



Een leerling met Somatisch Onvoldoende Verklaarde Lichamelijke Klachten (SOLK) Informatie en advies voor leraren



Ziezon
landelijk netwerk ziek zijn & onderwijs

Een leerling met Somatisch Onvoldoende Verklaarde Lichamelijke Klachten (SOLK)

Handvatten voor de begeleiding op school

Een klas heeft ongeveer één leerling met langdurig onverklaarde lichamelijke klachten. Denk aan leerlingen met buikpijnklaarten, misselijkheid of vermoeidheidsklachten. Bij deze leerlingen is er vaak sprake van langdurig en/of regelmatig ziekteverzuim. De term die voor deze klachtengroep wordt gebruikt is SOLK; somatisch onvoldoende verklaarde lichamelijke klachten. Door het ontbreken van een duidelijke verklaring ontbreekt er vaak ook een eenvoudige oplossing voor het ziekteverzuim. Voor scholen is dit lastig, omdat een helder advies over hoe de leerling het beste te ondersteunen niet voorhanden is. Scholen staan in veel

gevallen aan de zijlijn, maar zien het verzuim oplopen. Namens Ziezon wordt met dit document getracht scholen enkele handvatten te bieden die kunnen helpen bij het begeleiden van de leerling met SOLK. Deze richtlijnen zijn gebaseerd op wetenschappelijke literatuur en praktijkervaring van consulenten onderwijsondersteuning zieke leerlingen (OZL) van Ziezon, die frequent met deze leerlingen te maken hebben. Echter, opgemerkt moet worden dat de situatie per leerling anders is en de richtlijnen daarom als leidraad dienen te worden gebruikt, niet als protocol. Tevens is het gebruik ervan de verantwoordelijkheid van de scholen zelf.

► SOLK

Ongeveer 85% van de Nederlandse bevolking heeft wel eens een lichamelijke klacht zonder duidelijk aanwijsbare oorzaak. Wanneer deze klachten langdurig aanhouden brengt men meestal een bezoek aan de huisarts, die bij meer dan een derde van de gevallen geen lichamelijke oorzaak vindt (Eeckhout, Reinders 2013). Deze mensen belanden vaak in een medisch circuit, en gaan van specialist naar specialist, waarna bij een deel nog steeds geen verklaring wordt gevonden (25 tot 65%). De huisarts kan daarom geen behandeling bieden. Omdat psychische klachten kunnen bijdragen aan het in stand blijven van de klachten en om beter met de klachten te leren omgaan wordt er vaak doorverwezen naar een psycholoog. Teleurstelling, frustratie, onbegrip, ongeloof, boosheid zijn vaak kenmerkende gevoelens die daarna volgen. Niet alleen bij de jongere, maar ook bij de ouders. Aanwezigheid op school wordt door de school verwacht, waardoor meningsverschillen tussen ouders en school of andere instanties, soms op de loer liggen.

De lichamelijke oorzaken van SOLK zijn niet bekend en zijn lang niet altijd met medicatie te behandelen. Wel zijn er enkele psychische- en omgevingsfactoren gevonden die verband houden met SOLK. Factoren als angst, depressieve gevoelens en perfectionisme komen vaker voor bij jongeren, die onbegrepen klachten vertonen. Let op; dit betekent niet dat alle jongeren met lichamelijke klachten ook depressief/angstig zijn (Janssens et al., 2010).

Ook stressvolle gebeurtenissen zoals het overlijden van een familielid, scheiding van ouders of seksueel misbruik zijn voorspellers (van Gils et al., 2014, Bovanie 2015). Tevens komen lichamelijke klachten vaker voor bij meisjes (Janssens et al., 2011) en bij jongeren met een lage intelligentie, met name in combinatie met een hoger opleidingsniveau van ouders (Kingma et al., 2011). Dit laatste impliceert dat hoge verwachtingen van ouders een rol kunnen spelen bij het ontwikkelen van lichamelijke klachten. Ook hiervoor geldt dat er een samenhang is, geen causaal verband. Effectieve behandelingen die, naast medicatie, in verband worden gebracht met SOLK zijn onder andere cognitieve gedragstherapie, systeemtherapie en hypnotherapie (Trimbosinstituut, 2010).

Er zijn enkele algemeen geldende principes die de kans op het goed doorlopen van het onderwijsproces voor een leerling met SOLK vergroten.

Wees alert in de aanmeldprocedure

In de eerste plaats wordt geadviseerd om bij de aanmelding van een nieuwe leerling alert te zijn op een geschiedenis van ziekteverzuim. Bij de overgang of wisseling van school naar school is warme overdracht belangrijk. Denk hierbij bijvoorbeeld aan de overdracht tussen PO en VO, waarin belangrijke informatie (scheiding, gepest) over de leerling wordt gedeeld. Wanneer in het onderwijskundig rapport wordt aangegeven dat er sprake is van geoorloofd ziekteverzuim zullen deze leerlingen extra gevolgd moeten worden. Bijvoorbeeld, door middel van het voeren van een

oudergesprek in het begin van het schooljaar waarin wordt gesproken over de onderwijsbehoeften van de leerling in relatie tot de aanwezigheid op school. Kortom: wat heeft de leerling nodig om optimaal deel te nemen aan het onderwijs? Regelmatige gesprekjes tussen de mentor en de leerling kunnen helpen om het welbevinden van de leerling goed te volgen en het onderwijsproces te bevorderen.

Snelle actie bij ziekteverzuim

Een nauwkeurige registratie van het (ziekte)verzuim, is belangrijk, ook in geval van elke dag een uur later komen. In het geval van ziekteverzuim is het ondernemen van snelle actie essentieel. Het is gebleken dat hoe langer een leerling thuis zit, des te moeilijker het voor de leerling wordt om weer naar school te komen. Er ontstaat verwijdering tot de school en het onderwijsproces, de zorg over het inhalen van gemist werk wordt steeds groter en de leerling raakt uit beeld bij klasgenoten, de drempel wordt steeds hoger. Zorg ervoor dat er zo snel mogelijk een overleg wordt gepland met ouders, de leerling en de betrokken hulpverlening. Probeer in een vroeg stadium aan te sturen op het inwinnen van een schriftelijk advies met betrekking tot de belastbaarheid bij de hoofdbehandelaar. Het is nodig dat de behandelaar bevestigt dat het ziekteverzuim past bij de klachten. Ook zorgt een dergelijke verklaring ervoor dat er minder ruimte is voor onduidelijkheid over het aantal uren dat gevolgd kan worden. Als deze behandelaar nog niet in beeld is kan de jeugdarts hier een rol in spelen. Het kan niet zo zijn dat een leerling bijvoorbeeld een half jaar verzuimt op basis van lichamelijke klachten terwijl er

geen sprake is van een betrokken behandelaar. Met een behandelaar wordt bedoeld een arts of een psycholoog. Een goed voorbeeld van een integrale aanpak op het gebied van ziekteverzuim is het M@ZL project (medische advisering ziekgemelde leerling <https://www.ggdwestbrabant.nl/mazl>). De leerplichtambtenaar in de regio kan school en ouders informeren over het belang van onderwijs en de gevolgen van ziekteverzuim.

Rol van de behandelaar

Wanneer er geen arts (meer) in beeld is wordt er vaak doorverwezen naar een psycholoog/revalidatiecentrum/fysiotherapeut/ergotherapeut. Als de arts geen lichamelijke oorzaak kan vinden wordt er vaak geconcludeerd dat psychologische begeleiding noodzakelijk en helpend kan zijn. De klachten worden dan benaderd via een psychologische invalshoek, waarbij de nadruk komt te liggen op het omgaan met de klachten en de gevolgen daarvan voor het dagelijkse leven. Het thema belastbaarheid en het gradueel vergroten hiervan zijn een belangrijk onderdeel van deze behandeling.

De school heeft niet de expertise om te bepalen hoe belastbaar een leerling is. De arts of psycholoog is daarom voor leerling en ouders de expert die hier een uitspraak over kan doen. Op die manier is er een 'grond' van waaruit er een terugkeerplan of aangepast rooster kan worden opgesteld. Overleg en afstemming met de behandelaar is helpend om de do's en don'ts te bespreken die bij deze leerling gelden. Ook andersom zal de input vanuit school belangrijk zijn voor

de behandeling. Waar bij de ene leerling een voorzichtige aanpak geboden is met een langzame opbouw, kan het bij een andere leerling juist nodig zijn om geen ruimte te laten.

Neem de klachten serieus

Een grote valkuil voor scholen kan zijn dat er te snel van uit wordt gegaan dat de klachten niet echt zijn maar aanstellerij of aandacht vragen. Het is van groot belang te realiseren dat het hebben van somatisch onvoldoende verklaarde klachten niet verschilt met het hebben van lichamenlijk verklaarde klachten. Neem de klachten altijd serieus. Ook als er sprake is van een psychische component is de pijn wel degelijk echt. Het opleggen van druk of het stellen van te hoge eisen is in veel gevallen niet helpend. Laat de leerling zich welkom voelen als hij/zij op school is en benadruk de misschien kleine succeservaringen. Het teveel meegaan met de klachten is af te raden, maar begrip tonen is essentieel. Opmerkingen als "goh, ben jij er ook weer eens" of "waar was je nou?" kunnen afbreuk doen aan het integratieproces van de leerling op school. Elke mens heeft behoefte aan aandacht en erkenning. Probeer juist het positieve gedrag op school zoveel mogelijk te bekrachtigen. Vermijd de te algemene vraag: "hoe gaat het met je", besteed liever aandacht aan welke praktische zaken de leerling nodig heeft. Geef complimenten voor de aanwezigheid van de leerling en laat de leerling zich welkom voelen: "wat fijn dat je er bent".

Rolverdeling

Maak op school concrete afspraken over de rolverdeling,

de manier van contact houden en leg dit vast. Bijvoorbeeld, maak duidelijk dat de zorgcoördinator of ib-er van de school wordt geïnformeerd door de arts of psycholoog, met toestemming van ouders, over de voortgang van de behandeling. Ouders zorgen voor regelmatige feedback, geven aan wat goed gaat en waarbij ze nog ondersteuning van school nodig hebben. Op die manier kan er een gezamenlijk plan worden opgesteld. Ook is het raadzaam om een 'leerjaar overstijgend' persoon buiten de mentor of leerkracht aan te wijzen als contactpersoon voor ouders, dit om continuïteit in de begeleiding te waarborgen.

Maak een gezamenlijk plan en houd dit vol

Wanneer het eenmaal duidelijk is dat een leerling (voor enkele uren) naar school kan gaan, kan er in overleg met de betrokkenen een terugkeerplan worden opgesteld. Spreek vervolgens vertrouwen uit in dit plan richting ouder en de leerling en hou vol. Leg afspraken omtrent het terugkeerplan goed vast, zodat dit voor alle betrokkenen duidelijk is. Helpend voor de leerling is een persoonlijke coach binnen school, een persoon die de leerling vertrouwt, die wekelijks een contactmoment met de leerling heeft. Waak ervoor dat er te snel een andere koers wordt gevaren als blijkt dat het voor een leerling of ouders toch moeilijk is om vol te houden. Wanneer de volwassenen om de leerling heen vertrouwen hebben in het plan zal dit voor de leerling makkelijker vol te houden zijn. Houd er rekening mee dat het voor ouders van leerlingen met SOLK erg moeilijk kan zijn om hun kind met klachten naar school te sturen. Toon begrip en stimuleer ouders om dit vol te houden. Blijf ook

op langere termijn regelmatig evalueren en heb aandacht voor de risicomomenten, zoals de start in het nieuwe schooljaar, de overgang naar een andere school of een stressvolle gebeurtenis in de thuissituatie.

De consulent onderwijssteuning zieke leerlingen is deskundig in het opstellen van maatwerktrajecten voor langdurig zieke leerlingen. Tevens zijn zij goed bekend met deze doelgroep en hebben hierin veel deskundigheid. De consulenten OZL zijn beschikbaar voor scholen om mee te denken in deze trajecten of bij het opstellen van een terugkeerplan. Anders dan u wellicht gewend bent is over het algemeen de inzet van een Klasgenoot of thuisonderwijs een contra-indicatie bij SOLK trajecten. Het doel is immers om te werken aan de fysieke aanwezigheid op school. Zoals genoemd is de behandelaar degene die de school hierin aanstuurt met toestemming van ouders.

Literatuur

Bonvanie IJ, van Gils A, Janssens KA, Rosmalen JG. Sexual abuse predicts functional somatic symptoms: an adolescent population study. Child Abuse Negl 2015 Aug;46:1-7.

van Gils A, Janssens KA, Rosmalen JG. Family Disruption Increases Functional Somatic Symptoms in Late Adolescence: The TRAILS Study. Health Psychol 2014 Mar 3.

Janssens KAM, Rosmalen JGM, Ormel J, van Oort FVA, Oldehinkel AJ. Anxiety and depression are risk factors rather than consequences of functional somatic symptoms in a

general population of adolescents: The TRAILS study. J Child Psychol Psychiatry 2010 MAR;51(3):304-312.

Janssens KAM, Rosmalen JG, Ormel J, Verhulst FC, Hunfeld JA, Mancl LA, et al. Pubertal status predicts back pain, overtiredness, and dizziness in American and Dutch adolescents. Pediatrics 2011 Sep;128(3):553-559.

Kingma E, Janssens KAM, Venema M, Ormel J, de Jonge P, Rosmalen J. Adolescents with low intelligence are at risk of functional somatic symptoms. The TRAILS study. 2011 in press mei;49(6):621.

Trimbosinstituut, 2010. Multidisciplinaire richtlijn Somatisch Onvoldoende verklaarde Lichamelijke Klachten en Somatoforme Stoornissen. Richtlijn voor de diagnostiek en behandeling van SOLK en Somatoforme Stoornissen

Drs.Eeckhout, Dr.Reinders . Handvatten om SOLK-patiënten te verwijzen. Medisch contact juni 2013

Colofon

Deze brochure is een uitgave van Ziezon: oktober 2016
Ziezon is het landelijk netwerk van consulenten onderwijssteuning zieke leerlingen.

www.ziezon.nl

Auteurs:

Jessie Hendriks, Edux Onderwijspartners, jhendriks@edux.nl

Marina Hessels, OZL Midden- en Oost-Brabant,

marina.hessels@ijsselgroep.nl

Claudia Molier, HCO, c.molier@hco.nl

Wiel Zautsen, OZL Midden- en Zuid-Limburg,

wiel.zautsen@ijsselgroep.nl

Met medewerking van:

Dr. Karin AM Janssens, wetenschappelijk onderzoeker UMC Groningen

Dr. Yvonne Vanneste, jeugdarts GGD West-Brabant betrokken bij M@ZL

Prof. Dr. Jeanine Verbunt; hoogleraar revalidatiegeneeskunde UMC Maastricht.



Ziezon
landelijk netwerk ziek zijn & onderwijs

www.ziezon.nl