NJi
Nederlands
Jeugdinstituut

Naar school met aanhoudende lichamelijke klachten

Hoe professionals jongeren kunnen ondersteunen

NCJ Nederlands Centrum Jeugdgezondheid

Ingrado

Naar school met aanhoudende lichamelijke klachten; hoe kun je als professional jongeren ondersteunen?

Aanhoudende lichamelijke klachten (ALK) zijn lichamelijke klachten die (ook) jongeren langere tijd kunnen hebben en hun dagelijks leven beïnvloeden. Hoe zorgen we ervoor dat jongeren met deze klachten naar school blijven gaan en welke ondersteuning kunnen professionals daarbij geven?

1.

Wat kun je doen in de klas?

- Besteed aandacht aan stress, emoties en lichamelijke klachten
- Betrek medeleerlingen

Alles begint met begrip

2.

Wat kun je doen voor individuele leerlingen en hun ouders?

- Neem klachten serieus en luister naar jongeren en hun ouders
- Ga vroeg in gesprek over ziekmeldingen
- Werk samen met de ouders
- Stimuleer aanwezigheid

3.

Wat kun je op en rond de school doen in samenwerking met andere professionals, jongeren en ouders?

- Richt je op multidisciplinaire samenwerking in en rond de school
- Zorg voor maatwerk in de schoolgang

Inhoud

1. Wat zijn aanhoudende lichamelijke klachten? 6

2. Mogelijkheden voor schoolaanwezigheid voor jongeren met aanhoudende lichamelijke klachten 8

3. Hoe ga je om met jongeren met aanhoudende lichamelijke klachten en hun ouders? 10

3.1. Wat kun je doen in de klas? 11

3.2. Wat kun je doen voor individuele leerlingen en hun ouders? 12

3.3. Wat kun je op en rond de school doen in samenwerking met andere professionals, jongeren en ouders? 16

4. Meer informatie en praktische hulpmiddelen 17

1. Wat zijn aanhoudende lichamelijke klachten?

Aanhoudende lichamelijke klachten (soms afgekort als ALK) zijn lichamelijke klachten die (ook) jongeren langere tijd hebben.[1] Langere tijd wil zeggen: langer dan drie maanden. In het recente verleden werd ook gesproken over somatische onvoldoende verklaarde lichamelijke klachten (SOLK). Om het verschil in benadering helder te maken, gebruiken we de volgende omschrijving

'Als de dokter, nadat hij jou goed onderzocht heeft, geen lichamelijke verklaring kan vinden voor jouw klacht, dan heet het een 'Somatisch Onvoldoende verklaarde Lichamelijke Klacht (SOLK)'. Bij ALK (Aanhoudende Lichamelijke Klachten) gaat het er niet om of je klachten verklaard of onverklaard zijn, maar dat ze lang duren en veel invloed hebben op je dagelijks leven.' [2]

In de benadering is inmiddels de term "aanhoudende lichamelijke klachten" gebruikelijk. Bij het aanhouden van de lichamelijke klachten kunnen zowel biologische, psychologische als sociale factoren een rol spelen.
Jongeren met aanhoudende lichamelijke klachten kunnen last hebben van de volgende klachten, of een combinatie daarvan:

- pijnklachten, bijvoorbeeld buikpijn, hoofdpijn of spierpijn
- langdurige vermoeidheid
- neurologische klachten, bijvoorbeeld verlammingsverschijnselen, doofheid, problemen met zien, geheugenverlies of spraakverlies
- overige klachten, zoals misselijkheid, duizeligheid, slikklachten of spijsverteringsklachten

Beperkingen in het dagelijks leven
Het hebben van aanhoudende lichamelijke klachten betekent niet automatisch dat jongeren niet naar school kunnen. Soms hebben ze daarvoor wel wat aanpassingen en begrip op school nodig, bijvoorbeeld in hun rooster. Uit de ervaringen van jongeren en hun ouders blijkt ook dat de klachten invloed kunnen hebben op hun dagelijks leven. Soms missen ze lessen op school of een deel van de lesstof. Ook kan het contact met hun medeleerlingen eronder lijden. Dan verliezen ze vrienden of stuiten ze in hun omgeving op onbegrip. Daardoor kunnen zij zich eenzaam voelen. Met deze handreiking vragen we daarom vooral aandacht voor jongeren met aanhoudende lichamelijke klachten die het moeilijk maken om naar school te gaan.

1 We zeggen hier jongeren, omdat dit de focus is van deze verkenning, maar kan ook betrekking hebben op kinderen.
2 Bron: www.nalk.info/portfolio_page/wat-zijn-alk. Zie voor een uitleg van de stap van SOLK naar ALK en de verschillen: https://nalk.info/van-solk-naar-alk

Reactie van de omgeving

Hoe een jongere aanhoudende lichamelijke klachten beleeft, hangt voor een belangrijk deel af van de reactie van de omgeving. Zo worden klachten soms niet onderzocht omdat de omgeving denkt dat er niets aan de hand is. Of er is juist sprake van overmatig onderzoek omdat de omgeving aandringt op het vinden van oorzaak. Mensen in de omgeving kunnen een jongere helpen de klachten te relativeren, maar ze kunnen ze ook bagatelliseren of juist problematiseren. Het is moeilijk om daarin een goede balans te vinden. Door de onzekerheid en onduidelijkheid over de klachten gaan ouders en jongeren vaak ook buiten het medisch domein op zoek naar antwoorden op hun vragen.

2. Mogelijkheden voor schoolaanwezigheid voor jongeren met aanhoudende lichamelijke klachten

De afgelopen jaren is meer onderzoek gedaan naar aanhoudende lichamelijke klachten bij kinderen en jongeren. Deze onderzoeken zijn veelal sociaal-medisch georiënteerd en gericht op diagnostisering en behandeling. Dat heeft bijvoorbeeld richtlijnen en zorgstandaarden voor professionals en hulpverleners opgeleverd.
Maar hoe we ervoor kunnen zorgen dat jongeren met aanhoudende lichamelijke klachten naar school blijven gaan en welke ondersteuning professionals daarvoor kunnen geven, is nog nauwelijks onderzocht. Het hebben van aanhoudende lichamelijke klachten hoeft niet per definitie tot schooluitval te leiden. Maar de praktijk laat wel zien dat sommige jongeren door deze klachten minder op school komen, langdurig verzuimen of zelfs thuiszitten. Scholen en professionals op het gebied van jeugdgezondheidszorg en leerplicht blijken het moeilijk te vinden om met het verzuim van jongeren met aanhoudende lichamelijke klachten om te gaan. Dat komt doordat de klachten vaak onduidelijk zijn en vooral de belastbaarheid een leerling met aanhoudende lichamelijke klachten parten speelt.

Reden voor verkenning
Het Nederlands Jeugdinstituut, Nederlands Centrum Jeugdgezondheid en Ingrado hebben een praktische verkenning gedaan naar wat jongeren met aanhoudende lichamelijke klachten helpt om naar school te blijven gaan. Daarbij is ook bekeken hoe de samenwerking met de jongeren, ouders en professionals in en rond de school in de praktijk vorm kan krijgen.

Deze verkenning was vooral gericht op de rol van professionals op en rond school, zoals zorg- en ondersteuningscoördinatoren en mentoren in het voortgezet onderwijs, leerplichtambtenaren, jeugdartsen en jeugdverpleegkundigen. Om praktische adviezen en perspectieven voor professionals te verzamelen zijn vijftien interviews gehouden: met tien professionals in en om het onderwijs, twee ouders en drie jongeren.

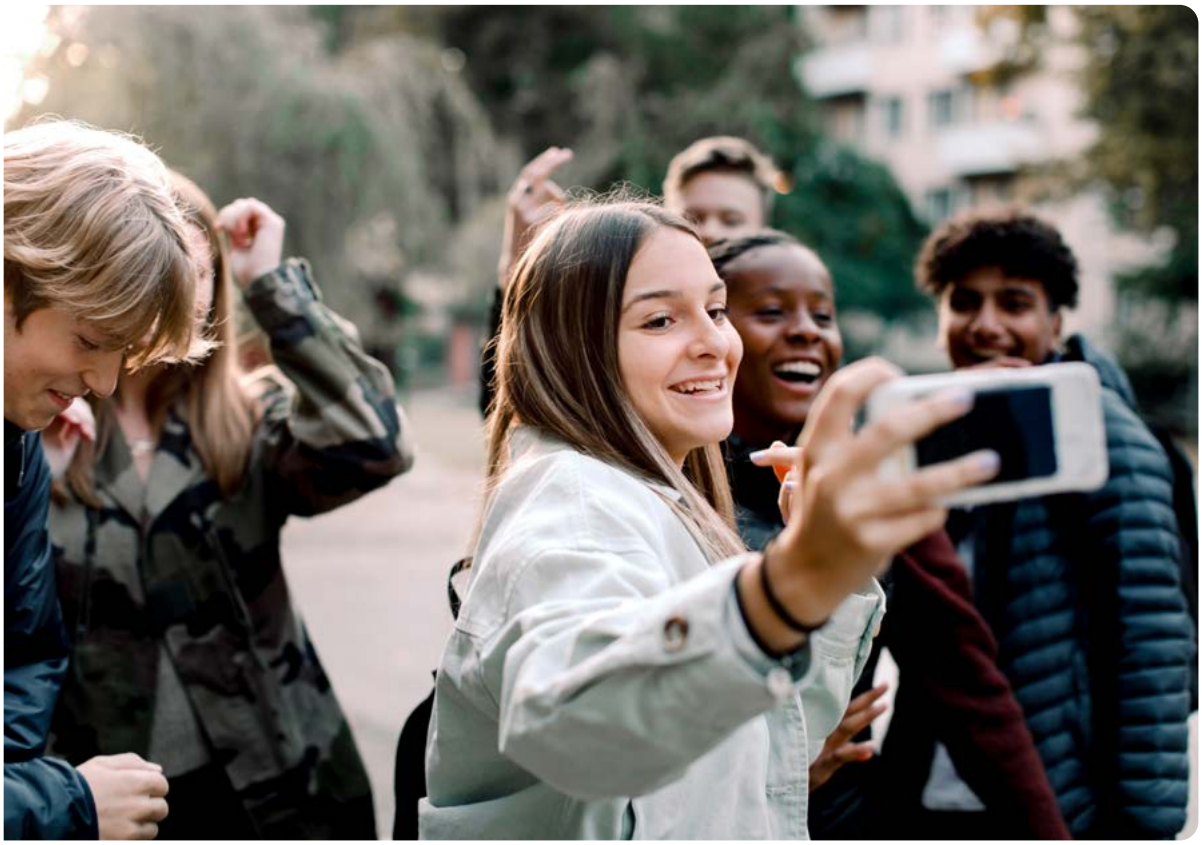
Samenwerken aan schoolaanwezigheid

De resultaten van de verkenning zijn verwerkt in deze handreiking voor mentoren en ondersteuningscoordinatoren in het voortgezet onderwijs, jeugdartsen en leerplichtambtenaren die samen willen werken aan de schoolaanwezigheid van jongeren met aanhoudende lichamelijke klachten. Ook de afstemming met specialisten uit de medische wereld en de jeugdhulp die daarvoor nodig kan zijn, komt aan bod.

De handreiking gaat in op vragen als:

- Hoe ga je om met leerlingen met aanhoudende lichamelijke klachten?
- Wat kun je doen in de klas?
- Hoe zorg je dat leerlingen met aanhoudende lichamelijke klachten zo goed mogelijk kunnen functioneren op school?
- Waar moet je op letten in de gesprekken met deze jongeren en hun ouders?
- Hoe geef je vorm aan multidisciplinaire samenwerking rond deze jongeren?
- Welke hulpmiddelen kun je gebruiken?

We gaan hierna zo praktisch mogelijk op deze vragen in. Daarmee lossen we niet alle vraagstukken rond aanhoudende lichamelijke klachten op. In de praktijk blijft het altijd samen met jongeren en hun ouders zoeken naar de juiste aanpak die past bij de individuele, unieke situatie van elke jongere op school.



3. Hoe ga je om met jongeren met aanhoudende lichamelijke klachten en hun ouders?

Professionals hebben veel vragen over het contact met jongeren die door aanhoudende onverklaarde lichamelijke klachten moeite hebben om naar school te blijven gaan. Waar moet je aandacht aan besteden en rekening mee houden? De antwoorden die we in de praktijk hebben gevonden, splitsen we op in drie delen: wat je kunt doen in de klas, in het contact met jongeren en ouders, en in de samenwerking met andere professionals.

Alles begint met begrip

Als vertrekpunt geldt dat jongeren en hun ouders gebaat zijn bij begrip voor hun situatie. De reacties uit de omgeving kunnen, als ze niet in de kern begripvol en oordeelsvrij zijn, gemakkelijk leiden tot communicatieproblemen en een verslechterde relatie. Met begrip en zonder oordeel jongeren en hun ouders tegemoet treden is voor iedereen, jongeren, ouders én professionals, een goede basis voor verder overleg.

3.1. Wat kun je doen in de klas?

Besteed aandacht aan stress, emoties en lichamelijke klachten in de klas
In de klas emoties en gedachten over gezondheid bespreekbaar en inzichtelijk maken, kan bijdragen aan de gezonde ontwikkeling van jongeren. Het helpt om alle jongeren uit te leggen hoe mentale en fysieke klachten met elkaar kunnen samenhangen. Binnen de school kun je daarvoor instrumenten gebruiken uit de Aanpak Gezonde School, uit Welbevinden op school en van adviseurs gezondheid van de GGD. Meer hierover vind je op: www.gezondeschool.nl/aanpak/wat-is-gezonde-school en www.nji.nl/welbevinden (nji.nl).www.nji.nl/welbevinden
De aanpak van welbevinden en sociaal-emotionele ontwikkeling wordt met onderbouwing en voorbeelden uitgelegd op: www.onderwijskennis.nl/welbevinden-en-sociaal-emotionele-ontwikkeling.

> *'Betrek een tutor-leerling of een maatje bij om op school met de jongere op te trekken en een oogje in het zeil te houden.'*
>
> **Jeugdhulpaanbieder**

Betrek medeleerlingen en reageer op hoe leerlingen met elkaar omgaan
Jongeren met aanhoudende lichamelijke klachten missen niet alleen lessen, maar ook sociale contacten met leeftijdsgenoten. Probeer daarom samen met medeleerlingen te bekijken hoe zij contact kunnen houden met een leerling die langere tijd afwezig is, bijvoorbeeld via een WhatsApp groep. Als de leerling dat zelf prettig vindt. Laat een jongere die dat wil, vertellen over zijn of haar klachten in een spreekbeurt of presentatie. Dat kan meer begrip creëren en misverstanden bij medeleerlingen voorkomen.

Zo'n gesprek in de klas kun je ook gebruiken om praktische afspraken te maken die de leerling ondersteunen bij het naar school gaan, bijvoorbeeld: wie helpt met het dragen van een tas of laptop? Of: hoe geven we huiswerk of afspraken aan deze leerling door?

Organisatie JongPIT, voor en door jongeren met een chronische ziekte, ontwikkelde het lespakket Klassenboei. Dit helpt om in de klas in gesprek te gaan over klachten en langdurige afwezigheid van leerlingen. https://jongpit.nl/klassenboei

3.2. Wat kun je doen voor individuele leerlingen en hun ouders?

Neem aanhoudende lichamelijke klachten serieus en luister naar jongeren en hun ouders
Bij aanhoudende lichamelijke klachten is het belangrijk dat professionals de klachten van jongeren serieus nemen. Die klachten zijn echt en beperken de jongere in het dagelijks leven. Erken dat en neem dat als vertrekpunt voor de afspraken die je met de jongere en zijn ouders gaat maken over schoolaanwezigheid. Daar heb je begrip en geduld voor nodig. Volg het proces dat de jongere zelf doormaakt.

Ga vroeg in gesprek over ziekmeldingen en het missen van lessen
Je helpt jongeren met aanhoudende lichamelijke klachten door al bij de eerste signalen van verzuim of bij het veelvuldig missen van lessen met hen in gesprek te gaan. Doe dat bijvoorbeeld als een jongere zich binnen drie maanden vier keer ziekmeldt of meer dan zeven dagen achter elkaar afwezig is. Deze regel geldt voor alle leerlingen, maar is extra belangrijk voor jongeren met aanhoudende lichamelijke klachten. Door er in een vroeg stadium over in gesprek te gaan, erken je hun klachten. Betrek daarbij de jeugdarts of jeugdverpleegkundige die aan de school verbonden is. De jeugdarts kan jongere, ouders en school adviseren. Deze arts werkt vanuit een jeugdgezondheidszorgteam en werkt samen met het wijkteam.

> *'Mijn klachten werden door school serieus genomen. Als je mentaal iets hebt, is het moeilijk uit te leggen omdat je het niet ziet. Soms krijg je te horen: "Je verbeeldt het je, het zit tussen je oren". Maar op school had ik daar geen last van.'*
>
> **Ervaringsdeskundige jongere**

Bekijk of er een patroon zit in het ziekmelden, bijvoorbeeld bij bepaalde lessen of op bepaalde schooltijden. Dat patroon kan aanleiding zijn om met de jongere in gesprek te gaan. Stel daarbij open steunvragen. Zoals:

- kun je me wat vertellen over waar je last van hebt?
- waarover maak je je zorgen?
- hoe zien je dagen er uit (op slechte dagen, op goede dagen)?
- in welke situaties, bijvoorbeeld thuis of op school, lukt het om daarmee om te gaan? En wat kunnen je ouders of school doen?
- hoe kan ik je daar vanuit school mee helpen?
- wie in je klas zouden je kunnen helpen?
- heb jij, of je ouders, nog andere tips of adviezen over hoe we daar op school mee om kunnen gaan?

Om te voorkomen dat het verzuim steeds erger wordt en jongeren uiteindelijk uitvallen op school, is het belangrijk om bij vroege signalen al in actie te komen, de klachten bespreekbaar te maken en te luisteren naar het verhaal van de jongere. Daardoor ben je als school op de hoogte en kun je samen met de jongere, zijn ouders en eventueel zorgverleners op en rond de school zoeken naar mogelijkheden om het onderwijs zo goed mogelijk te volgen.

De houding van de professional kan het verschil maken in het gesprek met jongeren over aanhoudende lichamelijke klachten. Openstaan, echt luisteren en niet oordelen over de klachten helpt. Luister naar wat de jongere ervaart en waar die tegen aanloopt. Vraag door. Probeer er samen met de jongere achter te komen wat er aan de hand is. Bekijk samen met de jongere hoe die met de klachten toch zo goed mogelijk kan functioneren. Besteed niet alleen aandacht aan de klachten, maar kijk ook vooral naar wat wel lukt. Vraag wat de jongere nodig heeft om ondanks de klachten de draad weer op te pakken. Houd contact en controleer of wat je hebt afgesproken lukt of bijgesteld moet worden.

'Bij jongeren met aanhoudende lichamelijke klachten is de behoefte aan maatwerk vaak groot. Wij als leerplichtambtenaren spelen hierin vaak een bemiddelende rol tussen ouders, jongeren en de school.'

Leerplichtambtenaar

MAZL - NCJ is een methodiek om meer aandacht voor ziekgemelde leerlingen te organiseren. Het bestaat uit een helder stappenplan met adviezen voor een gesprek in een vroeg stadium. www.ncj.nl/onderwerp/mazl

Werk samen met de ouders

Vergeet de ouders niet. Ouders hebben in het leven van jongeren een belangrijke ondersteunende rol. Als zij samen met de jongere achter een plan of een oplossing staan, is de kans van slagen het grootst. Een plan waar alleen de professional achter staat, slaagt niet. Betrek dus altijd jongeren en ouders direct bij het zoeken en vormgeven van een oplossing.

'Hanteer een én-én-aanpak: én je hebt klachten én je wilt je leven leiden. Hoe kun je zo goed mogelijk naar school en leuke dingen doen, terwijl je ook klachten hebt? Hoe gaan we dat samen aanpakken?'

Jeugdarts

'Stel vragen als: "Wanneer ging het nog wel goed? Wat gebeurde er waardoor het toen goed ging? Wat had je toen nodig?". Vraag naar kwaliteiten en sterke kanten om de leerling daarmee weer op het zadel zetten. Soms is de drempel te hoog, vooral als een leerling al een paar weken afwezig is en daar niet naar gevraagd wordt. Het gaat vaak om basale dingen, maar die worden niet altijd gedaan.'

Jeugdhulpaanbieder

‘Wij kijken samen met de jongere naar de klachten en wat er wel en niet kan. Dan gaan we in gesprek over de klachten: wanneer zijn ze begonnen, welke klachten heb je precies, wat is het effect van die klachten, welke behandeling heb je al gehad? We schetsen ook de context van een jongere. We gebruiken de Gezamenlijke Inschatting Zorgbehoefte (GIZ). Daarbij maken we een overzicht van het leven van een jongere. Op initiatief van de jongere gaan we in op wat goed en wat minder goed gaat in hun leven. Dat is dus breed. We kijken niet alleen naar school.’

Jeugdarts

‘Leerlingen en ouders zijn vaak erg gevoelig geworden door ervaringen die ze al hebben. Wij erkennen dat en houden daar rekening mee.’

Medewerker samenwerkingsverband

Ouders van jongeren met aanhoudende lichamelijke klachten kunnen extra gevoelig zijn voor bejegening door professionals. Veel ouders hebben ervaringen met onbegrip voor hun kind en zijn daar extra alert op. Dit kan leiden tot een sceptische houding naar school, maar ook tot pogingen om zo foutloos mogelijk te handelen. Begrip tonen voor de moeilijke positie van ouders en hen erkennen in hun verantwoordelijke rol helpt om de relatie werkbaar te houden.

Er zijn goede materialen verschenen die het samenwerken ondersteunen:
- https://zorgeloosnaarschool.nl/gids/gids-voor-maatwerk-basis-en-voortgezet-onderwijs.
- www.nji.nl/voortijdig-schoolverlaten-en-verzuim/samenwerken-met-ouders (nji.nl)

Sluit aan bij het proces en de behoefte van jongeren en hun ouders

Het is belangrijk om in de ondersteuning op school aan te sluiten bij de ervaringen en de zoektocht van jongeren en hun ouders. De onderwijsondersteuning moet passen bij de behoefte van de jongeren, de ouders en de school. Breng daarom samen met jongeren en hun ouders de behoeften helder in kaart om de onderwijsondersteuning goed te regelen.

Naast de medische zoektocht speelt de vraag naar het omgaan met de beperkte belastbaarheid van deze jongeren. Daarvoor kun je samen met jongeren en hun ouders een aangepast onderwijsprogramma afspreken waarin ruimte is voor rust of behandeling. Dit wordt maatwerk genoemd. Je kunt hiervoor ook kosteloos een beroep doen op een aantal partijen. www.steunpuntpassendonderwijs-povo.nl/document/hulp-bij-maatwerk-in-onderwijs/s (steunpuntpassendonderwijs-povo.nl)

Bij het vragen naar lichamelijke en psychosociale factoren is het belangrijk om aandacht te besteden aan de beleving van en ervaring met het medisch traject. Vaak hebben ouders en jongeren zich daarin niet gehoord en erkend gevoeld. Geef hen de ruimte om dit uit te spreken.

> *"Ouders doen hun best en hebben het beste voor met hun kind. Ik probeer vertrouwen van ouders te krijgen. Dat doe ik vooral door de goede intenties van ouders te erkennen.'*
>
> **Jeugdverpleegkundige**

Stimuleer aanwezigheid

Het is belangrijk om je waardering uit te spreken als de leerling op school aanwezig is. Je kunt ook samen met de leerling bedenken wat je kunt doen om te helpen met het volgen van de lessen en rekening te houden met zijn of haar behoeften. Onderzoek leert dat je zo tijdig de juiste aandacht kunt geven en kunt voorkomen dat de leerling vaker afwezig is. En ook hier geldt: samenwerken aan de schoolaanwezigheid van jongeren werkt het beste in de driehoek van leerling – ouder – school.

Meer over het belang van schoolaanwezigheid, aanwezigheidsbeleid en samenwerking lees je op:

- www.nji.nl/voortijdig-schoolverlaten-en-verzuim/schoolaanwezigheid-van-leerlingen-stimuleren
- https://ingrado.nl/kennisbank/items/handreiking-en-checklist-aanwezigheidsbeleid
- www.zorgeloosnaarschool.nl/gids/gids-voor-maatwerk-basis-en-voortgezet-onderwijs
- www.aanwezigopschool.nl

3.3. Wat kun je op en rond de school doen in samenwerking met andere professionals, jongeren en ouders?

Richt je met alle betrokken professionals, jongeren en ouders op multidisciplinaire samenwerking in en rond de school

Eén aanpak die voor alle jongeren werkt, bestaat niet. Bekijk daarom per jongere wat wel en niet kan. Als je een plan maakt, betrek er dan de jongeren, hun ouders, de jeugdarts, jeugdverpleegkundige of een andere ingeschakelde professional bij. De jeugdarts heeft medisch beroepsgeheim en kan met toestemming van de jongere en de ouders informatie opvragen bij de behandelend arts. De jeugdarts kan zo helpen om een beter beeld te krijgen van de medische vraagstukken en de belastbaarheid. Soms zijn ook medisch specialisten of gedragsspecialisten bij de zorg voor de jongere betrokken. Maak een multidisciplinaire afweging en laat jongeren en ouders meebeslissen over de aanpak, bijvoorbeeld van de schoolaanwezigheid. Spreek met alle betrokkenen bij de multidisciplinaire samenwerking af hoe jullie leerlingen volgen en begeleiden tijdens hun afwezigheid en hoe jullie achterstanden zoveel mogelijk kunnen voorkomen, bijvoorbeeld door inhaaltoetsen.

Zorg voor maatwerk in de schoolgang

Praat met ouders en leerlingen die afwezig zijn door aanhoudende lichamelijke klachten vooral over de mogelijkheden. Bekijk hoe zij in kleine stappen weer regie kunnen krijgen over de schoolgang. Stimuleer deze leerlingen om zoveel mogelijk naar school te komen om in het ritme te blijven. Kijk daarvoor ook naar andere mogelijkheden, zoals aanpassingen in het rooster.

Zorg bij het maken van afspraken vooral ook voor een perspectief voor de jongere. Hoe helpt de aanpak de (grotere) doelen? In de kern betekent omgaan met aanhoudende lichamelijke klachten dat je doelen wel kunt bereiken, maar dat de route zo nu en dan anders verloopt. Aanpassingen die “in afwachting van iets anders” zijn missen vaak het perspectief op die verdere toekomst.

Werk bij het verzorgen van maatwerk zo veel mogelijk samen met je partners in de ondersteuningsstructuur van school en eventuele specialisten.

Kan een leerling niet naar school komen? Adviseer de jongere dan zich thuis aan een dagprogramma te houden. De school kan hiervoor in overleg met de betrokkenen aangepaste (digitale) lesstof aanbieden. Zie ook: www.regelhulp.nl/onderwerpen/onderwijs-en-zorg/ziekte-of-beperking en www.zorgeloosnaarschool.nl/gids/routekaart-afstandsonderwijs.

Als onderdeel van een maatwerkafspraak is het ook mogelijk om af te wijken van het minimaal aantal uren onderwijstijd. De school vraagt dit aan bij de Inspectie van het Onderwijs. Zie hiervoor: ingrado.nl/media/files/kennisbank/aanwezigheid_in_het_onderwijs/verzuim_18_min/praktijk_en_instrumenten/Handreiking onderwijs zorg mei 2021.pdf (ingrado.nl)

4. Meer informatie en praktische hulpmiddelen

Informatie

- Betrouwbare kennis over de diagnose en behandeling van ALK: https://kenniscentrum-kjp.nl/professionals/somatisch-symptoomstoornis-alk
- Kenniscentrum van het Netwerk Aanhoudende Lichamelijke Klachten: https://nalk.info
- Over aanhoudende lichamelijke klachten, hoe deze ontstaan en hoe het verder gaat als je deze diagnose gekregen hebt: www.thuisarts.nl/onvoldoende-verklaarde-lichamelijke-klachten/ik-heb-onvoldoende-verklaarde-lichamelijke-klachten-sol
- Over het voorkomen van toenemende problemen, preventie van verzuim, leerachterstanden en terugval en uitval bij chronisch zieke kinderen: www.zorgeloosnaarschool.nl/gids/de-school-met-oog-voor-chronisch-zieke-leerlingen-studenten
- Voor alle vragen over onderwijs en ouders: www.oudersenonderwijs.nl

Praktische hulpmiddelen

- Voor het begeleiden van de leerling met SOLK: www.onderwijsontwikkeling.nl/wp-content/uploads/sites/19/2018/07/Een-leerling-met-SOLK.pdf
- Voor het stimuleren van schoolaanwezigheid van álle leerlingen: www.nji.nl/voortijdig-schoolverlaten-en-verzuim/schoolaanwezigheid-van-leerlingen-stimuleren
- Voor het samen met ouders werken aan het welbevinden van een kind: www.nji.nl/voortijdig-schoolverlaten-en-verzuim/samen-met-ouders-het-welbevinden-van-een-kind-stimuleren
- Boek met verhelderende uitleg voor met name jonge kinderen (dus ook handig voor volwassenen): Mijn beschermende brein van Kitty Rumping en Ramona van Bakkum (over hoe het brein kinderen bij pijn bescherm).
- Boek: Communicatietoolkid – in gesprek met jongeren over hun (mentale) gezondheid – Esther van den Hul en Linda Goldsteen: theoretisch kader en praktische handvatten die helpen om het gesprek met jongeren aan te gaan.
- Positieve gezondheid gesprekstool jongeren: het gedachtegoed van positieve gezondheid leent zich goed voor een gesprek. De jongerentool helpt om dat gestructureerd in kaart te brengen: www.iph.nl/jongerentool-mijn-positieve-gezondheid

Methodieken

- MAZL staat voor Meer Aandacht voor Ziekgemelde Leerlingen. Het is een methodiek voor de aanpak van ziekteverzuim bij leerlingen in het primair en voortgezet onderwijs en in het mbo. Schoolmedewerkers, jeugdartsen en leerplichtambtenaren hebben samen aandacht en zorg voor leerlingen met ziekteverzuim: de problematiek komt vroegtijdig in beeld, waardoor de leerling hulp krijgt en het ziekteverzuim afneemt. Scholen, JGZ-organisaties en gemeenten werken samen aan het snel herkennen van problematiek en het bieden van een passende oplossing. Om zorgwekkend ziekteverzuim vroegtijdig te signaleren, maken ze gebruik van de MAZL-criteria: vier ziekmeldingen in twaalf weken of een zevende schooldag aaneengesloten. Dan gaat de school in gesprek met leerling en ouders om samen met hen te kijken hoe de school kan ondersteunen. Indien nodig vraagt de school bij de jeugdarts een MAZL-consult aan. De jeugdarts bespreekt en onderzoekt de gezondheidsklachten van de leerling en redenen van ziekteverzuim. Samen met de leerling en ouders wordt de gewenste begeleiding of zorg bepaald. Ook adviseert de jeugdarts over deelname en gewenste aanpassingen aan het lesprogramma en onderwijsactiviteiten. De jeugdarts maakt hiervoor samen met leerling en ouders een plan van aanpak. Wanneer het ziekteverzuim onnodig voortduurt, vraagt de school aan de leerplichtambtenaar om mee te denken.
- GIZ betekent Gezamenlijk Inschatten van Zorgbehoeften. De GIZ-methodiek is een manier om samen met een gezin en eventueel andere professionals de krachten en de ontwikkel- en zorgbehoeften van dat gezin snel en adequaat in kaart te brengen. Zo kom je tijdig tot passende ondersteuning en wordt de eigen kracht versterkt. Binnen de methodiek is ruimte voor een focus op zowel preventieve of aanvullende zorg. Hierdoor kun je de GIZ-methodiek toepassen binnen de jeugdgezondheidszorg, maar ook binnen andere disciplines waar een hulpvraag bekend is. Ook professionals in het onderwijs en de kinderpalliatieve zorg passen deze methodiek toe. Zie ook: www.ncj.nl/GIZ
- Factsheet effectieve interventies mentale gezondheid: www.rivm.nl/sites/default/files/2022-04/74016_RIVM_013885_FS_2_Mentale gezondheid_TG_PDFA.pdf
- Re-Fit, programma voor jongeren met ziekteverzuim als gevolg van aanhoudende lichamelijke klachten, www.steunpuntonderwijsnoord.nl/expertise/aanpak-ziekteverzuim

Ervaringsverhalen

- Professionals - Verhalen over lichamelijk onbegrepen klachten en herstel: https://ziemijnu.nl/professionals
- Ouderkennis.nl: informatie, achtergrond over ouderschap, samenwerken met ouders, diverse doelgroepen.
- www.WatOudersWillenWeten.nl: kennisbasis voor ouders (startpagina)

Nederlands Jeugdinstituut

Het Nederlands Jeugdinstituut is een nationaal, onafhankelijk kenniscentrum dat toepasbare, actuele kennis over opgroeien en opvoeden verzamelt, verrijkt, duidt en deelt. We zorgen ervoor dat deze kennis voor iedereen beschikbaar is.

© 2023 Nederlands Jeugdinstituut
Alle informatie uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt worden. Graag de bron vermelden.

Meer informatie:
www.nji.nl

Vormgeving: Punt Grafisch Ontwerp
Auteurs: Ellen Donkers (NJi), Henrie Mastwijk (Ingrado), Mark Weghorst (NCJ), Mariës Zegers (NJi)
Tekstredactie: Jolanda Keesom

Nederlands Jeugdinstituut
Churchilllaan 11
Postbus 19221
3501 DE Utrecht

030 230 6344
info@nji.nl | www.nji.nl