

In het onderwijs kennen wij naast de “gewone” en de “lastige” leerlingen ook de zogenaamde zorgleerlingen. Deze groep speciale leerlingen vereist extra zorg op school en in de klas, omdat zij een leer- of gedragstoornis hebben.

Het eerstejaarse vak “Zorgverbreding” introduceert de aankomende docenten tot een aantal verschillende stoornissen die wij in onze klassen tegen kunnen komen. Deze stoornissen reiken van ADHD en autisme tot depressie en anorexia.

Deze folder behandelt emotionele stoornissen, gerelateerd aan angst en stemming. Zij scheidt een globaal beeld van deze stoornissen en biedt een handreiking voor de beginnende docent.

Angststoornissen

Gebruikelijke vormen

- GAS. Een generaliserende angstvorm, waarbij men zich over alles zorgen maakt. Elke situatie kan op een ramp uitlopen.
- Fobie. Een zeer specifieke angstvorm, waarbij men als de dood is voor één aanwijsbaar object of situatie.
- Posttraumatische stress. Angst die voortkomt uit het continue herleven van een traumatische ervaring.
- Paniekstoornis. Men krijgt zonder aantoonbare reden een paniekaanval, gekoppeld met sterke lichamelijke reacties.
- Sociale angst. Een generaliserende angstvorm, waarbij sociale situaties angst inboezemen.
- Schoolangst. Een specifiekere vorm van sociale angst, soms gecombineerd met lichte faalangst. Soms veroorzaakt door pesten op school.

- Scheidingsangst. Een angst waarbij men ervan is overtuigd dat er rampen gebeuren wanneer men de veilige thuissituatie verlaat.

Signalering

Mentaal:	constant piekeren, angstig of bezorgd
Lichamelijk:	zweeten, snelle hartslag, duizeligheid, slapeloosheid
Gedrag:	schoolverzuim, rusteloos, nerveus, prikkelbaar

Behandeling

Hulp:	Ontspanningsoefeningen, sociale contacten, sport
Psycholoog:	(Cognitieve) gedrags-, groeps- en psychotherapie
Psychiater:	Kalmerende middelen, antidepressiva, antihistamine
School:	Begeleiding, gesprekken, kalmering, veiligheid

Stemmingstoornissen

Gebruikelijke vormen

- (Klinische) depressie. Een toestand waarin men zich nooit gelukkig voelt. Men is lusteloos, vermoeid en voelt zich constant neerslachtig.
- Dyshtyme. Vergelijkbaar met klinische depressie, maar met tussenperiodes van minstens 2 maanden normale gemoedstoestand.
- Atypische despressie. Vergelijkbaar met klinische depressie, maar met korte momenten van geluk op plezierige momenten.
- SAD. Een seizoensgebonden depressie, waarschijnlijk veroorzaakt door een gebrek aan zonlicht.

- Post-partum depressie. Een depressie veroorzaakt door een hormoonbalans tijdens zwangerschap en na de bevalling.
- Bipolaire stoornis. Men wisselt onvoorspelbaar tussen euforie en depressie. In de euforische momenten voelt men zich onoverwinnelijk.

Signalering

Mentaal:	Neerslachtig, anhedonia, kwetsbaar, ongeconcentreerd
Lichamelijk:	Ongewoon slaappatroon, pijn
Gedrag:	Escapisme, alcoholmisbruik, drugsmisbruik, isolatie

Behandeling

Hulp:	Sociale contacten, sport
Psycholoog:	Psycho- en elektroconvulsieve therapie
Psychiater:	Verscheidene antidepressiva
School:	Begeleiding, gesprekken, sociale contacten

Omgaan met deze leerlingen

Algemene tips

- Neem de leerling en zijn problemen serieus.
- Stel je op de hoogte van de angsten van de leerling.
- Geef de leerling positieve, opbouwende feedback.
- Let op tekenen van suïcidale neigingen en meld elke uiting bij het zorgteam.
- Maak afspraken over de verantwoordelijkheden van de leerling.

Werken in de klas

- Laat de leerling zo veel mogelijk met anderen samen werken
- Stel het niveau van de lessen en de opdrachten iets naar beneden bij. Succeservaringen in de klas zijn cruciaal voor de leerling.
- Geef duidelijke en uiterst precieze instructies en opdrachten.
- Geef het aan wanneer je af gaat wijken van vaste procedures.
- Richt je niet op lange-termijn doelen, maar op kleine, directe doelen. Dit helpt bij de succeservaringen van de leerling.
- Geef de leerling verantwoordelijkheden en taken in de les.
- Maak een veilige omgeving, met een prettige werksfeer.
- Houdt de rest van de klas in de gaten. Zij kunnen worden geraakt door de stoornis van hun klasgenoot.

Coaching

- Spreek met een ik-boodschap in geval van ongewenst gedrag.
- Deze zorgleerlingen hebben altijd professionele hulp nodig.
- Zoek samen naar activiteiten die hem interesseren, zodat hij met de rest van de klas mee kan blijven doen.
- Zoek een vertrouwenspersoon voor de leerling.
- Wees alert op pesten, zowel persoonlijk als via andere wegen.
- In alles dat jullie doen is het belangrijk dat er samen wordt gezocht naar mogelijkheden en oplossingen. Betrek de leerling bij zijn eigen verbeteringsproces.

- Houdt rekening met de achtergrond en de thuissituatie van de leerling. Probeer je in te leven in zijn situatie.
- Wees je bewust van de docent-leerling band die open gesprekken in de weg kan staan.
- Wees er voor deze zorgleerlingen, maar wees niet te persoonlijk.
- Geef de leerling niet op! De leerling heeft dit meteen door.
- Maak geen beloftes die je niet na kan komen.

Tekenen van suïcidale neigingen

- Een plotselinge overgang van depressie naar vrolijkheid, of opluchting kan een teken zijn van aankomende zelfmoord. De jongere heeft besloten dat hij een oplossing heeft gevonden en dit lucht op.
- Vergelijkbaar met het vorige punt: het afscheid nemen van mensen en dingen op orde brengen. De jongere heeft besloten zelfmoord te plegen en wil graag de dingen netjes achter laten om niemand tot last te zijn.
- Een overmatige of plotselinge fascinatie met:
 - De dood. Praten over zelfmoord, automutilatie en sterven.
 - Pillen, wapens of anderzijds dodelijke objecten.
 - Gevaarlijke, risicovolle of schadelijke activiteiten, zoals bungee jumpen, automutilatie en brommerstunts of -races.
- Uiting geven aan gevoelens van zelfhaat en hopeloosheid.



Emotionele stoornissen

Integraal project zorgverbreding