



Fysiek ingrijpen? Hoe doe je dat?

In het artikel 'fysiek ingrijpen en bijzondere risico's' (LO7, 2017) wordt de vraag gesteld hoe je als leraar LO omgaat met dusdanig agressief gedrag van leerlingen dat deze een gevaar vormt voor zichzelf of anderen. Hoe grijp je als leraar dan in, wat mag je wel en wat niet? Dit artikel gaat hierop verder en stelt de vraag: als je ingrijpt, hoe doe je dat dan?

TEKST EN FOTO'S ERIK HEIN

Uitgangspunt

We keren terug naar het uitgangspunt en het handelingskader zoals besproken in het eerdergenoemde artikel. Het uitgangspunt is: niet ingrijpen is erger dan wel ingrijpen. Of dat fysiek ingrijpen gerechtvaardigd kan worden blijkt achteraf waarbij het handelen met name getoetst wordt op de juridische criteria van proportiona-

liteit en subsidiariteit. Proportionaliteit betekent dat het ingrijpen evenredig moet zijn en dat er geen onnodig of onevenredig geweld gebruikt wordt maar slechts die mate die nodig is om de situatie te herstellen. Subsidiariteit houdt in dat fysiek ingrijpen alleen mag als er geen alternatieven meer zijn. Tenslotte wordt als advies gegeven een deugdelijk protocol op te stellen waarin

afspraken worden gemaakt over situaties waarin beetpakken en het in bedwang houden van leerlingen geoorloofd kan zijn.

Maar hoe grijp je dan in?

Met alleen het uitgangspunt van ‘niet ingrijpen is erger dan wel ingrijpen’ en het juridisch kader staat de docent nog steeds met lege handen. Want hoe zorg je daadwerkelijk voor je eigen veiligheid in situaties van fysieke agressie? En hoe hou je een fysiek agressieve leerling in bedwang onder de geldende juridische kaders?

De 3D-methodiek

De 3D-methode staat voor het detecteren, de-escaleren en doelbewust humaan ingrijpen in situaties van (dreigend) fysieke agressie c.q. fysiek geweld. Doelbewust betekent dat te allen tijde gestreefd wordt naar het handelen vanuit de ratio en niet uit emotie. En mocht emotie en stress de overhand dreigen te nemen dit herkennen en terug kunnen schakelen naar rationeel handelen. Handelen vanuit ratio betekent tevens handelen bewustzijn van het morele en juridische kader. Uit deze definitie mag tenslotte duidelijk worden dat tweederde van de methodiek bestaat uit preventie van fysieke agressie. Een vermeden gevecht is een gewonnen gevecht.

Detecteren vraagt om de aanwezigheid van een persoonlijk veiligheidsbewustzijn: ben ik me proactief bewust van wat er speelt en van mogelijke bronnen van opstandig en agressief gedrag. Een proactieve scan over het schoolplein of de klas maar ook een goede overdracht horen daarbij. Recentelijk was ik te gast op een SBO en bleek in de overdracht niet te zijn gecommuniceerd dat een leerling een heftige thuissituatie had meegemaakt. Resultaat: docenten die compleet verrast werden door zeer agressief gedrag met het bijten, slaan en willen vermoorden van de juf als gevolg.

Een beperkende mythe die leidt tot escalatie is de idee dat mensen van het een op andere moment ontploffen. Niets is minder waar en in de meeste gevallen is de dreigende ontploffing zich beetje bij beetje aan het opbouwen. Dit vraagt net als andere docentvaardigheden wel enige oefening want hier geldt: “Je gaat het pas zien als je het door hebt”. Een methodiek die hierbij behulpzaam kan zijn is de PAS-methode: het proactief alert zijn op afwijkend en/of agressief gedrag. In de psychologie van agressie en geweld staat dit bekend als ‘You cannot not behave’ (Givens, 2008, p.65). Voorkomen is altijd beter dan genezen.

De-escaleren betekent allereerst in verbinding staan met de leerling. Het betekent ook zo vroeg mogelijk de angel uit een (dreigend) conflict of agressieve sfeer te halen. Hiervoor kunnen speciale verbale communicatietechnieken ingezet worden. Denk aan het ‘uit laten razen’ van leerlingen bij frustratieagressie en het grenzen stellen in situaties van instrumentele agressie.

Doelbewust humaan ingrijpen is de fase wanneer fysieke agressie gedetecteerd is en de-escalatie door middel van communicatie dreigt te falen of heeft gefaald. Nu kunnen zich twee onderscheiden situaties zich voordoen. De eerste situatie is dat de fysieke agressie zich richt op de docent en deze ziet zich genoodzaakt zich te verdedigen. In dat geval heeft de docent persoonlijke veiligheidstactieken en technieken (PVT) nodig. De tweede situatie is die waarin de agressie van de leerling is gericht op anderen of op zaken of op zichzelf. In dat geval kan de docent gebruik maken van humane interventietactieken en -technieken (HIT). De nadruk ligt op tactieken: slimme manieren van optreden en afspraken waarbij geen fysieke vermogens worden vereist en die iedere docent uit kan voeren.

Humane interventie is gericht op de pijlers relatie, autonomie en minimaal fysiek geweld en vindt alleen plaats als alle andere opties niet werken en de leerling een gevaar voor zichzelf of anderen is. Het is ook altijd gericht op de dag van morgen waarin docent en leerling weer een relatie hebben. Om beide redenen wordt bij humane interventietechnieken zoveel mogelijk autonomie van de leerling toegestaan ook al wordt deze vastgepakt of gefixeerd.

Samengevat ontstaat het volgende handelingskader voor fysiek ingrijpen (zie de tabel hiernaast).

Persoonlijke veiligheidstactieken

Onder persoonlijke veiligheidstactieken worden slimme acties bedoeld die het mogelijk maken conflicten tussen docent en leerling te voorkomen en op te lossen. Het eerste doel in situaties met fysiek agressieve leerlingen is contact maken en de communicatie te behouden. Bij dreigende escalatie kan de docent gebruik maken van het tactische HALO-principe: het bewust zijn van

	Persoonlijke veiligheidstactieken HALO	Persoonlijke veiligheidstechnieken MVS/SPEAR
Persoonlijk veiligheidsbewustzijn Detectie/ De-escalatie/ Doelbewust humaan ingrijpen PAS-methode Proportionaliteit Subsidiariteit Humaan interventie protocol		
	Humane Interventie Tactieken Teamwork HALO Verrassing	Humane Interventie Technieken USB1-4 Transporteren Fixeren

Uitgangspunt: Niet ingrijpen is erger dan wel ingrijpen



handen, afstand, lichaam en omgeving van een potentiële conflictbron.

Een methodiek die door vele professionals in gevaar- en geweldbeheersing met succes wordt gebruikt.

Handen

De handen zijn het belangrijkste gevaar mocht een leerling tot fysieke agressie over gaan. Zaken waar de docent alert op kan zijn, zijn de spanningstoestand van de handen. Een gebalde vuist geeft zeker spanning weer. En heeft de leerling iets in zijn handen wat in geval van een fysieke worsteling gevaarlijk kan worden? Een schaar, potlood of zuur?

Omgekeerd zet de docent zijn handen in een spanningsvolle situatie bewust in. Bijvoorbeeld om te de-escaleren door niet te wijzen. Maar ook worden de handen op een natuurlijke de-escalerende wijze voor het lichaam gehouden om in geval van nood een eerste blokkade te vormen.

Afstand

Een tweede persoonlijke veiligheidstactiek is afstand. Hoever staat een potentieel agressieve leerling van je af? Is er nog reactietijd? In andere situaties moet de afstand wellicht kleiner zijn wanneer de docent verwacht elk moment een leerling even vast te moeten pakken. Afstand heeft ook te maken met de positie als docent. Afstand en positie speelt ook nog een andere rol. Recht voor en in iemands gezichtsveld staan roept agressie of anders wel ongemak op en geeft de leerling geen andere keuze dan buigen of barsten. Geef de mogelijk agressieve leerlingen ruimte door zijwaarts afgedraaid te staan. Dan kan hij nog weg, met gezichtsbehoud. Extra

voordeel is dat je in deze positie aan de flank moeilijker te raken bent in het geval van escalatie.

Lichaam

We hebben evolutionair de gave in een split second de lichaamstaal van een ander te beoordelen als veilig of onveilig. Bij hoogoplopende spanning en dreigend fysiek conflict valt er veel af te lezen van het lichaam. Een leerling die een docent wil slaan zal het gewicht op het achterste been zetten en voorspanning voor een slagbeweging creëren. Andere potentiële gevaarsignalen – gelezen in een spanningsvolle context - zijn het ballen van de vuisten, schuifelen met de voeten, opstropen van de mouwen, wegzetten van een tas, het wrijven over het gezicht (mond en neus), het kort wegstaren enzovoorts. Deze signalen moeten ertoe leiden dat de docent zijn eigen humane tactieken inzet bijvoorbeeld een veilige realistische afstand en positie creëert.

Omgeving

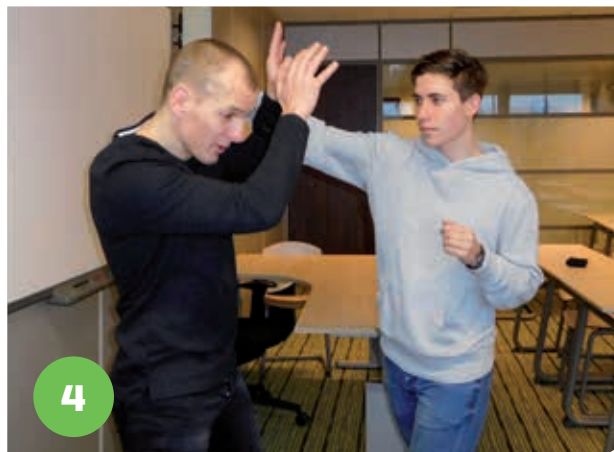
Wat bevindt zich allemaal in de omgeving van een potentieel onrustige en agressieve leerling? Pen- nen, scharen, zagen? Zaken om mee te gooien? En waar zit de docent? Ergens in een hoek waar nooit meer uit te komen is? En waar wordt het gesprek met een agressieve leerling gehouden? Toch niet op een balkon van een hoog schoolgebouw? Bewustzijn van de omgeving is het halve werk! Is er in de omgeving van de agressieve leerling een trigger, bijvoorbeeld een medeleerling waarmee ruzie is? Haal de trigger uit het gezichtsveld. Scan je omgeving eens en stel jezelf de vraag: als het hier uit de hand loopt wat werkt dan voor en tegen mij?

▲ 1. HALO-principe...
slechte positie,

2. Schrikreactie
(flinch)

▼ 3. Omzetten
schrikreactie (flinch) in
zelfbescherming,

4. Schrikreactie (flinch) bij
aanval stoot naar hoofd
van de docent



3

4

21



▲ **Persoonlijke veiligheidstechnieken**

5. Schrikreactie (flinch) bij aanval stoot naar hoofd van de docent, omzetten reflex naar controle

6. Flinch op aanval vastpakken/omvatten...fase 1 de schrikreactie

7. Omzetten schrikreactie (flinch) bij aanval omvatting/vastpakken...fase 2

Onder persoonlijke veiligheidstechnieken worden vaardigheden ter bescherming en zelfverdediging verstaan. De technieken zijn voor iedereen makkelijk aan te leren, blijven beklijven en vereisen geen overmatige fysieke gesteldheid. Deze technieken komen voort uit het menselijk verdedigingssysteem (MVS) dat in Nederland werd uitgeleerd door ALO-docenten Erwin van Beek en Wytse Dijkstra. De persoonlijke veiligheidstechnieken zijn gebaseerd op de primaire reactie van mensen op een fysieke aanval die erop gericht is het gezicht beschermen en het willen wegduwen van het gevaar. Dit staat bekend als de zogenaamde 'flinch-reactie'. Deze flinch reactie waarbij de onderarmen als een soort 'speer' het gevaar wegduwen kan omgezet worden in tactische reacties op de meest voorkomende aanvallen in zelfverdediging situaties. De methode is in promotieonderzoek aan de Vrije Universiteit onderzocht en effectief gebleken (Renden, P, 2015).

Humane interventietactieken

Als de agressie niet op de docent is gericht maar op anderen of zichzelf komen de humane interventietactieken in beeld. Schakel bij ingrijpen bij fysieke agressie altijd een collega in. De ervaring heeft geleerd dat het vrijwel onmogelijk is om als eenling een agressor onder controle te krijgen. Met zijn tweeën is het veiliger een leerling in bedwang te houden en hoeft er minder geweld te worden toegepast. Tenslotte kan een tweetal elkaar corrigeren als de emotie de overhand dreigt te nemen en het een 'gevecht' wordt. Andere humane interventietactieken zijn het inzetten van communicatie om de agressor van

emotie naar ratio te bewegen. Door vragen te stellen omdat hiermee een vorm van nadenken en dus ratio wordt uitgelokt. Onder humane interventietactieken vallen ook benaderingstactieken: hoe benader je een fysiek agressieve leerling als deze moet worden verwijderd of in bedwang moet worden gehouden? Als de fysieke agressie al aan het plaatsvinden is – bijvoorbeeld een vechtpartij op het schoolplein - dan is snelheid en verrassing het meest effectief.

Humane interventietechnieken

Deze staan bekend als de USB-methode: uitstappen, sturen en begeleiden. Deze methode is ontwikkeld door ALO-er Mark van Dieren. Hij introduceerde deze methode in het onderwijs, zorg, jeugdzorg en psychiatrie.

De USB-technieken worden toegepast in situaties waarin de leerling van de ene naar de andere plek moet worden verplaatst maar er nog communicatie mogelijk is. Het uitstappen dient een tactisch doel (veiligheid) en geeft tegelijk de leerling autonomie en minder dwang om in de gewenste richting mee te lopen. Sturen gaat van verbale sturing naar een kort contact momentje achter de elle boog van de leerling. Van USB-1 naar USB-4 wordt de fysieke sturing steeds dwangmatiger en eindigt met het verplaatsen waarbij de armen en lichaam van de leerling



8. Omzetten schrikreactie (flinch) bij aanval omvatting/vastpakken ...fase 3

9. HALO-principe, slechte positie want ingesloten en recht tegen over elkaar

10. HALO-principe betere positie ...betere vluchtweg/obstakels om te gebruiken/ zijwaarts afgedraaid dus minder bedreigend en veiliger met oog op te verwachten agressie met rechtervuist / de-escalerend praten met de handen.

min of meer gefixeerd zijn. Hierbij worden geen pijnprikkels of klemtechnieken gebruikt en nog steeds autonomie geborgd en de-escalerend gecommuniceerd.

Transporttechnieken zijn er voor situaties waarin praten niet meer mogelijk is of er geen tijd is om te praten (er is al een vechtpartij). De techniek die in allerlei variaties – van voren, zij en van achter – gebruikt wordt is de 'haak'. Hierbij wordt door een tweetal collega docenten de agressor overrompeld en vastgepakt en naar een veilige plaats getransporteerd.

Fixatie technieken worden toegepast om een agressieve leerlingen op de plaats in bedwang te houden. Vrijwel altijd worden hierbij de handen/ armen gefixeerd omdat deze de primaire bron van gevaar zijn. Fixatie vindt plaats tegen een vast object zoals een muur of in ernstige gevallen op de grond. Bij humane fixatie technieken is het cruciaal de veiligheid in acht te nemen. Zo is het niet gewenst druk op de romp uit te oefenen, het hoofd vast te houden of bovenop een leerling te zitten of liggen. Humane fixatie technieken richten zich op het immobiliseren van de leerling door controle over de armen en daarmee ook over de romp.

Tot slot

In situaties van (dreigend) fysiek geweld door leerlingen is niet ingrijpen erger dan wel ingrijpen. Dit vraagt allereerst om (h) erkenning van dit dilemma en daarnaast om een gezond en gepast veiligheidsbewustzijn. Mocht het toch misgaan dan kunnen persoonlijke veiligheidstactieken en technieken of humane interventietactieken/ -technieken bijdragen aan het humaan en veilig oplossen van fysieke agressie.



Literatuur

Roelofs, S (2017). Fysiek ingrijpen en bijzondere risico'. Lichamelijke opvoeding magazine nr 7.

Drs. Erik Hein (2016). Professionele weerbaarheid: integratie van fysieke, mentale en morele weerbaarheid. Interne publicatie, React Training en Advies.

Renden, P, Savelsbergh, G en Oudejans, R (2017). Effects of reflex-based self-defence training on police performance in simulated high-pressure arrest situations. Ergonomics, 60(5), 669-679.

Cobb, E. & Pincus, R. (2003). The SPEAR system™ and converting the flinch response. Law and Order, 51, 150-159.

Contact

info@erikheinacademy.com

Kernwoorden

weerbaarheid, agressie, techniek, tactiek

Minitrampoline springen in het basisonderwijs (2)

Deze artikelen gaan over de vraag op welke wijze het minitrampoline springen in het basisonderwijs aangeboden kan worden en op welke wijze de hulpverlening vormgegeven kan worden. Hier zijn in het werkveld veel vragen over. In drie afleveringen behandelen we de belangrijkste methodische overwegingen en geven we handvatten voor de praktijk mee. De tekst is tot stand gekomen door een samenwerking tussen LO-docenten uit het werkveld opleidingsdocenten en turndocenten van de ALO's en opleidingsdocenten uit het Pabo-netwerk

TEKST CORINE VISSER EN HANS DIJKHOFF

Deze tekst biedt alleen een kader en is nadrukkelijk niet bedoeld als een methodisch vaststaande opbouw. De keuze is aan de bevoegde en bekwame professional waarbij rekening gehouden moet worden met de taak, persoon en context. Het moet handvatten geven wanneer hulpverleners noodzakelijk wordt geacht bij springsituaties met de minitrampoline. Daarnaast moet het inzicht geven wat de rol van leerlingen is bij het hulpverleners binnen de genoemde springsituaties met de minitrampoline beschreven in *'Het Basisdocument bewegingsonderwijs'*. Er zijn naast de genoemde springsituaties meerdere bewegingsactiviteiten waar de minitrampoline voor ingezet wordt. Van de leerkracht wordt expertise en kennis verwacht met betrekking tot de methodische opbouw van de gekozen bewegingsactiviteiten met de minitrampoline.

In het eerste artikel hebben we stilgestaan bij algemene methodische uitgangspunten die kunnen helpen bij het inschatten van de startsituatie van kinderen. In dit tweede artikel maken we ruimte om te verkennen wat het effect van hulpverlening is op de veiligheid bij minitrampoline springen. In het derde artikel gaan we tot slot in op het leren hulpverleners door kinderen. Zodoende vormen deze drie artikelen samen een goede kapstok die gehanteerd kan worden bij het ontwerpen van goed en veilig springen met de minitrampoline.

In dit tweede deel over minitrampoline springen in het basisonderwijs wordt aangegeven hoe het traject naar de sprong veilig kan verlopen onder andere met hulpverleners.

Aanloop-, sprongfase en landing

Minitrampoline is een complexe activiteit. De complexiteit wordt mede bepaald door:

- de richtingsverandering na de afzet
- de snelheid van aanlopen waarmee de springer in de minitrampoline springt
- de hoogte en de kracht van de afzet.

De landing komt rechtstreeks voort uit hoe de sprong is uitgevoerd. Voor een hulpverlener is daardoor al snel duidelijk of een landing stabiel zal zijn, of niet. Een goede landing voldoet aan drie criteria:

- op twee voeten
- in balans
- bovenlichaam rechtop.

Gesteld zou kunnen worden dat als kinderen bij de landing één seconde in de landingshouding kunnen blijven staan dat ze volledige controle hebben gehad over de sprong en dat de landing dus veilig is. Als een kind een aantal keer achter elkaar veilig landt en in staat is zich aan de opdracht te houden, dan mag de leerkracht erop vertrouwen dat het kind ook zelfstandig kan

springen. Van de professional wordt verwacht dat hij goed kan inschatten welke kinderen daarbij hulpverlening nodig blijven hebben en/of andere maatregelen getroffen moeten worden zoals de activiteit verder differentiëren.

De stand van de minitrampoline is bij de insprong ook van invloed. Artikel 3 beschrijft de stand van de minitrampoline uitgebreid. Kortom het is een samenspel van factoren die van invloed zijn op de uitkomst van de sprong. Indien de snelheid lager is, kan er in combinatie met een rustige en lage insprong een kortere zweeffase optreden en dus minder kans op gevaarlijke landing.

Opbouw rechtstandig springen

Afhankelijk van hoe vaak het minitrampolinespringen wordt aangeboden, is de gemiddelde opbouw bij het rechtstandig springen als volgt:

- groep 1-2: op en neer springen en vanaf een verhoogd vlak zonder aanloop
- groep 3-4: verhoogd vlak zonder aanloop en een korte aanloop op verhoogd vlak
- groep 5-6 en 7-8: aanloop over banken (Eventueel groep 7-8 aanloop over de grond).

Deze opbouw geldt voor het rechtstandig springen. Bij het steunspringen en koprol wordt de minitrampoline meestal pas bij groep 5-6 gebruikt en begint de opbouw (versneld) opnieuw.

In *'Het Basisdocument'* wordt een opbouw van kernactiviteiten beschreven die in het algemeen voor voldoende veiligheid zorgt. Bij het springen in de trampoline wordt veel zweef opgeroepen. Het is daarom belangrijk dat de opbouw naar langer zweven in kleine stappen gebeurt, waarbij de aanloop steeds langer wordt net als de kracht van de afzet in de minitrampoline.

Een langzame opbouw van tempo betekent onder andere minder risico op: