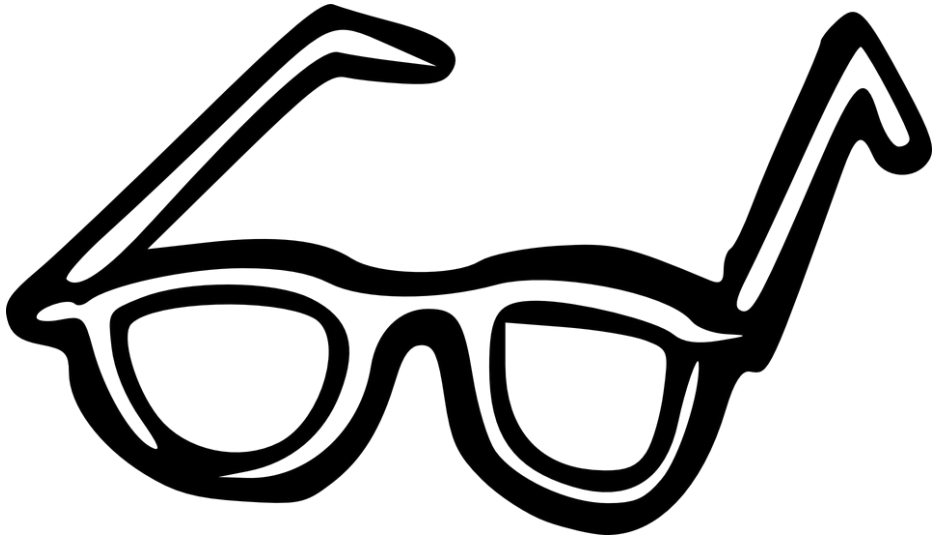


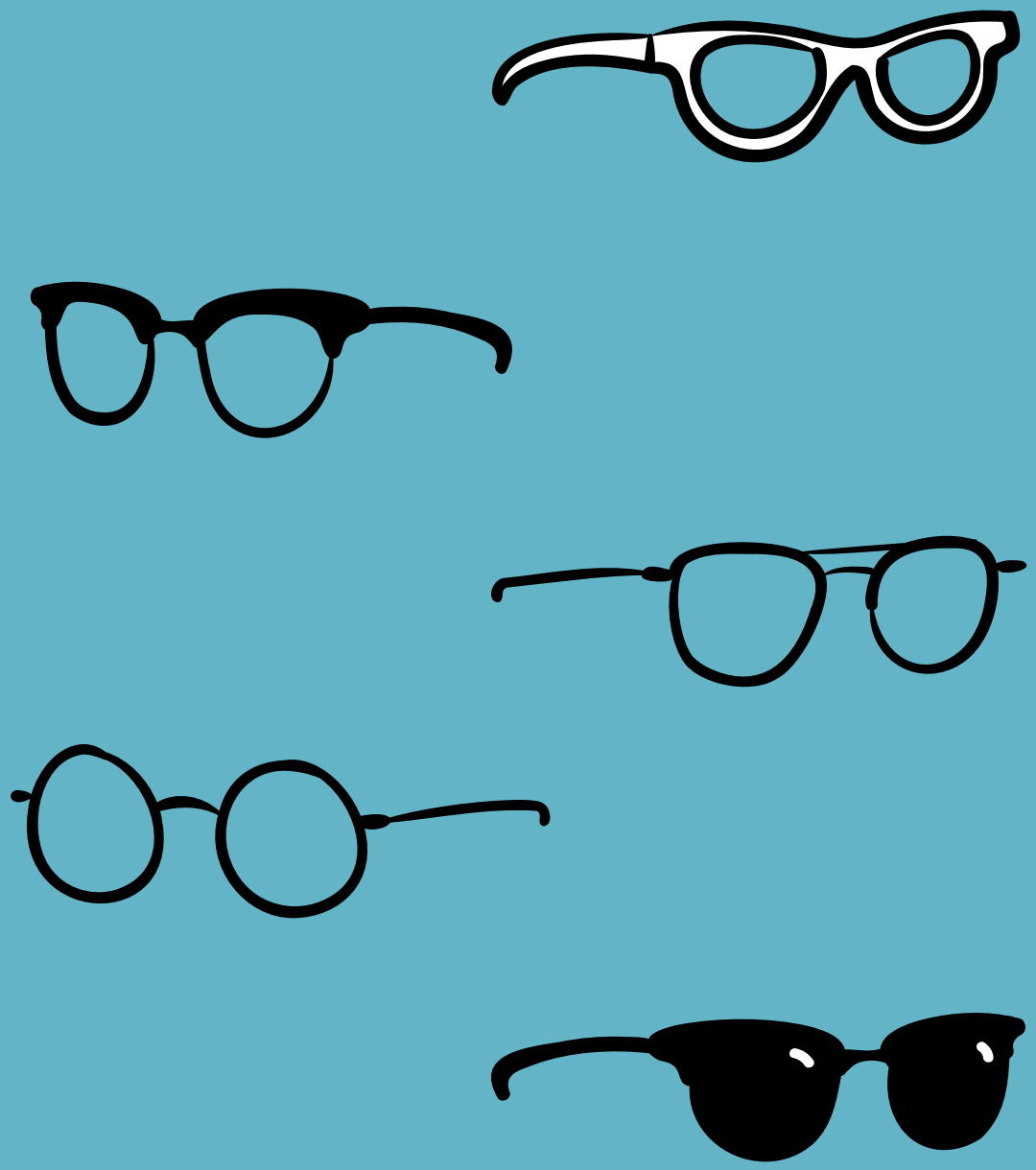
DE TRAUMABRIL

TRAUMASENSITIEF HANDELEN BIJ KINDEREN EN JONGEREN

overhoop

Samen voorbij trauma

Van preventie tot herstel



Overzicht

1. De traumabril
   a) Trauma: wat is dat?
   b) Kijken naar het kind
   c) Psycho-educatie
2. Kijken naar de bredere context
3. Handelen met een traumabril op

VOOR WE BEGINNEN

Wat zijn jullie verwachtingen van deze vorming?

Met welke gevoel en met welke kennis hopen jullie straks naar huis te gaan?

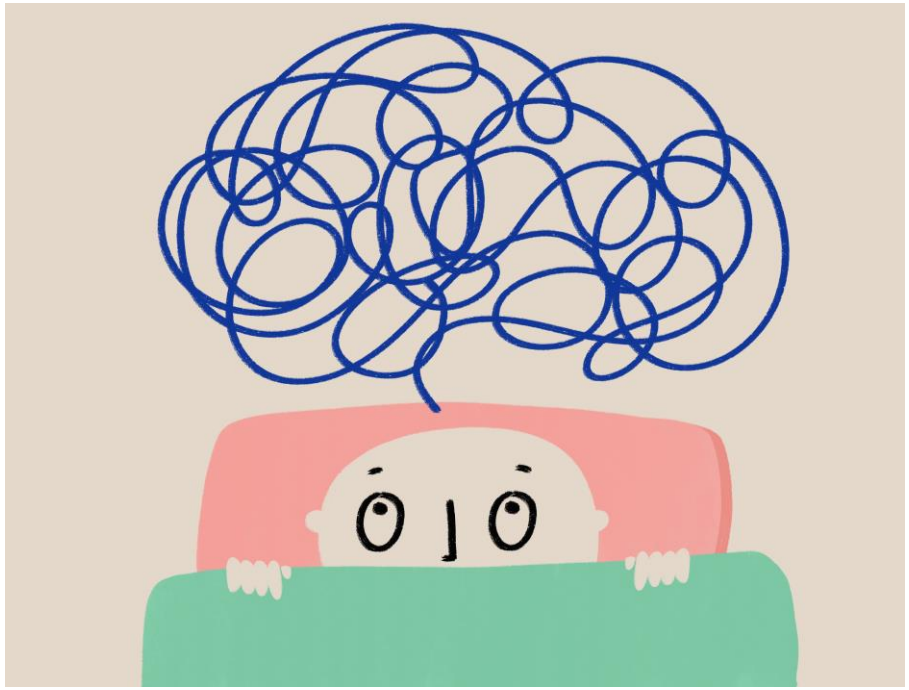
VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

1. De traumabril

a) Trauma: wat is dat?

TRAUMA: WAT IS DAT?

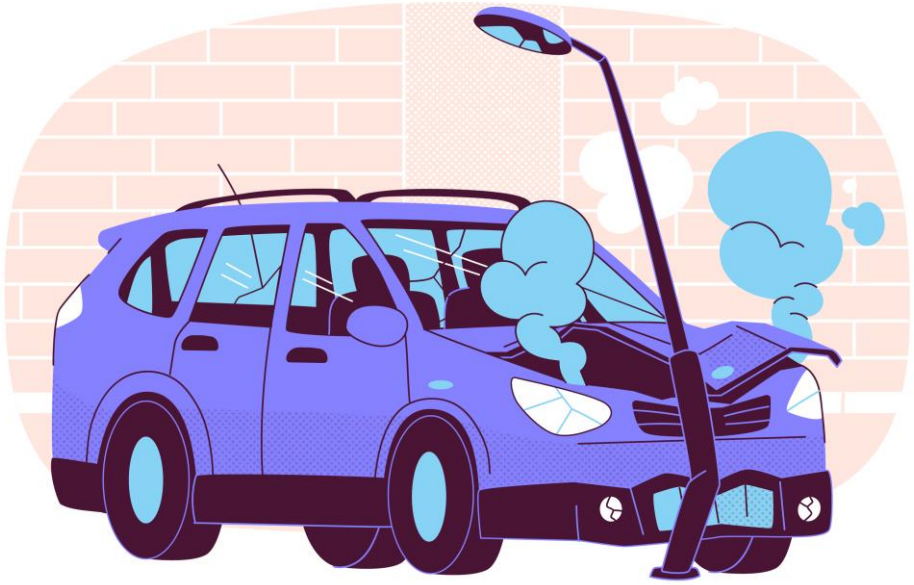


VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

ENKELVOUDIG TRAUMA

Een **eenmalige** traumatische gebeurtenis



VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

POST TRAUMATISCHE STRESS STOORNIS (DSM-V)

A) Blootstelling aan reële of dreigende dood, ernstige verwonding, of seksueel geweld

<u>Symptomen</u>

B) Herbeleving / Intrusieve symptomen

C) Vermijding (intern en extern) en verdovende symptomen

D) Negatieve wijziging in cognities en stemming

E) Hyperarousal

(American Psychiatric Association, 2013)

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

SYMPTOMEN PTSS

Leeftijdsgebonden symptomen: 1 – 6 jaar

- slaapproblemen
- separatieproblemen
- agressief of destructief gedrag
- regressief gedrag
- Nachtmerries
- …

(Beer & de Roos, 2017)

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

SYMPTOMEN PTSS

Leeftijdsgebonden symptomen: 6 – 12 jaar

- piekeren
- verminderde concentratie
- slaapproblemen
- nachtmerries
- lichamelijke klachten
- …

(Beer & de Roos, 2017)

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

SYMPTOMEN PTSS

Leeftijdsgebonden symptomen: 12 – 18 jaar

- risicovol gedrag
- alcohol- of drugsmisbruik
- oppositioneel gedrag
- sociaal isolement
- automutilatie
- radicaal gewijzigde overtuigingen
- …

(Beer & de Roos, 2017)

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

ONTWIKKELINGSTRAUMA

Het trauma bevindt zich in de **hechtingsrelatie**

→ onveiligheid bij de primaire zorgfiguren

In de zorgcontext

- hadden bepaalde dingen **niet mogen gebeuren**.
- hadden bepaalde dingen **moeten gebeuren**, maar ontbraken ze.

DEVELOPMENTAL TRAUMA DISORDER (VAN DER KOLK)

- Een brede en langetermijn impact op verschillende ontwikkelingsdomeinen
  - Hechting
  - Biologie en hersenontwikkeling
  - Affectregulatie
  - Gedragscontrole
  - Cognitie
  - Dissociatie
  - Zelfconcept

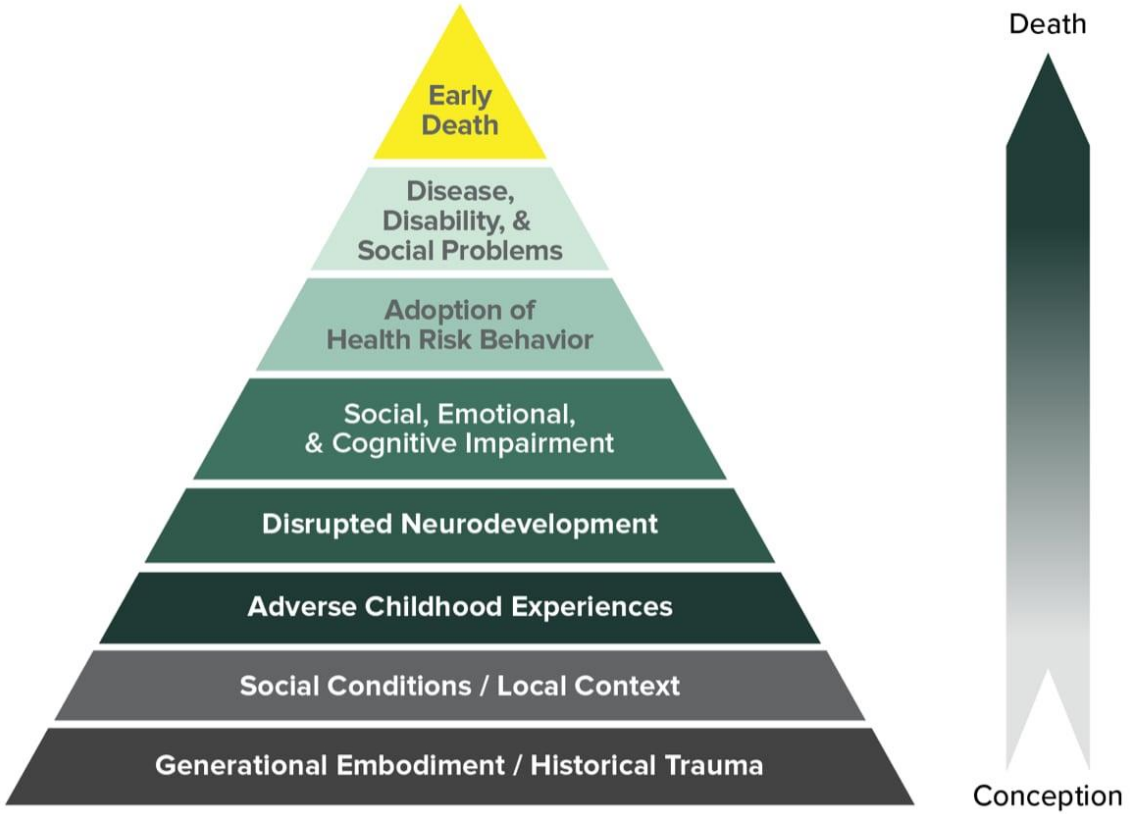
Op deze domeinen → **disregulatie!**

(Cook et al., 2003) (van der Kolk, 2005)

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCES



Mechanism by which Adverse Childhood Experiences Influence Health and Well-being Throughout the Lifespan

(Felitti et al., 1998)

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

https://www.youtube.com/watch?v=W-8jTTIsJ7Q

TRAUMADETECTIE

Niet zo evident!

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

TRAUMATHERAPIE

1. **Stabiliseren!**
2. Confronteren?
3. Integreren

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

TUSSENDOORTJE

5-4-3-2-1 techniek

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

TRAUMASENSITIEF WERKEN

1. Traumasensitieve basishouding
2. Veiligheid bieden
3. Psycho-educatie

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

1. TRAUMASENSITIEVE BASISHOUDING

- Houding aannemen vanuit kennis over de effecten van trauma
- Een veilige, vertrouwde omgeving creëren
- Gebruiken van gesprekstechnieken

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

2. VEILIGHEID

- Aanwezigheid
- Voorspelbaarheid
- Eerlijkheid
- Transparantie
- Betrouwbaarheid

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

3. PSYCHO-EDUCATIE

- Informeren van cliënten en hun context over de oorsprong en gevolgen van trauma, op een aangepast manier.

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

TUSSENDOORTJE

Shake it off

https://vimeo.com/691836525/a0e831ef1d

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

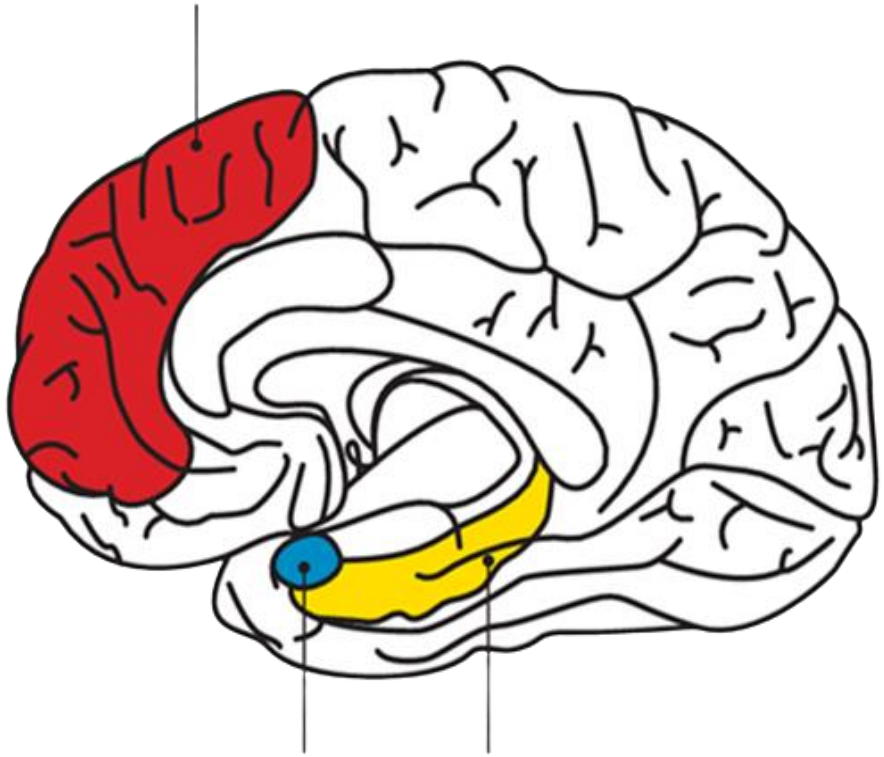
PAika

1. De traumabril

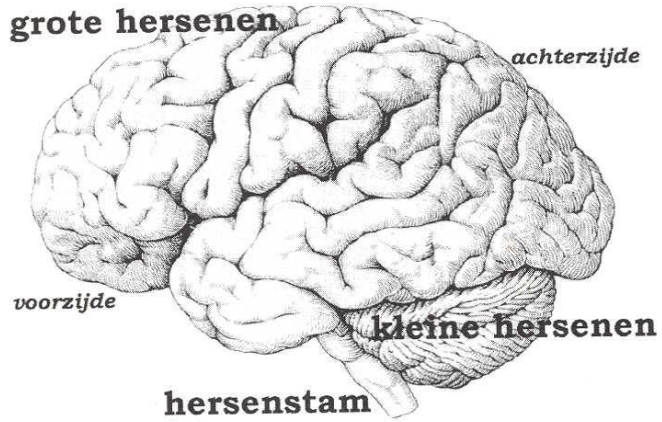
b) Psycho-educatie

TRAUMA EN DE HERSENEN

Prefrontale hersenschors



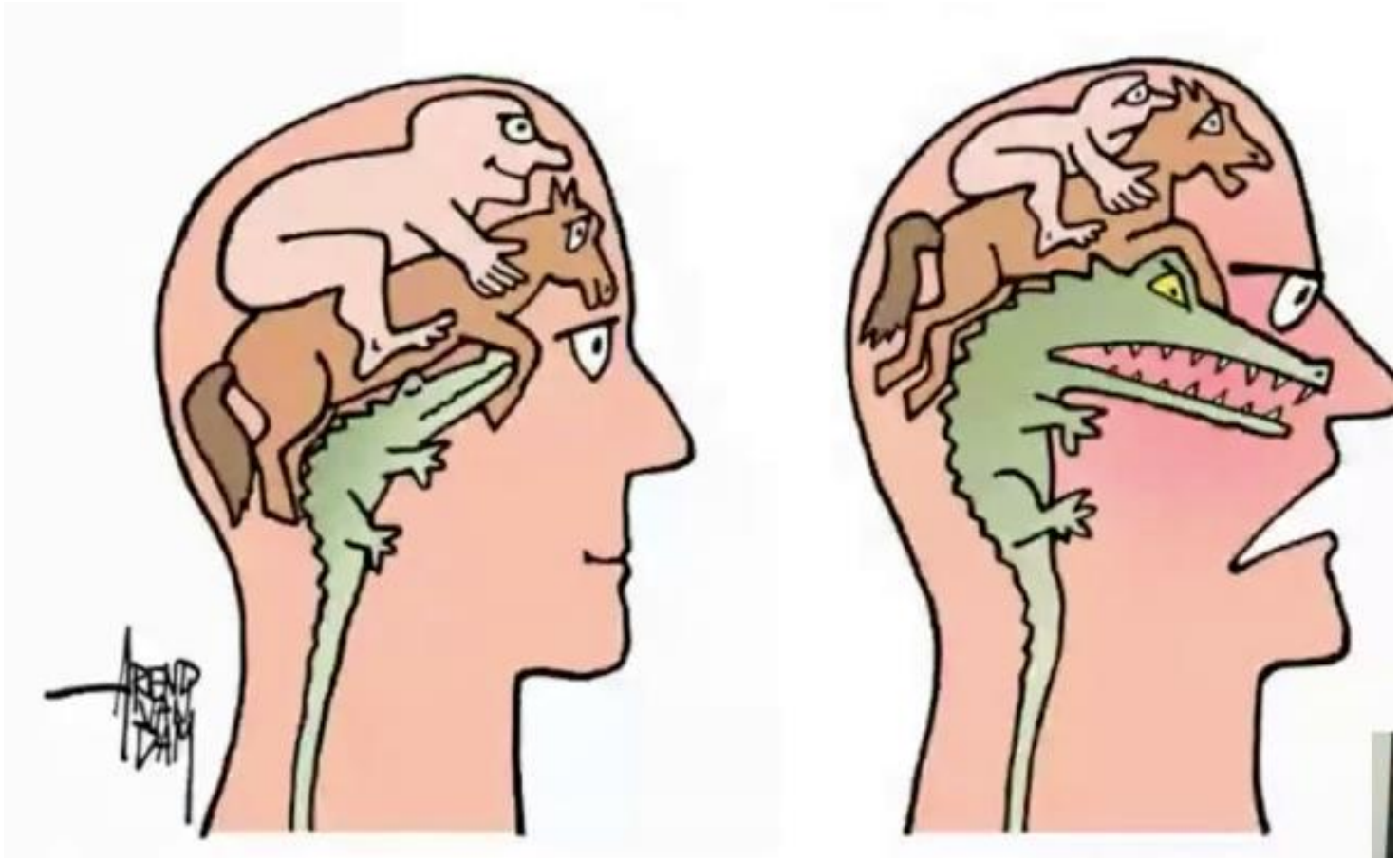
Amygdala Hippocampus



VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

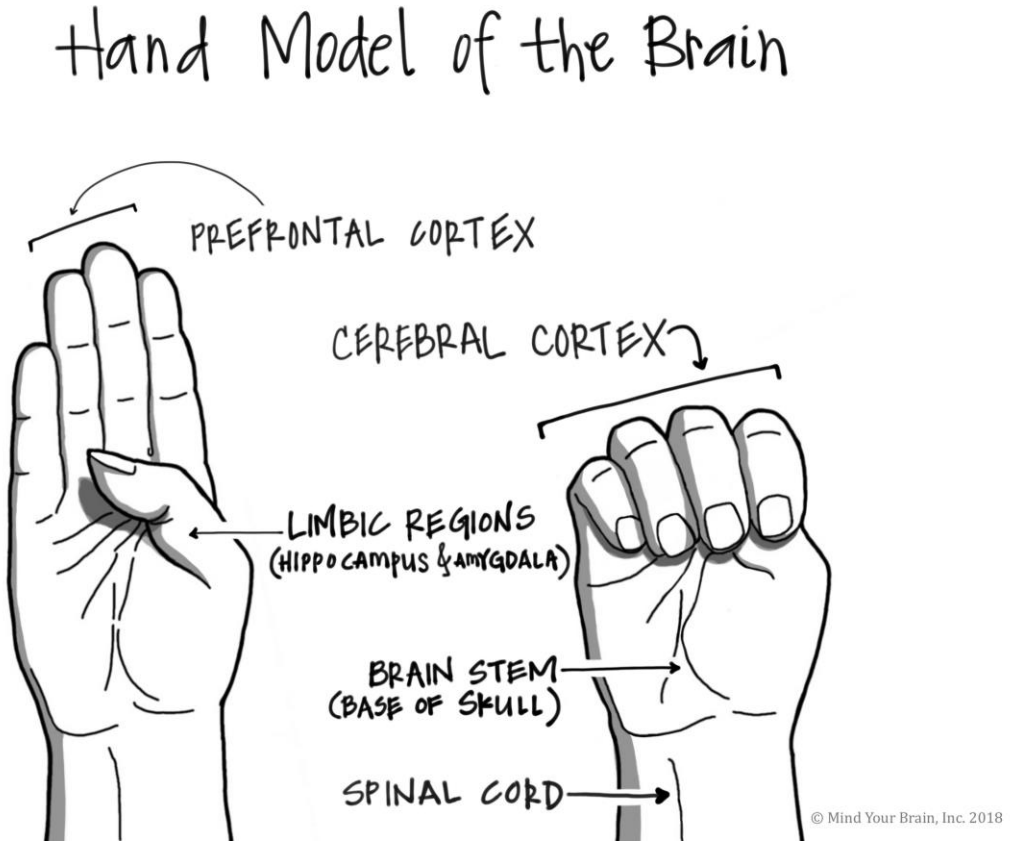
TRAUMA EN DE HERSENEN



VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

HANDMODEL



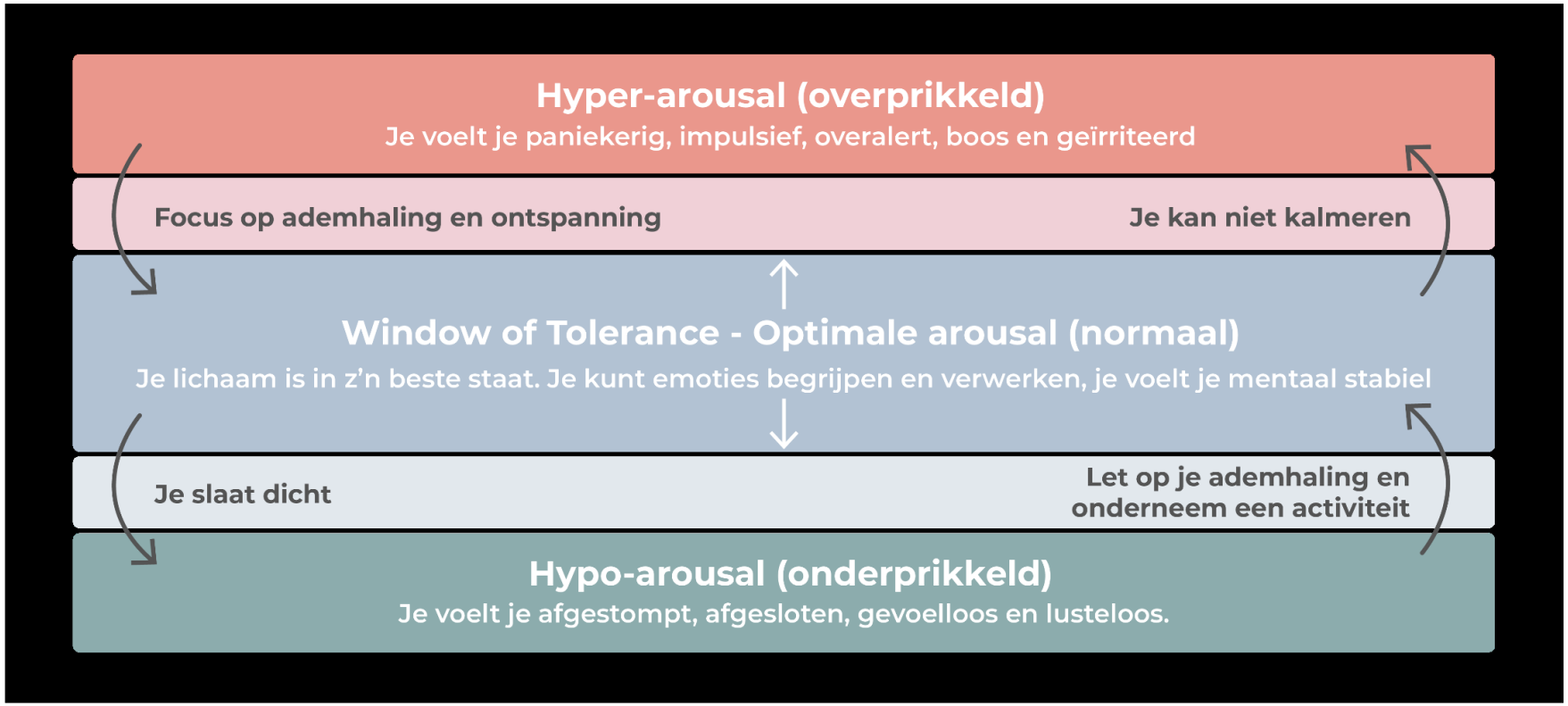
Daniel Siegel: *Flipping your lid*

https://www.youtube.com/watch?v=LdaUZ_wbD1c

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

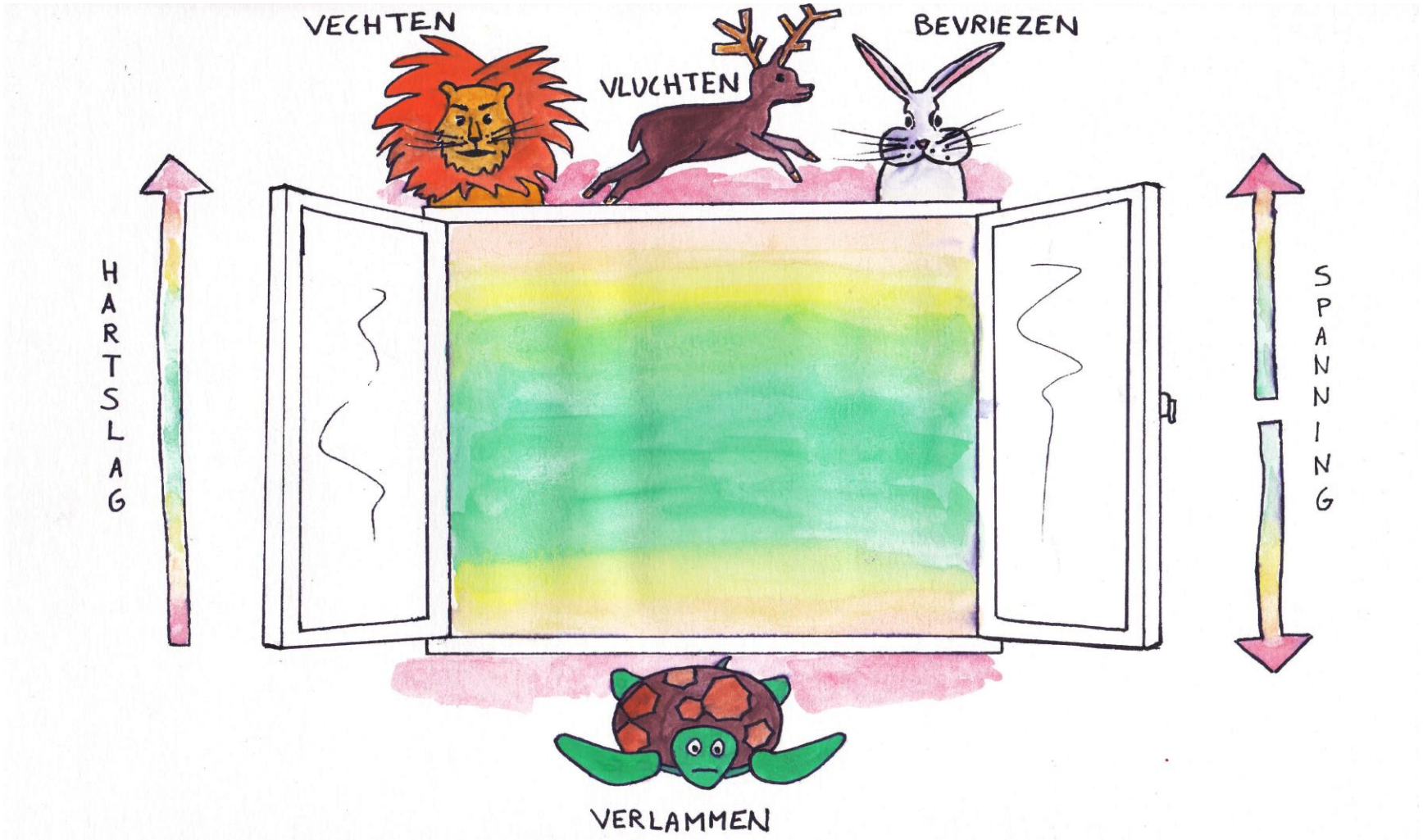
WINDOW OF TOLERANCE



(Siegel, 1999)
https://www.youtube.com/watch?v=Wcm-1FBrDvU

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING
PAika

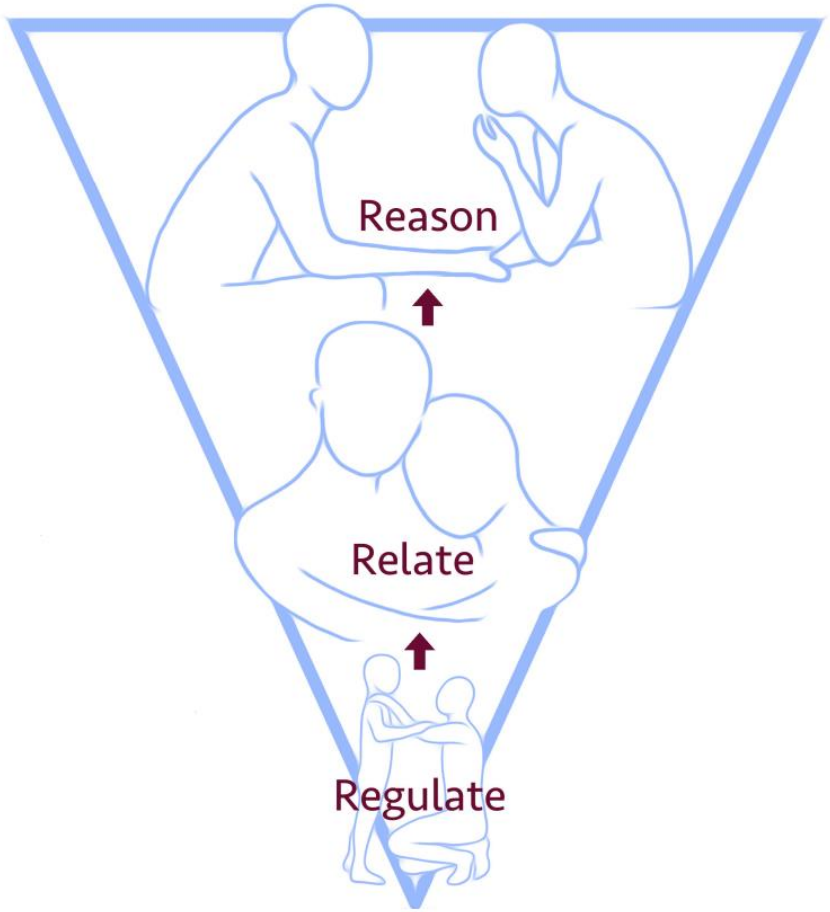
WINDOW OF TOLERANCE



VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

DE DRIE R'EN



Bruce Perry: the three R's (NMT)
Afbeelding: Beacon House

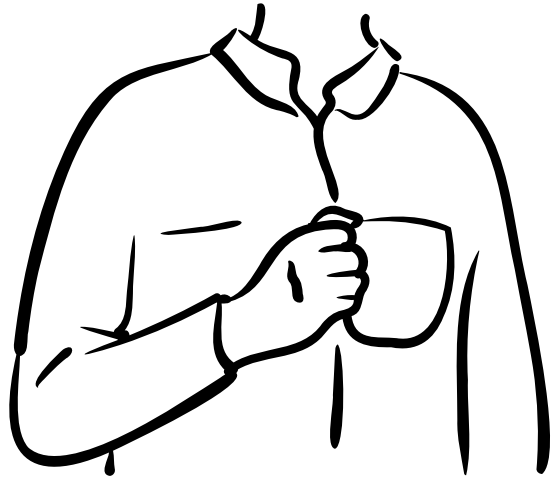
VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

OEFENING

- Rollenspel per drie
- **Cliënt**: vertel over een situatie waarin je onlangs ‘uit je raam’ bent gegaan.
  - Een keer boven het raam
  - Een keer onder het raam
- **Hulpverlener**: ga in dialoog en doe aan psycho-educatie. Stabiliseer indien nodig.
- **Co-hulpverlener**: observeert en valt in indien nodig.
- Na 5 minuten wisselen van rol

PAUZE



VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

1. De traumabril

c) Kijken naar het kind

CASUS

James (9) zit samen met zijn jongere broer in een pleeggezin, zonder contact met zijn biologische ouders. James is een slimme jongen die goede resultaten haalt op school, maar zowel op school als thuis zijn er heel wat problemen.

James krijgt geregeld hevige woede-uitbarstingen en blijft lang in die woede hangen. Hij kan zich uitdagend en agressief gedragen naar anderen, ook naar zijn broertje. Tegelijk hebben ze wel een sterke band en beschermen ze elkaar. Op school verstoort hij vaak de klas en zoekt hij negatieve aandacht. Hij is ook koppig en kan hij zich controlerend gedragen naar anderen toe. Vooral lessen met weinig structuur zijn een uitdaging voor James.

Buiten de school gaat hij naar de scouts. James is een sportieve jongen die van dieren houdt. James heeft moeite met nabijheid (zoals knuffels), maar tegelijk heeft hij verlatingsangst. Over emoties praten lukt hem niet goed.

CASUS

- Bespreek per twee of drie deze casus alsof die in je eigen praktijk of organisatie voorkomt.
- Welke traumasignalen en elementen herken je? Maak een lijstje en groepeer ze.
- Nadien bespreken we dit in groep.

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

3. Kijken naar de bredere context

We houden onze bril op en verbreden onze blik.

“Safety is not the absence of threat, it is the presence of connection.”

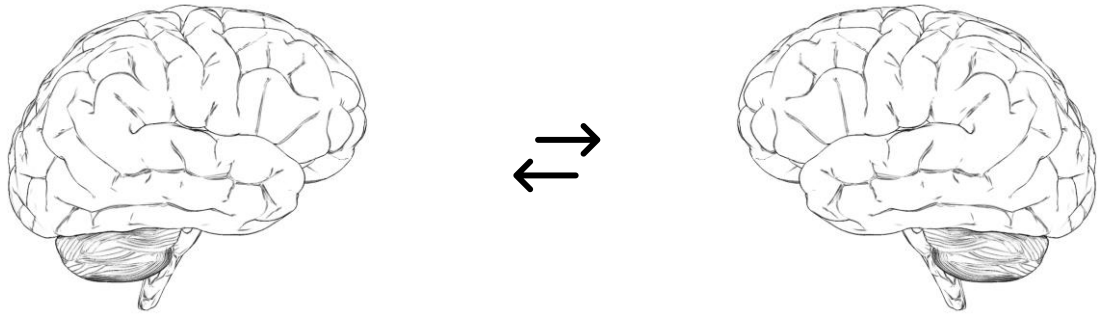
-Gabor Maté

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

HET BELANG VAN VERBINDING

(on)rust is besmettelijk!



VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

EEN BREDE BLIK

Pas op dat je bril geen vergrootglas wordt!

(Hillewaere, 2023)

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

EEN BREDE BLIK

"It takes a village to raise a child."

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

EEN BREDE BLIK

Veiligheid is (g)een voorwaarde!

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

GETUIGENIS

“Ik had een begeleidster, Tessa. Zij deed individuele gesprekken met mij. Elke week vroeg ze hoe mijn week was geweest en bekeken we dit dag per dag. Ik kon daar echt mijn ei kwijt, dat was heel fijn. Zij belastte me ook niet met wat er ondertussen met mijn ouders aan het gebeuren was. […] Het feit dat die begeleidster er écht voor mij was en me vertelde dat mijn situatie niet ok was, dat ik sterk was… Dat vond ik tof en dat heeft me geholpen.”

- *Veerle**

3. Handelen met een traumabril op

We steken de handen uit de mouwen,
met onze bril stevig op de neus.

REGULATIE IN DE PRAKTIJK

Op welke manieren doen jullie aan zelfregulatie?

Op welke manieren doen jullie nu al aan stabiliseren?

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

REGULATIE IN DE PRAKTIJK

Regulatie ≠ ingewikkelde oefeningen

VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

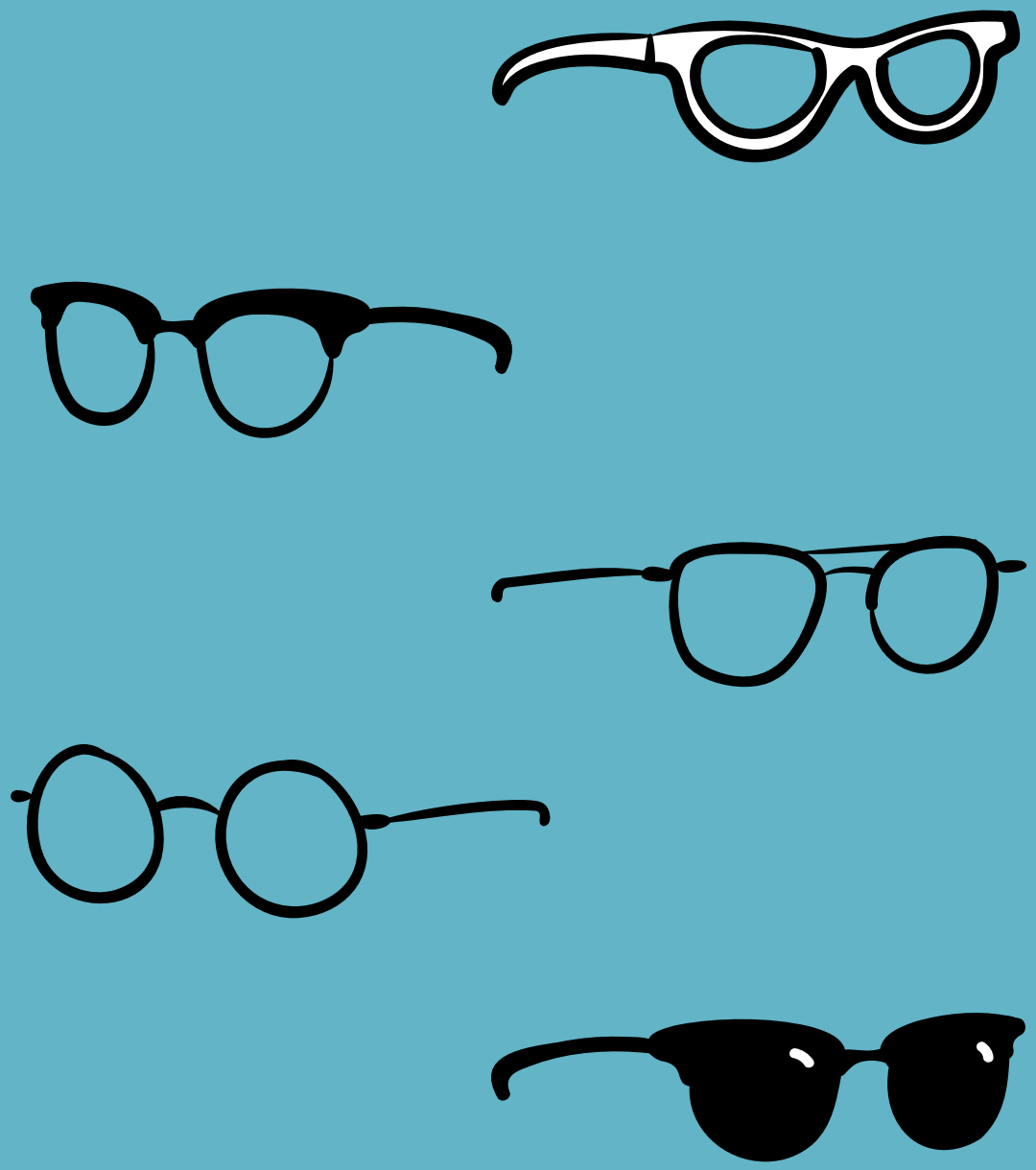
PAika

REGULATIE IN DE PRAKTIJK

- **Oefeningen**
  - 5-4-3-2-1 oefening
  - Shake it off
  - Hartcoherentie
  - Bodyscan
  - Gebalde vuist
  - Fijne plek
  - Vlinderoefening
  - Ademhalingsmala
  - Yoga
  - Grondingsoefeningen
  - Massage
  - …

REGULATIE IN DE PRAKTIJK

- **Regulatiematerialen**
  - Hoberman sphere
  - Sensorische ballen
  - Verzwaringsknuffel
  - Verzwaringsdeken
  - Yogakaarten
  - Putty / slijm
  - Fidget toys
  - Piekerstenen
  - Wiebelkussen
  - Bellenblaas
  - …



VERTROUWENSCENTRUM KINDERMISHANDELING

PAika

Contact:

jasper.tweepenninckx@uzbrussel.be