebruik van een tijdschema: Geef leerlingen een duidelijk tijdschema voor iedere schooldag of schoolweek die ze gemakkelijk bij zich kunnen dragen (bijvoorbeeld, leerlingen die moeite met taal hebben, profiteren van een tijdschema met plaatjes).

- Het aanhouden van het tijdschema: Probeer onnodige veranderingen in de routine van een leerling te vermijden, omdat de leerling moet kunnen vertrouwen op een vooropgesteld plan (bijvoorbeeld het tijdschema van een week moet zo precies mogelijk de activiteiten van die week weergeven).
- Bereid de leerling voor op veranderingen in de omgeving: Vermijd veranderingen in de fysieke omgeving, en als deze veranderingen er zijn, wees er dan bewust van dat deze veranderingen voor deze leerlingen moeilijk kunnen zijn (bijvoorbeeld maak in de klas op voorhand duidelijk dat posters op een andere plek komen te hangen en wees alert dat de leerling dit ook heeft begrepen).
- Bereid de leerling voor op veranderingen in routines: Bereid een leerling bij veranderingen in routines op voorhand voor. Het kan behulpzaam zijn om de leerling te vertellen waarom iets verandert. De Sociale Verhalen (zie bijlage 12) kunnen ook behulpzaam zijn om de leerling te leren wat hij/zij in een nieuwe situatie kan verwachten en daarmee om kan gaan (bijvoorbeeld, er kan een Sociaal Verhaal geschreven worden over wat van leerlingen verwacht wordt tijdens een schooluitje).
- Omgaan met ongestructureerde momenten: Wees er zeker van dat alle gebeurtenissen op de dag genoeg structuur hebben en voorspelbaar zijn. Ga na of de jongere weet wat hij/zij kan doen tijdens ongestructureerde momenten, zoals tijdens een pauze of lunch. Probeer, als dat nodig is, een gemakkelijke activiteit aan te bieden tijdens deze momenten (zie bijlage 21 over het plannen en organiseren en bijlage 15 over een tijdschema met activiteiten tijdens een lunch).
- Het omgaan met onverwachte veranderingen: Neem de tijd om onverwachte veranderingen in routines uit te leggen en maak duidelijk hoe het nieuwe plan eruit ziet. Wanneer dat nodig is, is het raadzaam om de leerling een nieuwe rooster te geven waarin de verandering is opgenomen. Visuele schema's en tijdschema's (zelfs die even snel op een stukje papier zijn getekend) kunnen heel nuttig zijn om de angst van een jongere te verminderen (zie bijlage 13 voor een lesrooster 'op maat' en Thema 9, Escalerend gedrag).

Strategieën om overgangen gedurende een schooldag te stroomlijnen

De overgangsmomenten gedurende een schooldag kunnen moeilijk zijn voor leerlingen die problemen hebben met flexibiliteit. Ze hebben moeite met schakelen en veranderingen. Deze momenten kunnen voor medewerkers van school of andere leerlingen niet opgemerkt worden als iets lastigs, maar de leerlingen in onze doelgroep kunnen in paniek raken of woede-uitvalen hebben als ze niet goed weten hoe ze ermee om moeten gaan.

Gedragsmoeilijkheden kunnen op een klein moment ineens naar voren komen. Een leerling kan bijvoorbeeld moeite hebben met de overgang van een activiteit binnen een les, van een pauze naar de klas gaan, of bij de start of einde van een schooldag. Er zijn verschillende mogelijkheden voor leraren om leerlingen bij deze overgangsmomenten te helpen:

- Vooruit denken: Wees van bovenstaande bewust wanneer je een leerling vraagt iets te doen en bereid je voor op eventuele problemen (bijvoorbeeld, als je weet dat de leerling een bepaalde activiteit heel leuk vindt, bedenk dan van tevoren hoe je de leerling kan voorbereiden om iets anders te gaan doen).
- Terug tellen: Bereid de leerling op de overgangsmomenten voor, door hen te vertellen wat en wanneer zal gebeuren (bijvoorbeeld door de leerling te laten weten dat hij/zij nog drie minuten heeft om iets af te maken). Het kan behulpzaam zijn om een digitaal klokje of een timer op de tafel van de leerling neer te zetten zodat hij/zij de tijd ook zelf bij kan houden.
- De overgang vergemakkelijken: Als je vermoedt dat een leerling niet goed weet hoe hij/zij een overgangsmoment door kan komen, laat dan duidelijk blijken wat de bedoeling is. Signaalkaarten kunnen hiervoor behulpzaam zijn (zie bijlage 14).

- De leerling belonen: Beloon de leerling flink wanneer hij/zij zich netjes gedraagt tijdens overgangsmomenten. Op die manier kunnen zij meer vaardigheden leren zodat ze later veranderingen ook onafhankelijk van anderen door kunnen komen. Het belonen stimuleert hun zelfvertrouwen en vergroot de kans dat ze hetzelfde gedrag de volgende keren laten zien.

Leerlinggerichte strategieën: strategieën om de sterke kanten van een leerling te stimuleren

Wanneer een leerling sterk gemotiveerd wordt door een eigen specifieke interesse of activiteit, kan dit gebruikt worden om het leren te stimuleren. De uitdaging zit erin om de motivatie van de leerling op een creatieve manier verder uit te bouwen:

- Gebruik de specifieke interesses als beloning: De leerling toestaan om met zijn/haar eigen interesses bezig te zijn kan een krachtige beloning zijn om ook de minder leuke activiteiten te doen (bijvoorbeeld de leerling mag pas achter de computer als hij/zij een wiskunde-oefening heeft gemaakt).
- Gebruik de specifieke interesses in het schoolwerk: Het leren kan ook gestimuleerd worden aan de hand van de specifieke interessegebieden van een leerling. Een leerling met een specifieke interesse in dienstregelingen in het openbaar vervoer, zoals trams en bussen, kan zijn/haar schrijfvaardigheden verder ontwikkelen door iets te schrijven over dit transportsysteem. Een leerling die gefascineerd is door computers kan zijn/haar schrijfvaardigheden goed ontwikkelen aan de hand van een digitaal programma over bijvoorbeeld grammaticale regels. Of iemand met een sterke interesse in wilde dieren, kan zijn/haar communicatieve vaardigheden verder ontwikkelen door over dit onderwerp een presentatie te houden.
- Het vergroten van eigenwaarde en zelfvertrouwen: Iemands gevoel van eigenwaarde kan ook vergroot worden vanuit zijn/haar specifieke interesses. De meeste jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit functioneren op hun best wanneer zij bezig zijn met gebieden die gerelateerd zijn aan hun eigen interesses. Op die manier krijgen zij ook meer waardering van leraren en andere leerlingen of leeftijdgenoten (bijvoorbeeld een leerling die interesse heeft in wiskunde, zou gestimuleerd kunnen worden om andere leerlingen hierbij te helpen, onder begeleiding van een leraar).
- Het vergemakkelijken van sociale interacties:
 - Maak de interesse 'sociaal': Helaas is het vaak zo dat de onderwerpen waarin deze groep leerlingen speciaal in zijn geïnteresseerd niet zo interessant zijn voor anderen. Soms kunnen andere leerlingen in het begin bijvoorbeeld wel geïnteresseerd zijn om mee te praten over auto's, totdat zij merken dat de ander eigenlijk alleen gefascineerd is in hoe de spanning van autobanden gemeten wordt. Het is daarom belangrijk om na te gaan op welke manier de interesse waar een leerling zelf in opgaat toch gebruikt kan worden in contacten met andere leerlingen. Bedenk voor de leerling bijvoorbeeld een 'rol' op school waardoor andere leerlingen met hem of haar in contact moeten komen. Zoals een leerling de opdracht geven om alle scores van de school tijdens sportdagen bij te houden omdat hij of zij een heel goed geheugen heeft voor voetbaluitslagen. Alle klassen kunnen na iedere wedstrijd hun scores bij deze leerling doorgeven.
 - Het trainen van sociale interacties: Zoals eerder beschreven, kunnen andere leerlingen snel afhaken in het contact met leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit wanneer het enkel gaat over hun speciale interesses en het contact niet wederzijds is. Deze leerlingen kunnen daarom baat hebben bij het expliciet maken hoe een wederzijdse conversatie gaat: van het afwisselend zelf spreken en luisteren naar iemands bijdrage. Het gebruik van hulpmiddelen zoals beurtkaarten (zie bijlage 10), Sociale Verhalen (zie bijlage 12) of het gebruik van de strategieën zoals die bij Thema 2 over sociale interactie staan beschreven kan voor de ontwikkeling van deze sociale vaardigheden raadzaam zijn.

- De speciale interesses gebruiken om angst te verminderen: De speciale interesse van een leerling kan vaak ingezet worden als bron van ontspanning. Het geeft hem of haar vaak veel plezier. De leerling kan zo ook even los komen van moeizame gedachten of van stress, gerelateerd aan sociale interacties (bijvoorbeeld, een half uurtje alleen werken aan een wetenschapsproject gedurende de lunchtijd kan voor een leerling die daar interesse in heeft een goede manier zijn om zijn/haar angst kwijt te kunnen).
- Het denken aan de toekomst: Het hebben van een speciale interesse kan de basis vormen voor een toekomstige carrière wanneer deze interesse op een creatieve manier gevormd en gestimuleerd kan worden (bijvoorbeeld, een jongen met veel interesse in computers zou gestimuleerd kunnen worden om een ICT opleiding te kiezen voor zijn verdere carrière). Een leerling die moeite heeft met sociale communicatie en flexibiliteit zal het beste gestimuleerd en geholpen kunnen worden door allerlei mogelijke carrières die gerelateerd zijn aan hun grote interessegebieden uit te zoeken.

Afsluitende overwegingen

Hoewel moeilijkheden met het kunnen verbeelden en flexibel denken negatieve gevolgen kunnen hebben voor leerlingen van onze doelgroep, kunnen ze ook positieve effecten hebben wanneer ze op een juiste manier worden gebruikt. Met een goede organisatie en ondersteuning (bijvoorbeeld door de schooldag goed te structureren en voorspelbaar te maken) kunnen onverhoopte moeilijkheden voor deze leerlingen verminderd worden zodat ze terecht komen in een omgeving waarin ze zo goed mogelijk kunnen leren. De speciale interesses die deze leerlingen hebben, kunnen juist als een sterke kant van deze leerlingen gezien worden. Ze kunnen goed ingezet worden om het leren van de jongere te stimuleren en om hun eigenwaarde en sociale acceptatie te vergroten. Met de creativiteit van ervaren professionals en andere medewerkers van school kunnen de soms eigenaardige of obsessieve interesses van deze leerlingen uitgebouwd worden tot adequate sociale interacties met andere leerlingen.

Thema 5. Pestgedrag

Waarom is dit belangrijk?

Het belang van het aanpakken van pesten wordt de laatste tien jaar breed erkend. Scholen hebben veelvuldig anti-pest programma's ingevoerd. Onderzoek laat helaas zien dat jongeren met speciale onderwijsbehoeften tot de meest kwetsbare groepen behoren, en dat jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit, die zowel onzichtbare beperkingen als beperkingen in het onderhouden en begrijpen van relaties vertonen, het grootste risico lopen om gepest te worden. Onderzoek laat zien dat driekwart van alle jongeren tijdens hun schoolperiode in meer of mindere mate wordt gepest.

Alhoewel de prevalentiecijfers van pesten onder jongeren variëren, laat onderzoek zien dat het risico op pesten bij jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit vier maal groter is dan bij jongeren zonder deze problemen. Aangezien de overstap naar een nieuwe school complexer is voor jongeren uit onze doelgroep, blijkt een specifieke en proactieve focus op dit thema één van de meest nuttige vormen van ondersteuning die scholen kunnen bieden aan deze leerlingen. Dit wordt bovendien erg gewaardeerd door ouders.

Wat moeten we over pesten weten?

De gevolgen van pesten

- Gepest worden heeft schadelijke effecten op het zelfvertrouwen, het gevoel van eigenwaarde en de leerprestaties van jongeren.
- Langdurig gepest worden leidt vaak tot psychische gezondheidsproblemen zoals gevoelens van stress, angst en depressieve klachten en kunnen leiden tot het ontwikkelen van posttraumatische stress (zie Thema 10).
- Langdurig gepest worden is één van de meest voorkomende oorzaken van schoolweigering en overplaatsing naar een andere school.

Pesten en het hebben van problemen met sociale communicatie en flexibiliteit

- Jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit hebben over het algemeen ook moeite met het zich aanpassen aan anderen. Andere jongeren vinden hen vaak niet 'cool'.
- Jongeren met deze problemen hebben minder sterke sociale netwerken (zie Thema 2, Sociale Interactie).
- Ze hebben vaak problemen met het begrijpen van sociale aanwijzingen en zijn over het algemeen erg goedgegelovig. Dit maakt hen een gemakkelijke prooi voor pesters.
- Het is voor andere jongeren moeilijk om de aard van de problemen van deze jongeren goed te begrijpen omdat veel van hun beperkingen niet heel duidelijk zichtbaar zijn.
- Jongeren van onze doelgroep kunnen andere jongeren overstuur maken. Soms beledigen ze anderen met uitspraken over zaken die objectief gezien wel kloppen (bijvoorbeeld dat iemand een grote pukkel op zijn gezicht heeft), maar die bij andere jongeren gevoelig kunnen liggen.
- De problemen met flexibiliteit bestaan vaak uit ongebruikelijke, zeer beperkte en specifieke interesses die heel intens of gefocust worden beleefd. Deze specifieke interesses - en eventueel ook de aanwezigheid van repetitieve interesses of prikkelgevoeligheid - kunnen op andere jongeren als 'gek' of vreemd overkomen en een goede aanleiding zijn om deze jongeren te plagen of te pesten.
- Jongeren van onze doelgroep hebben soms niet door dat vriendelijk bedoelde grapjes kunnen overkomen als plagen of pesten.

- Pesters hebben vaak het sociale inzicht om hun pestgedrag goed te timen (zodat ze bijvoorbeeld niet betrapt worden door de leraar) en weten precies ‘op de juiste knoppen te drukken’ om een reactie te ontlokken. Jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit beschikken vaak niet over goede copingstrategieën en hebben minder sociaal inzicht, waardoor zij betrapt worden wanneer ze op de pesters reageren.
- Omdat jongeren van onze doelgroep moeite hebben met het begrijpen maar ook uiten van hun emoties, zowel verbaal als non-verbaal, wordt het voor leraren of anderen in zijn of haar omgeving niet altijd duidelijk dat hij of zij gepest wordt.

Uitdagingen voor leraren

- Alhoewel de meeste leraren zich goed bewust zijn van de hierboven beschreven kwetsbaarheden van deze groep jongeren, blijkt het aanpakken van het pesten moeilijk. Het kan een uitdaging zijn, zeker in een drukke klas, om genoeg aandacht te geven aan de – vaak uiteenlopende – behoeften van leerlingen. De hieronder beschreven voorbeelden illustreren enkele van de meest voorkomende (en soms demotiverende) thema’s waar leraren tegenaan kunnen lopen:
 - *‘We zijn ons er allemaal van bewust dat leerlingen die geïsoleerd zijn het grootste risico lopen om gepest te worden, maar hoe kunnen wij ervoor zorgen dat andere jongeren hen leuk vinden en vrienden met hen willen zijn?’*
 - *‘Het probleem is dat deze jongeren dingen doen die continu negatieve reacties ontlokken bij andere jongeren’*
 - *‘Wanneer leerkrachten andere regels voor deze jongeren maken, brengen we deze jongeren in een uitzonderingspositie en we zijn bang dat dit hun sociaal isolement vergroot’*
 - *‘Deze jongere komt iedere dag naar onze kamer om te vertellen dat zij gepest wordt. Bij het laatste incident was ik er zelf bij en zag wat er gebeurde. Een andere jongere rende achteruit en botste per ongeluk tegen haar aan, maar zij voelde zich expres belaagd. Hoe leg ik het onderscheid uit tussen welke incidenten ernstig zijn, en welke slechts vriendelijk bedoelde grapjes, ongelukjes of toenaderingspogingen van andere jongeren?’*

Deze opsomming is niet volledig; het is slechts een voorbeeld van de meest voorkomende dilemma’s en de meest pijnlijke onderwerpen die leraren ervaren. Aangezien iedere school en iedere leerling verschillend is, vereist een succesvolle benadering strategieën die op maat worden toegepast. Hieronder wordt een samenvatting gepresenteerd van een breed palet aan strategieën, ontwikkeld door leraren, ambulant schoolbegeleiders, anti-pest organisaties, onderzoekers, psychologen en door mensen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit.

Hoe kunnen we helpen?

Er is een aantal manieren waarop pesten benaderd kan worden. Richtlijnen van de overheid benadrukken drie kernthema’s: het belang van erkennen dat pesten plaatsvindt, pesten voorkomen en het betrekken van de gehele school en de bredere gemeenschap bij het ontwikkelen van heldere richtlijnen om pesten tegen te gaan. Hieronder volgen twee paragrafen met adviezen, bestaande uit:

- **Omgevingsgerichte strategieën:** Dit onderdeel benadrukt het belang van het vergroten van het bewustzijn dat pesten een probleem is, als een eerste stap naar de oplossing van het probleem. Belangrijke doelstelling is om leerlingen ertoe te bewegen pesten te melden en om leraren te leren die leerlingen te identificeren die

kwetsbaar zijn, en om situaties waarin pestgedrag plaatsvindt te herkennen. Dit maakt het voor scholen mogelijk om anti-pest programma's zorgvuldig te implementeren en te monitoren.

- **Leerlinggerichte strategieën:** Dit onderdeel behandelt belangrijke strategieën om met pesten om te gaan en om het slachtoffer van pesten te ondersteunen.

Omgevingsgerichte strategieën: Het vergroten van bewustzijn

Voor leraren

- **Schoolklimaat en anti-pest beleid:** Zoals ook benadrukt in richtlijnen van de overheid, is het anti-pest beleid het meest effectief als de hele school wordt betrokken. Het implementeren van richtlijnen kan, gezien de vele specifieke behoeften en uitdagingen die leerlingen hebben, voor school een grote opgave zijn. Factoren die het verschil maken zijn het creëren van een veilig schoolklimaat, een duidelijk beleid dat ook regelmatig wordt besproken zodat de aandacht hiervoor blijvend is.
- **Psycho-educatie:** Om pesten te voorkomen moeten effectieve maatregelen gedurende alle les-momenten van een schooldag worden ingevoerd. Dit geldt speciaal voor het speelterrein en tijdens de lunch. Dit zijn momenten waarop leerlingen van onze doelgroep het meest kwetsbaar kunnen zijn. Deze vrije momenten kunnen een probleem zijn wanneer de leraar niet in de gelegenheid is om goed op te letten. Het wordt daarom aanbevolen om het leerlingprofiel (zie bijlage 8) te verspreiden onder alle medewerkers van school, zodat zij rekening kunnen houden met de specifieke ondersteuningsbehoeften van de leerling.
- **Ondersteuning:** Voor leraren, en voor leerlingen die worden gepest, kan het moeilijk zijn om pestincidenten te rapporteren. Leraren kunnen zich afvragen of ouders zich te veel zorgen over hun kind gaan maken, of over een slechte naam die de school kan krijgen. Ook kan het zijn dat leraren zelf zorgen gaan maken over hoe het op andere leraren kan overkomen dat zij moeite hebben om met pestgedrag in hun klas om te gaan. Het is belangrijk om bij alle leraren te benadrukken dat het voorkomen van pesten, in het bijzonder bij leerlingen van onze doelgroep, een lastige opgave is. Leraren moeten worden aangemoedigd om ondersteuning te zoeken bij het gehele schoolteam. Het onderzoeken van de zorgen van het schoolteam moeten in iedere benadering centraal staan, ongeacht hoe klein de incidenten ook zijn.

Voor leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit

- **Erkennen dat er gepest wordt:** Doordat onze doelgroep moeite heeft met inzicht in sociale situaties, kunnen zij op sociaal gebied zeer naïef zijn. Het komt vaak voor dat leerlingen de intenties van anderen verkeerd interpreteren. Ze kunnen zo gebrand zijn op het sluiten van vriendschappen dat zij niet in de gaten hebben dat zij voor de gek worden gehouden om ongepaste dingen te doen in ruil voor ogenschijnlijk vriendelijk gedrag van anderen. In hun wens om door klasgenoten geaccepteerd te worden, zijn zij kwetsbaar voor manipulatie (zie Thema 2, Sociale Interactie). Deze leerlingen kunnen baat hebben bij een duidelijke uitleg over hoe verschillende manieren van pesten (inclusief pesten via sociale media), of onacceptabel gedrag, eruit ziet. Dit moet één van de doelstellingen in hun overSTAPplan zijn en uitgewerkt te worden in een 1-op-1 sessie of tijdens een mentoruur of vak Verzorging. Wanneer dit probleem met de klas als geheel aangepakt moet worden, is het belangrijk om te onthouden dat deze leerlingen meer specifieke input nodig hebben dan de meeste van hun klasgenoten.
- **Rapporteren van pesten:** Door de beperkingen in hun communicatieve vaardigheden kunnen deze leerlingen het moeilijk vinden om pestincidenten te bespreken. Zelfs leerlingen met goede taalvaardigheden kunnen het moeilijk vinden om complexe sociale situaties te beschrijven. In tegenstelling tot hun goede begrip van meer feitelijke informatie, kunnen zij moeite hebben om de nuances in sociale situaties te doorgronden (zie Thema 3,

Communicatief taalgebruik). Het kan helpen om de leerlingen ongeveer 15 minuten per week in een vertrouwde en veilige omgeving, samen met een vertrouwd teamlid, over hun zorgen te praten.

- **Omgaan met hulpeloosheid:** Het is belangrijk om te erkennen dat veel leerlingen van onze doelgroep soms al een lange geschiedenis van pesten achter de rug hebben. Veel van deze leerlingen kunnen zich een stijl van 'aangeleerde hulpeloosheid' eigen gemaakt hebben en denken dat er toch niets aan hun situatie gedaan kan worden. Uit angst dat er niets verandert of dat het pesten erger wordt, vertellen de leerlingen niet dat zij gepest worden. Om dezelfde reden maken deze leerlingen ook geen gebruik van de vertrouwelijke meldboxen die scholen soms hebben. Deze leerlingen hebben behoefte aan een proactieve benadering van iemand op school die zij vertrouwen, die hen helpt hun ervaringen te delen, hen gerust te stellen, hun zorgen serieus te nemen en deze goed te behandelen.
- **Psycho-educatie over de impact van gedrag:** Jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit vertonen vaak specifiek gedrag waardoor zij 'anders' lijken en daardoor een gemakkelijk doelwit voor pesters zijn. Bij het nadenken over de vraag hoe deze leerlingen kunnen werken aan meer sociaal en aangepast gedrag, is het ook belangrijk om na te denken over de vraag welke gedragsaspecten deze leerlingen redelijkerwijs kunnen veranderen en welke niet. Wanneer een leerling bijvoorbeeld de aandrang voelt om bepaalde rituelen uit te voeren, zou er naar manieren gezocht kunnen worden om hem of haar te leren deze in een veilige en beschermde omgeving uit te voeren. Wanneer een leerling bijvoorbeeld oordopjes moeten dragen om hem te helpen bij zijn prikkelgevoeligheid, dan gaat het niet om gedrag dat een leerling kan veranderen en betekent dit automatisch een uitzonderingspositie voor de leerling. Het is daarom belangrijk om er zo goed mogelijk voor te zorgen dat een leerling niet wordt gediscrimineerd vanwege zijn of haar beperkingen. Wanneer een leerling gedrag laat zien waaraan gewerkt kan worden, loont het de moeite om een specifieke plan van aanpak te maken waarmee de leerling geholpen kan worden. Bijvoorbeeld door in een sociale vaardigheidstraining pro-sociaal gedrag te leren tijdens 1-op-1 sessies met behulp van foto's of verhalen (zie bijlage 12).
- **Het identificeren van kwetsbare momenten:** Leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit zijn vooral tijdens ongestructureerde momenten, zoals een pauze, lunch, of op het schoolplein, kwetsbaar. Omdat deze leerlingen het zelf moeilijk vinden wat ze tijdens ongestructureerde momenten kunnen doen, kunnen ze angstig worden en eventueel repetitief gedrag of ander opvallend gedrag laten zien. Dit maakt de kans dat ze gepest gaan worden groter. Ook hebben deze jongeren een minder goed sociaal netwerk dan andere jongeren. Hierdoor kunnen ze ook sneller gepest worden. Daarnaast is er meer kans dat ze gepest worden tijdens deze ongestructureerde momenten omdat er dan minder toezicht van volwassenen is. Wanneer bepaalde momenten risicovol zijn, kan de leerling baat hebben bij het structureren van sociale activiteiten, zoals het bijwonen van lunchclubjes en, indien mogelijk, andere gestructureerde en constructieve activiteiten met andere leerlingen.
- **Bewustzijn van de kwetsbaarheden van de leerling tijdens lesmomenten:** Bepaalde lessen vormen een groter risico voor minder openlijk en minder zichtbaar pestgedrag dan andere lessen. Gymlessen kunnen ingewikkeld zijn, omdat de sommige leerlingen in onze doelgroep moeite hebben met hun motoriek en daarom nooit, of altijd als laatste worden gekozen tijdens het vormen van teams. Andere lessen waarbij een groot beroep wordt gedaan op samenwerken vormen gelijksoortige risico's voor deze leerlingen die niet veel vrienden hebben. Wanneer dit een probleem is, wordt aan leraren geadviseerd een actieve rol in te nemen bij het samenstellen van groepen en ervoor te zorgen dat deze leerlingen worden ingedeeld met andere jongeren die in sociaal opzicht sensitiever zijn en meer geneigd om met deze leerlingen samen te werken.
- **Het aanmoedigen van sociale integratie en sociale netwerken:** De leerlingen van onze doelgroep hebben moeite om vrienden te maken, terwijl ze vaak veel te bieden hebben, zoals loyaliteit, betrouwbaarheid en specifieke

vaardigheden of kennis. Het ondersteunen van anderen in de klas bij het leren ontdekken van deze kwaliteiten van jongeren uit de doelgroep kan de ontwikkeling van een sociale netwerk van deze jongeren versterken. Dit kan worden bereikt door te focussen op groepsdynamica en individuele kenmerken van jongeren en door betekenisvolle verbindingen te maken. Een leerling uit onze doelgroep die uitblinkt in bijvoorbeeld rekenen kan worden gekoppeld aan een sociaal sensitieve jongere die juist moeite heeft met rekenen, zodat ze elkaar op een gelijkwaardige manier tot steun kunnen zijn.

Medeleerlingen ondersteunen

- **Vergroten van de kracht van de omstanders:** Pesten krijgt een kans wanneer er sprake is van machtsongelijkheid. Hoe meer steun de pester van anderen krijgt, hoe meer sprake is van machtsongelijkheid. Wanneer de pesters geen steun krijgt van anderen, vallen hun pogingen tot pesten in het niet en kunnen ze ter discussie worden gesteld en verworpen. De kans is dan gering dat het pesten zich herhaalt omdat de slachtoffers meer steun krijgen dan de daders. Daarvoor is het nodig dat jongeren zich bewust zijn van hun eigen macht en hun verantwoordelijkheid in het tegengaan van pesten. Alhoewel veel jongeren zich hiervan bewust zijn, kan het zijn dat ze bang zijn om op te komen voor het slachtoffer, of om zelf de volgende keer het slachtoffer te worden. Alle jongeren moeten het vertrouwen hebben dat zij niet de enigen zijn die opkomen voor het slachtoffer, maar dat ook zij steun krijgen van hun medeleerlingen. Dit kan worden bereikt door een specifieke focus op dit thema tijdens een mentoruur of het vak Verzorging, of bijvoorbeeld tijdens de 'Cirkel van Vrienden' (zie bijlage 26).
- **Aanmoedigen van rapportage pesten:** Wanneer jongeren niet het gevoel hebben dat ze in staat zijn om in te grijpen tijdens pesten is het belangrijk om na te denken over een manier om hen in ieder geval aan te moedigen om pesten op een vertrouwelijke manier te rapporteren. Jongeren moeten er vaak continu aan herinnerd worden, en aangemoedigd, om gezamenlijke verantwoordelijkheid te dragen voor een kwetsbare leerling in de klas.
- **Bewustwording van de kwetsbaarheden van de leerling:** Beperkingen in sociale communicatie en flexibiliteit zijn vaak niet duidelijk zichtbaar. Soms lijkt het dat het pesten van jongeren deze meer onzichtbare problemen meer toegestaan worden dan het pesten van jongeren met duidelijk zichtbare problemen. Dat komt waarschijnlijk doordat veel jongeren in de klas niet goed begrijpen niet de jongeren van onze doelgroep deze problemen hebben en zich soms apart gedragen. Medeleerlingen zijn vaak minder geneigd om op te komen voor een jongere uit onze doelgroep dan voor jongeren met andere problemen. De beste oplossing is om uitleg te geven, of een diagnose bespreekbaar te maken. Dit moet wel altijd in overleg met, en met toestemming van de ouders en de jongere zelf gebeuren. Deze problemen kunnen besproken worden tijdens een mentoruur of tijdens het vak Verzorging. Het is daarbij effectiever om een programma te gebruiken waarin leerlingen worden aanmoedigd om praktisch te oefenen dan om leerlingen alleen theoretische kennis te leren.
- **Faciliteren van een sociaal steunnetwerk:** Het helpt om een jongere van onze doelgroep te stimuleren een positief steunnetwerk of vriendschappen op te bouwen waardoor de kans op gepest te worden ook kleiner wordt (of de impact daarvan) (zie Thema 2: Sociale Interactie).
- **Bekrachten van gewenst gedrag:** Tijdens lessen, mentorgroepen en bijeenkomsten op school, is het wenselijk om positieve voorbeelden van groepsgedrag duidelijk naar voren te brengen, als het ware 'in de spotlights te zetten', zodat aardig en attent zijn, pro-sociaal gedrag laten zien op school worden bekrachtigd.

Leerlinggerichte strategieën: Strategieën om pesten aan te pakken

Begrijpen en rapporteren van het incident

- **Begrijpen van het incident:** Zorg ervoor dat alle betrokkenen op school zich bewust zijn van de beperkingen van de betreffende leerling. Deze beperkingen worden over het algemeen duidelijker zichtbaar wanneer de leerling bijvoorbeeld angstiger wordt, meer stress ervaart. Een leerling die moeite heeft met sociale communicatie en flexibiliteit is sociaal vaak heel vaardig en sterk. Hij of zij wordt vaak betrapd als ze zichzelf willen verdedigen. Het is daarom belangrijk om deze leerlingen de ruimte te geven om rustig te worden en ze te helpen te begrijpen wat er is gebeurd zodat het incident van twee kanten kan worden bekeken.
- **Rapporteren van het incident:** Alle pestincidenten dienen te worden geregistreerd, conform het beleid van school. Het is raadzaam om de plaats en datum van het incident te registreren, zodat incidenten gemonitord worden en potentiële patronen daarin opgemerkt kunnen worden. Dit helpt ook om de veiligheid van mogelijke slachtoffers te waarborgen.

Het aanpakken van de daders

- **Consequenties:** Het wordt aanbevolen om de consequenties van pestincidenten duidelijk te presenteren, evenals de beloningen voor jongeren die slachtoffers steunen en die incidenten rapporteren. Het consequent doorvoeren van sancties is daarin heel belangrijk.
- **Pesters begrip bijbrengen:** Wanneer pesters zich bewust zijn van problemen van een slachtoffer, is het belangrijk om uit te leggen hoe, waarom en wanneer deze problemen zich bij het slachtoffer voordoen. Benadruk dat het heel ongepast is om iemand met problemen te pesten. Er kan er een discussie in de klas worden gevoerd over problemen die iedereen ervaart. Dit geldt ook voor wanneer een jongere van onze doelgroep een ASS diagnose heeft, maar liever niet wil dat deze diagnose in de klas bekend wordt gemaakt. Het is belangrijk om voor ogen te houden dat deze informatie niet als munitie voor nieuwe pesterijen wordt gebruikt, dus het blijft belangrijk om te benadrukken dat er sancties staan op pestgedrag.
- **Neem alle incidenten serieus:** Wanneer pesters de neiging hebben om incidenten te bagatelliseren door aan te geven dat ze alleen maar een grapje maakten, is het belangrijk om uit te leggen dat de jongere van onze doelgroep deze grapjes niet altijd gemakkelijk begrijpen.
- **Spijt betuigen:** Het is belangrijk dat pesters spijt betuigen aan de slachtoffers, en dat deze spijtbetuiging begeleid wordt zodat nagegaan kan worden dat deze ook oprecht is.
- **Faciliteren van positief gedrag bij de pesters:** Pestincidenten kunnen ook ontstaan wanneer mogelijke pesters te weinig worden uitgedaagd om andere dingen te doen. Daders van pesten moeten soms geholpen worden om andere activiteiten te vinden. Het is belangrijk dat deze leerlingen (mogelijke pesters) niet dingen mogen doen die door anderen, waaronder de slachtoffers van pesten, als een beloning worden gezien. Het is belangrijk dat het gezien wordt als een manier om andere leerlingen met problemen te helpen.

Steunen van slachtoffers van pesten

- **Geruststellen:** Jongeren van onze doelgroep hebben de juiste stimulans nodig om zelfvertrouwen en moed op te bouwen om pestincidenten te melden. Het zal hen helpen als zij merken dat de meldingen serieus worden genomen.
- **Veiligheid van het slachtoffer:** Het is belangrijk dat de veiligheid van slachtoffers gegarandeerd wordt. Het toewijzen van een veilige plek op school waar de jongere zich kan terugtrekken wanneer hij of zij zich angstig voelt kan behulpzaam zijn. Daarnaast helpt het als medewerkers van school weten dat de jongere deze plek

hiervoor mag gebruiken. Het inplannen van momenten waarop de jongere zijn zorgen hierover kan bespreken is waardevol.

- **Het aanleren van reacties op pestgedrag:** Leerlingen van onze doelgroep hebben vaak moeite met het reguleren van hun emoties. Wanneer deze jongeren zich angstig voelen, zijn ze extra kwetsbaar en verergert vaak hun probleemgedrag. Het ontlocken van een reactie bij deze jongeren, vinden pesters vaak leuk. Wanneer jongeren zich verbaal niet goed kunnen verdedigen, kunnen vreemd of ongepast gedrag laten zien. Het is daarom belangrijk om jongeren te leren om op een slimme manier te reageren, zoals bijvoorbeeld door het bespreken van Sociale Verhalen (zie bijlage 12), of door bepaalde strategieën toe te passen. Zij hebben behoefte aan concrete instructies over wat wel en niet acceptabele reacties op pestgedrag zijn. Deze instructies kunnen een veilige plek om naar toe te gaan zijn, of een persoon voor hulp, of specifieke trucjes zoals het zeggen 'het zal wel' en weglopen.
- **Ontspanningsoefeningen:** Jongeren die vaak gepest zijn lopen risico om verhoogde gevoeligheid te ontwikkelen zijn en snel angstig te worden. Eenvoudige ontspanningsoefeningen kunnen daarbij helpen (zie bijlage 24).
- **Opbouwen van een sociaal steunnetwerk:** Sociale isolatie is één van de grootste risicofactoren om gepest te worden. Het bespreken van pesten tijdens activiteiten zoals bij 'Maatjes' en 'Cirkel van vrienden' (zie bijlages 16 en 26) zijn behulpzaam om jongeren in de klas aan te moedigen slachtoffers van pesten te ondersteunen, zeker wanneer deze jongeren op hun kwetsbaarst zijn (zoals bij pauzes of andere ongestructureerde momenten). Deze discussie kan medeleerlingen stimuleren om zelf met creatieve ideeën te komen over hoe de jongere uit onze doelgroep het beste ondersteund kan worden. Dit kan ook het zelfvertrouwen van jongeren vergroten. Een leerling die moeite heeft met sociale communicatie en flexibiliteit kan zijn/haar hulp weer aanbieden bij specifieke huiswerkopdrachten of vakken waarin hij/zij goed is.

LET OP!

Wat te doen wanneer pesten niet stopt?

Pesten kan langdurig en intens zijn en kan voor jongeren op jonge leeftijd al een groot probleem zijn. In deze gevallen is gerichte en intensieve ondersteuning noodzakelijk. Wanneer jongeren van onze doelgroep bij herhaling onbedoelde gebeurtenissen als pestgedrag ervaren kunnen ingewikkelde situaties ontstaan. Het is belangrijk om deze situaties rustig, sensitief en professioneel aan te pakken. Leraren en ouders/verzorgers kunnen hiervoor bijlage 20 raadplegen voor hulpmiddelen en tips. Een verwijzing naar de jeugdhulpverlening kan plaatsvinden wanneer de school zich veel zorgen gaat maken om de psychische gezondheid van een jongere.

Afsluitende overwegingen

Het voorkomen van pesten is niet gemakkelijk. Het kan wel één van de meest bevredigende aspecten van het werken met jongeren op school zijn. Het is waardevol om betrokken te zijn bij het opbloeien van jongeren en het ervaren van dankbaarheid van ouders/verzorgers en van de jongere wanneer het pesten ophoudt. De genoemde omgevings- en leerlinge-gerichte strategieën in dit hoofdstuk kunnen ook behulpzaam zijn voor andere jongeren. In de richtlijnen van de overheid wordt benadrukt dat het belangrijk is om voortdurend een focus te hebben op mogelijk pestgedrag en om dat gedrag zo vroeg mogelijk tegen te gaan.

Thema 6. Planning en organisatie

Waarom is dit belangrijk?

Gedurende de kindertijd en puberteit ontwikkelen onze hersenen zich voortdurend, waardoor we de capaciteiten ontwikkelen om ons gedrag te plannen en te organiseren en complexe taken kunnen uitvoeren. Wanneer een jongere twaalf jaar oud is mag worden verwacht dat hij zijn gymtas voor de volgende schooldag 's avonds kan inpakken. Wanneer diezelfde persoon twintig jaar oud is kan hij complexe plannen ontwikkelen en uitvoeren om doelstellingen te bereiken die in de nabije toekomst liggen of zelfs enkele jaren vooruit, zoals het organiseren van een zomervakantie of een verhuizing naar een andere stad. Planning- en organisatievaardigheden zijn essentieel om een onafhankelijk en succesvol leven te leiden. De meeste mensen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit hebben grote moeite met het plannen en organiseren van hun eigen gedrag. Dit kan serieuze gevolgen hebben voor hun schoolse functioneren. Sommige aspecten van het dagelijks leven kunnen wezenlijk belemmerd worden door planning- en organisatieproblemen, met name tijdens ongestructureerde momenten of tijdens lunchpauzes en het maken van huiswerk. Problemen met plannen en organiseren kan een negatief effect hebben op de mogelijkheden van een jongere om het maximale uit zijn schoolloopbaan te halen.

Wat moeten we over problemen met plannen en organiseren weten?

Goede planning- en organisatievaardigheden zijn essentieel om ons op situaties voor te bereiden en ons te helpen onze doelen te bereiken. Hieronder volgt uitleg over:

- Verschillende typen vaardigheden die een rol spelen bij het succesvol kunnen plannen en organiseren;
- Het begrijpen van de consequenties van problemen met plannen en organiseren in de schoolomgeving.

Verschillende typen vaardigheden die een rol spelen bij plannen en organiseren

Veel jongeren met planning- en organisatieproblemen worden niet goed begrepen. Hun onvermogen om goed te functioneren in een klas wordt veelal gezien als luiheid, ondeugendheid en een gebrek aan begrip. Dit type misverstanden kunnen een probleem vormen voor een jongere en voor mensen die hen proberen te helpen om beter te presteren. Het is daarom van belang om de onderliggende vaardigheden te identificeren die aan de problemen met plannen en organiseren ten grondslag liggen:

- **Doelen stellen:** Een specifieke vaardigheid die nodig is voor het identificeren of stellen van geschikte doelen. Dit betekent dat de leerling wellicht problemen heeft met het organiseren van niet-voorgestructureerde taken (bijvoorbeeld huiswerk).
- **Plannen:** De vaardigheid om een plan te ontwikkelen om naar een doel toe te werken. Een leerling kan bijvoorbeeld een project starten zonder plan en dan niet weten wat daarna te doen.
- **Prioriteiten stellen:** De vaardigheid die nodig is om taken in de tijd te plannen op basis van belangrijkheid. Jongeren met problemen op dit gebied kunnen bijvoorbeeld al hun tijd spenderen aan een klein deel van een grote taak. Ze kunnen ook problemen hebben met andere taken, zoals het maken van aantekeningen.
- **Organiseren:** De vaardigheid om de materialen te organiseren die nodig zijn om toe te werken naar bepaalde doelen. De leerling kan bijvoorbeeld in een les arriveren zonder de juiste boeken.
- **Initiatief nemen:** De vaardigheden die nodig zijn om zelfstandig aan een taak te beginnen. Leerlingen met problemen op dit terrein lopen vaak vast omdat ze niet weten hoe en waar te beginnen.
- **Korte-termijn geheugen:** De vaardigheid om een bepaalde hoeveelheid informatie in het geheugen te houden tijdens de verwerking van deze informatie (bijvoorbeeld de verschillende stappen van een uitleg onthouden).

Leerlingen die deze problemen hebben kunnen soms afgeleid lijken, maar zijn door hun geheugenproblemen feitelijk vergeten wat ze zouden doen.

- **Flexibiliteit:** De vaardigheid om flexibel te schakelen van een activiteit of gedachte naar een andere tijdens het toewerken naar een doel. Leerlingen die problemen hebben met flexibiliteit hebben moeite met veranderingen die gedurende de dag plaatsvinden. Vaak volharden zij in een benadering of taak wanneer dit niet effectief is, of is het moeilijk om van de ene naar de andere taak te switchen.
- **Monitoren:** De vaardigheid om de eigen prestaties te monitoren en te vergelijken met hun doel en planning. Een leerling met deze problemen controleert eventuele fouten niet of deze vallen hem niet op.
- **Generaliseren:** De mogelijkheid om een vaardigheid die in één context is aangeleerd te gebruiken en toe te passen in een andere context. Jongeren die moeite hebben met flexibiliteit hebben frequent problemen met generalisatie. Alhoewel deze jongeren vaak uitblinken in leren, zijn ze vaak ten einde raad over hoe en wanneer zij hun geleerde vaardigheden toe moeten passen in andere contexten.

Het begrijpen van de consequenties van problemen met plannen en organiseren in de schoolomgeving

Wanneer jongeren wezenlijke problemen hebben met plannen en organiseren heeft dit op verschillende manieren impact op hoe zij op school functioneren en presteren. Om deze jongeren te kunnen helpen is het belangrijk na te denken over hoe problemen met plannen en organiseren deze jongeren kunnen belemmeren. Dit helpt ons te anticiperen op situaties waarin jongeren ondersteuning nodig hebben. De volgende gestructureerde en ongestructureerde momenten vormen over het algemeen problemen voor jongeren met problemen met plannen en organiseren:

- **Gestructureerde momenten:**
 - **Huiswerk:** Huiswerk stelt hoge eisen aan plannen en organiseren omdat een leerling aan een doel moet werken dat in de toekomst ligt. Dit vereist dat de leerling een plan maakt en dit plan nauwgezet volgt.
 - **Omgaan met lesmateriaal:** Dit vormt een uitdaging voor veel leerling die problemen hebben met plannen en organiseren. 'Onthouden wat onthouden moet worden' is moeilijk; daardoor verliest of vergeet de leerling vaak lesmateriaal. Dit kan tot gevolg hebben dat de leerling ongemotiveerd of ongeïnteresseerd over komt en het lijkt alsof hij of zij zich niet goed heeft voorbereid op de les (bijvoorbeeld door de juiste boeken of kleding mee te nemen).
 - **Praktische lessen:** Lessen zoals scheikunde of techniek vereisen vaak van leerlingen dat ze de complexe handelingen kunnen voorbereiden en uitvoeren. Wanneer leerlingen hiermee worstelen, kunnen ze gedemotiveerd raken en zich uit frustratie of verveling misdragen.
 - **Presteren op toetsen en examens:** Dit vereist verschillende planning- en organisatievaardigheden, zoals de tijd in de gaten houden, taken prioriteren en het voorbereiden van antwoorden. Het is moeilijk om deze taken uit te voeren wanneer er sprake is van angst. Jongeren met planning- en organisatieproblemen ervaren problemen wanneer zij formeel geëvalueerd worden. Dit leidt ondanks grondige voorbereiding vaak tot onderpresteren.
- **Ongestructureerde momenten:**
 - **Huiswerk:** Het maken van huiswerk is voor veel leerlingen een strijd, maar vooral voor diegenen met planning- en organisatieproblemen, zelfs wanneer ze gemotiveerd zijn om goed te presteren. Om goed aan huiswerk te kunnen werken moeten leerlingen over een aantal vaardigheden beschikken, zoals de opdracht noteren, de opdracht onthouden, plannen en lesmateriaal organiseren. Daarnaast zijn alle bovenbeschreven vaardigheden vereist (doelen stellen, plannen, een begin maken en monitoren) om huiswerk te kunnen maken. Zie bijlage 25 voor verdere informatie en nuttige leerlinggerichte strategieën.

- **Vrije momenten zonder toezicht:** Ongestructureerde momenten zijn vaak moeilijk te managen voor leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit omdat deze veel sociale uitdagingen bevatten. Deze momenten zijn extra moeilijk voor leerlingen die problemen hebben met plannen en organiseren, omdat zij zich doorgaans verloren voelen wanneer situaties niet door anderen worden voorgestructureerd. Deze leerlingen vinden het moeilijk om te bedenken wat zij tijdens de pauze moeten doen, of met wie. Hierdoor voelen zij zich vaak angstig tijdens vrije momenten, hetgeen hen erg kwetsbaar kan maken (zij kunnen zich bijvoorbeeld alleen voelen of gepest worden).
- **Overgangen:** Overgangen zijn ook vaak moeilijk voor deze leerlingen. Ze hebben moeite met flexibiliteit en hebben problemen met anticiperen op wat er gaat gebeuren en wat er in deze situaties van hen wordt verwacht. Transities behelzen bijvoorbeeld het begin en het einde van een schooldag, van les wisselen (in het bijzonder wanneer er van locatie moet worden gewisseld), de start en het einde van pauzes en binnen een les van activiteit veranderen. Voor deze jongeren kunnen transities erg stressvol zijn. Ze kunnen weerstand voelen tegen verandering en door hun angst en frustraties ongepast gedrag laten zien (zie Thema 8, Angst).
- **Taken zonder begeleid toezicht:** Deze situaties kunnen een uitdaging vormen voor jongeren met problemen met plannen en organiseren omdat ze zonder de externe steun van een leerkracht zelfstandig doelen moeten formuleren en daar naar toe moeten werken. In deze situaties kunnen ze in de war raken, de handdoek in de ring gooien of het overzicht over hun doelen en hun werkplannen verliezen.
- **Generalisatie:** Voor leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit kan dit in meer of mindere mate een probleem zijn. Deze leerlingen zijn overwegend concrete denkers en zijn geneigd om instructies vrij letterlijk te nemen. Alhoewel zij vaardigheden eenvoudig aanleren kunnen zij niet in staat zijn om in andere situaties te herkennen dat zij deze vaardigheid nodig hebben. Hierdoor zijn zij wat meer afhankelijk van seintjes van de leraar bij impliciete situaties.

Hoe kunnen we helpen?

We gebruiken allemaal strategieën die ons helpen om goed te kunnen plannen en organiseren (we maken bijvoorbeeld een 'to do'-lijstje aan het begin van een drukke week, we houden een agenda bij, we leggen onze portemonnee en sleutels altijd op dezelfde plek zodat we ze 's morgens goed kunnen vinden). Dit zijn voorbeelden van strategieën die ons helpen om te gaan met complexe organisatorische uitdagingen. Hieronder volgen enkele strategieën die jongeren kunnen ondersteunen bij problemen met plannen en organiseren:

- Omgevingsgerichte strategieën
- Leerlinggerichte strategieën

Omgevingsgerichte strategieën voor organiseren en plannen

Focus op het prioriteren van het belangrijkste deel van de instructie(s), het versimpelen van de eisen en het concretiseren van verwachtingen. Hoe complexer de taak, hoe groter het risico op verwarring en demotivatatie. Wees bewust op de snelheid waarmee de leerling informatie verwerkt en het aanpassen van het tempo van het aanbieden van nieuwe informatie vergroot de kans dat de instructies volledig begrepen worden.

Organiseren van lesmaterialen

Dit vormt een van de grootste problemen voor leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit. De volgende strategieën kunnen hen helpen om zichzelf beter te kunnen organiseren:

- **Gebruik checklists om zaken te onthouden:** Het gebruiken van checklists (bijvoorbeeld: plak de checklist op de tafel van de leerling) kan leerlingen met organisatieproblemen helpen. In het begin zal de leerling de checklists niet zelfstandig gebruiken of vergeten ze te gebruiken. Ouders, verzorgers en leraren moeten hem of haar erop attenderen om de checklists op de juiste momenten te gebruiken. Na een poosje kunnen volwassenen deze ondersteuning reduceren omdat de leerling het gebruik van checklists in zijn routine heeft opgenomen.
- **Vooruit plannen:** Ondersteun leerlingen door hen een paar minuten voordat de les begint te helpen met het organiseren van het lesmateriaal. Leg aan de jongeren uit dat dit hen een paar minuutjes van hun vrije tijd kost, maar dat het hen helpt om bij de start van de les niet meteen achter de lopen. Dit kan helpen om stress te reduceren die optreedt wanneer de leerling zijn lesmateriaal nog moet organiseren terwijl de leraar al met de les begonnen is. Het kan de leerling ook helpen om de benodigde stappen voor de leerling op te schrijven.
- **Werk met kleurcodes:** Werk met kleurcodes en geef ieder vak in het rooster een andere kleur. Laat deze kleuren corresponderen met de kleuren van de lesmaterialen, zoals bijvoorbeeld de kaft van een boek. Dit kan met name jongeren helpen die moeite hebben om hun spullen terug te vinden (bijvoorbeeld in hun tas) maar ook jongeren die zich angstig of gestrest voelen wanneer zij iets niet onmiddellijk kunnen terugvinden.

Het managen van overgangen met behulp van signaalkaarten en roosters

Jongeren die moeite hebben met flexibiliteit, anticiperen op en het doorgronden van veranderingen kunnen profiteren van de volgende typen ondersteuning:

- **Gebruik structureel een rooster teneinde voorspelbare routines in te slijpen:** Om te beginnen heeft een leerling seintjes nodig om de roosters te raadplegen totdat hij vertrouwd is geraakt met de structuur van de dag en het rooster zelfstandig kan gebruiken (zie bijlage 13: Persoonlijk rooster). Voorspelbaarheid is erg belangrijk voor jongeren die moeite hebben met flexibiliteit, niet alleen bij het leren plannen en organiseren, maar het reduceert eveneens angst.
- **Geef seintjes om de leerling te herinneren aan naderende overgangen:** Leraren kunnen leerlingen voorbereiden op naderende overgangen door een seintje te geven aan de klas (of aan de leerling) hoeveel tijd er nog is tot de volgende taak of les (bijvoorbeeld door aan te geven dat de les nog twintig minuten duurt).
- **Bereid de leerling voor op een verandering:** Veranderingen zijn heel moeilijk voor leerlingen moeite hebben met flexibiliteit. Veranderingen doen een beroep op flexibiliteit, plannen en begrip van de eisen die de omgeving stelt. Deze leerlingen zijn geholpen wanneer zij zo snel mogelijk worden voorbereid op alle veranderingen die afwijken van hun normale routines (bijvoorbeeld het voorbereiden op een schoolreisje of sportdag door hem of haar te vertellen wat er allemaal gaat gebeuren).

Geheugensteuntjes

Leerlingen met problemen met het zogenaamde werkgeheugen kunnen moeite hebben het volgen van instructies en het verwerken van informatie. Dit leidt vaak tot onderpresteren en frustraties. We kunnen de volgende strategieën aanbevelen:

- **Begrens de complexiteit van de instructies:** Verdeel de instructie in kleinere delen biedt deze één voor één aan;
- **Herhaal nieuwe informatie of nieuwe instructies:** Herhaal, indien nodig, nieuwe informatie voor de leerling (of voor de hele klas) of moedig de leerling aan om iedere stap op te schrijven.
- **Gebruik visuele hulpmiddelen of stappenplannen:** Geef de leerling signaalkaarten die alle stappen van een complexe taak laten zien, zodat de leerling zelfstandig kan leren werken. Een vergelijkbare benadering kan helpen om nieuwe informatie te presenteren zodat de leerling in de gelegenheid wordt gesteld om alle informatie rustig te verwerken.

- **Stel routines vast zodat er minder een beroep gedaan moet worden op het geheugen:** Moedig de leerling aan om routines te ontwikkelen die na een bepaalde tijd geautomatiseerd zullen zijn (stimuleer de leerling bijvoorbeeld om alle lesmaterialen voor de start van de les klaar te leggen, of het huiswerk klaar te leggen voordat de eerste les begint).

Generalisatie faciliteren

Wanneer een nieuwe vaardigheid wordt aangeleerd, geef dan veel verschillende voorbeelden van hoe deze vaardigheid kan worden toegepast. De leerling aanmoedigen deze vaardigheid in verschillende contexten en omgevingen te laten zien zal het internaliseren van de nieuwe informatie versnellen en de capaciteiten van de leerling om de vaardigheid te generaliseren optimaliseren.

Omgaan met disharmonische leerprofielen

Leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit hebben vaak disharmonische cognitieve profielen. De profielen van leerlingen die deze problemen niet hebben zijn vaak meer in balans, zodat het gemakkelijker is om prognoses over hun ontwikkeling te geven. Ze hebben vaak een eigen individueel en op maat gemaakt lesprogramma nodig dat is afgestemd op hun sterke kanten en moeilijkheden. Leerlingen met een disharmonisch profiel kunnen ongemotiveerd, bozig en lui overkomen wanneer zij geconfronteerd worden met een opdracht die zij moeilijk vinden (bijvoorbeeld wanneer zij een opstel moeten schrijven, maar over een slechte woordenschat beschikken).

Beloon zowel het proces als de prestatie

Het is belangrijk om de leerling te belonen voor het formuleren van doelen en het maken van een planning, en niet alleen wanneer de hij of zij een taak met succes heeft afgerond. Beloningen zijn belangrijk triggers om de leerling te motiveren tot plannen en organiseren, aangezien de benutting van deze strategieën op zich geen beloning vormen voor hen en zelfs als vervelend worden ervaren.

Leerlinggerichte strategieën voor organiseren en plannen

Doel, planning, handelen en evalueren.

Alle leerlingen met problemen met plannen en organiseren kunnen baat hebben bij de Doel, Planning, Handelen en Evalueren-benadering. Dit is een strategie motiveert om het gehele proces van het stellen van doelen en plannen te doorlopen en die noodzakelijk is om tot effectief gedrag te komen. Deze benadering kan worden toegepast bij verschillende typen taken en contexten, zoals het maken van werk op school, het maken van huiswerk, tijdens praktische lessen zoals Scheikunde en tijdens vrije tijd. Het werkblad in Bijlage 21 kan worden gebruikt om jongeren te helpen het volgende proces te doorlopen:

- **Doel:** Wanneer een leerling aan een taak begint moet duidelijk zijn wat het doel is. Wanneer de leerling is geholpen bij het verhelderen van dit doel moet hij of zij dit opschrijven, bij voorkeur op het werkblad. Afhankelijk van zijn of haar verbale vaardigheden is het raadzaam om een visueel signaal te geven zoals een plaatje of een symbool.
- **Planning:** Wanneer het doel is vastgesteld moet de leerling worden aangemoedigd om een plan te maken. Leerlingen die moeite hebben met flexibiliteit kunnen worstelen met het verzinnen van ideeën voor een vrije opdracht. Zij kunnen veel hebben aan visuele ondersteuning die hen helpt om ideeën te genereren en verbanden tussen deze ideeën te leggen. Leerlingen kunnen ook baat hebben bij mindmapping. Het maken van een planning

kan een ontmoedigende taak zijn, maar het kan makkelijker worden gemaakt door dit proces in een aantal stapjes op te delen. De VSV-procedure kan hierbij helpen:

- **Verdeel** een taak tijdens een brainstormsessie in een aantal kleine deeltaken en leg dit resultaat vast, bijvoorbeeld tijdens een mindmap;
- **Sorteer** de deeltaken op volgorde, eveneens op papier;
- **Voeg** een planning in.

Het resultaat van deze taak is dat de leerling onder begeleiding een checklist heeft gemaakt die hem door een opdracht kan leiden en die als structuur kan dienen voor meer vrije opdrachten. Wanneer dit proces vaak genoeg wordt herhaald zullen jongeren deze **VSV**-procedure spontaan starten zonder dat zij eraan herinnerd hoeven worden. Uiteindelijk zullen zij leren plannen zonder dat zij lijstjes moeten maken, in ieder geval bij relatief makkelijke opdrachten.

- **Handelen:** Het **VSV**-plan moet de leerling door de taak leiden, maar afhankelijk van de ernst van de problemen met plannen en organiseren zal de leerling extra ondersteuning nodig hebben bij de start van de taak, ofwel bij het gefocust blijven wanneer er in een volgende stap van de checklist moet worden genomen. Wanneer dit het geval is dient de leerling te worden herinnerd het **VSV**-plan. Wanneer de leerling bepaalde fases van het plan heeft afgerond dient dit zichtbaar te worden gemaakt zodat de leerling weet waar hij aan toe is en met een tevreden gevoel kan terugkijken op zijn eerdere prestaties.
- **Evalueren:** Veel jongeren met problemen met plannen en organiseren evalueren hun werk niet uit zichzelf. Wanneer het **VSV**-plan uitgevoerd is, moet de leerling worden aangemoedigd zijn werk te evalueren tegen het licht van de doelen en de planning.

Wanneer een leerling veel problemen ervaart met het plannen en organiseren, dan kan er ondersteuning gezocht worden bij externe trainingsbureaus. Hier worden vaak computerprogramma's ingezet om de jongeren hiermee te laten oefenen.

Afsluitende overwegingen

Het ondersteunen van leerlingen die problemen ervaren met plannen en organiseren begint met het aanbieden van extern georganiseerde strategieën om bepaald wenselijk gedrag in te slijpen. Deze strategieën zullen in de loop van de tijd door de leerling door oefening worden geïnternaliseerd. Doordat leerlingen bij herhaling door een proces van plannen en organiseren worden geleid ontwikkelen zij de vaardigheden om dit in toenemende mate zelfstandig te kunnen. Ze leren dan steeds doelgerichter te werken, waardoor zij steeds minder afhankelijk worden van externe sturing. Tijdens dit proces wordt de intensiteit van de ondersteuning steeds een beetje lager, overeenkomstig de nieuw geleerde vaardigheden op het gebied van plannen en organiseren. Om het proces van internaliseren te bespoedigen is het zaak om aan de leerling uit te leggen dat het leerstrategieën betreft die hem leren plannen en organiseren. Leg daarbij uit waarom dit belangrijk is zodat de leerling gemotiveerd wordt. Benadruk dat oefenen de sleutel is tot succes. Herhaalde consistente ondersteuning is dat eveneens. Door het steeds herhalen en inslijpen van een strategie maken leerlingen zichzelf deze vaardigheden eigen.

Thema 7. Prikkelgevoeligheid

Waarom is dit belangrijk?

Leerlingen uit onze doelgroep hebben dikwijls last van prikkelgevoeligheid. Zo is er in toenemende mate bewijs dat prikkelgevoeligheid een belangrijk probleem is voor een groot deel van jongeren met ASS. Prikkelgevoeligheid bestaat uit problemen met visuele stimuli, lawaai en geluid, smaak, reuk en tast. Hoewel niet alle jongeren uit onze doelgroep problemen ervaren met prikkelgevoeligheid, voor degene die dit wel hebben kan het een van hun grootste problemen zijn en een bron van stress. Jongeren kunnen niet leren om hun prikkelgevoeligheid te controleren, daarom is het zorgen voor proactieve ondersteuning cruciaal. Prikkelgevoeligheid kan een significant effect hebben op de concentratie van leerlingen, hun mogelijkheden om stimuli om hen heen te verwerken en zodoende hun gedrag beïnvloeden. Ze kunnen zich overweldigd voelen door hun omgeving en zich terugtrekken als ze sensorisch overprikkeld raken. Deze jongeren ervaren hun omgeving anders, waardoor bepaalde sensorische stimuli erg onplezierig zijn voor hen of zelfs pijnlijk. Bijvoorbeeld, jongeren met een gevoeligheid voor geluid kunnen zich angstig en bang voelen als de schoolbel afgaat. Prikkelgevoeligheid kan ook secundaire gevolgen hebben. Een voorbeeld hiervan is dat jongeren gepest kunnen worden als reactie op de ongewone reactie van de jongere (bijvoorbeeld het bedekken van de oren bij voor hun onprettige geluiden). Het is belangrijk dat vastgesteld wordt of een leerling prikkelgevoeligheden heeft en wat deze gevoeligheden precies zijn.

Wat moeten we over sensorische problemen weten?

Er zijn verschillende soorten prikkelgevoeligheid (soms ook wel sensorische problemen genoemd), als ook verschillende reacties hierop:

Soorten sensorische problemen

- **Visueel:** De leerling kan gevoelig zijn voor licht dat door de ramen komt of voor kunstlicht in de klas.
- **Lawaai en geluid:** De leerling kan gevoelig zijn voor hard lawaai, zoals bellen die afgaan, of het lawaai in een gymzaal of kantine.
- **Geur:** De leerling kan gevoelig zijn voor geur of kan sommige geuren zelfs onplezierig vinden, zoals de geur van lijm of verf in ckv/beeldende vorming lokalen of de geuren bij kookles of in de kantine.
- **Tast en gevoel:** De leerling kan gevoelig zijn voor het gevoel van hun friskewassen sportkleding of het gevoel van de douche na de gymles. De leerling kan het ook vervelend vinden om aangeraakt te worden door andere leerlingen of juist het tegenovergestelde; dit juist heel plezierig te vinden en graag anderen aanraken.

Reacties op prikkelgevoeligheden

Jongeren uit onze doelgroep kunnen verschillende soorten (reacties op hun) sensorische problemen hebben:

- **Sensorische hyper-gevoeligheid:** Hierbij is er sprake van een significant verhoogde gevoeligheid voor een specifieke sensorische stimulus, wat ervoor zorgt dat iemand zich overweldigd voelt, gespannen of oncomfortabel. Sommige sensorische stimuli kunnen zo vervelend zijn, dat ze bijna pijnlijk zijn. Voorbeelden van hypergevoeligheid zijn:
 - Van slag raken bij het volume of de toonhoogte van geluiden
 - Afgeleid raken bij visuele informatie/patronen/bewegingen
 - Het gevoel van sommige texturen of veranderingen in temperatuur als onprettig/pijnlijk ervaren
 - Het ruiken van geuren overweldigend vinden, hoe mild de geuren ook lijken voor anderen.

- **Sensorische hypo-sensitiviteit:** In tegenstelling tot overgevoelig zijn, hebben sommige jongeren uit onze doelgroep juist een verminderde gevoeligheid dan verwacht voor sensorische stimuli. Sommigen hebben specifieke sensorische fascinaties (ook wel sensorische interesses genoemd) en zoeken actief naar deze stimuli, bijvoorbeeld lichtpatronen. Voorbeelden van hypo-sensorische gevoeligheid of sensorische interesses zijn:
 - Intens kijken naar lichten/patronen/objecten
 - Luisteren naar bepaalde geluiden dichtbij het oor
 - Weinig reageren op pijn/verwondingen
 - Genieten van sterke smaken (zowel van eetbare als niet-eetbare items)

LET OP!

Moeilijkheden bij het identificeren van sensorische problemen

Prikkelgevoeligheid kan soms moeilijk te identificeren zijn, omdat ze niet direct opvallen. Leerkrachten kunnen gedrag observeren dat niet gerelateerd lijkt aan prikkelgevoeligheid, en wat eerder ervaren wordt als ongewoon gedrag of aandacht trekken (bv. een jongere die angstig reageert op scherp licht of harde geluiden en weigert een klaslokaal in te gaan ‘zonder een echte reden’ of klikken met een pen vlakbij het oor). Niet passend gedrag kan ook een uiting zijn van een sterke prikkelgevoeligheid. Het identificeren van mogelijke sensorische problemen met behulp van de Screeningvragenlijsten en tijdens de warme overdracht kan effectief zijn bij het anticiperen en proactief oplossen van potentiële problemen.

Hoe kunnen we helpen?

Omdat het verwerken van sensorische stimuli in de hersenen niet bewust gestuurd kan worden door de jongere, focussen de onderstaande strategieën zich op het ondersteunen de jongere door aanpassingen in de omgeving:

- Omgevingsgerichte strategieën: vooruit plannen
- Leerlinggerichte strategieën: aanpassingen in de omgeving

Omgevingsgerichte strategieën: vooruit plannen

Als de potentiële prikkelgevoeligheden van een jongere zijn geïdentificeerd, is het nuttig om te onderzoeken hoe deze gevoeligheden de jongere zullen beïnvloeden in de nieuwe schoolomgeving. Dit is belangrijk om te bepalen welk niveau van leerlinggerichte strategieën noodzakelijk en effectief zullen zijn voor de leerling. Terwijl sommige aanpassingen simpel zijn om te implementeren (bv. het veranderen van de zitplaatsen in de klas), vragen andere aanpassingen meer planning (bv. het vinden van een andere ruimte), daarom is het vaststellen van de ernst van de prikkelgevoeligheid is een nuttige eerste stap. De volgende strategieën kunnen ingezet worden bij het vooruit plannen:

- Vooraf kijken in schoolgebouwen voordat de overstap naar de nieuwe school plaatsvindt, eerst als de school nog leeg is en later met de aanwezigheid van leerlingen en personeel. Dit geeft de leerling de mogelijkheid om te ervaren hoe hun gevoeligheid hen zal beïnvloeden in de nieuwe school.
- De leerling de ruimte geven om zich bewust te worden van de geuren, lichten en geluiden die kenmerkend zijn voor de nieuwe school. Afhankelijk van hun gevoeligheid, is het cruciaal om vast te stellen welke aanpassingen nodig zijn.

- Als blijkt dat de leerling problemen heeft met een specifieke sensatie, identificeer dan passende leerlinggerichte strategieën gebaseerd op de eerdere effectieve benaderingen die doorgevoerd zijn door de basisschool of de ouders/verzorgers, of op basis van onderstaande suggesties.

Leerlinggerichte strategieën: aanpassingen in de omgeving

De volgende strategieën zijn effectief gebleken bij het minimaliseren van de impact die de prikkelgevoeligheid van de leerling heeft op hun academische prestaties, gedrag en welzijn. Onderstaande vindt u een lijst van aanpassingen voor elke zintuiglijke modaliteit die leerkrachten kunnen inzetten in de omgeving op het niveau van de ondersteuningsbehoefte van de leerling. De toepasbaarheid van de aanpassingen kan variëren per school. Maar hopelijk geeft de grote hoeveelheid aan suggesties scholen de mogelijkheid om mogelijke aanpassingen te herkennen en een optimale omgeving te creëren voor de leerling daar waar de mogelijkheden zijn.

Visuele prikkelgevoeligheid

- Het minimaliseren van het aantal visuele afleidingen kan erg effectief zijn om leerlingen te helpen te focussen op hun taak. Een opgeruimd klaslokaal kan zorgen voor een afname in afleidbaarheid voor leerlingen uit onze doelgroep.
- Toestaan dat een leerling met lichtgevoeligheid verder van het raam een zitplaats krijgt, als zij het licht onprettig vinden. Deze maatregel kan de concentratie vergroten.
- Het regelmatig controleren en vervangen van TL-lichten zorgt voor het afnemen van flikkering (en zoemen), wat afleidend kan zijn.
- Gebruik zonwering om fel licht en zonreflectie te verminderen (let op dat de zonwering geen afleidende patronen of lawaai maakt).
- Geef een leerling die snel afleidbaar is de mogelijkheid om op een individuele werkplek te werken.

Lawaai en geluiden

- Het minimaliseren van het aantal auditieve afleidingen in de klas kan helpen (bv. uitzetten van elektrische apparaten als ze niet gebruikt worden om zo min mogelijk geluiden te hebben in het klaslokaal).
- Het aanbieden van een vaste plaats voor de leerling aan de zijkant van een ruimte, weg van het lawaai en geluid, of het toestaan dat de leerling op een aangewezen stille plek kan zitten, kan helpen in lawaaiige ruimtes als de kantine of de gymzaal.
- Het dragen van een koptelefoon of oordoppen kan spanning, veroorzaakt door onplezierige geluiden, verlagen.
- Van te voren de leerling uit onze doelgroep waarschuwen voor harde geluiden kan helpen, zeker als deze geluiden onvermijdbaar zijn (bv. bij brandoefeningen of de bel voor de leswisseling).
- Het wisselen van klaslokaal in lawaaiige gangen, kan heel lastig zijn voor deze leerlingen, dus overweeg of het mogelijk is om de leerling eerder kan vertrekken als de gangen nog stil zijn.
- Het verminderen van geluiden in het klaslokaal door speciale aanpassingen (bv. door vloerbedekking in de klaslokalen of het isoleren van een lokaal) is soms mogelijk in specialistische settings, maar vaak ligt dit niet binnen de mogelijkheden van reguliere scholen.

Geur

- Het personeel meer bewust maken van het feit dat sommige leerlingen uit onze doelgroep sommige geuren erg vervelend vinden, zoals parfum en deodorant, of materialen in klaslokalen zoals verf/lijn/schoonmaakmiddelen. Probeer alternatieve producten te vinden voor de producten met een sterke geur waar mogelijk.

- Sta de leerling toe om in een andere ruimte te werken als er activiteiten gedaan worden waarbij sterk-ruikende materialen gebruik worden. Stimuleer de leerling om op een geschikte plek in de aula/kantine te eten als de leerling de geur van gekookt eten onprettig vindt (bv. een plek naast een deur of raam).
- Belangrijk is om te weten dat het niet alleen geuren binnen de school kunnen zijn die de leerling onprettig kan vinden, maar dat het ook geuren kunnen zijn van buiten de school (bv. de geur van verkeer, of van boerderijen).

Tast en gevoel

- Sensorische problemen kunnen zorgen voor afleiding als jongeren hun kleding oncomfortabel vinden zitten. Dit kan erg onplezierig zijn voor hen. Wees in dit geval flexibel en kijk welke aanpassingen mogelijk zijn binnen de mogelijkheden van de schoolregels (het aanpassen van de kleding aan de behoefte van de jongere kan vaak door kleine aanpassingen, zoals het wegnippen van de labels uit de kleding).
- Het verhogen van het bewustzijn dat sommige leerlingen moeite hebben met aanraken, en de optie bieden aan deze leerlingen om te kiezen om niet mee te doen aan bepaalde activiteiten (bv. bepaalde spellen bij gym).
- Bewust zijn dat de aandacht en concentratie van jongeren uit onze doelgroep verstoord kan raken, vanwege de specifieke voorkeuren die zij hebben ten aanzien van de stimuli die zij onprettig vinden. Hun zitplaats moet comfortabel zijn (bv. als een leerling op de grond moet zitten, sta dan toe dat hij op een stuk vloerbedekking mag zitten i.p.v. direct op de vloer).
- Houd rekening met het feit dat de textuur van bepaald voedsel een probleem kan zijn tijdens de lunch of in kookles. De leerling kan een probleem hebben met het vies maken van de handen bij praktisch vakken zoals kookles of kunstzinnige vorming, waardoor er aanpassingen gemaakt moeten worden. Een voorbeeld is een leerling hoeft niet mee te helpen bij het aanraken van voedsel, maar helpt bij het snijden of mixen van droog voedsel.
- Niet passend gedrag in de klas kan verminderd worden door een stressbal te gebruiken of een stuk materiaal met de textuur die de leerling prettig vindt. Dit kan een leerling helpen om te ontspannen en verder te gaan met de activiteiten in het klaslokaal. Er kan bijvoorbeeld gebruik gemaakt worden van kneedgum of een stuk zachte stof (bij bijlage 18: Emotionele gereedschapskist en bijlage 24: Ontspanningsstrategieën).

LET OP!

Ergotherapie

Bij sommige jongeren heeft de prikkelgevoeligheid een significante invloed op hun functioneren en welzijn, waardoor het noodzakelijk kan zijn om in deze gevallen specifieke sensorische programma's ingezet moeten worden. Betrek een ergotherapeut hierbij.

Het mogelijke risico op pesten

Het is belangrijk om de gevolgen van sommige strategieën af te wegen en te bespreken met de leerling en de ouders/verzorgers. Hoewel sommige strategieën effectief zijn in het laten afnemen van spanning en ongemak veroorzaakt door de prikkelgevoeligheid, benadrukken ze onvermijdelijk verschillen (bijvoorbeeld als de leerling koptelefoons draagt of een andere lesstructuur volgt). Dit kan de leerling kwetsbaarder maken voor pesten, waardoor het essentieel is om de juiste stappen te nemen om dit te vermijden.

Hypo-sensitiviteit voor pijn

Sommige jongeren kunnen zich per ongeluk verwonden en andere mensen daar niet op attenderen, omdat ze pijn minder sterk ervaren dan andere jongeren. Als een jongere hypo-sensitief is voor pijn, dan zal dit expliciet kenbaar gemaakt moeten worden aan het schoolpersoneel.

Afsluitende overwegingen

In de voorbereiding van de overstap naar het voortgezet onderwijs is een van de belangrijkste zaken waar leraren bewust van moeten zijn, dat gedrag dat soms ongepast en ongewoon is, vaak een gevolg is van de sensorische problemen van een leerling uit onze doelgroep. Door gebruik te maken van de aanbevelingen die in dit hoofdstuk gedaan zijn, kan misinterpretatie van het gedrag van de leerling voorkomen worden alsook het verminderen van het ongemak, angst en escalerend gedrag welke door de prikkelgevoeligheid van de leerling plaats vinden. Aanvullend hierop, veel van deze leerlingen hebben specifieke sensorische interesses, deze kunnen op de volgende positieve manieren ingezet worden:

- **Als een beloning.** Als een leerling geniet van een bepaalde sensorische stimulus, dan kan dit ingezet worden als 'beloning' bij taken die ze moeilijk of uitdagend vinden. Na overleg en plannen met de leerling kan op afgesproken tijden in een rustige ruimte activiteiten doen binnen zijn specifieke sensorische interesses (bv. ronddraaien met kleurrijke schrijven, spelen met knijpspeelgoed of stukjes zachte stof (zie bijlage 24).
- **Als kalmeringsactiviteit/strategie.** Sommige leerlingen ervaren activiteiten binnen hun sensorische interesses heel kalmerend en daarom kan dit ingezet worden als kalmeringsactiviteit. Dit kan vooral helpend zijn voor jongeren die problemen hebben met angst of stressmanagement. In dit geval kan een 'ontstress-kistje' gemaakt worden, met daarin de favoriete sensorische spullen, waarbij het belangrijk is om afspraken te maken over wanneer en waar deze gebruikt kan worden. Dit kistje moet bewaard worden op een vaste plaats waar de leerling bij kan (bv. De mediatheek of stille ruimte) (zie bijlage 24, Emotionele gereedschapskist, Thema 4: Interesses, verbeelden en flexibel denken; Thema 8: Angst en Thema 9: Escalerend gedrag).

Thema 8. Angst

Waarom is dit belangrijk?

Jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit hebben een hoger risico om angstig te worden of angststoornissen te ontwikkelen dan hun leeftijdgenoten. Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt bijvoorbeeld, dat 50-80% van de jongeren met een ASS diagnose ook voldoen aan de criteria van één of meerdere angststoornissen. Angst is voor jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit om verschillende redenen een belangrijk probleem. Ondanks het feit dat we bij deze jongeren nog niet precies begrijpen hoe angst ontstaat vanuit een neurobiologisch perspectief, weten we wel dat psychische- en omgevingsfactoren een grote rol spelen. Beperkingen in sociale communicatie en flexibiliteit zorgen ervoor dat deze jongeren extra kwetsbaar zijn om meer stress te ervaren vanwege hun problemen in het omgaan met veranderingen, het begrijpen van sociale situaties of het voorspellen van gebeurtenissen. In boeken over autisme wordt vaak de vergelijking gemaakt met een reiziger in een ander land, waar je je onzeker en in de war voelt omdat je de taal, cultuur, het gebruik en hoe alles werkt niet goed begrijpt. Daarnaast wordt angst en stress ook extra aangewakkerd als gevolg van een toegenomen kans op het alleen staan, of uitgebuit of gepest te worden. Voor een jongere kan veel angst een grote impact hebben op zijn of haar dagelijks functioneren en welbevinden. Langdurige stress en angst kan bijvoorbeeld de concentratie negatief beïnvloeden waardoor leerprestaties eronder gaan lijden. Het kan er ook toe leiden dat de jongere nieuwe, zelfs leuke, situaties gaat mijden en dus minder mogelijkheden heeft om te leren. Daarnaast kan het als gevolg hebben dat een jongere gedragsproblemen gaat krijgen of in extreme situaties, naar school weigert te gaan.

Wat moeten we over angst weten?

Hoe kunnen we angst bij jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit herkennen?

Jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit hebben dikwijls moeite om hun gevoelens zowel verbaal als non-verbaal duidelijk te maken. Zij kunnen moeite hebben om openlijk over hun zorgen te praten, ook wanneer ze daartoe aangemoedigd worden. Daarnaast kunnen, in het kader van problemen met non-verbale communicatie, symptomen van angst niet goed af te lezen zijn in het gezicht, toon of lichaamshouding (bijvoorbeeld, veel jongeren kunnen wanneer ze angstig of juist ontspannen zijn toch dezelfde glimlach op hun gezicht blijven hebben). Dit heeft als gevolg dat er een grote kans is dat de intensiteit van ervaren angst door een jongere door buitenstaanders wordt onderschat. Veel jongeren kunnen hun angstsymptomen op school goed verbergen, terwijl ze thuis emotionele uitbarstingen hebben.

Het is daarom belangrijk te weten dat veel van deze jongeren zich op school en thuis verschillend kunnen uiten. Hierdoor kunnen volwassenen rondom een jongere dus verschillende ideeën hebben over de aanwezigheid en intensiteit van problemen bij de jongere. Sommige leraren geven zelfs aan dat het soms moeilijk te begrijpen is dat een jongere sterke angst voor iets kan hebben zoals door ouders wordt aangegeven. Ze begrijpen het pas als ze het zelf ook zien. Belangrijke indicatoren voor van angstproblemen bij jongeren zijn: het feit dat leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit een verhoogde kans hebben om angstproblemen en angststoornissen te ontwikkelen, veranderingen in het gedrag van de jongere (bijvoorbeeld een steeds vaker dezelfde vragen stellen of zich terugtrekken van activiteiten die de jongere meestal veel plezier gaven) en aanwijzingen vanuit het gezin van de jongere.

Wat ontlokt angst?

Jongeren kunnen van verschillende dingen angstig worden. Soms kan dat direct geassocieerd zijn aan de sociale en/of communicatieve problemen en soms kan het voortkomen uit eerdere negatieve ervaringen. Voor sommige jongeren kan de angst zodanig zijn dat zij daar continu ondersteuning bij nodig hebben, terwijl voor anderen de angst af en toe aanwezig is, bijvoorbeeld als gevolg van grote veranderingen in de overstap naar het voortgezet onderwijs. Om hier goede strategieën voor te kunnen gebruiken, is het belangrijk om te weten wat de angst ontlokt:

- **Angst als gevolg van de overstap naar het voortgezet onderwijs:** Omdat jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit over het algemeen moeite hebben met veranderingen, zal de overstap van het primair naar voortgezet onderwijs vaak gepaard gaan met angst. Deze leerlingen kunnen zich vooral zorgen maken over veranderingen in hun routines, verwachtingen of de nieuwe sociale situatie (bijvoorbeeld het moeten omgaan met veel nieuwe leeftijdgenoten en leraren). Sommige leerlingen kunnen zich zorgen maken over de nieuwe omgeving (bijvoorbeeld de grootte van de school of verdwaald raken). Veel van deze jongeren hebben de neiging om alles perfect willen te doen en alles zwart-wit te zien. Dit heeft als gevolg dat zij zich van tevoren al angstig kunnen gaan voelen over dat zij zich per ongeluk niet goed aan de regels houden of straf krijgen, zelfs als er geen duidelijke redenen zijn om zich hier zorgen over te gaan maken.
- **Angst als gevolg van het hebben van beperkingen in sociale communicatie en flexibiliteit:** Veel kenmerken van autisme kunnen direct of indirect er ook voor zorgen dat angst wordt opgewekt. Een van de meest voorkomende kenmerken is de prikkelgevoeligheid (bijvoorbeeld zorgen maken om het lawaai in de gang), of angst anticiperend op een verandering in de routine (bijvoorbeeld zich zorgen maken over een nieuwe invalleeërkracht of over een aankomend schoolreisje). Tijden zonder vaste structuur, zoals lunch- en tussenpauzes kunnen ook angsten oproepen, omdat deze jongeren zich vaak zorgen maken over hun moeilijkheid om een nieuwe bezigheid te starten of over het niet hebben van vrienden om naast te zitten.
- **Angst als gevolg van eerdere negatieve ervaringen:** Net als andere jongeren met beperkingen, lopen jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit meer kans om negatieve ervaringen op te doen zoals sociaal geïsoleerd te raken, gepest te worden of gezien te worden als mislukkeling. Dit kan gerelateerd zijn aan de sociale en/of communicatieve problemen, het moeite hebben met flexibel denken of aan andere comorbide problemen. Bijvoorbeeld, jongeren die ook dyspraxie hebben, zijn vaak angstig voor gymlessen omdat ze uitgelachen kunnen worden of pas als laatste worden gekozen bij een teamopstelling. Veel van de jongeren uit onze doelgroep hebben vaak ook problemen met het organiseren en maken zich daarom zorgen over het vergeten van hun huiswerk of dat zij dingen (on)bewust verkeerd hebben gedaan.

Hoe kan herkend worden wat angst oproept?

Kennis van de verschillende oorzaken die angst bij jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit kunnen oproepen, kan heel behulpzaam zijn om het angstige gedrag en wat dat bij hem of haar oproept te leren begrijpen. Daarnaast is het contact met de ouders zeer waardevol, omdat veel jongeren hun angsten alleen in een veilige omgeving zoals thuis laten zien. Het is daarom belangrijk om de tijd te nemen regelmatig met het gezin/familie te overleggen hoe het met de jongere gaat. Het is ook belangrijk om te onthouden dat jongeren uit deze doelgroep per situatie zich anders kunnen uiten. Zorgen die ouders over hun kind hebben moeten dus serieus genomen worden, ook als de jongeren zelf op school geen zorgwekkend gedrag laat zien.

Hoe kunnen we helpen?

Om de angst van een jongere te verminderen is goed te weten wat de angst veroorzaakt. Hieronder staan een aantal omgevingsgerichte strategieën die bedoeld zijn om iets te doen met dat wat de angst ontlokt. Dit wordt als eerste ingezet. Bij leerlingen bij wie dit onvoldoende werkt, worden de coping vaardigheden van leerlingen uitgebreid als tweede strategie.

- **Omgevingsgerichte strategieën:** preventie van dat wat de angst ontlokt
- **Leerlinggerichte strategieën:** om de coping vaardigheden van jongeren uit te breiden.

Omgevingsgerichte strategieën

Angst die veroorzaakt wordt door moeilijkheden in het kunnen omgaan met veranderingen

Onzekerheid en angst komen op wanneer jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit de nieuwe situatie en hun gewijzigde omgeving of routines proberen te begrijpen. Angst kan dan verminderd worden door met behulp van onderstaande strategieën de nieuwe situatie voorspelbaar te maken:

- **Stapsgewijze gewenning:** Jongeren uit onze doelgroep die zich vooral zorgen maken om veranderingen in de omgeving hebben vaak baat bij een stapsgewijze gewenning aan een nieuwe situatie en bijbehorende regels. Dit kan voor de overstap naar het voortgezet onderwijs al een bezoek aan de nieuwe school betekenen om alvast kennis te maken met een aan hem of haar toegewezen volwassene. Zie ook Thema 1 voor meer gedetailleerde informatie over het voorbereiden van de stap naar het voortgezet onderwijs.
- **Vooruit plannen:** Het goed voorbereid zijn verhoogt de kans dat een jongere de veranderingen goed aan kan en vermindert de angst die een jongere vooraf kan hebben. Ze hebben er baat bij om van tevoren te weten wat er zal gebeuren, als ook details over wat van hun wordt verwacht, wie ergens bij betrokken zijn en wat ze moeten doen als ze vastlopen. Het gebruik van visuele strategieën zoals tijdschema's of herkenbare signalen die van tevoren in een agenda worden neergezet, kunnen bijzonder effectief zijn omdat wanneer jongeren angstig zijn ze terug kunnen vallen op visuele informatie (zie ook Thema 10 over signaalkaarten).
- **Het begeleiden van een overgang:** Alle overgangen, van groot tot klein, kunnen om verschillende redenen angst bij jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit opwekken. Dit kan te maken hebben met dat zij moeite hebben om flexibel te denken en hun aandacht te verdelen tussen verschillende bezigheden, of omdat het veel organisatietalent vraagt. Dit kan als gevolg hebben dat een jongere niet met zijn of haar leeftijdgenoten mee kan komen, of dat hij of zij verward raakt. Als dit bij een leerling een gevoelig punt is, kunnen externe hints en structuur helpen om de jongere er goed op voor te bereiden zijn of haar paniek te verminderen. Strategieën zoals van te voren waarschuwen dat het bijna tijd is, aftellen, of een timer helpen herinneren aan een de komende overgang (bijvoorbeeld 5 minuten voordat een andere bezigheid stopt). Andere behulpzame strategieën zijn het gebruik van een tijds klok (bijvoorbeeld wanneer de jongere opgaat in een speciale interesse) en het gebruik van een checklist met daarin alles wat nodig is voor de nieuwe activiteit. Zie ook Thema 4 voor meer gedetailleerde informatie over relevante strategieën bij inflexibiliteit in denken.

Angst die veroorzaakt wordt door moeite in sociale omgang

De angst om geïsoleerd te raken, niet aardig gevonden te worden, buitengesloten of gepest te worden is bij deze jongeren vaak sterk aanwezig. Het komt voort uit dat de jongere zich ervan bewust is dat hij of zij sociale

moeilijkheden heeft en helaas eerdere negatieve ervaringen heeft gehad. Daarnaast wordt onzekerheid aangewakkerd door de moeite met het goed interpreteren van verbale en non-verbale communicatie waardoor sociale situaties nog meer verwarring kan veroorzaken. Het ontmoeten van nieuwe mensen kan voor deze jongeren dus veel stress opleveren. In ernstige gevallen, kunnen jongeren ook een sociale fobie ontwikkelen of sociale situaties gaan vermijden waarvoor ze professionele behandeling nodig hebben. Maar in de meeste gevallen zal een jongere baat hebben bij een gestructureerde omgeving om zo sociale relaties en positieve ervaringen op te kunnen bouwen en meer zelfvertrouwen te krijgen. Dit kan door onderstaande strategieën te gebruiken:

- **Het stimuleren van sociaal begrip:** Dit is vooral behulpzaam voor leerlingen die de neiging hebben om angstig te zijn over hoe je een conversatie start of hoe je met anderen omgaat. Er zijn verschillende mogelijkheden om deze leerlingen sociale vaardigheden te leren. Op sommige scholen zijn er speciale groepen waarin sociale vaardigheden worden geleerd. Als dit niet mogelijk is, kunnen de persoonlijke hulpmiddelen zoals die in Thema 2 staan beschreven hier toegepast worden. Bijvoorbeeld de Sociale Verhalen die specifiek van toepassing zijn op de problemen van een jongere, of het bewust aanleren van vaardigheden om in contact met leeftijdgenoten te komen (zie bijlage 12: Sociale verhalen).
- **Het vergemakkelijken van sociale deelname:** Het organiseren van sociale activiteiten gedurende de schoolpauzes kan voor deze leerlingen een goede gelegenheid zijn om andere leerlingen te ontmoeten en opgenomen te worden en mogelijk vriendschappen te sluiten. Er zijn verschillende manieren om dit vorm te geven, variërend van lunch clubs, interessegroepen, een buddysysteem of Cirkel van Vrienden, welke wel begeleiding van een volwassene vereisen. Zie ook Thema 2 voor meer gedetailleerde informatie over relevante strategieën.
- **Het voorkomen van gepest worden:** Vanuit zowel de overheid als wetenschappelijk onderzoek wordt aangeraden om op scholen een 'zero-tolerance beleid' ten aanzien van pesten te hebben omdat dit de meest effectieve manier is gebleken. Wees ervan bewust dat ondanks alle inspanningen het pesten toch kan voorkomen, maar dat het belangrijk is om ernaar te streven het aan te geven, er open over te praten. Het kan zijn dat leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit hier meer ondersteuning bij nodig hebben dan andere leerlingen (bijvoorbeeld door duidelijk te maken tegen wie en wanneer ze het moeten zeggen, of hoe een gebeurtenis heeft geleid tot het pesten). Deze jongeren kunnen ook specifieke gedragingen hebben waardoor ze meer risico lopen om gepest te worden (bijvoorbeeld door hun sterke behoefte aan regels kunnen ze ook andere leerlingen hierop aanspreken als er geen leraar in de buurt is), of ze hebben moeite om het gedrag van hun leeftijdgenoten goed te begrijpen (bijvoorbeeld als iemand per ongeluk tegen hem of haar aan botst, kunnen zij dat interpreteren als dat ze expres gepest worden). Het voorkomen dat jongeren uit onze doelgroep gepest worden vraagt dus specifieke aandacht. Het wordt aangeraden om een één-op-één ondersteuning gericht op het stimuleren van de zelfstandigheid van de leerling te combineren met een groep van medeleerlingen die hem of haar kunnen bijstaan en in kaart kunnen brengen van omgevingsfactoren (bijvoorbeeld het herkennen van de tijden waarop pesten makkelijker voor kan komen). Zie ook Thema 5 (Pestgedrag) voor meer gedetailleerde informatie over relevante strategieën.

Angst die veroorzaakt wordt door prikkelgevoeligheid

De manier waarop jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit gevoelig zijn voor prikkels kan sterk verschillen van hoe dat bij andere jongeren is. Ze kunnen extra gevoelig of juist minder gevoelig voor

stimuli zijn. Deze prikkelgevoeligheid kan inhouden dat ze last kunnen hebben van visuele stimuli, geluid, muziek, eten, geur en tast. Niet alle jongeren hebben deze prikkelgevoeligheid, maar de jongeren die dat wel hebben kunnen daar in hun dagelijks leven veel last van hebben. Sommige jongeren en volwassenen hebben zelfs aangegeven dat ze er lichamelijk pijn van hebben. Het is daarom belangrijk om ze hierin proactief te ondersteunen, omdat ze hier zelf weinig controle over hebben.

- **Strategieën gericht op de omgeving:** Wanneer de stimuli bekend zijn, kunnen omgevingsgerichte strategieën ingezet worden om de impact voor de jongere te verminderen. Bijvoorbeeld, het verminderen van geluiden of visuele prikkels die hun kunnen afleiden (zoals het gezoem en de flikkering van licht), het overwegen van aanpassingen bij het zitten, voorstellen doen voor alternatieve bezigheden wanneer een jongere ergens erg geprikkeld door raakt (bijvoorbeeld in een aparte ruimte lunchen i.p.v. in een kantine vanwege hinder van alle geluiden), of het aanpassen van lesmateriaal (bijvoorbeeld door het gebruik van lijm dat geen geur heeft). Voor zover dat mogelijk is, is het aan te raden om alternatieven in de omgeving te zoeken zonder de jongere zelf uit te sluiten. Zie ook Thema 7: Prikkelgevoeligheid.
- **Strategieën gericht op de jongere:** In sommige gevallen kunnen leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit heel sterk reageren op prikkels, waarvan de impact niet geheel verholpen kan worden door aanpassingen in de omgeving. In deze gevallen kan het volgende behulpzaam zijn: leerlingen kunnen bij veel geluid (zoals in een kantine) baat hebben bij het gebruik van koptelefoons (of oordopjes). Soms kunnen speciale aanpassingen nodig zijn voor het gebruik van bepaalde kledingstoffen (de leerling mag een joggingbroek aan met gymmen in plaats van de verplichte schoolgymkleding). Zie ook Thema 7: Prikkelgevoeligheid.

Angst die veroorzaakt wordt door andere moeilijkheden en faalangst

Jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit hebben een vergrote kans om ook andere (comorbide) problemen te hebben. Dit kan een coördinatiestoornis zijn (dyspraxie), dat geassocieerd is met onhandigheid, tic stoornissen of Tourette's Syndroom (waarbij sprake is van lichamelijke en/of vocale tics) of andere problemen (zie thema 10 voor meer informatie over comorbide problemen). De aanwezigheid van comorbide problemen kan het gevoel anders te zijn dan anderen versterken, en dit kan er weer toe leiden dat een jongere zich voor zichzelf gaat schamen. Deze zorgen zijn ook terecht gebleken. Uit wetenschappelijk onderzoek is bijvoorbeeld naar voren gekomen dat jongeren met autisme die ook motorische problemen hadden vaker gepest worden en sociaal geïsoleerd zijn dan jongeren met autisme zonder deze motorische problemen.

- **Bewustwording:** Helaas worden deze problemen vaak niet gediagnosticeerd en behandeld ondanks dat we weten dat deze jongeren meer kans lopen op het hebben van ook andere stoornissen. Leraren hebben hierin een belangrijke rol omdat zij vaak meer gedetailleerde kennis van een jongere hebben dan andere (basis of gespecialiseerde GGZ) professionals. Het bewust worden van het schoolpersoneel in hun rol bij het observeren van het gedrag van de leerling spelen een belangrijke rol in detectie van mogelijke comorbide problemen en het daar op een sensitieve manier mee omgaan.
- **Wijzigingen op maat:** Als een probleem wordt herkend, kan het voor de leerling heel behulpzaam zijn om een duidelijk plan te hebben met daarin de aanpassingen die toegepast kunnen worden. Bijvoorbeeld, jongeren met coördinatieproblemen hebben vaak veel angst voor sport, zoals dat ze altijd als laatste in een team worden

gekozen, of dat ze een team teleurstellen omdat ze een geen goal konden maken. In zo'n situatie kan het voor leraren behulpzaam zijn om een andere manier van het verdelen van teams voor te stellen, bijvoorbeeld door iedereen op basis van een nummer 1 of 2 aan een team toe te bedelen. Het is belangrijk om het plan met alle wijzigingen gedurende de hele dag van een jongere goed en nauwkeurig in kaart te brengen om het te kunnen laten slagen. Voor een jongere met dyspraxie bijvoorbeeld, betekenen die wijzigingen niet alleen tijdens sport maar ook voor andere bezigheden (bijvoorbeeld in de kleedkamers, vanwege de moeilijkheid om zich even snel om te kleden als leeftijdgenoten).

Angst die veroorzaakt wordt door moeilijkheden met het organiseren

De meeste jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit hebben moeite met het organiseren en plannen van taken. Deze moeilijkheden kunnen van invloed zijn op de leerprestaties van een jongere (huiswerk) en andere dagelijkse bezigheden (van klaslokaal wisselen). Jongeren uit onze doelgroep hebben deze moeilijkheden zelf ook beschreven; zoals het vergeten van hun huiswerk of in een school verdwaald raken, waarvoor ze zich erg schamen en veel stress ondervinden. Wanneer dat nodig is, moeten deze leerlingen strategieën leren die hen kunnen helpen de dagelijkse bezigheden goed te plannen en organiseren om zo hun angsten te verminderen.

- **Begrip:** De meeste leerlingen met problemen met het organiseren en plannen zijn erg angstig om 'in de problemen te komen' en over te komen alsof ze hun best niet hebben gedaan. Zo komen sommige jongeren zelf zeggen dat ze zich zorgen maken dat ze hun huiswerk onvoldoende hebben gemaakt, omdat zij niet in staat waren het huiswerk goed op te schrijven of het niet goed begrepen. Het is goed om alert te zijn op deze problemen bij jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit en om te weten dat er strategieën gebruikt kunnen worden die hen helpen om deze problemen op te lossen. Op deze manier krijgen de leerlingen het gevoel dat ze door leraren begrepen worden en dat hun angst om straf te krijgen wordt verminderd, omdat hun fouten per ongeluk zijn gemaakt.
- **Het organiseren van materiaal:** Jongeren in onze doelgroep vinden het vaak veel moeilijker dan leeftijdgenoten om goed georganiseerd te zijn waardoor ze zonder hulp van buitenaf vaker hun huiswerk vergeten te doen of de verkeerde spullen meenemen. Om deze leerlingen te ondersteunen, kunnen strategieën gebruikt worden om hen te helpen met geheugensteuntjes of specifieke signalen en strategieën om hen stapsgewijs te helpen hun organisatievaardigheden aan te leren. Belangrijk hierin is een eenduidige structuur zodat de leerling deze structuur later ook zelf kan toepassen in andere situaties zonder specifieke signalen te gebruiken. Bijvoorbeeld, jongeren kunnen aangemoedigd worden om een agenda voor het huiswerk te gebruiken. De leerling kan baat hebben bij een checklist waarop per dag staat wat voor materiaal meegenomen moet worden, of bij tijdschema's opgebouwd uit kleuren waarin iedere kleur staat voor specifiek materiaal (bijvoorbeeld rood betekent wiskunde, en wordt gebruikt voor het wiskunde boek of werkboek. Zie ook Thema 6 voor meer gedetailleerde informatie over relevante strategieën en bijlage 13 en 15 voor het organiseren van het lesrooster en bijlage 30 'Mijn OverSTAPplan' voor het organiseren van schoolmaterialen.
- **Het wisselen van klaslokalen:** Het wisselen tussen klaslokalen kan heel stressvol zijn voor jongeren die moeite hebben met flexibiliteit. Het kan niet alleen moeilijk zijn om te onthouden waar ze in een groot gebouw naar toe moeten gaan, maar ook het lopen door alle gangpaden kan stressvol zijn door alle medeleerlingen, de fysieke contacten met hen, en het lawaai. Door de leerling een duidelijk overzicht te geven van de plattegrond van de school (met daarop aangegeven waar de klaslokalen zijn, de kantine en andere belangrijke locaties, eventueel in verschillende kleuren) kan vooral voor leerlingen met een goed visueel-ruimtelijk inzicht behulpzaam zijn.

Wanneer een leerling het vooral moeilijk vindt om van klaslokaal te wisselen door het lawaai op de gang, kan het handig zijn dat de leerling in de eerste weken een paar minuten eerder met een les kan stoppen om alvast naar de nieuwe klaslokaal te gaan. Dit kan voor de meeste leerlingen behulpzaam zijn, maar sommige leerlingen hebben een intensievere of langere begeleiding hierin nodig, zoals de hulp van een leeftijdgenoot of schoolpersoneel die bij het wisselen van klaslokalen met de leerling meeloopt.

Omgevingsgerichte strategieën: het vergroten van de coping vaardigheden van jongeren

De jongeren helpen hun angst en zorgen goed te leren verwoorden

Jongeren die moeite hebben met sociale communicatie vinden het vaak moeilijker dan leeftijdgenoten om hun angsten en zorgen goed te verwoorden. Voor een deel komt dit doordat deze jongeren moeite hebben om hun eigen emoties te duiden en verbaal en non-verbaal te uiten. Hierdoor is het voor anderen ook moeilijker om te zien of de jongere angstig is. Daarnaast kunnen deze leerlingen intussen een soort hulpbehoevendheid hebben aangeleerd op basis van eerdere negatieve ervaringen (bijvoorbeeld dat ze zichzelf zien als iemand die niet kan slagen of geen grip heeft op de omgeving), wanneer ze van de basisschool naar het voortgezet onderwijs overgaan.

- **Emotioneel inzicht:** Emotioneel inzicht betekent het vermogen van jonge mensen om hun eigen emoties en emoties van anderen te kunnen begrijpen. Het blijkt dat jongeren die angstig zijn of zich zorgen maken veel baat kunnen hebben bij tijd gericht op het ontwikkelen en leren van emotioneel inzicht. Een belangrijk basisprincipe hierin is om per keer één emotie van een jongere te leren kennen (bijvoorbeeld blijdschap of angst) door stil te staan bij de bijbehorende gezichtsexpressie, stemgeluid, lichaamshouding en de context waarin zo'n emotie kan ontstaan. De bedoeling is om hem of haar te helpen de factoren te herkennen die bijvoorbeeld angst kunnen uitlokken en de lichamelijke reacties die kunnen ontstaan zodat de jongere leert hoe hij of zij met deze angst om kan gaan. Op die manier leren jongeren het ontstaan van hun eigen emoties gemakkelijker te leren herkennen. Het kan behulpzaam zijn om hier een schema met de intensiteit van de ervaren emotie te gebruiken zoals een emotie-thermometer (zie Bijlage 18), om de jongere te helpen zijn of haar eigen emoties goed te leren begrijpen maar ook om te leren die emoties onder woorden te brengen.
- **Gevoelens onder woorden brengen:** Zoals hierboven aangegeven hebben jongeren uit onze doelgroep vaak moeite om hun emoties onder woorden te brengen, en kunnen visuele toepassingen hier goed bij helpen. Zo is gebleken dat het voor een jongere behulpzaam kan zijn om een 'signaalkaart voor angst' te hebben zodat ze kunnen aangeven hoe angstig ze zich voelen. Zo'n signaalkaart kan klein zijn, zodat een jongere deze discreet aan een leraar kan laten zien of op het bureau kan leggen wanneer hij/zij heel angstig wordt (zie bijlage 14). Belangrijk is hierbij om duidelijke regels op te stellen wanneer en hoe deze kaart wordt gebruikt. Afhankelijk van de jongere kan er afgesproken worden dat de jongere even het klaslokaal mag verlaten, voor 5 minuten, of dat de leraar naar de jongere toe gaat om zijn of haar zorgen te bespreken. Het is belangrijk dat al het schoolpersoneel bewust is van het doel van zo'n signaalkaart zodat zij niet het idee krijgen dat de kaart wordt gebruikt om te spijbelen. Daarnaast kan de emotie-thermometer (zie bijlage 17) behulpzaam zijn om aan te geven hoe veel angst of zorgen een leerling maakt

Veilige plek

Voor jongeren die heel angstig zijn, kan het heel prettig en vertrouwd zijn om een veilige plek te hebben waar ze zich veilig voelen en rustig kunnen worden. Dit kan elke plek zijn waarin diegene zich prettig voelt (bijvoorbeeld de schoolbibliotheek). Jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit hebben baat bij duidelijke richtlijnen over waar ze naar toe kunnen gaan en tegen wie ze kunnen zeggen dat ze zich angstig of ongelukkig voelen of zich zorgen maken.

Ontspanningsoefeningen

Het gebruik van ontspanningstechnieken kan vooral nuttig zijn voor jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit die zich moeilijk kunnen ontspannen. Het is belangrijk dat zij leren om met spanningen om te gaan en hoe ze zich kunnen ontspannen om op die manier zelf ook beter te leren hun met hun angsten om te gaan (zie bijlage 18). Er zijn verschillende manieren om te kunnen ontspannen en het kan behulpzaam zijn om verschillende manieren met de jongere uit te proberen om te merken welke voor hem/haar het beste werkt.

- **Emotionele gereedschapskist:** Bezigheden die ontspannend zijn zorgen bij iedereen ervoor dat ze minder angstig of boos worden. Een jongere die moeite heeft met sociale communicatie en flexibiliteit kan het lastig vinden om bezigheden die voor hem of haar ontspannend zijn zelfstandig te herkennen. Het is daarom belangrijk om samen met de jongere te bekijken welke bezigheden de angst doen verminderen of afnemen. Bijvoorbeeld, het gebruik van een 'stressbal', in een afgebakende tijd opgaan in hun bijzondere interesses, het lezen van een boek, spreken met een vriend, of zich terugtrekken in een rustige kamer. Het kan behulpzaam zijn om een gereedschapskist te tekenen waarin alle technieken beschreven staan om gevoelens van angst te verminderen (zie bijvoorbeeld Bijlage 17 en 18).
- **Ademhalingsoefeningen (bv. mindfulness):** Een gecontroleerde ademhaling is een ontspanningstechniek met als belangrijkste doel de ademhaling rustig te laten verlopen. Het is een techniek die discreet en op alle tijden gebruikt kan worden. De jongere kan gestimuleerd worden om diep adem te halen en deze 5 seconden in te houden voordat hij/zij langzaam weer uitademt. Dit moet een aantal keren herhaald worden.

LET OP!

Wanneer verwacht wordt dat een jongere heel angstig is en daar zorgen over zijn, moet dit met de ouders/verzorgers van de jongere besproken worden en kan geadviseerd worden om contact op te nemen met de huisarts om de jongere eventueel door te verwijzen naar een gespecialiseerde jeugd GGZ. Zie ook Thema 10 voor meer informatie over comorbide problematiek.

Afsluitende overwegingen

Omdat veel jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit angstig zijn, is het belangrijk dat het schoolpersoneel hier bewust van is omdat het op alle vlakken de leerprestaties van de jongere in de weg kan zitten. Door de strategieën zoals beschreven te gebruiken kan de ervaren stress sterk verminderd worden waardoor de leerling minder problemen op school ervaart. Wanneer ze minder stress ervaren kunnen ze meer zichzelf zijn en zich zo goed mogelijk sociaal en academisch ontwikkelen. Vaak hebben deze leerlingen die op reguliere scholen zitten geen cognitieve beperking waardoor ze goed kunnen profiteren van het leren omgaan met hun angst, zodat ze zich emotioneel beter voelen en zo veel mogelijk uit hun schoolperiode kunnen halen.

Thema 9. Escalerend gedrag

Waarom is dit belangrijk?

Gedrag wordt als escalerend gezien als het buiten de conventionele grenzen ligt van wat als acceptabel wordt beschouwd, wat tegelijkertijd grote risico's voor het welzijn van een jongere die moeite heeft met sociale communicatie en flexibiliteit en/of de personen om hem of haar heen met zich meebrengt. Escalerend gedrag maakt geen deel uit van autisme – maar komt vaker voor bij jongeren die deze diagnose hebben. Het treedt normaal gesproken op als reactie op communicatieproblemen en gevoelens van verwarring en machteloosheid. Voorbeelden van escalerend gedrag die misschien op school zichtbaar worden zijn ruzie maken met leraren, weigeren om zich aan instructies te houden, eigendommen beschadigen, zich agressief gedragen tegenover medewerkers en leeftijdsgenoten, zich zelf verwonden en het hebben van driftbuien. Het tegengaan van escalerend gedrag is vaak een hoge prioriteit voor leraren dat als het niet aangepakt wordt het leerproces en de progressie van niet alleen de jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit maar in potentie ook hun klasgenoten kan verstoren.

Wat moeten we over escalerend gedrag weten?

De definitie van escalerend gedrag

Escalerend gedrag heeft twee belangrijke karakteristieken. Allereerst overschrijdt het de conventionele normen van acceptabel gedrag. Op het gebied van educatie betekent dit dat er schoolregels verbroken worden en het gedrag ingaat tegen de waarden van de school. Ten tweede brengt het de persoon die zich op die manier gedraagt en/of zijn of haar omgeving in een zekere mate van risicovolle situatie. Dit risico kan fysiek zijn- bijvoorbeeld wanneer een jongere die moeite heeft met sociale communicatie en flexibiliteit tijdens een heftige woedeaanval riskeert om zichzelf, zijn leeftijdsgenoten of zijn leerkracht letsel toe te brengen. Echter, het is belangrijk om te erkennen dat dit risico ook veel subtieler kan zijn- bijvoorbeeld wanneer een jongere het risico loopt op sociale exclusie omdat het regelmatig scheldt tegen andere scholieren; of wanneer hij of zij minder de kans krijgt om te leren omdat hij of zij regelmatig ruzie heeft met de leraar, waardoor hij of zij de klas uitgestuurd wordt.

Escalerend gedrag bij autisme- een betekenis van communicatie

Philip Whitaker (2001) schreef dat escalerend gedrag bij autisme slechts het 'topje van de ijsberg' was, waarmee bedoeld werd dat er nog veel meer gaande was onder het oppervlak. Mensen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit lopen tegen meer problemen aan op school dan andere omgevingen, omdat die omgeving veel van hun sociale capaciteiten vraagt, maar ook van hun communicatievaardigheden en hun vaardigheid om zich flexibel op te stellen. De aanspraak op deze vaardigheden leidt vaak tot verwarring, frustratie en angst, wat de persoon die hier moeite mee heeft dan lastig vindt om uit te drukken of te herkennen. Dus wanneer een jongere die moeite heeft met sociale communicatie een woedeaanval heeft of weigert mee te werken, kan het zijn of haar manier zijn om te zeggen: "Ik ben moe" of "Ik ben bang" of "Ik begrijp het niet". Dit betekent dat we als bij iemand met sociale en/of communicatieve problemen escalerend gedrag waarnemen, we beter kunnen begrijpen wat er omgaat in iemand door je af te vragen "Wat probeert deze jongere mij te vertellen?"

Escalerend gedrag bij sociale of communicatieve problemen: een manier om de situatie onder controle te krijgen

Veel mensen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit hebben een grote behoefte aan zekerheid en controle. Toch zorgen hun problemen ervoor dat ze zich regelmatig onzeker voelen over wat er gebeurt en wat er gebeuren gaat. Het is belangrijk om te erkennen dat escalerend gedrag in sommige gevallen een manier is om de situatie onder controle te krijgen. Daarom kan het handig zijn, als je een gedragsprobleem probeert te begrijpen, je af te vragen “Wat is het doel van het gedrag?” en “Wat wil de jongere bereiken?”

LET OP!

Escalerend gedrag en jongeren met speciale behoeften

Er zijn maar weinig mensen meer expert in het omgaan met escalerend gedrag dan leerkrachten. Vaak zijn de vaardigheden die ze ontwikkeld hebben perfect passend om op de juiste manier om te gaan met gedragsproblemen of leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit. Echter, het moet erkend worden deze jongeren in sommige gevallen escalerend gedrag hebben dat verder gaat dan specifieke problemen. Op dit soort momenten is er maatwerk nodig. Een jongere uit onze doelgroep met escalerend gedrag dat veroorzaakt is door sensorische overprikkeling in een luidruchtig, helder verlicht klaslokaal kan bijvoorbeeld pauzes in een rustruimte nodig hebben, maar zou geen baat hebben bij de strategieën die meestal gebruikt worden bij opgroeiende jongeren met soortgelijk gedrag. Sterker nog, de conventionele strategieën zouden het gedrag erger kunnen maken omdat de jongere er gestrest van en overstelpt door wordt.

Hoe kunnen we helpen?

Leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit kunnen geholpen worden door aanpassingen aan hun omgeving, bijvoorbeeld door triggers en factoren die aanzetten tot escalerend gedrag te verwijderen. Ook kunnen nieuwe vaardigheden, die hen minder verward laten voelen en hen meer het gevoel geven de zaak onder controle te hebben, geleerd worden. De volgende strategieën worden hieronder uitgelegd:

- **Omgevingsgerichte strategieën:** het verwijderen van triggers voor escalerend gedrag
- **Leerlinggerichte strategieën:** Escalerend gedrag en zijn oorzaken aanpakken

Omgevingsgerichte strategieën: het verwijderen van triggers voor escalerend gedrag

Communicatie

Als leerkrachten zowel hun eigen begrip van de communicatie van de jongere als het begrip van de jongere van de eigen communicatie kan verhogen zal het risico op een incident van escalerend gedrag drastisch worden verlaagd. De onderstaande tips kunnen handig zijn om problemen naar aanleiding van het letterlijke begrip en het langzaam verwerken van taal te voorkomen bij mensen met autisme. (Zie ook Thema 4, Taalproblemen):

- Vertel niet wat de jongere niet mag doen, maar vertel wat de jongere daar in plaats van zou moeten doen.
- Verbale informatie moet direct en letterlijk zijn (bijvoorbeeld ‘ga alsjeblieft zitten’ in plaats van ‘zou je kunnen gaan zitten’).
- Vermijd ambigüiteiten zoals ‘misschien’, zeg daarvoor in de plaats ‘Ik weet het niet. Vraag het mij na de pauze’.
- Vermijd abstracte termen zoals ‘word rustig’, geef de jongere in plaats daarvan een specifieke opdracht zoals het doen van ademhalingsopdrachten.

- Vermijd open vragen, geef de jongere in plaats daarvan twee of drie korte antwoorden om uit te kiezen.
- Humor is belangrijk, maar de jongere kan grappen letterlijk interpreteren; ironie en sarcasme kunnen in het bijzonder erg verwarrend zijn voor mensen met autisme of problemen in de sociale communicatie.

Vooruit plannen

Een jongere die moeite heeft met sociale communicatie en flexibiliteit kan moeite hebben met het voorspellen van dagelijkse activiteiten en kan het moeilijk vinden om aanpassingen te maken in zijn of haar routine. Dit kan zorgen voor angst, boosheid of verwarring en escalerend gedrag. Deze strategieën zijn bedoeld om zekerheid te geven, waarvan bekend is dat dit leerlingen uit onze doelgroep kan helpen om zich zekerder te voelen (zie Thema 6, Plannen en Organisatie).

- Gebruik een duidelijke dagstructuur, met daarin wanneer en met wie activiteiten plaatsvinden.
- Verzorg een duidelijk, gepersonaliseerd rooster (zie bijlage 13).
- Gebruik visuele herinneringen om de jongere te waarschuwen voor wijzigingen in zijn of haar routine. Bijvoorbeeld een bezoek aan een museum zou vooraf gegaan kunnen worden door een kalender waarop de dagen tot het museumbezoek afgestreept worden.
- Kleurcode boeken, materialen en roosters voor vakken en de locaties van de vakken.
- Geef signaalkaarten voor de aankomende transitie. Als er over vijf minuten een andere activiteit plaats gaat vinden, kan een visuele hint van tevoren handig zijn.
- Signaalkaarten kunnen ook gebruikt worden om 'wat als'-situaties te ondervangen (bijvoorbeeld naar het toilet gaan, je niet lekker voelen of te laat komen, zie bijlage 14).
- Geef het einde van een opdracht duidelijk en expliciet aan voordat er verder gegaan wordt.

Omgaan met pauzes

Leerlingen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit hebben vaak moeite met ongestructureerde momenten, zoals pauzes, dit kan leiden tot escalerend gedrag. Dit komt vaak voort uit hun verwarring of angst of simpelweg hun onzekerheid over hoe zij zich dienen te gedragen. De volgende strategieën kunnen helpen met deze problemen en zouden zo escalerend gedrag dat ontstaat tijdens de pauzes moeten verminderen (zie Thema 6, Planning en Organisatie).

- Spreek met de leerling een veilige plek af waar hij of zij heen kan als die dit nodig heeft.
- Zorg ervoor dat er een toegewezen persoon is waar de leerling naartoe kan gedurende de pauzes. Probeer er voor te zorgen dat deze persoon consistent is (dat wil zeggen niet elke keer een ander) en dat deze daadwerkelijk beschikbaar is als de leerling dat nodig heeft.
- Georganiseerde lunchactiviteiten die structuur brengen kunnen een grote opluchting zijn voor leerlingen uit onze doelgroep. Dit zou kunnen gaan over lunchclubs die aandacht besteden aan bordspellen, toneel, film et cetera. Als deze er zijn, moeten deze expliciet vermeld worden in het rooster van de leerling (zie bijlage 13).
- Implementeer een maatjessysteem als de leerling behoefte heeft aan gezelschap gedurende de pauzes, maar moeite heeft om die te vinden (zie bijlage 16).

Omgaan met sensorische stimuli

Jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit kunnen overweldigd zijn door sensaties die andere nauwelijks opmerken- zoals de werkruimte van een levendige groep of de flikkering van een streepje licht. Deze sensorische overweldiging kan voortkomen uit een bepaald geluid, licht of zelfs een bepaalde textuur. Dit kan invloed hebben op de gemoedstoestand en een bron zijn voor escalerend gedrag. Een leerling kan dan bijvoorbeeld niet de klas inkomen omdat hij of zij het moeilijk vindt om van het ene naar het andere lokaal te gaan vanwege de drukke en

lawaaierige gangen; of deze kan de les verlaten zonder toestemming als het prikkelniveau te hevig voor hem of haar wordt. Het is belangrijk om uit te zoeken of de leerling last heeft van sensorische problemen en wat deze dan zijn. Daarna kunnen creatieve oplossingen bedacht worden. Soms zal dit betekenen dat er een uitzondering voor de leerling gemaakt moet worden door de schoolregels wat te veranderen (zie ook Thema 7 Prikkelgevoeligheid). Hieronder staan enkele voorbeelden van behulpzame strategieën om het effect van sensorische overprikkeling te verminderen.

- Als de leerling moeite heeft met de wisseling van leslokaal als de gang lawaaierig is, laat hem of haar deze overgang dan een paar minuten voor het einde van het lesuur maken. Dit hoeft misschien geen permanente oplossing te zijn, omdat het misschien alleen de eerste weken van het jaar nodig is. Geef hem of haar een 'time-out' kaart met duidelijke regels wanneer deze ingezet mag worden.
- De leerling moet het klaslokaal kunnen verlaten als deze zich overprikkeld voelt (zie ook Thema 7, Prikkelgevoeligheid). Zorg voor een fysieke ruimte waar het hij of zij kan ontsnappen aan de sensatie die hem of haar overweldigt.
- Beoordeel de plaats waar de leerling in het lokaal zit vanuit zijn of haar gevoeligheid. Je kunt hem of haar bijvoorbeeld naast een deur of raam zetten als hij of zij last heeft van geuren, of ver weg van het raam als hij of zij last heeft van veel licht.

Leerlinggerichte strategieën: Escalerend gedrag en zijn oorzaken aanpakken

Werken aan sociale communicatie vaardigheden

Vaak komt escalerend gedrag voort uit problemen met het begrijpen en gebruiken van taal en/of problemen met sociale interactie. Er kan gewerkt worden met de jongere aan zijn of haar sociaal communicatieve vaardigheden, bijvoorbeeld door gebruik te maken van Sociale Verhalen, die beschreven zijn in bijlage 12. Hiervoor worden cartoons gebruikt om dagelijkse situaties en passend gedrag uit te leggen. Denk er hierbij aan dat deze verhalen niet gebruikt moeten worden op het moment dat de jongere escalerend gedrag toont. In plaats daarvan kunnen deze verhalen gebruikt worden tijdens een kalm moment van de dag en keer op keer herhaald worden (zie ook Thema 2, Sociale interactie en Thema 3, Communicatief Taalgebruik).

Emotionele regulatie

Escalerend gedrag bij onze doelgroep komt vaak voort uit sterke, onbeheersbare emoties. Daarom moeten we jongeren met gedragsproblemen helpen bij het uitdrukken en reguleren van hun gevoelens op een meer constructieve en sociaal geaccepteerde manier. De eerste stap in de goede richting behelst hen te helpen met het beter herkennen en begrijpen van hun emoties. Op het moment dat zij dit kunnen, zullen zij minder de noodzaak voelen om hun leed te uiten door middel van escalerend gedrag. We raden twee technieken aan om het emotioneel begrip en de emotionele regulatie te versterken:

- **Emotiethermometer:** Leer de jongere om een emotiethermometer te gebruiken en hen zo te helpen om hun gevoelens te snappen. Ze kunnen dan dit instrument gebruiken om te communiceren over de aard en intensiteit van hun gevoelens (zie bijlage 17).
- **Emotionele gereedschapskist:** Onderzoek samen met de jongere welke hulpmiddelen/strategieën handig zouden kunnen zijn om gevoelens van boosheid of angst te verminderen. Dit leidt tot een verhoogde eigen doeltreffendheid in de regulatie van de eigen emoties (zie bijlage 18).

Escalerend gedrag tackelen

Het zal niet altijd mogelijk zijn om het escalerend gedrag volledig te elimineren door simpelweg de vaardigheden en benodigdheden van de jongere af te stemmen op de schoolomgeving. In deze gevallen is een actieve benadering nodig, waarin een gedetailleerde analyse over wat de trigger van het gedrag is en wat de consequenties van het gedrag zijn waardoor de jongere deze blijft herhalen. Deze benadering zal stap-voor-stap beschreven worden, gebaseerd op de richtlijn van Zarkowska & Clements (1994) van hun STAR systeem. Het STAR systeem is samengevat in Figuur 7, de uitleg van de te volgen stappen is eronder beschreven.

STAR-Systeem

Setting	Trigger	Actie	Resultaat
Rapporteer de setting waarin het gebeurt	Wat lokt het gedrag uit?	Rapporteer het gedrag dat daarop volgt	Rapporteer het resultaat van de actie
<i>Bijvoorbeeld de ruimte, de mensen, de gemoeds-toestand van de jongere</i>	<i>Bijvoorbeeld een sensorische overprikkeling, een communicatief misverstand, een invasie van de persoonlijke ruimte</i>	<i>Bijvoorbeeld knippen, schreeuwen, huilen van frustratie</i>	<i>Bijvoorbeeld een kalmeringsoefening</i>

Figuur 7: Het STAR systeem dat gebruikt wordt om triggers voor escalerend gedrag te herkennen en beheersen (Zarkowska & Clements, 1994)

Stap 1: Het is essentieel dat het gedragsprobleem duidelijk gedefinieerd is. Wees specifiek en concreet. Gebruik bijvoorbeeld niet ‘misdragen in de klas’ als gedragsprobleem. Probeer je te richten op gedrag zoals ‘staat op van zijn of haar plek en verlaat het klaslokaal tijdens de les’ of ‘slaat herhaaldelijk met de handen op de tafel’. Wanneer gedragsproblemen aangepakt worden is het handig om er één tegelijkertijd aan te pakken in plaats van een aantal tegelijkertijd.

Stap 2: Verzamel informatie over het gedrag met behulp van het STAR systeem. Dit zou moeten gebeuren aan de hand van de tabel in Bijlage 19 en moet informatie bevatten uit verschillende incidenten van het escalerend gedrag.

Stap 3: Analyseer de informatie in de STAR tabel. Dit is het moment waarop je ideeën ontwikkelt over wat de oorzaak is en wat zorgt dat het gedrag blijft bestaan. Hieronder staan een paar behulpzame vragen om gedurende dit proces te stellen:

- Wanneer vindt het gedrag meestal plaats?
- Waar vindt het gedrag meestal plaats?
- Met wie vindt het gedrag meestal plaats?
- Welke activiteit zorgt meestal voor het gedrag?
- Wat zou de jongere gevoeld kunnen hebben wanneer hij of zij begon met het gedrag?
- Wat zijn uitzonderingen- zijn er momenten waarop het niet plaatsvindt?
- Wat wordt gewonnen bij de gedraging?
- Wat wordt vermeden bij de gedraging?
- Is het gedrag een manier om iets te zeggen waar de jongere moeite mee heeft om het uit te drukken?

- Waar houdt de jongere van?
- Wat zou de jongere motiveren om zich anders te gedragen?
- Welke vaardigheden heeft de jongere dat de functie van het gedrag zouden kunnen vervangen?

Stap 4: Na het nagaan van de informatie in de STAR tabel en het stellen van de bovenstaande vragen, heeft de leerkracht een aantal aanknopingspunten over wat de oorzaak van het probleemgedrag is en wat het in stand houdt. Deze zullen de leerkracht ideeën geven wat er gedaan kan worden om het probleemgedrag te verminderen. Deze ideeën zouden sommige of alle van de volgende basisstrategieën moeten bevatten:

1. Verwijder triggers voor het gedrag
2. Beloon de jongere voor ander, gepast gedrag
3. Verzeker dat het escalerend gedrag niet beloond wordt wanneer het plaatsvindt.

Hieronder staan een paar manieren waarop deze strategieën toegepast kunnen worden:

- **Time-out kaarten:** Deze kunnen jongeren helpen om grip te krijgen op hun eigen omgeving, en daardoor de triggers voor het probleemgedrag weg te nemen. Ze zorgen ervoor dat jongeren effectief met de leerkracht kunnen communiceren als zij zich overweldigd of gestrest voelen en wanneer zij risico lopen om escalerend gedrag te vertonen. Wanneer zij het op de juiste manier gebruiken kan een 'time out' de jongere de mogelijkheid geven om te kalmeren door de prikkels van buitenaf te verminderen (zie bijlage 17 en 24).
- **Bijsturen van gedrag:** Het afwenden van de aandacht van de jongere naar een onderwerp, gesprek of activiteit die hij of zij leuk vindt kan een hele effectieve manier zijn om te voorkomen dat een situatie verergerd of een moeilijke situatie verward. Met het STAR formulier in de hand heb je een goed beeld van de soort dingen dat bepaald gedrag uitlokken. Maak gebruik van ontspanningsoefeningen en technieken om boosheid tegen te gaan (zie Bijlage 24)
- **Gepland negeren:** Deze strategie behelst het negeren van ongewenst gedrag, maar niet noodzakelijk het negeren van de jongere wanneer die dat aan het doen is. Dit kan effectief zijn, omdat reacties van anderen, zoals het geven van aandacht of het geven van een object of activiteit, het ongewenste gedrag in stand kunnen houden, zelfs zonder dat de medewerkers dat door hebben. Gepland negeren houdt in dat er geen reactie op het gedrag gegeven worden, dus geen verbale commentaren, lichaamstaal, gezichtsuitdrukking of oogcontact. Dit moet samengaan met andere strategieën zoals de jongere positief bekrachtigen om het zo een mogelijkheid te geven om andere manieren te leren om te krijgen wat het wil. In andere woorden, om dit te laten werken moet je er klaar voor zijn om het gepaste gedrag te stimuleren en tegelijkertijd om alle reactie op ongepast gedrag achterwege te laten.
- **Straf:** Veel onderzoek heeft laten zien dat deze strategie niet werkt. Het zorgt niet dat de jongere kan leren, omdat de oorzaak van het probleem niet wordt aangepakt.
- **Nablijven:** Veel leerlingen maken zich zorgen om na te moeten blijven op het voortgezet onderwijs. Het is belangrijk dat alle medewerkers zich bewust zijn van de problemen van de leerling om zo zeker te weten dat hij of zij geen problemen krijgt vanwege gedrag waar het niets aan kan doen, omdat het voortkomt uit sociaal/communicatieve problemen.

Afsluitende overwegingen

Escalerend gedrag op school is een teken dat er een 'mismatch' is tussen de jongere en de schoolomgeving. Dit is vaak terug te zien in het onvermogen van de jongere om deze mismatch te begrijpen of te communiceren, en het kan uitdrukking geven aan een poging om een angstige, frustrerende en verwarrende situatie te controleren. Door na te denken over de oorzaken van het probleemgedrag van de jongere en wat het in stand houdt, leren we vaak veel over de jongere, inclusief hoe we het beter kunnen ondersteunen in het onderwijs. Gebruik maken van het STAR systeem dat hierboven beschreven staat zou leerkrachten kunnen helpen om de oorzaken van specifiek individueel escalerend gedrag te begrijpen en om manieren te bedenken hoe hiermee om te gaan. Hulp bij escalerend gedrag bestaat uit het verwijderen van triggers, de manier veranderen hoe gereageerd wordt op het gedrag, en/of de jongere nieuwe vaardigheden en manieren om zich uit te drukken leren.

Thema 10. Aanwezigheid van comorbiditeit

Waarom is dit belangrijk?

Jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit hebben dikwijls bijkomende problemen (comorbiditeit). Onderzoek toont bijvoorbeeld aan dat jongeren met ASS een significant verhoogd risico hebben op bijkomende ontwikkelingsproblemen, zoals ADHD, of psychologische en emotionele problemen, zoals angst, depressie of gedragsproblemen. Er is nog onduidelijkheid over de exacte prevalentie van deze comorbide problemen. Alle onderzoeken geven consistent aan dat 70-87% van de jongeren met ASS ook aan de criteria voldoen voor minstens één andere diagnose en het is niet uitzonderlijk voor jongeren met ASS om meerdere diagnoses tegelijk te hebben.

Veel jongeren hebben geen formele diagnose voor hun bijkomende problemen, waardoor de impact hiervan mogelijk wordt onderschat. Dit komt vaak omdat jongeren uit onze doelgroep minder goed zijn in het verbaal en non-verbaal beschrijven van hun emotionele staat, of omdat de mensen om hen heen de problemen toeschrijven aan hun sociaal/communicatieve problemen (ook **wel diagnostisch overschaduwden** genoemd). In veel gevallen hebben de bijkomende psychologische of ontwikkelingsproblemen een nadelige invloed op het functioneren van de jongere. Comorbide aandoeningen leiden vaak tot een uitvergroting van de problemen de sociale communicatie en inflexibiliteit van de jongere (bv. sociaal terugtrekken en een toename in herhalingsgedrag). Deze impact kan vooral merkbaar zijn in het klaslokaal, waardoor de leerling niet passend gedrag kan vertonen en zich op academisch gebied trager ontwikkelt.

De meerderheid van de comorbide aandoeningen is óf behandelbaar, óf hun impact kan significant verminderd worden door het gebruiken van specifieke ondersteuningsstrategieën. Het is van groot belang dat leerkrachten en ouders op de hoogte zijn hiervan. Bij het signaleren van mogelijke symptomen, kunnen leraren ouders hiervan op de hoogte stellen en de juiste hulpverlening inschakelen, zoals de schoolpsycholoog of jeugd GGZ, en de noodzakelijke begeleiding verkrijgen voor de leerling. Er volgen nu een aantal voorbeelden van comorbide aandoeningen die vaak gezien worden bij jongeren uit onze doelgroep.

Angststoornissen

Onderzoek heeft uitgewezen dat angststoornissen de meest voorkomende problemen zijn voor jongeren uit onze doelgroep en dat ze een grote impact hebben op het functioneren van de jongere. Er zijn vele soorten angststoornissen. Sommige angststoornissen komen naar voren in specifieke situaties (bv. sociale fobie of paniekstoornis). Bij andere stoornissen zijn de jongeren geneigd om meestal angstiger te zijn, zoals bij voorbeeld het geval is bij een Gegeneraliseerde Angststoornis. Maar zelden komt er maar één angstdiagnose tegelijk voor en jongeren ontwikkelen vaak meerdere angststoornissen tegelijkertijd.

Hoe herkennen we angst bij jongeren met sociaal/communicatieve problemen?

Jongeren uit onze doelgroep praten niet open over hun zorgen en kunnen moeite hebben met het uiten van hun gevoelens, zelfs als ze aangemoedigd worden door een bezorgde volwassene om hierover te praten. Daarom zijn de symptomen van angst vaak alleen merkbaar door het gedrag van de jongere, zoals het vermijden van bepaalde situaties, het herhaald stellen van vragen, of klagen over verschillende pijntjes. Het is belangrijk om te benadrukken dat veel jongeren in staat zijn om hun angstsymptomen te verbergen op school, maar dan woedeaanvallen of

inzinkingen thuis hebben. Als aan verhoogde angst gedacht wordt, dan zal dit besproken moeten worden met de ouders/verzorgers en een advies gegeven moeten worden om de huisarts te raadplegen om eventueel doorverwezen te worden naar een kinder-/jeugdpsychiater of een psycholoog in de jeugd GGZ.

Depressie

De jongeren uit onze doelgroep zijn ook gevoeliger voor het ontwikkelen van somberheid en depressie. Dit kan door verschillende redenen komen; ofwel direct geassocieerd aan de sociaal-communicatieve problemen ofwel als een gevolg van toegenomen externe stressoren waar deze jongeren een hoger risico voor hebben, zoals sociale isolatie of pesten. Sommige onderzoeken laten prevalentiecijfers van depressie zien van wel 30% bij het syndroom van Asperger (zie bijvoorbeeld Wing, 1981).

Hoe herkennen we depressie bij jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit?

Het kan zijn dat de leerlingen, net zoals bij angsten, niet in staat zijn om hun gevoelens verbaal of non-verbaal, door middel van gezichtsuitdrukkingen of intonatie, te uiten. Daarom zullen aanwijzingen voor een depressie vaak gezien worden door gedragsveranderingen, zoals een toename of afname van de eetlust en slaap, afname in activiteitsniveau, toename in het irritatieniveau, lage motivatie en zelfverzekerdheid. Als er een depressie vermoed wordt, dan zal dit besproken moeten worden met de ouders/verzorgers. Zij zullen het advies moeten krijgen om de huisarts te raadplegen en eventueel doorverwezen te worden naar een kinder-/jeugdpsychiater of een psycholoog uit de jeugd GGZ.

Aandachtstekortstoornis met hyperactiviteit (ADHD)

De jongeren uit onze doelgroep hebben een grotere kans dan andere jongeren om ADHD te hebben. Onderzoek toont daarbij aan dat bijna een derde van jongeren met autismespectrumstoornis comorbide ADHD hebben. ADHD wordt gedefinieerd door 3 symptomen: hyperactiviteit, aandachtstekort en impulsiviteit. ADHD kan een grote invloed hebben op het functioneren van de jongere, vooral in de schoolse omgeving. Jongeren met ADHD komen vaak in de problemen omdat ze ervaren worden als slecht gemanierd of respectloos.

Hoe herkennen we ADHD bij jongeren met sociaal/communicatieve problemen?

Jongeren met ADHD hebben onder andere problemen met concentratie en volgehouden aandacht. In de klas laten zij vaak de volgende soort gedragingen zien: antwoorden door de klas roepen in plaats van hun hand opsteken en wachten op hun beurt; friemelen en niet stil kunnen zitten; instructies niet kunnen volgen, werk niet afkrijgen of taken vermijden die veel inzet vragen. Als aan ADHD gedacht wordt, dan zal dit besproken moeten worden met de ouders/verzorgers en een advies gegeven moeten worden om de huisarts te raadplegen om eventueel doorverwezen te worden naar een kinder-/jeugdpsychiater of een psycholoog in de jeugd GGZ.

Specifieke leerproblemen

Hoewel de meeste jongeren in onze doelgroep een gemiddelde of bovengemiddelde intelligentie (of cognitieve) hebben, hebben deze jongeren - met name die met autisme - wel een hogere risico op een erg disharmonisch vaardigheidsprofiel of op specifieke leerstoornissen (bv. dyslexie of dyscalculie). Specifieke leerstoornissen worden gekenmerkt door significante lagere prestaties voor een vak of vaardigheid dan je mag verwachten gezien hun totale cognitieve vaardigheden. Normaliter zal een jongere met gemiddelde of bovengemiddelde cognitieve capaciteiten ook op dit niveau functioneren bij lezen, schrijven en rekenen. Als een leerling dus vooruitgaat op diverse vakken,

maar niet voldoende vooruitgaat met schrijven, lezen en spelling, dan is doorverwijzen voor een onderzoek naar dyslexie nuttig (zie ook Thema 3: Taalproblemen, voor een beschrijving van een Specifieke Taalstoornis).

Hoe herkennen we specifieke leermoeilijkheden bij jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit of ASS?

Sommige jongeren uit onze doelgroep kunnen een erg disharmonisch profiel hebben, waarbij ze op sommige gebieden erg sterk ontwikkeld zijn en op andere gebieden onverwacht moeite hebben. Als gevolg daarvan kan een leerling die uitblinkt of goed is in een bepaald vak en worstelt met een ander vak, soms onterecht ervaren worden als ongemotiveerd of ongeïnteresseerd of zelfs dat de leerling niet hard genoeg probeert. Dit is vooral het geval bij minder bekende problemen, zoals problemen met het werkgeheugen of auditieve verwerking. Als er gedacht wordt aan specifieke leerstoornissen, dan zal er contact gezocht moeten worden met een schoolpsycholoog voor een screening of onderzoek.

Leerstoornissen

Hoewel de meeste jongeren uit onze doelgroep over gemiddelde cognitieve vaardigheden beschikken, zijn de percentages van leerstoornissen hoger bij deze jongeren – met name die met ASS – dan bij de algemene bevolking. In tegenstelling tot de specifieke leerstoornissen, waarbij er moeilijkheden ervaren worden bij een bepaald leergebied (zoals bij dyslexie), is er bij een verstandelijke beperking sprake van een achterstand in de algehele ontwikkeling van een jongere. Formeel wordt de diagnose gesteld als het totaal IQ van een jongeren en hun adaptief functioneren 70 of lager is gemeten door gestandaardiseerde intelligentietests.

Hoe herkennen we een leerstoornis bij jongeren met sociaal/communicatieve problemen?

Het identificeren van jongeren uit onze doelgroep en een comorbide leerstoornis is niet altijd zo makkelijk. De cognitieve capaciteiten van deze jongeren worden snel, door verschillende redenen, over- of onderschat. Zo kunnen problemen met sociale interactie ervoor zorgen dat mensen denken dat jongeren uit onze doelgroep minder intelligent zijn dan ze eigenlijk zijn. Daarentegen kunnen de cognitieve capaciteiten overschat worden als zij gebruik maken van gestereotypeerde taal, omdat zij zich dan vaak complex en volwassen uitdrukken. Jammer genoeg is het niet ongevoerd dat deze jongeren ‘door de mazen van het net glippen’ en geen formele diagnose voor een verstandelijke beperking krijgen. Jongeren in deze situatie lopen passende onderwijsondersteuning mis waar ze wel recht op hebben. Als er verwacht wordt dat er sprake is van een leerstoornis of als een leerling op school niet presteert zoals verwacht, dan zal de leerling, na toestemming van ouders/verzorgers, doorverwezen moeten worden naar een schoolpsycholoog.

Dyspraxie

Dyspraxie is een stoornis waarbij er problemen zijn met motorische planning en coördinatie. Jongeren uit onze doelgroep kunnen een achterstand in het aanleren van motorische vaardigheden hebben, wat kan voorkomen bij zowel de fijne als de grove motoriek. Problemen met motorische coördinatie kunnen een significante invloed hebben op het academisch en zelf sociale functioneren van een jongere. Zo kunnen jongeren met problemen in de fijne motoriek, erg veel moeite ervaren bij schrijven en zodoende onderpresteren bij examens of in de les in het algemeen (bv. het niet goed kunnen opschrijven van het opgegeven huiswerk). Helaas blijkt uit onderzoek dat jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit die ook problemen hebben met de grove motoriek een nog groter risico lopen om gepest te worden of sociaal geïsoleerd te raken, dan andere jongeren met alleen deze problemen. Bij problemen met coördinatie zullen aanpassingen nodig zijn bij het sporten/gym. Dit kan isolement en

pesten door leeftijdsgenoten veroorzaken. Teamsporten zijn vaak de grootste uitdaging voor de jongeren uit onze doelgroep. In sommige gevallen kan het nuttig zijn om vaardigheden te oefenen met de jongere die moeilijk voor hem zijn, inclusief het vangen en gooien van ballen, fietsen en rennen. In sommige gevallen is het noodzakelijk om aanpassingen te maken voor de jongeren uit groep die bepaalde onderdelen van gym te zwaar en te uitdagend vinden vanwege hun stoornis. Het kan beter zijn om deze jongeren activiteiten en sporten te laten doen die beter bij hen passen. Zwemmen kan goed zijn, maar ook sporten die niet de nadruk op teamwerk hebben liggen, maar waarbij een individu op zijn eigen tempo kan presteren (bv. hardlopen, golf, trampoline springen, karate of zelfverdediging).

Hoe herkennen we dyspraxie bij jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit?

Jongeren met dyspraxie komen vaak klunzig over. Hun problemen met hun grove motoriek vallen op bij gym, maar zijn ook zichtbaar in hun dagelijkse leven. Zij zullen vaker dan hun leeftijdsgenoten tegen iets aanlopen of spullen breken. Problemen in de fijne motoriek zijn terug te zien in een slordig en langzaam geschreven handschrift. Verdere informatie en ondersteuning is te vinden bij <http://www.balansdigitaal.nl/stoornissen/dcd/>.

Obsessieve-compulsieve stoornis (OCS)

Obsessieve-compulsieve stoornis is een angststoornis die gekenmerkt wordt door terugkerende obsessieve gedachten of compulsieve gedragingen. Obsessieve gedachten zijn ideeën die in het hoofd van de jongere binnenkomen. Ze zijn meestal benauwend en de jongere zal proberen ze tegen te gaan. Veelvoorkomende obsessies zijn, bijvoorbeeld, angst voor bacteriën. Compulsies zijn gedragingen die steeds opnieuw herhaald worden. Een veelvoorkomend voorbeeld is handen wassen. OCS wordt geassocieerd met een enorm lijden, zoals de extreme angst dat er iets ergs zal gebeuren als rituelen niet uitgevoerd worden.

Hoe herkennen we OCS bij jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit?

Het is soms lastig om het verschil te zien tussen obsessies en compulsies en de gedragingen die voorkomen bij deze groep (bv. de obsessies, routines en rituelen die vaak gezien worden bij jongeren met deze kenmerken of met autisme). OCS blijft vaak een lange tijd onopgemerkt, omdat jongeren met OCS vaak de symptomen verbergen uit schaamte en uit angst dat ze 'gek worden'. Soms zullen jongeren zich ongewoon gaan gedragen, zoals bijvoorbeeld te laat komen op school (vanwege het checken), ook al past het niet bij hun persoonlijkheid om te laat te komen. Ouders hebben vaak meer mogelijkheden om symptomen te observeren. Als er gedacht wordt aan OCS of als ouders dit aangeven, dan zullen zij het advies moeten krijgen om de huisarts te raadplegen en eventueel doorverwezen te worden naar een kinder-/jeugdpsychiater of een psycholoog in de jeugd GGZ.

Tourette/tic stoornis

Het Tourette Syndroom is een stoornis die gekenmerkt wordt door motorische en vocale tics (ongewenste bewegingen of geluiden). De meest bekende vorm van vocale tics is waarschijnlijk coprolalia (ongepast en ongewenst schelden), hoewel dit maar bij een kleine groep jongeren voorkomt. Vocale tics die veel vaker voorkomen zijn: keelschrapen, snuffen, herhalen van het laatste woord dat ze zelf zeggen of dat iemand anders heeft gezegd. Tourette syndroom komt ongeveer 2-3 keer zo vaak voor bij mensen met autisme dan in de algemene populatie. Voor jongeren kan Tourette zeer storend zijn en het kan leiden tot plagen of pesten. De tics zelf kunnen de jongere in de problemen brengen als anderen onterecht denken dat deze jongeren controle hebben over hun gedrag. Daarnaast investeren jongeren met Tourette syndroom vaak veel energie en concentratie in het onderdrukken van hun tics in de klas. Dit beïnvloedt hun vermogen om met volle aandacht in de les te zitten. Deze aandoening kan behandeld worden met psychologische strategieën en/of medicatie, dus als er tics (in welke vorm dan ook)

geobserveerd worden is het nuttig om een huisarts te raadplegen in verband met een doorverwijzing naar een kinder-/jeugdpsychiater of een psycholoog in de Jeugd GGZ.

Voeding en eetproblemen

Voedingsproblemen zijn veelvoorkomend onder jongeren uit onze doelgroep, zeker bij hen met ASS. Wat veel gezien wordt zijn jongeren met een selectief eetpatroon, waarbij alleen bepaalde voeding gegeten wordt of alleen voeding met een bepaalde structuur of kleur gegeten wordt. De jongere kan ook bepaalde rituelen hebben bij het eten wat de voedselinname kan verminderen (bv. het eten van voedsel in een bepaalde volgorde). Onderzoek laat zien dat jongeren uit onze doelgroep een iets verhoogde kans hebben op eetstoornissen zoals anorexia nervosa. Selectief eten en eetrituelen worden zorgwekkend als een jongeren niet voldoende voedingsstoffen binnenkrijgt om te groeien, of als hun gewicht en/of lengte niet vermeerderd zoals verwacht. Als er zorgen zijn omtrent voeding en eetproblemen, dan zal dit besproken moeten worden met de ouders/verzorgers en een advies gegeven moeten worden om de huisarts te raadplegen om eventueel doorverwezen te worden naar een kinderarts, kinder-/jeugdpsychiater of een psycholoog uit de jeugd GGZ.

Epilepsie

Autisme is gerelateerd aan een hogere prevalentie van epilepsie, maar er mag gehoopt worden dat, tegen de tijd dat een jongeren naar het voortgezet onderwijs gaat, dit gesignaleerd en behandeld is door een specialist (bv. een kinderneuroloog). Aanvallen, veroorzaakt door abnormale elektrische activiteit in de hersenen, kunnen tijdelijke bewusteloosheid veroorzaken, stuiptrekkingen, ongecontroleerde bewegingen of periodes van absences. Er is een risico op lange termijn schade in de hersenen als aanvallen langer duren. Daarom zullen ouders/verzorgers, als deze problemen gezien worden, het advies moeten krijgen om zo snel mogelijk contact op te nemen met de huisarts.

Afsluitende overwegingen

Jongeren die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit en ASS hebben een grotere kans op aanvullende ontwikkelingsproblemen, zoals ADHD, of psychologische en emotionele problemen, zoals angst, depressie of gedragsproblemen. De effecten hiervan worden mogelijk onderschat en kunnen een grote impact hebben op het academisch en emotionele functioneren van een jongere, wat zich uiteindelijk kan uiten in onaangepast gedrag op school. Door bewust te zijn van de comorbide problemen van de jongeren, en de beschikbare ondersteuningsstrategieën, kan het onderwijspersoneel de jongere ondersteunen in het verbeteren van zijn functioneren en welzijn op school. Als het onderwijzend personeel aanvullende problemen waarneemt bij jongeren uit onze doelgroep, is het belangrijk dat ouders/verzorgers en de juiste hulpinstanties, zoals een lokale schoolpsycholoog of een jeugd GGZ instelling, op de hoogte gesteld worden.

Referenties

- Attwood, T. (2004). *Exploring feelings: Cognitive behaviour therapy to manage anxiety*. Arlington, TX: Future Horizons.
- Baker, J. (2003). *Social skills training for children and adolescents with Asperger Syndrome and Social-Communications Problems*. Autism Asperger Publishing Co.
- Barrett, W., & Randall, L. (2004). Investigating the circle of friends approach: Adaptations and implications for practice. *Educational Psychology in Practice*, 20(4), 353-368.
- Buzan, T. (2002). *How to Mind Map: The ultimate thinking tool that will change your life*. Thorsons.
- 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.
- Frankel, F. & Myatt, R. (2002). *Children's friendship training*. New York: Brunner-Routledge Publishers.
- Frederickson, N., Warren, L., & Turner, J. (2005). 'Circle of friends' – An exploration of impact over time. *Educational Psychology in Practice*, 21(3), 197-221.
- Garrison-Harrell, L.; Kamps, D.; Kravits, T. (1997). The effects of peer networks on social-communicative behaviors for students with autism. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 12(4), 241- 254.
- Gillot, A., Furniss, F. and Walter, A. (2001). Anxiety in high-functioning children with autism. *Autism*, 5(3), 277-286.
- Gray, C. (1994). *Comic Strip Conversations: Illustrated interactions that teach conversation skills to students with autism and related disorders*. Arlington, TX: Future Horizons.
- Gray, C. (1994). *Comic Strip Conversations: Colorful, Illustrated Interactions with Students with Autism and Related Disorders*. Arlington, TX: Future Horizons.
- Gray, C. (2000). *The New Social Story Book: Illustrated Edition*. Arlington, TX: Future Horizons.
- Gray, C. (2010). *The New Social Story Book*. Arlington, TX: Future Horizons.
- Gus, L. (2000). Autism: Promoting peer understanding. *Educational Psychology in Practice*, 16(3), 461-468.
- Kanner, L. (1943). Autistic disturbances of affective contact. *Nervous Child*, 2, 217-250.
- 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.
- Kluth, P., & Schwarz, P. (2008). *Just give him the whale*. PLACE: Paul H. Brookes Publishing.
- Laugeson, E. & Frankel, F. (2010). *Social Skills for Teenagers With Developmental and Autism Spectrum Disorders. The PEERS Treatment Manual*. New York: Routledge
- Marr, N., & Field, T. (2001). *Bullyside: Death at Playtime*. Oxfordshire, England: Wessex Press.
- Smith, C. (2003). *Writing and Developing Social Stories, Practical Interventions*. Speechmark, Telford.
- Stallard, P. (2005). *A clinician's guide to Think good-feel good: Using CBT with children and young people*. Chichester: John Wiley & Sons.
- Stobart, A. *Bullying and autism spectrum disorders: a guide for school staff*.
<http://www.autism.org.uk/ru/products/core-nas-publications/bullying-and-asd.aspx>
- Taylor, G. (1997). Community building in schools: Developing a circle of friends. *Educational and Child Psychology*, 14(3), 45-50.
- Teaching autistic teens to make friends. <http://www.semel.ucla.edu/peers/news/09/apr/07/teaching-autistic-teens-make-friends>

- Welton, J., & Telford, J. (2004). *What did you say? What do you mean?: An illustrated guide to understanding metaphors*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Wing, L. (1981). Asperger's syndrome: A clinical account. *Psychological Medicine*, 11, 115–119.
- Ylvisaker, M., & Feeney, T. (2002). Executive functions, self regulation, and learned optimism in pediatric rehabilitation: a review and implications for intervention. *Pediatric Rehabilitation*, 1-20.
- Zarkowska, E., & Clements, J. (1994). *Care staff management: A practitioner's guide*. Oxford, England: John Wiley & Sons.

Deel 3. Bijlagen



Bijlage 1. Informatiefolder STAP voor docenten

Ontwikkeld door: Esmeralda Jonkers



Informatiefolder STAP-methode Voor mentoren en docenten

STAP 2: de warme overdracht

De STAP-coach organiseert, begeleidt en overziet de bijeenkomst tussen de leerling, ouders, leerkracht van het PO en VO om gezamenlijk een passend overSTAPplan op te stellen. Er wordt in kaart gebracht welke op maat gemaakte ondersteuning de leerling nodig heeft en wie hierbij gaat helpen. Er wordt besproken wat de mogelijkheden binnen het VO zijn.

STAP 3: het overSTAPplan

Het overSTAPplan is een individueel begeleidingsplan van de leerling. In het overSTAPplan staat beschreven wat er is afgesproken tijdens de warme overdrachtsbijeenkomst. In het leerlingprofiel wordt het overSTAPplan samengevat. Dit korte overzicht wordt in overleg verspreid naar de betrokken personen op het VO

Wat is jouw taak als mentor?

Als mentor voer jij samen met collega's de ondersteuning uit zoals deze beschreven is in het overSTAPplan. Daarnaast zul je aanwezig zijn tijdens de evaluatiemomenten met de ouders en de STAP-coach.

Wat zijn de voordelen?

- Het werken met de STAP-methode is preventief
- Je krijgt een helder beeld van de leerling, ondersteuningsbehoeften en ondersteuning die geboden kan worden
- Het sluit aan bij wat werkt en wat mogelijk is binnen de school
- De STAP-methode draagt bij aan professionalisering
- Je doet het niet alleen

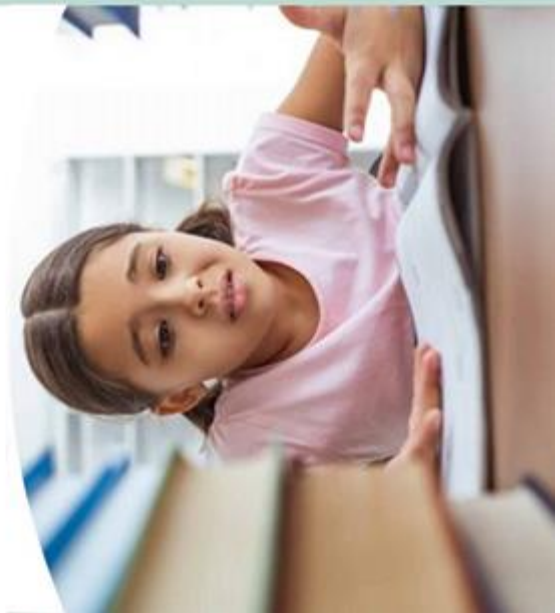


Voor wie is de STAP-methode?

De STAP-methode is een ondersteuningsmethode die speciaal is ontwikkeld om leerlingen te ondersteunen die moeite hebben met:

- Sociale communicatie, zoals sociaal onhandig zijn of niet goed kunnen communiceren
- Flexibiliteit, zoals niet goed kunnen omgaan met veranderingen of met schakelen tussen activiteiten

Deze leerlingen kunnen vaak goed meekomen op de basisschool. Doordat het voortgezet onderwijs meer aanspraak doet op hun sociale vaardigheden en flexibiliteit, komen hun moeilijkheden vaak duidelijker naar voren. Er is hierdoor een grotere kans op schooluitval, pesten, probleemgedrag en lagere cijfers.



Wat is de STAP-methode?

De STAP-methode is een methode die jou als mentor of docent helpt leerlingen te ondersteunen die moeite hebben met sociale communicatie en flexibiliteit. De ondersteuningsbehoefte van de leerling staan hierin centraal. De STAP-methode biedt jou:

- **Structuur** bij het in kaart brengen van de ondersteuningsbehoeften, ondersteuning en evaluatie van deze ondersteuning
- **Praktische handvatten en tips** hoe je een leerling het best kunt ondersteunen
- **Informatie** over de problematiek die leerlingen kunnen ervaren per thema, bijvoorbeeld angst, planning of sociale situaties

Hoe werkt de STAP-methode?

Bij de STAP-methode worden drie stappen doorlopen om de leerling te ondersteunen en de doorstroom van het PO naar het VO te versoepelen.

STAP 1: de STAP-coach

De STAP-coach is een getrainde onderwijsprofessional die de overstag van de leerling volgt en coördineert aan de hand van de volgende punten:

- Organiseert de warme overdracht
- Coördineert het overSTAPplan
- Controleert gedurende de brugklas of de afspraken uit het overSTAPplan worden uitgevoerd en of er aanpassingen nodig zijn



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 krijgt 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:

1.
2.
3.

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

1.
2.
3.

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)

3. 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	
	
Vorbereiden, 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 <i>Sociale interactie</i>	<i>Leerling wil graag vrienden maar heeft moeite contact leggen</i>	<i>Thema 2 (Sociale interactie), Bijlage 16 : Maatjessysteem</i>	<i>Basisschool leerkracht stelt een vriend van school voor: David</i>	<i>Zorgcoördinator van middelbare school</i>	<i>Eerste week van middelbare school</i>
Prioriteit 2 <i>Escalerend gedrag</i>	<i>Leerling wordt soms dwars bij verandering van routine</i>	<i>Thema 9, Escalerend gedrag</i>	<i>Toepassen van de emotiemeter en de vrijwillige time-out. Kan daarna uitleg goed accepteren van maatje. Visualiseer de situatie</i>	<i>Mentor</i>	<i>Eerste twee maanden na de overstap alert op zijn</i>
Prioriteit 3	<i>Leerling reageert impulsief op nieuwe informatie</i>	...	...	...	...
Prioriteit 4					
Prioriteit 5					
Verdere zaken waar de school van op de hoogte dient te zijn: <i>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</i>					
Motivators / interesses van de leerling: <i>Vlaggen van landen, modelschepen, grote getallen achter de komma, computerspellen</i>					
Triggers, dingen waar de leerling niet van houdt / niet goed tegen kan: <i>Bepaalde geurtjes, bepaalde texturen van voedsel of kleding, geluid van potlood op papier, tikken van de klok</i>					
Ontspanningstechnieken: <i>Uit de situatie halen, nieuwe opdracht geven, bezig zijn met computerspel, iets over interesse opzoeken op internet</i>					

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 behoeften (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. <i>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...'</i>
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. <i>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?'</i>
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. <i>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...</i>

Probleemgebied	Gevolgen in de klas
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. <i>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', antwoordt 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.</i>
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. <i>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.</i>
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. <i>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...</i>

Probleemgebied	Gevolgen in de klas
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. <i>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...</i>
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. <i>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?'</i> <i>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'.</i>
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 uiten 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. <i>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...</i>

Probleemgebied	Gevolgen in de klas
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. <i>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.</i>
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. <i>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.</i>
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. <i>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....</i>
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. <i>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.</i>

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. <i>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.</i>
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. <i>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 schrijfofdrachten 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.</i>
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. <i>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.</i>
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. <i>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.</i>

Probleemgebied	Gevolgen in de klas
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. <i>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.</i>

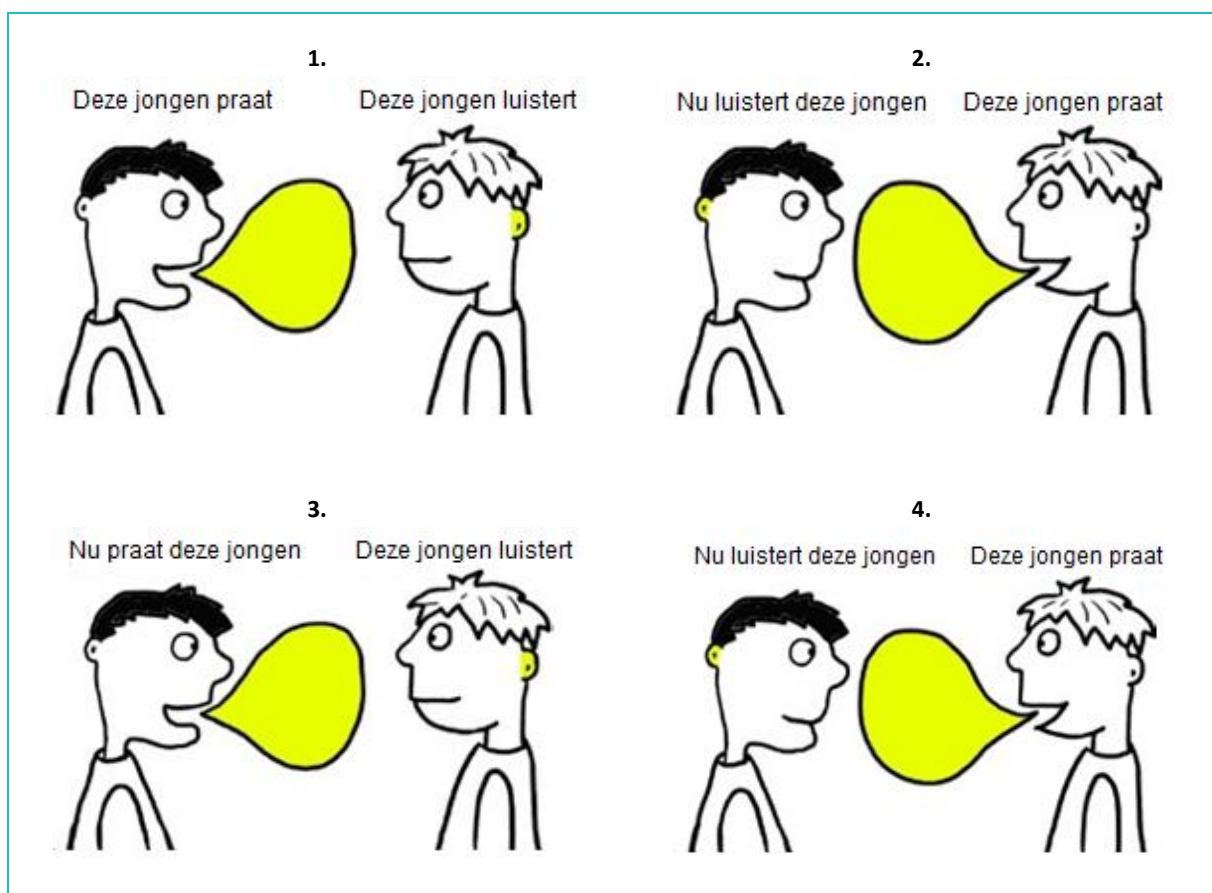
Bijlage 10. Beurt geven en nemen

(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.



Visuele hulpkaart

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



Bron: www.pelicanstalk.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 geeks 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.

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.

- X 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.
- X 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.
- X Alle verhalen moeten geschreven worden op een positieve, bemoedigende toon.
- X Gebruik geen brede en algemene termen, maar gebruik termen als 'vaak' en 'gewoonlijk'.
- X 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).
- X Kies een passende titel en formuleer deze als een vraag (bv. Wat gebeurt er bij....? / Waarom doen mensen soms....?)

- X Probeer de zin: 'Dit is ok' te gebruiken, wanneer er gesproken wordt over de reacties van andere mensen.
- X 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 tijdschema 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

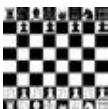
(Behorend bij Thema 2, Sociale interactie en Thema 9. Escalerend gedrag)

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: - X 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. - X 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). - X 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 heeft. 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)

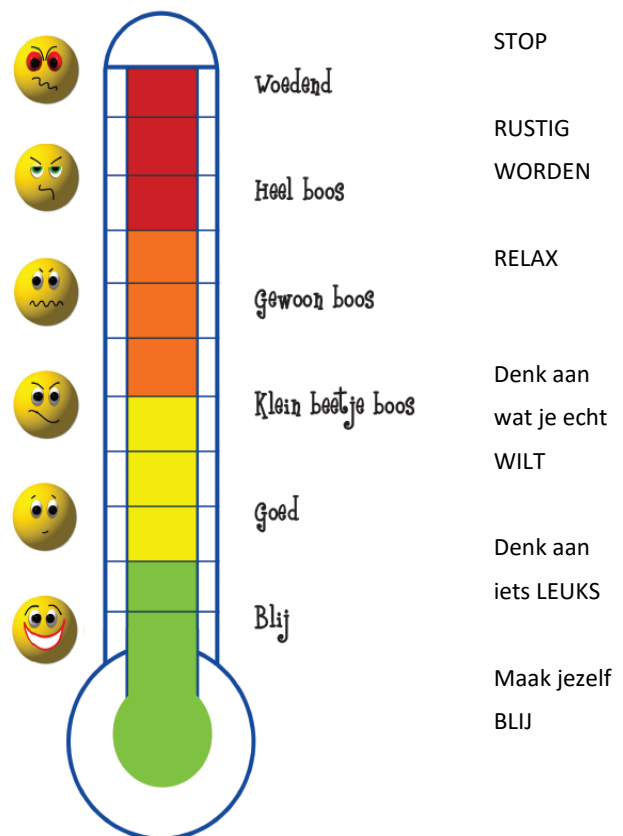
Het maatjessysteem heeft ook voordelen voor de leraren en de leerling die gekozen is als maatje. De leraren hebben hierdoor extra ondersteuning in de klas. Het blijkt ook uit diverse onderzoeken dat de leerling die helpt meer persoonlijke groei doormaakt en een groter inzicht verkrijgt in problemen rondom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

Bijlage 17. Emotie-Thermometer

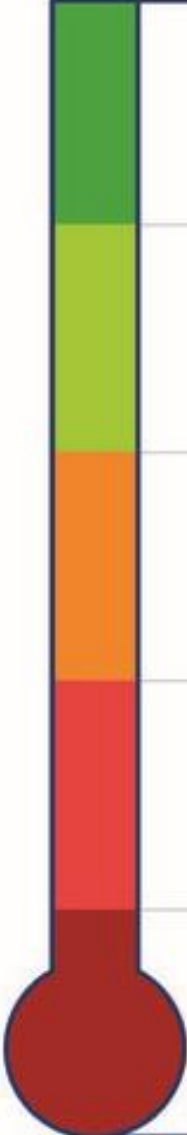
(Behorend bij Thema 8. Angst en Thema 9. Escalerend Gedrag)

Wat	Om de leerling die moeite heeft sociale communicatie en flexibiliteit te helpen om zijn of haar gevoelens te 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 gebruikt 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



Emotie thermometer



A vertical thermometer graphic on the left side of the table. It has a red bulb at the bottom and a scale with five colored segments: dark red (bottom), red, orange, light green, and dark green (top). The segments correspond to the rows of the table.

Stemming	Wat moet ik nu doen?
Ik voel me goed	Werken in de klas
Ik voel me gewoon	Werken in de klas
Ik ben een beetje boos	• Doe een stapje terug • Denk aan iets leuks • Haal rustig adem
Ik ben boos	• Ga naar een time-out plek • Als je bent afgekoeld, vertel je aan de leerkracht waarom je boos bent
Ik ben heel boos/verdrietig	• Ga direct naar een time-out plek • Als je bent afgekoeld, vertel je aan de leerkracht waarom je boos bent

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:

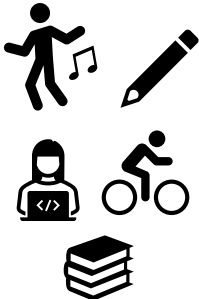
1. Welke dingen doe je graag als je je blij of vrolijk voelt?

2. 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.

Emotie:	Wat merk ik?	Oplossing:
 Blij	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.
 Rustig	Ik voel me gewoon Mijn lichaam is rustig	Ik hou me goed aan afspraken.
 Verdrietig	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.
 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.
 Geïrriteerd	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.
 Bang / 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.
 Druk	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 gereedheidskist

Type 'gereedschap'	Voorbeeld	Wat werkt goed voor jou	Wie/Wat heb je daarbij nodig	Wanneer doe je dit	Waar doe je dit
 Activiteiten	Sport: 'stoom afblazen door: • Springen • Rennen • Wandelen • Uitrekken • Dansen • Teken • Lezen • Computeren • Muziek maken				
 Ontspannings-technieken	• Ademhalings oefeningen • 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).				
 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				
 Sensorische materialen Ik zoek andere prikkels Ik mijds 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
<i>Maandag 1 september, 12:00</i>	<i>In de klas, op de computer</i>	<i>Een klasgenoot wil de computer gebruiken</i>	<i>Schreeuwen</i>	<i>Gevraagd om het klaslokaal uit te gaan door leraar</i>

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.outsider.net/nl/Levenmetautisme/pesterijen.html>

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

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

Antipestportaal

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

Website met voorbeelden van werkende pestprotocollen

<http://www.schoolnveiligheid.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 <i>Wat moet ik doen?</i>	Planning <i>Hoe pak ik het aan?</i>	Handelen <i>Wanneer ga ik het doen?</i>	Evalueren <i>Hoe is het gegaan?</i>

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-ontwikkende 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 ongelooflijke 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 kaartstelsel 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 zichzelf, 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 wat 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.

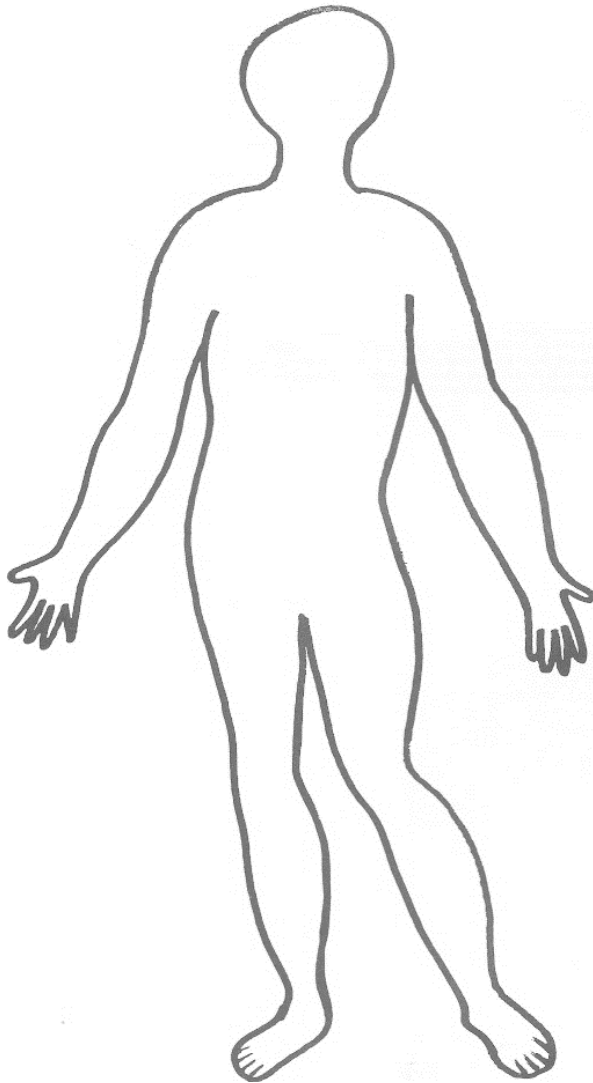
Hoe kan ik ontspannen?

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
<i>Actief bezig zijn</i> - 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.	<i>Relaxen</i> - 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
<i>Diep inademen</i> - Adem diep in - Houd je adem vast voor 5 seconden - Adem langzaam uit - Concentreer je op hoe het voelt	<i>Fantasie</i> 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
<i>Spieren strekken</i> - 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.



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 gebruikt 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 |

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

- | | | |
|---|----------------------------|-----------------------------|
| ☐ Hoofd | ☐ Buik | ☐ Benen |
| ☐ Ergens anders, namelijk | | |

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

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4. 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, wat 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.



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!

The image displays two identical vertical ladders side-by-side. Each ladder is composed of ten horizontal rectangular rungs. The rungs are colored in a gradient: the top rung is a dark teal, followed by a medium teal, then a light teal, and the bottom rung is a very light, almost white teal. To the left of the first ladder is a long, vertical teal arrow pointing upwards. To the right of the second ladder is a long, vertical teal arrow pointing downwards. The ladders are intended for a user to write down feelings corresponding to each rung, likely representing a spectrum from negative to positive or vice versa.

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 transitie momenten (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 leeftijdsgenoten 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...

- X Te helpen bij het opzetten van een sociaal vangnet voor de leerling binnen een gestructureerde setting.
- X Zo mogelijk de leerling helpen bij het opbouwen van hechtere en betere relaties.
- X Aanmoedigingen en erkenning te geven voor prestaties en vooruitgang.
- X 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:

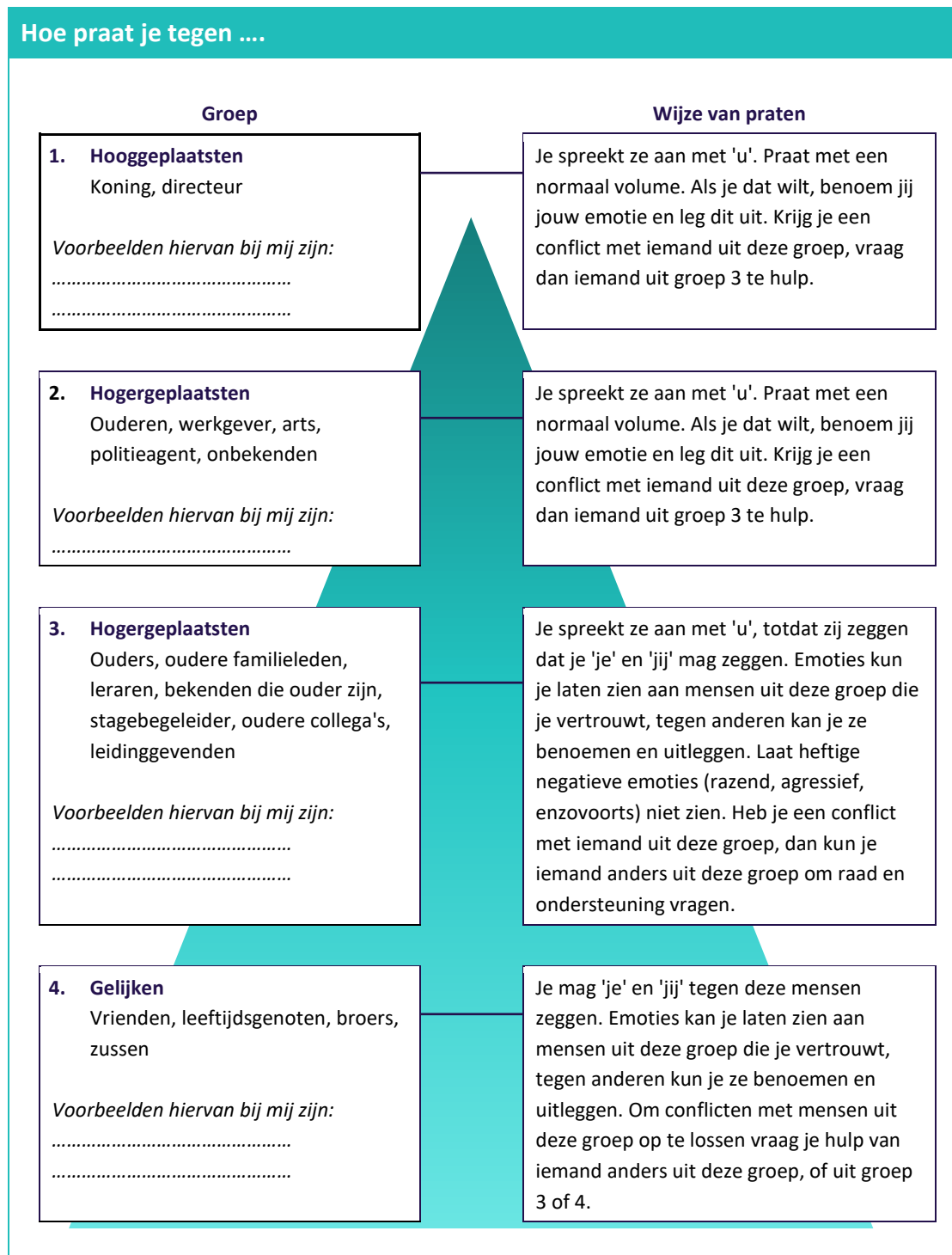
- **Vertrouwelijkheid:** Het is erg belangrijk voor de Maatjesgroep dat er sprake is van wederzijdse ondersteuning, vertrouwen en respect voor de focusleerling (alsook voor elkaar). Het is essentieel dat de focusleerling niet nog kwetsbaarder wordt voor pesten en uitsluiting als gevolg zijn deelname 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)



Bron: Luteijn, E., Nieuwenstein, H., & 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?

- X Ik vraag na elk onderdeel van de opdracht aan mijn groepje hoe het gaat.
- X Er is geen probleem → we gaan op dezelfde manier verder.
- X Er is wel een probleem → 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)

Format samenwerkingscontract	
Namen van de projectleden + telefoonnummer + e-mailadres	1.
	2.
	3.
	4.
	5.

Groepsregels	
Doelstelling	Wat is het doel van het project?
Werktijden	Wanneer werk je aan het projectverslag? Doe je dit gezamenlijk of individueel, of allebei?
Vergadertijden	Wanneer vergader je en hoe lang? Waar ga je vergaderen?
Afspraken communicatie	Hoe communiceer je met elkaar? Maak je bijvoorbeeld een whatsapp-groep aan? Of gebruik je iets anders?
Afspraken aanwezigheid	Wat spreek je af over de aanwezigheid? Wat verwacht je van iemands aanwezigheid?
Afspraken documenten delen	Hoe deel je onderling de documenten? Welk hulpmiddel gebruik je (google drive, dropbox etc.)?
Procedure bij niet-nakomen afspraken	Wat gebeurt er als iemand zijn afspraken niet nakomt (niet aanwezig zijn, deadlines niet halen, niet communiceren etc.)? Werk je met waarschuwingen? Hoeveel? Wat zijn de consequenties?

Taakverdeling	
Rollen	Voorzitter: Taak:
	Afmaker: Taak:
	Waarschuwer: Taak:
	Groepswerker: Taak:
	Bedenker: Taak:

Akkoord gemaakte afspraken	
Namen, datum, handtekening	1.
	2.
	3.
	4.
	5.

Bron: Dit format is opgesteld door Taalwinkel (2014) en valt onder een Creative Commons Naamsvermelding-NietCommercieel-GelijkDelen 4.0 Internationaal-licentie.

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

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

1.2. Waar is dit werkboek voor bedoeld?

2. Wie is wie

2.1. Mijn gegevens

2.2. Gegevens van de school

2.3. Contactgegevens van belangrijke personen

2.4. 1.4 Mijn mentor

2.5. 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 uit ziet.

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 of 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.

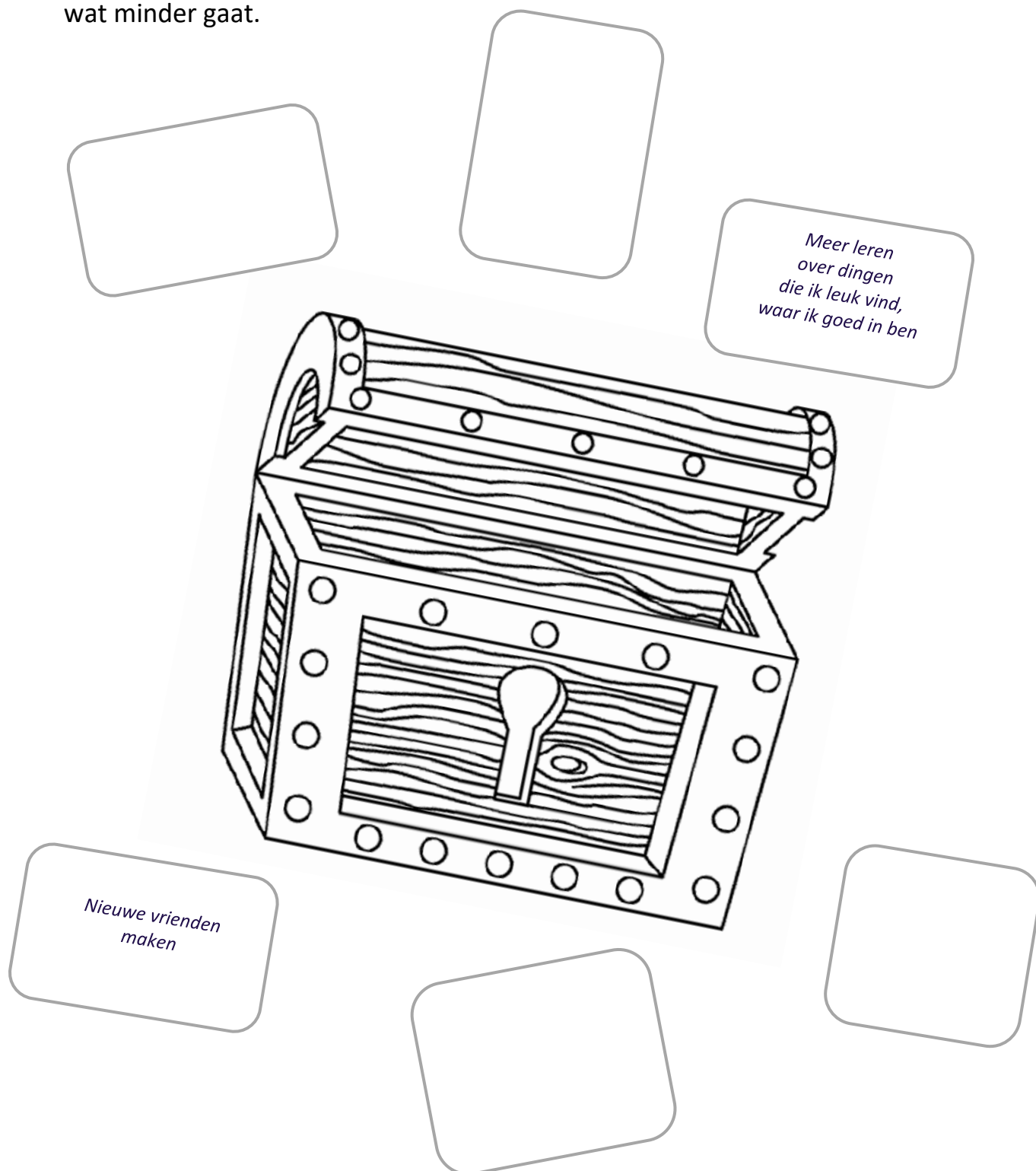
Wat vind jij spannend met de overstap?

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.



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.



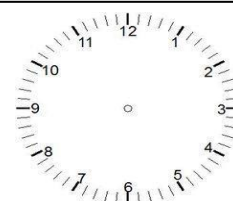
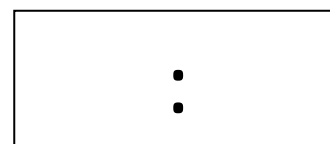
4.1 Mijn nieuwe middelbare school bezoeken

Het eerste bezoek aan mijn nieuwe school zal zijn

op (datum)

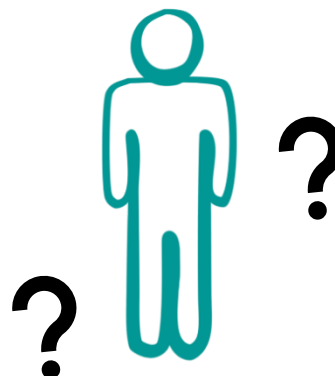
om (tijd)

(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.

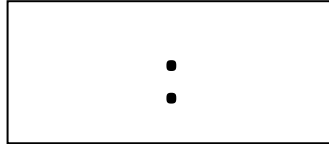
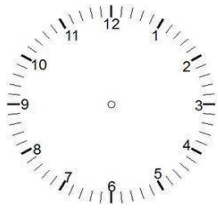
Hoe ga jij straks elke dag naar de middelbare school? (*Vink maar aan*):

- ☐ Lopend
- ☐ Fietsend
- ☐ Met de auto
- ☐ Met de bus
- ☐ Met de metro of tram
- ☐ Met de trein
- ☐ Ik ga naar school met:

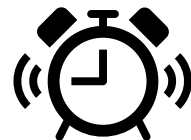
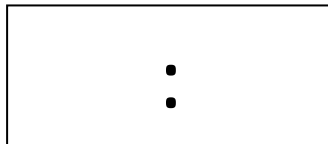
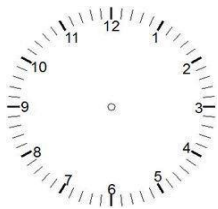
Met wie reis je samen naar school?

4.4 Mijn tijden plannen

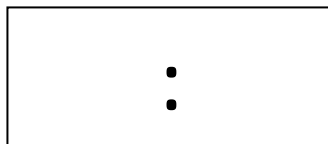
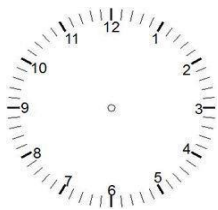
De schooldag begint meestal om (vul in op de analoge of digitale klok):



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
12.00	GO
13.00	Middagpauze
14.00	Gym
	Sporthal
15.00	BE

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:

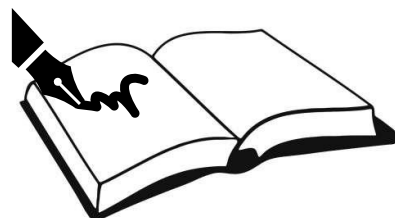
- ☐ Ja, ik wil graag voorafgaand aan mijn eerste schooldag het rooster al hebben zodat ik het in mijn agenda kan overnemen.
- ☐ Wanneer mijn nieuwe school het rooster nog niet klaar heeft wil ik graag een kopie van een rooster dat dit jaar door een leerling in het eerste jaar wordt gebruikt.

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:*

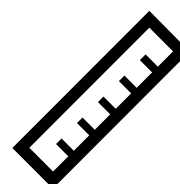
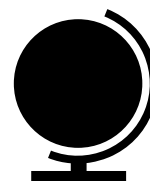
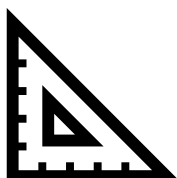
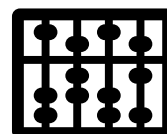
- ☐ Ik wil uitzoeken welke materialen ik precies nodig heb op de middelbare school.

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: Jodie 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

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).



TIP!

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”.



WEETJE!

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



2. 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.



3. De basisschool

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

- ➔ Vraag aan een leerkracht/lb'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.



4. 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 ondersteuningsbehoeften 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 onderwijssteuning 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:

- X Gegevens over in- en uitschrijving
- X Gegevens over afwezigheid
- X Adresgegevens
- X Gegevens die nodig zijn om te berekenen hoeveel geld de school krijgt
- X Het onderwijskundig rapport
- X Gegevens over de gezondheid die nodig zijn voor speciale begeleiding of voorzieningen
- X Gegevens over de vorderingen en de resultaten van uw kind
- X Verslagen van gesprekken met de ouders
- X 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 Oudervereniging 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...

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

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.

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!

IK BEN..

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

11.

12.



TIP!

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...*

- ☐ Kind
- ☐ Ouder
- ☐ Leraar



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.

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 gesprek 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, burens, 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



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 een 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 afsprakenkaart. 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 afsprakenkaart 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 te 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 gedrag 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.



Tool 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? 	Wat vind ik niet leuk aan deze app / dit platform? 	Wie kan me helpen als ik vragen heb? 
Whatsapp 	<i>Berichten en foto's sturen, laten weten als ik naar huis kom na school</i>	<i>Berichten gaan snel, kan emoticons en GIFS meesturen</i>	<i>Als ik zie dat iemand het heeft gelezen maar niet reageert</i>	<i>Ouders Grote broer</i>
Instagram 	<i>Foto's delen Influencer volgen Inspiratie schilderen</i>			
Facebook 				
YouTube 				
TikTok 				
Snapchat 				



Tool 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.

Voorbeelden van afspraken:



Wat mag wél

- ✓ Afspraak: Tijdens het eten koken mag ik iets op een beeldscherm doen. Mama roept 10 minuten van tevoren 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 niet

- X Afspraak: Ik mag geen scheldwoorden gebruiken op sociale media platforms.
- X Afspraak: Ik mag na half 8 's avonds geen gebruik meer maken van mijn telefoon, iPad, laptop of Xbox.
- X 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?



Afspraak 1:



Afspraak 2:



Afspraak 3:

Wat mag níet?



Afspraak 1:



Afspraak 2:



Afspraak 3:

Datum:

Waar wordt deze afsprakenkaart bewaard/opgehangen?

Naam jongere:

Handtekening:



Naam:

Handtekening:





Tool 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

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 Instagram 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