

Inhoud

1	Welkom	7
	Dia's	8
	Gevoelsthermometer	11
2	Module 1: kennismaking	13
	Leerdoelen	13
	Dia's	13
	Extra informatie	21
	Essentiële elementen van opvoeden met kennis van trauma	21
3	Module 2: verschillende soorten trauma	25
	Leerdoelen	25
	Dia's	25
	Extra informatie	38
	Traumatische stress bij kinderen: grondbeginselen voor opvoeders	38
4	Module 3: begrijpen van de effecten van trauma	43
	Leerdoelen	43
	Dia's	43
	Extra informatie	54
	Hersenontwikkeling bij jonge kinderen	54
	De onzichtbare koffer: tegemoetkomen aan de behoeften van getraumatiseerde kinderen	59
5	Module 4: een veilige omgeving creëren	63
	Leerdoelen	63
	Dia's	63
	Extra informatie	76
	Het verhaal van Isa	76
	Opnieuw leren liefhebben: eindelijk een pleegmoeder die ik kon vertrouwen	78
	De eerste leuke kerst: eindelijk voelde ik me welkom met de feestdagen	80
	In de hand houden van emotionele 'hotspots': tips voor opvoeders	83
	Het belang van aanraking: zorgen voor jonge getraumatiseerde kinderen	85
	Omgaan met herinneringen aan het trauma	86
	Verder lezen	90
6	Module 5: omgaan met gevoelens en gedrag	93
	Leerdoelen	93
	Dia's	93
	Extra informatie	105

	Afstemmen op de emoties van je kind: tips voor opvoeders	105
	Verder lezen	109
	Spellen	110
7	Module 6: verbindingen en herstel	111
	Leerdoelen	111
	Dia's	111
	Verder lezen	121
	Websites	121
8	Module 7: hoe je een pleitbezorger van je kind wordt	123
	Leerdoelen	123
	Dia's	123
	Extra informatie	132
	Een positieve relatie opbouwen met de biologische ouders	132
	Het belang van verbinding: het perspectief van een biologische moeder	134
	Verder lezen	138
9	Module 8: voor jezelf zorgen	139
	Leerdoelen	139
	Dia's	139
	Extra informatie	152
	Zelfzorgcheck	152
	Tips om een goede opvoeder met kennis van trauma te worden	154
10	'Mijn kind'-werkbladen	159
11	Verhalen	169
	Het verhaal van Marja (8 maanden)	169
	Het verhaal van Rachel (17 maanden)	170
	Het verhaal van Tom (4 jaar)	172
	Het verhaal van Andrea (9 jaar)	174
	Het verhaal van Jamie (12 jaar)	175
	Het verhaal van Danny (15 jaar)	178
	Een familieverhaal	180
	Het verhaal van Ron en Suzanne	182
	Het verhaal van Betty en Joyce	184
	Over de auteurs	187

Wanneer kinderen of jongeren niet veilig in hun ouderlijk huis kunnen blijven, worden ze vaak tijdelijk bij familieleden, bij pleegouders of in andere vervangende opvoedingssituaties geplaatst. Jullie, de opvoeders, hebben een van de meest uitdagende en emotioneel vermoeiende rollen in het algehele welzijn van het kind op je genomen.

Jullie moeten erop voorbereid zijn om kinderen bij jullie thuis te verwelkomen op ieder uur van de dag of nacht, om een grote variatie van gedragingen die de kinderen vertonen in de hand te houden en om te gaan met regels van instanties, wetgeving en papierwerk. Er wordt van jullie verwacht dat je advies, ondersteuning en hulp aan de biologische gezinnen biedt, terwijl jullie je op hetzelfde moment hechten aan de kinderen en jongeren die onder jullie zorg staan. Jullie moeten ze tevens voorbereiden op een hereniging met hun familie of staan wellicht voor de mogelijkheid een levenslange verbintenis met hen aan te gaan. Thuis treden jullie op als verzorger, adviseur, hersteller, mentor, voorbeeld en opvoeder. Buiten de deur wordt verwacht dat jullie bijeenkomsten bij instanties en op school bijwonen en naar dokters en therapieafspraken gaan.

Veel kinderen die uit huis zijn geplaatst, hebben geleefd onder traumatische omstandigheden. Begrip van de invloed van een trauma op kinderen kan helpen om betekenis te geven aan soms verbijsterende gedragingen, gevoelens en opvattingen. Als je eenmaal begrijpt waarom je kind zich gedraagt zoals het doet, ben je beter voorbereid, zodat je het kind kunt helpen om te gaan met de effecten van trauma. Door deze training verbetert je vermogen om te communiceren met je kind, leer je vaardigheden en technieken om het gedrag en de opvattingen van je kind te veranderen en leer je manieren om de stress van het opvoeden van een getraumatiseerd kind te verminderen. Doel is je een effectievere opvoeder te maken en je in staat te stellen om meer positieve ervaringen te beleven die opvoeden van een ander kind dan je eigen kind de moeite waard maken.

In dit boek wordt gesproken over opvoeders. Daaronder verstaan we deelnemers aan de training die in welke hoedanigheid ook – als ouder, pleegouder, adoptieouder, verzorger, pleegzorgmedewerker, (gezins)voogd of anderszins – zorg en verantwoordelijkheid hebben voor en intensief contact hebben met een getraumatiseerd kind.

Dia's

Dia 1

Zorgen voor getraumatiseerde kinderen: een training voor opvoeders
Welkom.

Dia 2

Welkom

- Wie verzorgen de cursus?
- Wat is het schema?
- Waar zijn de toiletten?

NOTITIES

Dia 3

Elkaar leren kennen (groepsactiviteit)

- Wie zijn we?
- Waarom zijn we hier?
- Wat hopen we te leren?

NOTITIES

Dia 4

Waarom een traumatraining?

- Veel kinderen die uit huis zijn geplaatst, hebben traumatische ervaringen opgedaan.
- Kinderen brengen hun trauma's met zich mee naar het pleeggezin, gezinshuis of adoptiegezin.
- Een trauma heeft een diepgaande invloed op gedrag, gevoelens, relaties en wereldbeeld van een kind.

NOTITIES

Dia 5

Waarom een traumaworkshop? (vervolg)

- Het trauma van een kind heeft ook invloed op ons:
 - uitputting van mededogen;
 - pijnlijke herinneringen;
 - secundaire traumatisering.
- De effecten van een trauma, op kinderen en op ons, kunnen een plaatsing verstoren.

NOTITIES

Dia 6

Uitspraak

Sam (pleegouder): 'Niemand heeft de impact van een trauma op het leven van een kind echt aan mij uitgelegd. Ik wilde dat ik eerder al meer over trauma had geweten.'

NOTITIES

Dia 7

Wat gaan we leren?

- Module 1: kennismaking.
- Module 2: verschillende soorten trauma.
- Module 3: de gevolgen van trauma.
- Module 4: een veilige plek creëren.

NOTITIES

Dia 8

Wat gaan we leren? (vervolg)

- Module 5: omgaan met gevoelens en gedrag.
- Module 6: verbindingen en herstel.
- Module 7: hoe je een pleitbezorger wordt van je kind.
- Module 8: voor jezelf zorgen.

NOTITIES

Dia 9

Afspraken

- Als iemand spreekt, luisteren de anderen.
- Meningsverschillen mogen er zijn.
- Respecteer ieders bijdrage en ervaringen.
- Als een onderwerp of activiteit je een onprettig gevoel geeft, neem dan gerust een time-out.

NOTITIES

Gevoelsthermometer

Onze geest, emoties en lichaam doen allemaal mee als we stress ervaren. De gevoelsthermometer laat zien hoe stress ervoor kan zorgen dat we ons ongemakkelijk voelen en impulsief reageren en niet meer rationeel kunnen denken.

Gebruik het volgende werkblad om je emoties bij te houden en gebruik het om te achterhalen welke onderwerpen en activiteiten onbehaaglijke gevoelens bij je oproepen. Als je je bewust bent van de specifieke onderwerpen of situaties die zorgen voor een ongemakkelijk gevoel, kan dat een sterk en bruikbaar handvat zijn voor deze training en voor andere situaties. Door dit bewustzijn kun je rekening houden met gebeurtenissen die mogelijk impulsieve reacties oproepen. Vervolgens kun je een plan ontwikkelen om met deze situaties om te gaan.

Dia 10

Gevoelsthermometer



