

TEAMUP OP SCHOOL

gekoppeld aan wettelijke vereisten
en actuele onderwijstrends



*TeamUp op School is een gezamenlijk programma van
Save the Children en War Child in samenwerking met de CED-Groep.*

INHOUD

1. WAT IS TEAMUP OP SCHOOL	3
Doelen en veranderingstheorie	4
2. KOPPELING AAN WETTEN EN KERNDOELEN	5
Kinderrechten	5
Kerdoelen PO - nieuw curriculum	5
TeamUp & de huidig geldende kerndoelen (november 2024)	6
TeamUp & de Wet burgerschap	7
Koppeling TeamUp aan vereisten burgerschap per wetsartikel	7
3. SOCIAAL EMOTIONEEL LEREN MET TEAMUP	11
SEL voor kinderen op school	11
Meerwaarde SEL voor kinderen met migratieachtergrond	11
4. SOCIAAL VEILIGHEIDSPAN MET TEAMUP	16
Koppeling TeamUp aan bouwstenen 4, 5 en 6 van school veiligheidsplan	17
5. TRAUMASENSITIEF MET TEAMUP	19
Invloed van stress en trauma op de ontwikkeling van kinderen	19
TeamUp werkt op preventieniveau	19
Traumagerichte principes ingebed in TeamUp	20
6. CONTACT	21

Dit document vormt ook de bijlage van de [TeamUp op School brochure](#).

1. WAT IS TEAMUP OP SCHOOL

TeamUp op School is een programma voor het basisonderwijs dat kinderen via spel- en bewegingsactiviteiten psychosociale steun biedt. Het doel is om het psychosociaal welzijn en de veerkracht van kinderen te versterken.^{1 2}

Wekelijkse sessies met een vaste structuur

Elke week vindt er een TeamUp-sessie plaats, die 45-60 minuten duurt en wordt begeleid door onderwijsprofessionals op school. De activiteiten zijn gekoppeld aan acht psychosociale thema's, zoals 'Assertiviteit' en 'Respect'. Elk thema richt zich op een specifieke gedragsvaardigheid. Bij het thema 'Boosheid' leren kinderen bijvoorbeeld een time-out nemen. Dit doen ze door technieken voor zelfregulatie in te zetten om hun woede te beheersen. De vaardigheden die kinderen tijdens TeamUp leren, helpen hen in hun dagelijks leven.

Leren door te doen

TeamUp maakt gebruik van een lichaamsgerichte, non-verbale aanpak: kinderen leren door te spelen, bewegen en doen. Spelenderwijs leren ze omgaan met emoties, versterken ze hun zelfvertrouwen in sociale situaties en bouwen ze aan een sterke basis voor hun toekomst.



ASSERTIVITEIT

Gedragsvaardigheid: Opkomen voor jezelf

CONCREET WAARNEEMBARE VAARDIGHEDEN:

- Kan behoeften, emoties en problemen communiceren met woorden of gebaren.
- Kan zichzelf verdedigen door verschillende lichaamsbewegingen te gebruiken.
- Kan stop zeggen (met het lichaam) of om hulp vragen als dat nodig is.
- Kan een beweging, activiteit of gebaar voor de groep leiden.
- Kan op een positieve manier keuzes maken en opkomen voor zichzelf.



BOOSHEID

Gedragsvaardigheid: Een time-out nemen

CONCREET WAARNEEMBARE VAARDIGHEDEN:

- Kan "af zijn" tolereren of dat het een activiteit verliest.
- Accepteert het maken en zien van fouten of dingen die niet goed gaan.
- In staat om woede te beheersen met behulp van verschillende zelfregulatietechnieken.
- Kan veilig boos zijn; zonder zichzelf of anderen pijn te doen of materiaal te breken.

¹ Bleile ACE, Koppenol-Gonzalez GV, Verreault K, Abeling K, Hofman E, Vriend W, Hasan A, Jordans MJD. Process evaluation of TeamUp: a movement-based psychosocial intervention for refugee children in the Netherlands. *Int J Ment Health Syst.* 2021 Mar 19;15(1):25. doi: 10.1186/s13033-021-00450-6. PMID: 33741025; PMCID: PMC7977563.

² Van den berg, Y. (2020) Externe evaluatie TeamUp op School. Den Haag, Save the Children.

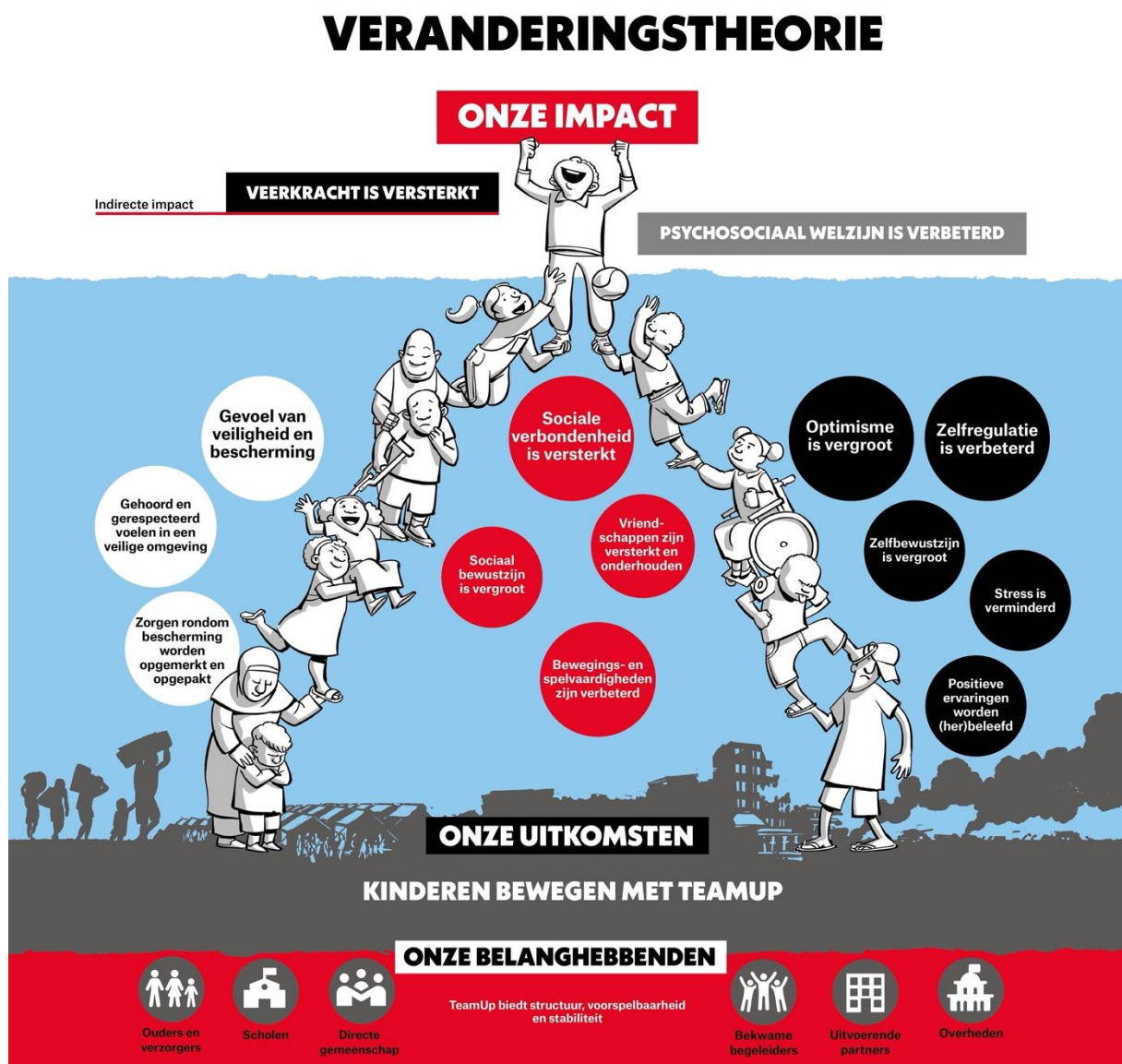
Doelen en veranderingstheorie

TeamUp werkt aan vier belangrijke doelen voor leerlingen:

1. **Gevoel van veiligheid:** leerlingen ervaren een sterker gevoel van veiligheid tijdens de sessies.
2. **Sociale verbondenheid:** leerlingen bouwen een hechtere band op met hun leeftijdsgenoten.
3. **Optimisme:** tijdens de sessies ontwikkelen leerlingen een positievere kijk op zichzelf en op de wereld om hen heen.
4. **Zelfregulering:** leerlingen leren hun eigen grenzen aan te geven, emoties en gedrag te beheersen en hun aandacht vast te houden.

Hoe werkt dit?

Aan deze doelen wordt vanaf de eerste sessie gewerkt. Na ongeveer drie maanden in dezelfde groep kunnen leerlingen deze doelen bereiken. De veranderingstheorie van TeamUp, oftewel de Theory of Change, laat zien hoe en waarom deze positieve veranderingen plaatsvinden. Dit proces wordt in een visuele weergave gepresenteerd (in de ik-vorm) in het onderstaande figuur.



2. KOPPELING AAN WETTEN EN KERNDOELEN

Kinderrechten

TeamUp is opgericht door drie kinderrechtenorganisaties: Save the Children, UNICEF Nederland en War Child. Deze organisaties hechten veel waarde aan democratische principes en kinderrechten.

Rechten van het Kind

Alle kinderen hebben fundamentele rechten, zoals het recht op spel, onderwijs en bescherming. Deze rechten zijn vastgelegd in nationale wetten en het *Verdrag inzake de Rechten van het Kind*, dat door bijna alle landen, waaronder Nederland, is ondertekend.

Het TeamUp-programma sluit aan bij het *Verdrag inzake de Rechten van het Kind* en volgt de richtlijnen voor geestelijke gezondheidszorg en psychosociale ondersteuning in noodsituaties (MHPSS). Deze richtlijnen zijn gebaseerd op vier basisrechten: overleven, bescherming, ontwikkeling en participatie.

TeamUp ondersteunt deze rechten in algemene zin, maar werkt specifiek aan rechten die direct bijdragen aan de doelen van het programma. In het onderstaande figuur staat uitgelegd hoe deze rechten in TeamUp zijn ingebed.



Kerdoelen PO - nieuw curriculum

In het primair onderwijs (PO) gelden sinds 2006 kerndoelen voor verschillende leergebieden, zoals Nederlands, Engels, (Fries), rekenen/wiskunde, oriëntatie op jezelf en de wereld, kunstzinnige oriëntatie en bewegingsonderwijs. Een uitgebreide beschrijving van de 58 huidige kerndoelen is te vinden op de website van SLO: <https://www.slo.nl/sectoren/po/kerndoelen/>.

Ontwikkeling nieuwe kerndoelen

Op dit moment (november 2024) worden er nieuwe kerndoelen ontwikkeld voor alle leergebieden. Elk leergebied bevindt zich in een andere fase van dit proces. De voortgang van de curriculumvernieuwing wordt door ons nauwlettend gevolgd. Zodra er nieuwe koppelingen mogelijk zijn, passen we dit document daarop aan. Voor nu baseren we ons op de huidige kerndoelen.

Daarnaast zijn er conceptkerndoelen opgesteld voor twee nieuwe leergebieden: digitalisering en burgerschap. TeamUp sluit ook aan bij de conceptkerndoelen van burgerschap. Hoewel deze pas in 2025 definitief worden, zijn scholen nu al verplicht uitvoering te geven aan de *Wet Burgerschapsonderwijs*. De conceptkerndoelen bieden daarbij handvatten, maar hebben nog geen vaste status. Daarom koppelen we in dit document TeamUp primair aan de geldende wetgeving en de huidige kerndoelen.

TeamUp en de huidige geldende kerndoelen (november 2024)

Hieronder staan de huidige kerndoelen in het primair onderwijs waaraan gewerkt wordt met TeamUp op School (wereldoriëntatie, kunstzinnige oriëntatie en beweging):

- Kerndoel 34 (Oriëntatie op jezelf en de wereld): de leerlingen leren zorg te dragen voor de lichamelijke en psychische gezondheid van henzelf en anderen.
- Kerndoel 37 (Oriëntatie op jezelf en de wereld): de leerlingen leren zich te gedragen vanuit respect voor algemeen aanvaarde waarden en normen.
- Kerndoel 54 (Kunstzinnige oriëntatie): De leerlingen leren beelden, taal, muziek, spel en beweging te gebruiken om er gevoelens en ervaringen mee uit te drukken en om er mee te communiceren.
- Kerndoel 57 (Bewegingsonderwijs) De leerlingen leren op een verantwoorde manier deelnemen aan de omringende bewegingscultuur en leren de hoofdbeginselen van de belangrijkste bewegings- en spelvormen ervaren en uitvoeren.
- Kerndoel 58 (Bewegingsonderwijs): de leerlingen leren samen met anderen op een respectvolle manier aan bewegingsactiviteiten deelnemen, afspraken maken over het reguleren daarvan, de eigen bewegingsmogelijkheden inschatten en daarmee bij activiteiten rekening houden.



TeamUp en de wet op burgerschap

De school speelt een belangrijke rol in de ontwikkeling van kinderen. Hier ontmoeten leerlingen elkaar, vaak met verschillende achtergronden en denkbeelden. Om vreedzaam en constructief samen te leven, is het essentieel dat kinderen kennis maken met en respect ontwikkelen voor de basiswaarden van onze democratische samenleving.

Het contact met leeftijdsgenoten met andere opvattingen biedt een waardevolle kans om burgerschapsvaardigheden te oefenen. Dit helpt kinderen een houding van onderlinge verdraagzaamheid te ontwikkelen.³

Wat zegt de wet op burgerschap?

De Wet op burgerschap⁴ benadrukt de basiswaarden van de democratische rechtsstaat. Scholen moeten deze waarden niet alleen uitdragen, maar ook zichtbaar maken in de cultuur van de school. Dit betekent dat de school een veilige omgeving moet zijn waar leerlingen burgerschapsvaardigheden kunnen oefenen. Het onderwijsteam speelt hierin een voorbeeldrol door deze waarden actief voor te leven.

Het doel van de wet is om leerlingen te leren wat het betekent om een burger te zijn. Het biedt ze de kennis en vaardigheden die nodig zijn om actief deel te nemen aan de samenleving. Scholen hebben hierbij de vrijheid om zelf invulling te geven aan burgerschapsonderwijs, maar moeten zich wel richten op de gemeenschappelijke kern die in de wet is vastgelegd.

In hun visie en beleid moeten scholen aantonen hoe ze bijdragen aan de volgende onderdelen van de wet.

- **Wetsartikel A** - nadrukkelijk en expliciet bijbrengen van respect voor en kennis van de basiswaarden van de democratische rechtsstaat en de universeel geldende fundamentele rechten en vrijheden van de mens
- **Wetsartikel B** - beschrijven hoe de school met de leerlingen werkt aan de sociale en maatschappelijke competenties die nodig zijn om te functioneren in een pluriforme democratische samenleving
- **Wetsartikel C** - bijbrengen van kennis over en respect voor verschillen in godsdienst, levensovertuiging, politieke gezindheid, afkomst, geslacht, handicap of seksuele gerichtheid en de waarde dat gelijke gevallen gelijk behandeld worden.
- **Wetsartikel D** - vormgeven van de school als oefenplaats voor democratisch burgerschap waar leerlingen en personeel zich veilig en geaccepteerd kunnen voelen

Het burgerschapsonderwijs moet **doelgericht, samenhangend en herkenbaar** aanwezig zijn. Daarnaast moet het naar voren komen in de visie van de school, de doelen, het aanbod en de evaluatie.⁵

Koppeling TeamUp aan vereisten burgerschap per wetsartikel

A) Basiswaarden

TeamUp maakt in de sessies geen expliciete koppeling met de basiswaarden van de democratische rechtsstaat (zoals beschreven in **wetsartikel a**). Toch wordt er door de opzet, inhoud en basisprincipes van het programma voortdurend gewerkt aan deze waarden.

Autonomie en vrijheid van meningsuiting

De activiteiten rond assertiviteit versterken de autonomie van kinderen. Ze leren hoe ze hun

³ *Burgerschap-op-de-Basisschool Wet-en-regelgeving-juli-2021.pdf (schoolenveiligheid.nl)*

⁴ *idem*

⁵ *Deze zinnen zijn ontleend aan de memorie van toelichting bij de Verduidelijking Burgerschap voor het funderend onderwijs (2021)*

behoeften, emoties en problemen kunnen communiceren en voor zichzelf kunnen opkomen. Hierbij wordt ook de vrijheid van meningsuiting gestimuleerd.

Gelijkwaardigheid, begrip en verdraagzaamheid

Door het programma heen is er veel aandacht voor gelijkwaardigheid, begrip voor anderen en het afwijzen van discriminatie en onverdraagzaamheid. Een veilige setting is hiervoor essentieel. Facilitators worden uitgebreid getraind en gecoacht om deze veiligheid te waarborgen. Aan het begin van elke sessie worden afspraken over een veilige sfeer visueel gemaakt (bijvoorbeeld met pictogrammen) en samen met de kinderen aangepast waar nodig. Deze afspraken vormen steeds het uitgangspunt van de sessie.

Sociale vaardigheden en verantwoordelijkheidsbesef

Tijdens thema's als conflict, pesten, respect, vriendschap en vrienden leren kinderen vaardigheden zoals rekening houden met elkaar, grenzen aangeven, verschillen accepteren en elkaar helpen. Ook ontwikkelen ze verantwoordelijkheidsbesef: ze ervaren dat hun gedrag invloed heeft op anderen en leren hoe ze aan hun eigen behoeften kunnen voldoen zonder anderen te kwetsen.

Praktisch voorbeeld

In een activiteit leren kinderen spelenderwijs begrip en verdraagzaamheid. Bijvoorbeeld: in een spel waarin de kinderen een muis moeten beschermen en tegelijkertijd rekening moeten houden met de belangen van een kat, oefenen ze impliciet met het begrijpen van andere perspectieven. Door variaties in het spel aan te brengen, zoals het omdraaien van rollen of het toevoegen van extra elementen, leren kinderen verschillende perspectieven te ervaren. Zo ontwikkelen ze niet alleen begrip voor anderen, maar ook de vaardigheid om verdraagzaam te zijn in verschillende situaties.

B) Sociale en maatschappelijke competenties

TeamUp draagt doelgericht bij aan de ontwikkeling van sociale en maatschappelijke competenties die nodig zijn om te functioneren in een pluriforme, democratische samenleving (zoals beschreven in wetsartikel b). Daarnaast leren kinderen tijdens TeamUp belangrijke zelfregulerende vaardigheden. Deze vaardigheden helpen hen om open te staan voor contact met anderen en actief deel te nemen aan de maatschappij.

Time-out plekken

Een concreet voorbeeld van hoe TeamUp dit ondersteunt, is het gebruik van *time-out plekken*. Dit zijn veilige ruimtes waar kinderen zelf kunnen kiezen of ze willen deelnemen aan een activiteit of even willen terugtrekken. Deze mogelijkheid geeft hen de ruimte om zelfstandig keuzes te maken en hun eigen grenzen te respecteren. Daarnaast leren kinderen door deze plekken beter omgaan met hun emoties. Door bijvoorbeeld tijdelijk uit een verhitte situatie te stappen, krijgen ze de kans om emoties te laten zakken en conflicten constructief op te lossen.

Lichaamsgerichte aanpak

De lichaamsgerichte aanpak van TeamUp helpt kinderen ook om bewust te worden van lichamelijke gewaarwordingen. Ze leren stress en spanningen herkennen en loslaten, waardoor ze meer inzicht krijgen in hun eigen gevoelens en gedrag.

55

LEEFJAREN
6-11 + 12-17

CONFLICT

MUIS, MUIS, GA WEG!

SOORT ACTIVITEIT:
Tikken

VAARDIGHEDEN:
Rekening houden met de ander

BEHOODIGDE RUIMTE:
5 x 5 meters.

BEHOODIGDE MATERIALEN:
Eventueel lintjes (lintjes vasthouden in plaats van handen vasthouden).

OPDRACHT
Maak met de kinderen een cirkel en laat kinderen de handen vasthouden. Maak de cirkel zo groot mogelijk zodat tussen de kinderen door voldoende ruimte is om onder de armen door te lopen. Een kind is een kat, een ander kind is de muis. De muis staat in de cirkel, de kat staat buiten de cirkel. De kat dient de muis te vangen door te tikken.

TIPS

- Als kinderen niet elkaars handen vast willen houden, kunnen ze een lintje vasthouden wat voor verbinding zorgt!
- Veiligheid: geef een duidelijk voorbeeld van wat gewenst is en niet gewenst is ten aanzien van de armbeweging van de kinderen die de cirkel vormen. Breng de armen niet meer omlaag als de kat al onder de armen is.
- Bij oudere kinderen gebruik je de woorden kat en muis niet, maar gebruik je loper en tikker.

REGELS

- Op teken van de facilitator begint het tikspel: de muis rent zwaaiend onder de armen door (in de cirkel, uit de cirkel) en de kat rent achter de muis aan om deze te tikken.
- De kinderen die de cirkel vormen, mogen hun armen omlaag brengen om zo de kat de doorgang te verhinderen. Als de muis komt, gaan de armen juist omhoog zodat de muis snel eronder door kan.
- Het spel is af als de kat de muis gevangen heeft of als 1 minuut verstreken is. Speel het spel een aantal keer zodat kinderen de mogelijkheid krijgen om een kat of muis te zijn.

VARIATIES

- Bij oudere kinderen: de loper dribbelt met de basketbal en de tikker dient de bal weg te tikken terwijl beiden gebruikmaken van de cirkel van kinderen.

WAT EN WAAROM:

- De kat dient de muis te vangen en de muis dient te zorgen niet gevangen te worden.
- Kinderen die de cirkel vormen dienen rekening te houden met de muis en de kat. De muis dient geholpen te worden en de kat dient tegengewerkt te worden. Hoe zorg je ervoor dat je de muis echt helpt (en niet plaagt) en dat je de kat tegengewerkt maar wel rekening met de kat houdt? De kat en de muis hebben uiteraard een conflict: tegengestelde belangen. Op welke wijze houden ze rekening met elkaar en met de cirkel van kinderen?

93

"TeamUp helpt om stress te verlichten omdat je activiteiten doet en daarna ontspant. Met TeamUp doe je meer dan met sport, omdat ik in TeamUp niets moet. Ik ben vrij."

- Deelnemer over TeamUp op School

Tijdens de sessies oefenen kinderen in interactie met elkaar hoe ze hun lichamelijke sensaties, emoties en gedragingen kunnen afstemmen op hun eigen behoeften én die van anderen. Dit versterkt hun zelfregulerend vermogen, een cruciale vaardigheid voor het ontwikkelen van sociale en maatschappelijke competenties, zoals vereist in wetsartikel b.

C) Bevorderen van inclusie en diversiteit

TeamUp richt zich actief op het stimuleren van inclusie en diversiteit. Het programma moedigt kinderen aan om open te staan voor verschillende culturen en achtergronden en om respectvol om te gaan met anderen. TeamUp wordt vaak toegepast in groepen met veel diversiteit, waarin kinderen al gewend zijn aan verschillen. Het programma biedt handvatten om deze verschillen te overbruggen.

Samenwerking als sleutel tot verbinding

De activiteiten van TeamUp nodigen uit tot samenwerking in wisselende groepsgroottes en onder tijdsdruk. Dit betreft de kinderen direct in de actie en creëert verbinding. Kinderen ervaren deze samenwerking als positief. Een deelnemer zei: *"Ik heb nieuwe vrienden gemaakt bij TeamUp."*

Effect op inclusie buiten de sessies

Ook leerkrachten zien positieve effecten. Een leerkracht gaf aan: *"Ik zie kinderen door TeamUp buiten hun land spelen."* TeamUp draagt zo bij aan het bevorderen van een inclusieve en democratische maatschappij, zoals omschreven in wetsartikel c.

Praktisch voorbeeld

In een activiteit ontdekken kinderen waar ze zelf van houden, terwijl ze leren dat anderen mogelijk andere voorkeuren hebben. Zo leren ze op een speelse manier respect op te brengen voor de verschillen tussen henzelf en anderen.

D) School als democratische oefenplaats

De wet stelt dat de school een oefenplaats moet zijn voor democratisch burgerschap. Kinderen moeten dagelijks worden uitgedaagd om sociale en maatschappelijke vaardigheden te oefenen (wetsartikel d). TeamUp sluit hier naadloos bij aan met zijn lichaamsgerichte aanpak, waarbij het motto is: *"We leren door te doen, te spelen en te bewegen."*

Tijdens de TeamUp-sessies oefenen kinderen voortdurend met sociale en maatschappelijke vaardigheden. Ook wordt de participatie van kinderen actief gestimuleerd. Ze mogen ideeën aandragen, samenwerken en beslissingen nemen. Daarnaast worden kinderen op een speelse manier betrokken bij de evaluatie van het programma, waardoor zij invloed kunnen uitoefenen op de inhoud en vorm van TeamUp. Dit zijn waardevolle vaardigheden die passen bij een democratische samenleving.

"Het grote verschil met andere programma's is dat kinderen met TeamUp echte situaties beleven en vervolgens in een veilige setting onder begeleiding kunnen oefenen met hun reactie."

- Schooldirectrice over TeamUp op School

TeamUp creëert zo een veilige oefenplaats waar kinderen worden uitgedaagd om uiteenlopende sociale en maatschappelijke vaardigheden te oefenen.

95

LEFSTUD 6-11

ASSERTIVITEIT

IK BEN NIET ALLEEN

MOET ACTIVITEIT:
Beweging / Kennismaking

VAARDIGHED:
Opkomen voor jezelf

BENODIGDE RUIMTE:
Kan in elke ruimte.

BENODIGDE MATERIALEN:
Iets om ritme mee aan te geven zoals tamboerijn en sambaballen.

OPDRACHT
De facilitator staat voor de groep. De kinderen lopen, dansen, springen en bewegen zich op allerlei manieren door de ruimte op het ritme dat de facilitator aangeeft. De facilitator roept een bepaalde categorie (bijvoorbeeld hobby, sport of eten). De kinderen gaan op zoek naar andere kinderen met dezelfde voorkeur als zij en vormen zo groepjes. Beweging de kinderen niet meer door de ruimte, dan vraagt de facilitator ieder groepje wat hen verbindt en waarom zij die voorkeur hebben. Maak gebruik van gebaren en laat kinderen uitbeelden wat ze bedoelen wanneer taal een barrière vormt.

VARIATIES
- Er mag niet gepraat worden nadat de facilitator een categorie heeft geroepen. Kinderen dienen met gebaren aan te geven wat ze bedoelen en andere kinderen te zoeken met gelijksoortige gebaren om zo een groepje te vormen.

TIPS
- Wees creatief met vragen stellen.
- Stel vooral vragen aan de kinderen die niet zo makkelijk praten.
- Kinderen kunnen bij een bepaalde categorie alleen komen te staan. Laat ook hen aan het woord over hun voorkeur.

WAT EN WAAROM:
- Hoe voelt het om bijeen groep te horen? Hoe voelt het om snek te zijn? Hoe ga je om met kinderen die op je lijken en hoe ga je om met kinderen die juist heel anders zijn?

Doelgericht, samenhangend en herkenbaar

De wet vereist dat burgerschapsonderwijs doelgericht, samenhangend en herkenbaar wordt aangeboden. Scholen moeten kunnen aantonen hoe hun burgerschapsonderwijs – al dan niet verspreid over verschillende programma's en vakken – aan deze criteria voldoet. TeamUp kan hieraan bijdragen.

Met een duidelijke, theoretisch onderbouwde visie en een heldere veranderingstheorie laat TeamUp zien hoe het programma bijdraagt aan het psychosociale welzijn van kinderen. De theorie schetst ook de samenhang tussen de werkzame onderdelen van TeamUp, waardoor het programma een logische en samenhangende invulling geeft aan een belangrijk deel van het wettelijk verplichte burgerschapsonderwijs.

Samenvatting

TeamUp biedt een lichaamsgerichte en structurele invulling van burgerschapsonderwijs. Het uitgangspunt – *"we leren door te doen, te spelen en te bewegen"* – creëert een actieve oefenplaats waarin kinderen oefenen met persoonlijke, sociale en maatschappelijke vaardigheden. Door te werken aan de doelen zoals uitgelegd in de veranderingstheorie, draagt TeamUp bij aan zowel het psychosociaal welzijn als de burgerschapsvorming van kinderen.

Hoewel TeamUp vooral focust op de sociaal-emotionele component van burgerschap, kan het worden aangevuld met:

- Kennis over het democratisch rechtssysteem
- Specifieke vormen van diversiteit
- Democratische thema's zoals conflict, macht en inspraak
- Het oefenen met situaties buiten de schoolcontext

Om de samenhang in burgerschapsonderwijs verder te verduidelijken, beschrijft dit document ook de koppeling van TeamUp met SEL (Sociaal-Emotioneel Leren), traumasensitief onderwijs en sociaal veiligheidsbeleid. Deze drie elementen ondersteunen, mits goed geïntegreerd, ook het bereiken van de democratische basiswaarden.

3. SOCIAAL EMOTIONEEL LEREN MET TEAMUP

De subdoelen van TeamUp sluiten direct aan bij Sociaal-Emotioneel Leren (SEL). Dit is het proces waarin leerlingen essentiële vaardigheden ontwikkelen om succesvol te zijn in hun persoonlijke groei, loopbaan en relaties met anderen.⁶ Wanneer scholen hier gericht en planmatig aandacht aan besteden, spreken we van sociaal-emotioneel leren (SEL). De gerichte en planmatige aandacht van scholen voor dit ontwikkelproces noemen we sociaal-emotioneel leren (SEL).

“Als het hoofd van een kind vol zit, leert het niet.”
- Onderwijsexpert in externe TeamUp evaluatie

SEL op school

School is bij uitstek de plek om structureel aandacht te besteden aan SEL, zowel schoolbreed als in de klas. Aangezien kinderen hier een groot deel van hun tijd doorbrengen, kunnen leerkrachten signalen oppikken en hun aanbod afstemmen op de behoeften van leerlingen. Bovendien tonen verschillende meta-analyses aan dat sociaal-emotionele ontwikkelingsprogramma's in de schoolsetting bijdragen aan de psychische en sociale gezondheid van leerlingen en helpen bij de preventie van ontwikkelingsproblematiek.⁷

Uit diverse SEL-onderzoeken blijkt dat:

- ✓ Kinderen ondersteund in het ontwikkelen van een samenhangende identiteit⁸
- ✓ Gericht werken aan SEL een positief effect op het welbevinden geeft
- ✓ Gericht werken aan SEL een positief effect op de schoolresultaten van kinderen geeft⁹

Meerwaarde SEL

Het ontwikkelen van een samenhangende identiteit kan soms een uitdaging zijn, bijvoorbeeld bij kinderen die balanceren tussen verschillende culturele waarden en normen. School biedt hen niet alleen structuur en een toekomstperspectief, maar ook de kans om een nieuwe taal te leren, vrienden te maken en een band op te bouwen met leerkrachten

In een quickscan uit 2020, uitgevoerd in opdracht van TeamUp, werd vastgesteld dat er in Nederland geen landelijk beleid voor SEL is. Veel scholen besteden echter impliciet of expliciet aandacht aan SEL, waarbij vooral de competentie *beseft van een ander* aan bod komt en het minst de competentie *'keuzes maken'*¹⁰. Tegelijkertijd bleek uit de quickscan dat er onder deelnemende scholen een grote behoefte was aan richtlijnen en concrete handvatten voor SEL. TeamUp speelt hierop in en kan worden ingezet als waardevol onderdeel van een SEL-aanpak. In de volgende paragraaf worden de onderlinge verbanden tussen TeamUp en SEL geschetst.

⁶ Van Overveld, K. (2014). Sociaal-emotioneel leren. In *Groepsplan gedrag in het voortgezet onderwijs*, p. 84-94.

⁷ Pharos. 'Sociaal-emotionele ontwikkeling in het primair onderwijs; een doorlopende integrale aanpak?' 2018.

⁸ Catalano, R. F., Berglund, M. L., Ryan, J. A., Lonczak, H. S., & Hawkins, J. D. (2002). Positive youth development in the United States: Research findings on evaluations of positive youth development programs. *Prevention & Treatment*, 5(1), 15a.

⁹ Durlak, J.A., Weissberg, R.P., Dymnicki, A.B., Taylor, R.D. & Schellinger, K.B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.

¹⁰ Beernink M. (2020). *Social and Emotional Learning in Primary Newcomer Education in the Netherlands* Consciously supporting newcomer children in their social-emotional development. Utrecht University.
<https://studenttheses.uu.nl/handle/20.500.12932/37836>

TeamUp en SEL: koppeling doelen aan competenties

TeamUp is een veelgebruikt programma dat met spel en beweging werkt aan Sociaal-Emotioneel Leren (SEL). Maar hoe sluiten de benadering en doelen van TeamUp aan bij de vijf competenties van SEL? In dit hoofdstuk worden de verbanden tussen TeamUp en SEL op een overzichtelijke manier gepresenteerd, zowel in tekst als in schema.

Bij SEL draait het om de ontwikkeling van vijf kerncompetenties, zoals weergegeven in de gele, groene en oranje vakken in het onderstaande figuur:



11

“SEL omvat meer dan het simpelweg creëren van een veilige omgeving en kinderen het gevoel geven dat ze worden gezien. Leerkrachten moeten zicht bewust zijn van de sociaal-emotionele doelen die ze stellen voor kinderen. Veel leerkrachten zijn onbewust bekwaam, maar hebben een kans om bewust bekwaam te worden. Vanuit dat bewustzijn let je scherper op bepaalde stappen en doelen en kun je kinderen beter begeleiden. Dat is SEL: bewust bekwaam bezig zijn met wat kinderen op sociaal-emotioneel vlak moeten leren.”

(Onderwijsexpert in Beernink, 2020)¹²

TeamUp richt zich op vier subdoelen:

1. **Gevoel van veiligheid:** de leerling ervaart tijdens TeamUp een sterker gevoel van veiligheid.
2. **Sociale verbondenheid:** de leerling voelt zich meer verbonden met leeftijdsgenoten tijdens TeamUp.
3. **Optimisme:** de leerling ontwikkelt een positievere kijk op zichzelf en op de wereld om zich heen tijdens TeamUp-sessies.
4. **Zelfregulering:** de leerling leert tijdens TeamUp grenzen voor zichzelf te stellen en die duidelijk aan te geven. Ook ontwikkelt hij of zij vaardigheden om emoties en gedrag te reguleren en de aandacht te focussen en vast te houden

In onderstaande tabel zijn de TeamUp subdoelen inhoudelijk aan de SEL-competenties gekoppeld. Onder de tabel wordt elke koppeling per SEL-competentie toegelicht. Subdoel 1 en 3 van TeamUp dragen ook bij aan de sociaal-emotionele ontwikkeling en worden in het trauma-sensitieve hoofdstuk verder uitgelicht om dubbelingen te voorkomen.

¹¹ <https://www.keesvanoverveld.nl/boeken/sel/>

¹² Beernink M. (2020). *Social and Emotional Learning in Primary Newcomer Education in the Netherlands* Consciously supporting newcomer children in their social-emotional development. Utrecht University. <https://studenttheses.uu.nl/handle/20.500.12932/37836>

SEL Competentie ¹³	SEL kernelementen (aanwezig in TeamUp)	Gerelateerd TeamUp (sub)doel
1. Besef van jezelf (ik competentie) Dit verwijst naar de bewuste kennis die een leerling van zichzelf heeft. De nadruk ligt hierbij op de emotie. Een leerling met zelfbesef kan lichaam en gevoel aan elkaar koppelen.	Kennis van je eigen lichaam Gevoelens herkennen en benoemen Zelfvertrouwen	Zelfbewustzijn is vergroot Onderdeel van subdoel 4 van TeamUp. Zelfregulering: de leerling is tijdens TeamUp in staat grenzen voor zichzelf te stellen en die aan te geven, zijn eigen emoties en gedrag te reguleren en zijn aandacht te focussen en vast te houden.
2. Zelfmanagement (ik competentie) Het controleren van je gedachten en je handelingen, waardoor op weloverwogen wijze een strategie kan worden bedacht en ingezet om een (mogelijk) probleem effectief en doelgericht het hoofd te bieden. Daarbij houd je rekening met (heftige) emoties die je bij jezelf bemerkt.	Heftige emoties controleren Doelgericht gedrag Weten wanneer je hulp moet zoeken	Zelfregulering is verbeterd Onderdeel van subdoel 4 van TeamUp. Zelfregulering: de leerling is tijdens TeamUp in staat grenzen voor zichzelf te stellen en die aan te geven, zijn eigen emoties en gedrag te reguleren en zijn aandacht te focussen en vast te houden.
3. Besef van de ander (jij competentie) De wetenschap dat de gevoelens, gedachten en het gedrag van de ander kunnen verschillen of overeenkomen met je eigen gevoelens, gedachten en gedrag, en dat je altijd de keuze hebt om je eigen gedrag aan de ander aan te passen.	Empathie Je inleven in de ander Diversiteit	Sociaal bewustzijn is vergroot Onderdeel van TeamUp doel 2 Sociale verbondenheid: De leerling ervaart een sterkere sociale verbondenheid met leeftijdsgenoten tijdens TeamUp
4. Relaties met anderen (jij competentie) De vaardigheid om in verschillende contexten op constructieve en positieve wijze sociaal gedrag te kunnen uitvoeren. Het gaat over relaties aangaan, onderhouden en het voorkomen van uitsluiting en probleemgedrag. Ook het weerstaan van sociale druk en het oplossen van problemen horen daarbij.	Vrienden maken Vrienden houden Conflicten voorkomen en oplossen	Vriendschappen zijn versterkt en onderhouden. Onderdeel van subdoel 2 van TeamUp. Sociale verbondenheid: de leerling ervaart een sterkere sociale verbondenheid met leeftijdsgenoten tijdens TeamUp
5. Keuzes maken (wij competentie) De kennis, vaardigheden en attitudes, die zijn afgeleid van de andere vier SEL competenties en de inzet om in diverse sociale contexten verantwoordelijke keuzes te maken voor jezelf, de ander en de omgeving. Deze vijfde competentie is vooral een morele competentie.	Eerlijk onderhandelen Goed zijn voor jezelf en de ander Zelfreflectie	Subdoelen overstijgend (zie toelichting hieronder).

TeamUp - SEL Tabel: koppeling doelen aan competenties

¹³ Van Overveld, K. SEL. Sociaal emotioneel leren als basis (2023) via www.keesvanoverveld.nl

TeamUp en SEL-competentie 1: Besef van jezelf

Zelfbesef brengt onder meer zelfbeheersing, helpt om het perspectief van anderen in te zien en kan een bron zijn van trots.¹⁴ TeamUp facilitators worden getraind om kinderen gehoord en gerespecteerd te voelen, en daarmee zowel een fysieke als emotionele veilige plek te creëren. Zowel **positieve, als negatieve gevoelens en gedachten worden tijdens TeamUp benoemd en erkend**. Door de **lichaamsgerichte benadering** (embodied learning; het leren herkennen van lichamelijke sensaties/emoties d.m.v. spel) neemt het **zelfbesef** van het eigen lichaam toe. Doordat kinderen tijdens TeamUp contact met elkaar hebben en op elkaar reageren, worden ze zich bewust van hun omgeving, de lichamelijke sensaties hun gevoelens, en hoe hun gedrag invloed heeft op anderen. Facilitators promoten actief het zelfbewustzijn van kinderen door hen tijdens de activiteiten te laten reflecteren.

TeamUp en SEL-competentie 2: Zelfmanagement

Het vermogen van kinderen om zich te kunnen verplaatsen in het perspectief van de ander, het kunnen reguleren en beheersen van emoties en agressief gedrag, bevordert positieve interactie met leeftijdsgenoten en een gevoel van sociale verbondenheid.¹⁵ TeamUp werkt aan emotieregulatie doordat spellen kinderen de mogelijkheid bieden om **te leren omgaan met tegenslagen, verlies, eigen grenzen aangeven en grenzen van een ander te respecteren**. In TeamUp hebben spel en beweging de functie van **uitlaatklep** voor energie, stress en spanning.¹⁶

Elke TeamUp sessie is zo opgebouwd dat activiteiten bewegen van activering tot meer ontspanning. Op deze manier leren kinderen om te schakelen naar andere energieniveaus. In elke sessie komen **activiteiten terug die specifiek gericht zijn op zelfregulering en ontspanning** na de meer energieke activiteiten. Tijdens interacties met anderen, activeren zij hun gedrag en **emoties** en passen ze aan waar nodig. Dit ondersteunt **de zelfregulerende vaardigheden zowel op groepsniveau, als op individueel kindniveau**. Lichaamsbeweging stelt kinderen in staat zich bewust te worden van de gewaarwordingen in hun lichaam, **om stress en spanningen los te laten** en een beter begrip te krijgen van hun gevoelens en gedragingen¹⁷ bijvoorbeeld door hun eigen grenzen aan te geven en die van anderen te respecteren, en om te gaan met emoties zoals angst, woede en verdriet. Daarmee bouwen ze hun zelfregulerend vermogen op.

TeamUp en SEL-competentie 3: Besef van de ander

Anderen respecteren en op hen af te kunnen stemmen is belangrijk om sociale relaties op te bouwen.¹⁸ Empathie betreft het kunnen verplaatsen in een ander, kunnen inleven. Dit wordt in verschillende spellen veel gestimuleerd door kinderen verschillende rollen te geven en te laten ervaren hoe het is in verschillende rollen. Kinderen **ervaren dat iedereen anders is, anders reageert in spellen, andere dingen leuk vindt**. Door het samenwerken in de spellen leren kinderen impliciet **rekening houden met anderen** en hun gedrag op anderen aanpassen. Je bent in TeamUp niet alleen, **je speelt altijd met anderen. Hierdoor leren kinderen wie ze zijn, ten opzichte van de ander** (identiteitsontwikkeling, altijd invloed van omgeving). En dat jouw eigen gedrag invloed heeft op een ander. Besef van zichzelf en besef van de ander gaan hierin door elkaar heen. Je leert jezelf kennen, door de ander te leren kennen.

Tijdens TeamUp-activiteiten delen kinderen spel en beweging met kinderen van diverse achtergronden en vaardigheidsniveaus, inclusief kinderen **waar ze gewoonlijk niet zelf zouden kiezen** om mee te spelen. Het non-verbale karakter van TeamUp maakt het gemakkelijker voor **kinderen om interactie te hebben en daarmee relaties op te bouwen** met kinderen van andere culturele achtergronden.

¹⁴ Silvia PJ, O'Brien ME. Self-awareness and constructive functioning: Revisiting "The human dilemma". *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2004;23(4):475-89.

¹⁵ Rubin KH, Bukowski WM, Bowker JC. Children in peer groups. *Handbook of child psychology and developmental science*. 2015;24:1-48.

¹⁶ Van den berg, Y. (2020) Externe evaluatie TeamUp op School. Den Haag, Save the Children.

¹⁷ Dieterich-Hartwell R. Dance/ movement therapy in the treatment of post-traumatic stress: A reference model. *The arts in psychotherapy*. 2017; 54:38-46.

¹⁸ Joreman JA, Needham TL, Cummings AL. Relationships between dimensions of attachment and empathy. *North American Journal of Psychology*. 2002;4(1):63-80.

TeamUp en SEL-competentie 4: Relaties kunnen hanteren

Via positieve interacties met andere kinderen, leren kinderen cruciale sociale en emotionele vaardigheden die het mogelijk maken om relaties met leeftijdsgenoten op te bouwen, te behouden en te versterken, bleek uit onderzoek van Pennsylvania State University.¹⁹

Tijdens spel en beweging delen **kinderen positieve ervaringen met leeftijdgenootjes** en de leerkracht. Dit helpt kinderen om zich met anderen te verbinden en elkaar te vertrouwen, zich bewust te worden van hun interacties en om nieuwe vriendschappen op te bouwen. Tijdens de activiteiten, helpen de TeamUp facilitators kinderen om **elkaar te steunen**, en op een positieve manier conflicten op te lossen. Dit versterkt de mogelijkheid om contact te maken met anderen en om nieuwe vriendschappen te bouwen en bestaande te versterken.

Het vermogen van kinderen om **verbindingen met anderen op te bouwen en te onderhouden**, bevordert positief sociaal gedrag dat essentieel is voor het welbevinden en het aangaan van relaties op latere leeftijd. Sociale verbondenheid van kinderen wordt bepaald door de kwaliteit van hun verbindingen met anderen met wie zij socialiseren, en de mate waarin zij zich geaccepteerd en gesteund voelen door hen.²⁰ In de interactie met leeftijdsgenoten leren kinderen sociaal-emotionele vaardigheden.

TeamUp en SEL-competentie 5: Keuzes maken

Het lerende element van TeamUp -in een groep- draagt hier duidelijk aan bij. **Kinderen leren samen te werken, rekening te houden met elkaar, keuzes te maken die voor de hele groep goed zijn.** TeamUp is erop gericht om negatief gedrag zoals pesten, discriminatie, agressie of heftige emoties op een constructieve manier op te lossen, zonder het kind te veroordelen. Bijvoorbeeld als er een lastige situatie is, wordt er gewerkt met keuzes. Wanneer een kind boos is, gaat de TeamUp facilitator samen zoeken naar oplossingen en het kind mogelijkheden aandragen (bijvoorbeeld in de time-out zitten of meespelen).

Terwijl kinderen **hun eigen gedrag en grenzen ontdekken in interactie met andere kinderen, leren ze ook om elkaar te ondersteunen en samen te werken. Daarmee worden ze bewuster van wat fijn en veilig voelt voor henzelf en keuzes kunnen maken die daarbij aansluiten.**²¹

¹⁹ Pennsylvania State University - Issue Brief (2018). *With A Little Help from My Friends: The Importance of Peer Relationships For Social-Emotional Development*. <https://prevention.psu.edu/wp-content/uploads/2022/05/rwjtf450248-PeerRelationships-1.pdf>

²⁰ Barber BK, Schluterman JM. Connectedness in the lives of children and adolescents: A call for greater conceptual clarity. *Journal of Adolescent Health*. 2008;43(3):209-16.

²¹ Kostelny K, Wessells M. The protection and psychosocial well-being of young children following armed conflict: Outcome research on child centered spaces in northern Uganda. *The Journal of Developmental Processes*. 2008;3(2)13-25.

4. SOCIAAL VEILIGHEIDSPAN MET TEAMUP

De onderwijsinspectie beschrijft sociale veiligheid als: *“een school is veilig als de sociale, psychische en fysieke veiligheid van leerlingen niet door handelingen van anderen wordt aangetast.”*²² Dit betekent dat er een veilige en positieve sfeer op school heerst. Het houdt ook in dat de school actief optreedt tegen pesten, uitschelden, discriminatie, geweld en andere vormen van ongepast gedrag, en deze zoveel mogelijk voorkomt.

Goed veiligheidsbeleid bestaat volgens Stichting School & Veiligheid²³ uit zes bouwstenen

1. Een gezamenlijk ontwikkelde en bekende visie, kernwaarden, doelen, regels en afspraken.
2. Inzicht in veiligheidsbeleving, incidenten en mogelijke risico's door audits en monitoring.
3. Het scheppen van voorwaarden, het toewijzen van taken en samenwerking met externe partners.
4. Positief pedagogisch handelen: ondersteunend gedrag, voorbeeldgedrag en verbindende relaties.
5. Preventieve activiteiten en programma's gericht op leerlingen, ouders en personeel.
6. Het signaleren en effectief handelen bij grensoverschrijdend gedrag en incidenten door leerlingen, ouders en personeel.

Met TeamUp op School werken scholen specifiek aan bouwstenen 4, 5 en 6. Hieronder worden deze bouwstenen verder gedefinieerd, samen met een toelichting op hoe de basiswaarden van TeamUp bijdragen aan de sociale veiligheid op scholen.

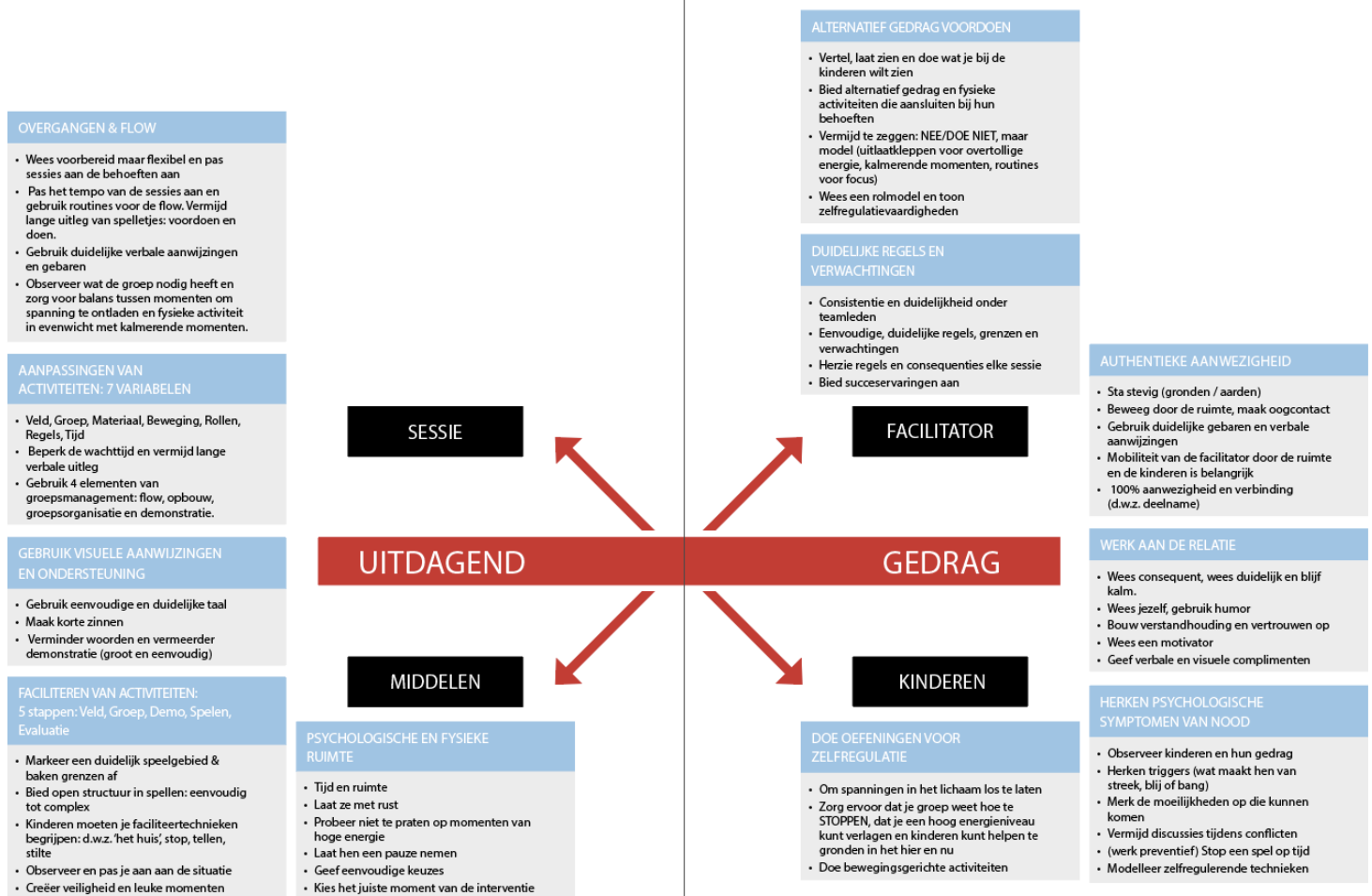
Rolmodel / Coach	Supporter	Bemiddelaar
• Positieve interactie, zoals het gebruik van positieve taal. • Zorg voor een goed plan (houd je aan de regels). • Demonstreer de activiteiten fysiek in plaats van ze mondeling uit te leggen. • Je bent geen toeschouwer; je neemt zelf aan de activiteiten deel.	• Fouten maken mag en is niet erg! Breng deze boodschap ook over op kinderen zodat zij zich op hun gemak voelen. • Moedig de kinderen aan. • Overlaad hen met complimenten door hen te bedanken of te feliciteren. • Luister naar hen. • Herkennen en herkennen hun emoties. • Leid de nieuwe activiteiten. • Aanvaard verschillende persoonlijkheden. • Zorg voor activiteiten waarmee zij zich kunnen vermaken. • Steun je collega's.	• Voorkom escalaties en conflicten. • Blijf te allen tijde kalm en geduldig. • Stel duidelijke regels op, maar pas de toepassing ervan aan de realiteit aan. • Houd de tijd in de gaten. • Wees eerlijk, duidelijk en consequent. • Bied kinderen een comfortabele, warme en veilige omgeving.
Organisator	Facilitator	Bemoediger
• Herhaal enkele elementen in je sessies om een routine te creëren. • Zorg ervoor dat de sessies goed voorbereid zijn, maar laat ruimte voor flexibiliteit. • Zorg ervoor dat al het nodige materiaal is voorbereid. • Organiseer de ruimte voor de zitting. • Stel duidelijke regels op. • Stel de kinderen gerust dat zij op een veilige plaats zijn. • Verdeel de rollen onder jouw collega's.	• Plan je sessies; pas je sessies aan en evalueer je sessies. • Gebruik gebaren en visuele instructies. • Praat duidelijk en eenvoudig. • Gebruik de in het Gamebook beschreven technieken en de hulpmiddelen van de training om de sessie vlot te laten verlopen - bijv. de “vier elementen” en “zeven variabelen”. • Verdeel je sessie in drie opeenvolgende delen: begin, midden en einde (opening, midden en afsluiting). • Daag de kinderen uit - maar blijf openhartig en vriendelijk.	• Wees benaderbaar, verzorgend, attent, motiverend en uitnodigend. • Gebruik lichaamstaal, gebaren, oogcontact. • Stimuleer, ondersteun en toon gepast gedrag of moedig het aanleren van vaardigheden aan. • Daag hen uit. Maar maak het veilig om te falen en te proberen • Fouten maken is toegestaan.
Initiator		Toeschouwer/Onderzoeker
• Gebruik humor • Speel met de kinderen mee • Kom met nieuwe ideeën • Kom uit je comfortzone en probeer nieuwe dingen		• Observeren, aanpassen, bijstellen en vervangen. • Leer kinderen op een persoonlijk niveau kennen. • Cultuur moet een bron van inspiratie zijn; breng liedjes, woorden, gewoonten, spelletjes en routines in jouw sessies in. • Houd je ogen open voor kinderen die extra steun nodig hebben. • Vul de voorbereidings- en evaluatieformulieren en andere benodigde formulieren in.

Figuur 4.1 Verschillende rollen van een facilitator

²² <https://www.onderwijsinspectie.nl/onderwerpen/sociale-veiligheid>

²³ <https://www.schoolveiligheid.nl/kennisbank/digitaal-veiligheidsplan/>

<https://www.digitaalveiligheidsplan.nl/actueel/werken-met-het-digitaal-veiligheidsplan/>



Figuur 4.4 Diagram voor het voorkomen van uitdagend gedrag

Koppeling TeamUp aan bouwstenen 4, 5 en 6 van school veiligheidsplan

Bouwsteen 4. Positief pedagogisch handelen

Toelichting: Sociale veiligheid draait om de relatie met leerlingen, individueel en in de groep. Een positieve relatie laat leerlingen zich gezien, gehoord en geaccepteerd voelen, wat hun welbevinden bevordert en probleemgedrag vermindert. Medewerkers dragen waarden en normen uit door voorbeeldgedrag, zowel naar leerlingen als binnen het team.

Tijdens TeamUp ervaren kinderen structuur, voorspelbaarheid en stabiliteit dankzij de facilitators. Volgens kinderen en leerkrachten draagt TeamUp op School bij aan:

- Sociale en psychische veiligheid in de groep,
- Nieuwe sociale relaties op kind- en groepsniveau en tussen leerkracht en kind,
- Een gevoel van acceptatie en n deel uitmaken van een groep (inclusie)²⁴

Door een traumagerichte aanpak herkennen facilitators signalen van trauma of psychische problemen en passen zij de sessies aan de behoeften van de kinderen aan. Zo ondersteunen zij hen bij het omgaan met triggers en het reguleren van emoties.

²⁴ Van den berg, Y. (2020) Externe evaluatie TeamUp op School. Den Haag, Save the Children.

Bouwsteen 5. Preventieve activiteiten, programma's en voorlichting

Toelichting: SELprogramma's, antipest-activiteiten, activiteiten rondom relaties en seksualiteit, week van de lentekriebels: het programma en de activiteiten moeten aansluiten op de schoolvisie. Hierbij hoort ook het informeren van ouders over schoolregels, over schoolafspraken (bv gebruik van de groepsapp, social schools).

TeamUp op school gebruikt een hoofdzakelijk non-verbale aanpak, waardoor alle kinderen vanaf dag één kunnen meedoen, ongeacht hun achtergrond of taal. De activiteiten zijn lichaamsgericht: leren door doen, spelen en bewegen. Oefeningen gericht op assertiviteit versterken de autonomie van kinderen. Ze leren hun behoeften, emoties en problemen te communiceren, voor zichzelf op te komen en hun mening te uiten.

Gelijkwaardigheid, begrip, verdraagzaamheid en het afwijzen van discriminatie zijn door het hele programma verweven. Binnen thema's zoals conflict, pesten, respect en vriendschap werken kinderen aan vaardigheden zoals rekening houden met elkaar, grenzen aangeven, verschillen accepteren en elkaar helpen. Hierbij ontwikkelen ze verantwoordelijkheidsbesef: kinderen leren dat hun gedrag invloed heeft op anderen en hoe ze hun behoeften kunnen vervullen zonder anderen te kwetsen.

Bouwsteen 6. Signaleren en effectief handelen bij signalen

Toelichting: Iedereen weet hoe en wanneer je moet ingrijpen en waar je hulp kunt vinden. Denk aan; Meldcode (bij huiselijk geweld), Meldplicht (bij een vermoeden van een zedendelict door een medewerker van de school jegens een minderjarige leerling), wie is de externe vertrouwenspersoon, vertrouwensinspectie, wijkagent, onveilige situaties, calamiteiten.

Voor kinderen uit stressvolle of uitdagende situaties is het signaleren van zorgen cruciaal. TeamUp besteedt hier extra aandacht aan in de facilitatortrainingen voor professionals en vrijwilligers. Tijdens deze trainingen wordt uitgebreid ingegaan op veiligheid en de verwachtingen van facilitators. Daarnaast leren facilitators kinderen te observeren en vroegtijdig zorgwekkend gedrag te signaleren.

TeamUp-sessies bieden een belangrijke mogelijkheid om zorgwekkend gedrag op te merken. TeamUp hanteert een Child Protection- en Child Safeguarding Policy, die wordt gedeeld met alle betrokkenen.

Voor scholen die TeamUp in Nederland uitvoeren, is het Veiligheidsplan van de school leidend, inclusief het anti-pestprotocol en de protocollen van de Meldcode huiselijk geweld en kindermishandeling. Het Schoolondersteuningsplan beschrijft hoe wordt gehandeld bij zorgen over het welbevinden of de ontwikkeling van een leerling, ook tijdens TeamUp-sessies.

5. TRAUMASENSITIEF MET TEAMUP

In het onderwijs is een trauma-sensitieve benadering essentieel, omdat kinderen te maken kunnen hebben (gehad) met ingrijpende gebeurtenissen. Dit kan leiden tot klachten zoals angst, depressie en stress. Het is daarom belangrijk om signalen van deze klachten te herkennen en hier op een constructieve manier mee om te gaan. TeamUp integreert een trauma-sensitieve benadering in al haar activiteiten, waarbij verschillende principes zijn opgenomen in de methodologie. Hieronder wordt toegelicht waarom deze aanpak noodzakelijk is.

Invloed van stress en trauma op de ontwikkeling van kinderen

Kinderen die stressvolle of levensbedreigende gebeurtenissen meemaken, kunnen hier vaak op een gezonde manier mee omgaan als ze stabiliteit, veiligheid en toegang tot ondersteuning krijgen. Toch kunnen kinderen tekenen van psychosociale stress vertonen, zoals veranderingen in emoties en gedrag, die zichtbaar kunnen worden tijdens spel en beweging.

Voortdurende blootstelling aan stress kan de ontwikkeling en het functioneren van kinderen belemmeren. Dit kan zich uiten in onregelmatig gedrag (zoals woede-uitbarstingen, moeite om tot rust te komen, overgevoeligheid voor geluid of aanraking) en kan hun zelfbesef en sociale vaardigheden aantasten²⁵. Langdurige stress verhoogt daarnaast het risico op levenslange problemen en beperkingen, zowel fysiek als psychologisch^{26,27}.

Het herstellen van verbondenheid, veiligheid en zelfvertrouwen en het ontwikkelen van regulerende vaardigheden zijn cruciaal in traumagerichte zorg met kwetsbare groepen en gemeenschappen.²⁸ TeamUp gebruikt een lichaamsgerichte, op spel en beweging gebaseerde aanpak om kinderen te helpen spanning los te laten en te socialiseren in een veilige omgeving. De non-verbale benadering ondersteunt kinderen en facilitators in dit proces.

Hoewel de meeste kinderen veerkrachtig zijn, ontwikkelt een klein percentage ernstige en langdurige klachten zoals posttraumatische stressstoornis (PTSS) of andere psychische aandoeningen zoals complex trauma, depressie en angststoornissen.²⁹ De diagnose wordt gesteld door professionals die hierin opgeleid en gespecialiseerd zijn.

TeamUp werkt op preventieniveau

TeamUp biedt preventieve zorg aan een brede groep kinderen. Facilitators spelen een belangrijke rol in het signaleren en, indien nodig, doorverwijzen van kinderen met tekenen van ernstigere psychische stress naar passende zorgniveaus. Op scholen volgen facilitators hierbij de protocollen en het beleid van de school.

Kinderen met specifieke behoeften, zoals leerstoornissen, complexe trauma's, PTSS of andere psychologische aandoeningen (al dan niet gediagnosticeerd), kunnen eveneens baat hebben bij deelname aan TeamUp-sessies.

²⁵ Rubin KH, Bukowski WM, Bowker JC. Children in peer groups. *Handbook of child psychology and developmental science*. 2015;24:1-48.

²⁶ Barber BK, Schluterman JM. Connectedness in the lives of children and adolescents: A call for greater conceptual clarity. *Journal of Adolescent Health*. 2008;43(3):209-16.

²⁷ Van der Kolk BA. The body keeps the score: Memory and the evolving psychobiology of posttraumatic stress. *Harvard review of psychiatry*. 1994;1(5):253-65.

²⁸ Hobfoll SE, Watson P, Bell CC, Bryant RA, Brymer MJ, Friedman MJ, Friedman M, Gersons BP, De Jong JT, Layne CM, Maguen S. Five essential elements of immediate and mid-term mass trauma intervention: Empirical evidence. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*. 2007;70(4):283-315.

²⁹ Strong WB, Malina RM, Blimkie CJ, Daniels SR, Dishman RK, Gutin B, Hergenroeder AC, Must A, Nixon PA, Pivarnik JM, Rowland T. Evidence based physical activity for school-age youth. *The Journal of pediatrics*. 2005;146(6):732-7.

Niet iedereen raakt getraumatiseerd

De kinderen waarmee wij werken hebben soms negatieve ervaringen meegemaakt. Hoewel zij blootgesteld zijn aan langdurige stressoren en risicofactoren, is het belangrijk niet automatisch aan te nemen dat alle kinderen getraumatiseerd zijn. Trauma verwijst naar ernstige emotionele of lichamelijke nood als reactie op een ingrijpende gebeurtenis (zoals een levensbedreigende situatie) of langdurige omstandigheden (zoals misbruik of onderdrukking). Het kan leiden tot gevoelens van hulpeloosheid, machteloosheid en een verstoord gevoel van veiligheid. Trauma is subjectief: wat voor de één traumatiserend is, hoeft dat voor een ander niet te zijn. Daarnaast spelen culturele context en de uiting van stress een grote rol in hoe welzijn wordt waargenomen en ervaren.

Traumagerichte principes ingebed in TeamUp

De vier overkoepelende traumagerichte principes³⁰ zijn geïntegreerd in de TeamUp-methodologie en sluiten direct aan op de TeamUp-doelen:

1. **Gevoel van doelmatigheid (autonomie)**
TeamUp biedt bewegings- en spelactiviteiten waarmee kinderen hun vaardigheden versterken. Ze werken vanuit hun eigen sterke punten, leren keuzes te maken en ontwikkelen nieuwe vaardigheden, wat hun gevoel van empowerment vergroot.
2. **Gevoel van saamhorigheid en verbondenheid**
Kinderen worden uitgenodigd deel te nemen aan groepsactiviteiten, wat sociale steun vergroot en relaties herstelt. Tijdens TeamUp ontmoeten ze leeftijdgenoten en zorgzame volwassenen, wat nieuwe vriendschappen bevordert.
3. **Gevoel van veiligheid**
TeamUp-sessies vinden plaats op vaste dagen, tijden en met een vast team van facilitators, wat voorspelbaarheid creëert. Facilitators zorgen voor een emotioneel en fysiek veilige ruimte, bevorderen positieve interacties en bouwen een gevoel van vertrouwen op tussen kinderen en volwassenen. Dit helpt kinderen een gevoel van veiligheid te ontwikkelen.
4. **Mogelijkheden tot zelfregulatie**
Bewegingsactiviteiten bieden kinderen kansen om hun lichaam beter te leren kennen, emoties en gedragingen op te merken en regulerende vaardigheden te ontwikkelen. Ze leren zichzelf te kalmeren en worden zich bewust van hun lichaam en gevoelens, terwijl ze samenwerken met leeftijdgenoten en facilitators.

Subdoelen van TeamUp

Om de cirkel rond te maken: de subdoelen van TeamUp zijn gebaseerd op traumagerichte principes en worden weergegeven in de doelen en veranderingstheorie op pagina 3. Voor de volledigheid staan ze hieronder:

1. **Gevoel van veiligheid:** de leerling ervaart een toegenomen gevoel van veiligheid tijdens TeamUp.
2. **Sociale verbondenheid:** de leerling voelt zich sterker verbonden met leeftijdsgenoten tijdens TeamUp.
3. **Optimisme:** de leerling ontwikkelt tijdens TeamUp een positievere kijk op zichzelf en de wereld.
4. **Zelfregulering:** de leerling leert grenzen te stellen, emoties en gedrag te reguleren en aandacht te focussen.

³⁰ Levine, P. A., & Kline, M. (2006) *Trauma through a child's eyes: Awakening the ordinary miracle of healing: Infancy through adolescence*. North Atlantic Books.

Essentie van traumasensitief lesgeven

Volgens Leony Coppens³¹ omvat traumasensitief lesgeven de volgende elementen:

- Non-verbale communicatie
- Bevorderen van zelfregulatie
- Bevorderen van sociale vaardigheden
- Trainen van executieve functies
- Routines en voorspelbaarheid
- Grenzen en consequenties

TeamUp integreert deze elementen in haar opzet, werkwijze, sessiestructuur en door middel van specifieke spellen en groepsactiviteiten.

Optimisme

De activiteiten van TeamUp zijn speels, activerend en gericht op plezier. Positieve ervaringen tijdens de sessies geven kinderen de ruimte om plezier en vrolijkheid te ervaren, wat zowel hun ontwikkeling als leervermogen ondersteunt³². Positieve emoties zoals interesse, compassie en vreugde dragen bij aan hun psychosociaal welzijn³³.

Voorspelbare en terugkerende positieve ervaringen helpen kinderen negatieve herinneringen te overwinnen³⁴. TeamUp biedt activiteiten waar kinderen naar uitkijken om elkaar te ontmoeten onder begeleiding van facilitators. Samen lachen en plezier maken bevordert een gevoel van positief samenzijn. Terwijl kinderen werken aan persoonlijke en sociale vaardigheden, groeit hun zelfvertrouwen en optimisme.

6. CONTACT

TeamUp op School geeft graag toelichting op het theoretisch kader. Voor eventuele andere vragen of meer informatie stuur een mail naar: teamupschool@savethechildren.nl

³¹ Coppens, L., van Kregten, C., & Schneijderberg, M (2021). *Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen – een praktisch handboek voor het basisonderwijs*. SWP.

³² Zosh JN, Hopkins EJ, Jensen H, Liu C, Neale D, Hirsh-Pasek K, Solis SL, Whitebread D. *Learning through play: a review of the evidence*. LEGO Fonden; 2017 Nov

³³ Fredrickson BL. *The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions*. *American psychologist*. 2001;56(3):218.

³⁴ Donaldson SI, Dollwet M, Rao MA. *Happiness, excellence, and optimal human functioning revisited: Examining the peer-reviewed literature linked to positive psychology*. *The Journal of Positive Psychology*. 2015;10(3):185-95.