



Basic Trust is een landelijke organisatie van orthopedagogen, psychologen, psychotherapeuten en ambulante behandelaars. Wij zijn gespecialiseerd in basisvertrouwen, problematische gehechtheid, trauma, angstproblematiek, pleegzorg en adoptie.

Kijk op www.basictrust.com voor een Basic Trust-vestiging bij u in de buurt of neem contact op met ons hoofdkantoor.

T. 088 - 227 40 00
info@basictrust.com

In deze Basic Trust Basics:

- | Verminderd basisvertrouwen en liegen - *artikel* | Stilzitten als een kikker - *recensie* |
- | Integratief opvoeden - *recensie* | Uit de praktijk - *artikel* |



Van de redactie

In deze Basic Trust Basics aandacht voor liegen. Waarom doen sommige kinderen dit en hoe kun je er mee omgaan? En een praktijkverhaal over therapie aan een volwassene die als kind geadopteerd is. Ook in volwassenheid kan basisvertrouwen hersteld worden. Dit keer ook weer twee boekrecensies.

Veel leesplezier!



1

Verminderd basisvertrouwen en liegen

Dat mijn kind iets doet wat niet mag, vind ik tot daaraan toe. Maar dat hij erover liegt?! Liegen heeft een nare bijmaak, het roept wantrouwen en achterdocht op.

Dit kleurt vaak ook het gevoel en oordeel van de opvoeder. 'Mijn kind gedraagt zich achterbaks, hij speelt een spelletje met me. Zelfs als ik hem ernaar vraag, vertelt hij niet de waarheid.'

Gewetensvorming

Om bewust de waarheid te spreken of bewust te liegen, is gewetensvorming

nodig. Bij een kind dat zich gezond ontwikkelt, begint dit rond het derde levensjaar. Het kind ervaart dat er rekening met hem wordt gehouden en leert rekening te houden met anderen. Het wordt zich meer en meer bewust van wat opvoeders als prettig en onprettig ervaren. Het contact met opvoeders wordt hiermee op een bewust niveau, meer wederkerig. Zo ontstaat een diepere emotionele verbinding. Het kind verinnerlijkt de waarden en normen van zijn opvoeders. En leert daarnaar te handelen.

Kinderen met verminderd basisvertrouwen hebben niet of minder ervaren

dat anderen met hen rekening houden. Zij hebben niet of minder leren vertrouwen op de beschikbaarheid, zorg en rechtvaardigheid van een veilige opvoeder. Van daaruit kan wantrouwen naar de omgeving ontstaan. Deze kinderen hebben bijvoorbeeld moeite met nabijheid. Liegen komt dan niet voort uit de negatieve intentie die opvoeders of omgeving er vaak aan verbinden. Het kind handelt vanuit een diep geworteld gevoel van niet genoeg, ongewenst of onbemind zijn. Met eerlijk zijn riskeert het kind afwijzing of 'door de mand vallen'. Liegen vanuit angst lijkt voor hem of haar een noodzakelijke overlevingsstrategie. Bescherming tegen ►

afwijzing. Het verzinnen van verhalen kan gezien worden als het creëren van een eigen waarheid, om zo de wereld om zich heen kloppend te krijgen en om spanning en stress te laten afnemen. Vaak is dit een onbewust proces.

Een negatieve spiraal

Wanneer opvoeders vervolgens proberen 'de waarheid' te achterhalen, levert dit vaak een tegengesteld negatief effect op. Het kind zal zich in nog meer bochten wringen om de ander niet (nogmaals) teleur te stellen.



Als een kind liegt, kan dat bij de opvoeder verwarring opleveren. Bij Basic Trust horen we vaak dat opvoeders ofwel begrenzen, extra streng worden of de waarheid willen achterhalen. Ofwel uit machteloosheid meegaan in de verhalen van het kind. Wanneer iets waarheid is en wanneer niet wordt dan nog meer onduidelijk.

Beide aanpakken leiden tot een neerwaartse spiraal. Opvoeder en kind versterken elkaar dan in het negatieve gedrag. Wanneer een opvoeder aan de waarheid vasthoudt en extra streng of boos reageert, lokt dat een boze reactie uit bij het kind. Dat vergroot weer de boosheid van de opvoeder, enzovoorts. Wanneer de opvoeder - soms uit schrik, onmacht of verwarring - meegaat in de onwaarheid, krijgt het kind een gevoel van controle, dat het wellicht ook een volgende keer zal inzetten als het zich bang of kwetsbaar voelt.

Behoeften van het kind

Het helpt als de opvoeder zich probeert in te leven in het kind en daarbij onderscheid maakt tussen het eigen oordeel over liegen en het gedrag dat hij of zij bij het kind ziet. Vaststellen dat een kind iets onwaars vertelt en zoeken naar de redenen hiervoor, biedt zicht op de situatie. 'Ik vraag me af waarom je het zo vertelt.' Zo komen de behoeften die het kind met het liegen probeert te vervullen, ook in beeld.

Bij Basic Trust leren opvoeders op een helpende manier betrokken te zijn. Dat doen ze door het geven van 'ontvangstbevestigingen' en met benoemen. Dat is op een rustige, neutrale en vriendelijke manier onder woorden brengen wat een kind in het hier en nu doet, voelt, wil of denkt. 'Jij maakt er nu

een ander verhaal van. Misschien omdat je bang bent dat ik boos word. Maar ik word niet boos, dus laten we het er eens over hebben.' Zo laat een opvoeder merken dat het kind belangrijk voor hem of haar is en neemt hij of zij de leiding.



Stevige boom

Het kind voelt zich begrepen. Er is bijvoorbeeld begrip voor de angst voor boosheid wanneer de waarheid uitkomt. De opvoeder wordt zo een 'stevige boom' voor het kind, iemand die er ondanks zijn gedrag voor hem blijft, die om zijn gedrag heen kan kijken en die voorziet in zijn behoefte aan onvoorwaardelijke liefde, nodige zorg en veilige begrenzing. Hij zal gaan ervaren dat de waarheid goed genoeg is en dat liegen niet meer nodig is.

Willemijn Guiljam-Geijtenbeek

Basic Trust Goes en Zierikzee

Boekrecensie

Stilzitten als een kikker

'De aan-knop doet het wel, maar waar zit de pauze-knop?' Door te oefenen in aandacht en bewust aanwezig zijn, leren kinderen even te stoppen, op adem te komen en te voelen wat zij nodig hebben op dat moment.

Kinderen zijn vaak druk en hebben last van stress, zowel op school als thuis. Dit beeld zien we vaak ook terug bij kinderen met verminderd basisvertrouwen. Het boek *Stilzitten als een kikker* staat boordevol verhaaltjes, oefeningen en tips voor opvoeders om hun kind te helpen die pauzeknop te vinden.

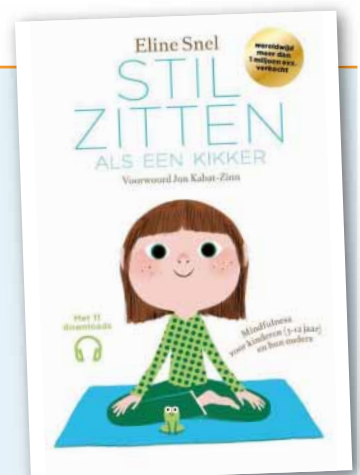
Hoofd vol gedachten

Met de oefeningen wordt het kind zich bewust van zijn lichaam en emoties. Dit helpt om zijn hoofd vol gedachten tot rust te brengen, gevoelens te voelen en te leren begrijpen en zich beter

te kunnen concentreren. Het is leuk om als opvoeder de oefeningen samen met het kind te doen. Dit verstevigt tegelijkertijd de onderlinge band. Het boekje is op een aantrekkelijke en begrijpelijke manier geschreven en bevat verschillende soorten oefeningen waarmee iedereen direct aan de slag kan!

Linda Tevel

Basic Trust Goes



Stilzitten als een kikker

Eline Snel

Uitgeverij Ten Have

ISBN 9789021572499

134 pagina's, € 20,-

Voor kinderen (5-12 jaar) en hun opvoeders

Integratief opvoeden

Kinderen die nare gebeurtenissen hebben meegemaakt met de mensen waaraan zij gehecht zijn, kunnen intense pijn, angst en wantrouwen ervaren. Denk bij nare gebeurtenissen bijvoorbeeld aan mishandeling, een medische ingreep of een uithuisplaatsing.

Deze diepe gevoelens uit zich vaak in 'lastig' gedrag, zoals agressie en/of extreme geslotenheid. Dat komt ook voor nadat de thuisomgeving is veranderd, bijvoorbeeld door adoptie of pleegzorg, of als thuis de problemen zijn opgelost. Dat gedrag kan bij opvoeders een machteloos gevoel geven. Dit boek over integratief opvoeden biedt opvoeders begrip en erkenning en opvoedstrategieën. De strategieën zijn speciaal ontworpen om gedragsproblemen te verminderen en het gehechtheidsgedrag van het kind te bevorderen. Het boek verwijst daarbij regelmatig naar het team van behandelaren, maar het is ook geschikt om door opvoeders gelezen te worden.

Het boek telt zeven hoofdstukken en is ook digitaal te lezen. Er zijn flashcards (soort geheugensteuntjes) die je kunt uitprinten. De eerste hoofdstukken geven informatie over de invloed van gehechtheidstrauma op de hersenontwikkeling en hoe dit van invloed is op het denken en voelen van het kind. De volgende hoofdstukken bieden tips om het kind te kalmeren en helpen. Daarnaast biedt het boek advies hoe de eigen triggers en gevoelens te leren herkennen. Er is ook aandacht voor zelfzorg.

Het boek brengt wetenschappelijke inzichten en de praktijk samen en is daarmee waardevol. Het sluit goed aan op de Basic Trust-methode. Ook wordt goed stil gestaan bij de gevoelens die opvoeders kunnen hebben. De handvatten zijn toegankelijk en de flashcards vormen een handige ondersteuning. Met name de eerste paar hoofdstukken bevatten veel informatie. Het lezen vraagt daarom wel aandacht en soms is herhaling nodig om het goed te kunnen begrijpen. Daar kan natuurlijk ook de behandelaar bij helpen. Juist die eerste basis helpt om het gedrag van het kind echt te begrijpen. Al met al een aanrader voor zowel opvoeders als behandelaren!

IJda Willemsen,

Basic Trust locatie Woerden



Integratief opvoeden

Strategieën voor de opvoeding van kinderen met gehechtheidstrauma.
Debra Wesselmann, Cathy Schweitzer, Stefanie Armstrong

Nederlandse vertaling en bewerking:

Nathalie Schlattmann, Mara van der Hoeven, Irma Hein
Uitgeverij BSL

ISBN 978 90 368 2597 9

123 pagina's, € 25,95

Uit de praktijk van Basic Trust

Als volwassene verwerken dat je bent afgestaan en geadopteerd

Laura van 37 jaar meldt zich bij ons aan. Ze voelt zich vaak angstig en boos. Als peuter van ruim tweeën-half jaar werd zij vanuit Colombia geadopteerd. Basic Trust biedt ook op een aantal locaties behandelingen aan volwassenen aan. Laura kan dus bij ons terecht.

Laura heeft al veel hulpverlening achter de rug. De eerste hulp werd ingeschakeld toen zij acht jaar was. In de loop der jaren

volgde een flinke lijst classificaties en diagnoses. Ze noemt ze allemaal op: ADHD, autisme spectrum stoornis, depressie, gegeneraliseerde angststoornis en – meest recent – borderline persoonlijkheidsstoornis. Op mijn vraag wat haar het meest geholpen heeft, antwoordt ze dat ze er geen klap mee opgeschoten is. Niemand heeft haar begrepen. Ze ziet niet hoe iets of iemand haar ooit kan helpen. Wat dapper van Laura dat ze het desondanks opnieuw wil proberen in de hulpverlening. Het geeft ook haar wanhoop aan.

Als ik haar vraag naar het afgestaan zijn, het wonen in een kindertehuis in het land van herkomst en de adoptie door haar ouders, reageert ze afstandelijk. Ze was nog maar heel klein, dus wat heeft het ermee te maken? Ze heeft wel een mening over adoptie en die laat ze me horen. Adoptie zou verboden moeten worden. Het is schandalig, ze had niet uit haar geboorteland weggehaald mogen worden.

Verdrietig meisje

Laura uit zich boos en praat met luide stem. Boos gedrag maskeert vaak pijn. ▶

◀ Het wordt ingezet om kwetsbaarheid te beschermen. Ik vermoed dat achter deze boze Laura een verdrietig meisje schuil gaat, dat zich geen raad weet. Ik weet ook dat adoptie en boosheid vaak hand-in-hand gaan. Er is veel om boos over te zijn als je geadopteerd bent. De oneerlijkheid van ergens geboren worden waar je niet kon blijven, waar je niet welkom was. Of juist wel welkom was, maar waar het aan eten, drinken en spullen ontbrak. Het gevoel dat je niet goed genoeg werd bevonden en daarom 'weggedaan' werd.

Emotionele binnenwereld

Bij Laura komen veel van deze gedachten naar voren als ze praat. Ze zegt dat ze er niets van weet. Ondertussen geeft ze wel duidelijk een inkijkje in een verwarde, emotionele binnenwereld waar gedachten hebben geleid tot negatieve overtuigingen over zichzelf, anderen en de wereld om haar heen. Ze heeft weinig of geen feitelijke informatie over haar voorgeschiedenis. Ze heeft er wel ideeën en gevoelens bij.

Wat mij verbaast, is dat er in eerdere behandeltrajecten nauwelijks aandacht was voor het afgestaan en geadopteerd zijn. Wanneer Laura aangaf er niets van te weten, was dat voor behandelaars blijkbaar voldoende om het daarbij te laten. De volle aandacht ging naar hoe ze zich staande heeft proberen te houden, de controlebehoefte, starheid en zichzelf pijn doen. En dat leidde tot alle diagnoses en classificaties.

Over het hoofd gezien

Laura weet uit haar adoptiedossier dat ze als baby'tje waarschijnlijk uren in een doos lag voor ze werd gevonden. Het was winter en ze had alleen een T-shirt om zich heen gewikkeld. Daarna woonde ze de eerste jaren van haar leven in een druk kindertehuis. Er waren weinig verzorgers en veel kinderen die behoefte hadden aan aandacht. Laura leerde als jong kind dat ze over het hoofd werd gezien, dat anderen haar innerlijke behoeften niet zagen en dat ze zich moest wapenen om geen pijn te voelen.

In het intake-verslag beschrijf ik de samenhang tussen de problemen die Laura nu heeft, hoe ze zich probeert te beschermen en omgaat met haar problemen (haar copingstijl), hoe haar karaktertrekken daarbij helpen of soms tegenwerken en hoe haar voorgeschiedenis van invloed is geweest op dit alles.



Laura wordt er stil van. "Waarom heeft niemand dit eerder zo uitgelegd?" Als het is ingedaald, voelt het als een bevrijding. Alsof ze voor het eerst mag voelen dat het niet niks is hoe haar leven is begonnen. En welke invloed dit heeft gehad op haar verdere leven.

**Ze ervaart
wat het is om
doorleefd te voelen
in plaats van emoties
af te schermen achter
een boze
beschermlaag**

In de behandeling werken we met schematherapie. Laura krijgt zicht op haar kwetsbare plekken en de onvervulde basisbehoeften daaraan verbonden. Ook ziet ze steeds duidelijker in op welke manier ze zich heeft beschermd tegen verdriet, angst en pijn. Die beschermmaatregelen hielden haar op de been. Maar ze zorgden er ook voor dat ze zich afsloot van kwetsbare gevoelens en van de steun en nabijheid van anderen. Ze leert haar

overtuigingen soms wat uit te dagen. 'Klopt het wel wat ik denk?' Ze leert ook voelen wat ze heeft gemist en wat er voor haar had moeten zijn aan steun en liefde. Ze krijgt manieren aangereikt om haar boosheid te uiten over wat ze voelt. Ze ervaart nu wat het is om doorleefd te voelen in plaats van emoties af te schermen achter een boze beschermlaag. Langzaam krijgt ze meer grip op haar beschermingsmechanisme en kan ze op andere manieren reageren. Ze voelt het gemis van haar biologische moeder, leert verdragen dat ze veel niet weet en start voorzichtig met het verwerken van het afgestaan zijn en de diepgewortelde pijn daaraan verbonden.

Laura werkt hard en is ook tussen de zittingen door bezig met alles wat in de therapie aan bod komt. Na ruim twee jaar kan ze het traject afsluiten. Het helpt haar dat ze weet dat ze altijd weer terug mag komen als dat nodig is. Ze heeft zich verbonden gevoeld aan haar therapeut en in therapie een start gemaakt met inhalen wat gemist is. In therapie bij kinderen en jongeren is het doel dat de betrokken opvoeders deze rol op zich nemen. Bij volwassen hulpvragers kan de therapeut die rol tijdelijk hebben. Laura blijft met periodes boos en verdrietig, blijft zich soms ook eenzaam voelen. Maar ze kan dit nu beter verdragen en snapt waar het vandaan komt. Ze ervaart mededogen naar zichzelf en het gekwetste deel in haar, waar ze nu beter voor heeft leren zorgen.

Renée Uittenbogaard

Basic Trust Dordrecht/Zeland

Werken bij Basic Trust?

Een eigen praktijk starten en tegelijkertijd onderdeel zijn van een professionele landelijke organisatie? Of liever een dienstverband? Wegens uitbreiding zijn wij op zoek naar nieuwe collega's. Sluit aan bij Basic Trust!



Uitbreiding bestaande Basic Trust-vestiging

Voor de volgende vestigingen zijn wij op zoek naar een zelfstandig gevestigde collega met een registratie als psychotherapeut, GZ-psycholoog of orthopedagoog-generalist.

Almere (werkgebied Almere, Urk, Noordoostpolder) als zelfstandig gevestigde collega naast Basic Trust-specialist Lisette Hegge.

Amsterdam (werkgebied Amsterdam en omstreken) als zelfstandig gevestigde collega naast Basic Trust-specialist Joleen Braams.

Boxmeer (werkgebied Boxmeer/Nijmegen) als zelfstandig gevestigde collega naast Basic Trust-specialisten Yvonne van der Aa en Jans Gielen

Culemborg (werkgebied Rivierenland) als zelfstandig gevestigde collega naast Basic Trust-specialist Rita Kobussen.

Regio Limburg als zelfstandig gevestigde collega naast Basic Trust-specialisten Veronique Erkens, Hans van der Ham, Chantal Janssen en Marian Sijben.

Regio Voorschoten (werkgebied Holland Rijnland en Haaglanden) een zelfstandig gevestigd psychotherapeut naast Martie van der Reijden en Evelien van den Kerkhof.

Regio West-Brabant Oost/Hart van Brabant als zelfstandig gevestigde collega naast Basic Trust-specialisten Monika Rommers en Sigrid de Winkel.

5

Nieuw te starten vestiging

Voor een nieuw te starten vestiging in de regio Utrecht en de regio Twente zijn wij op zoek naar een zelfstandig gevestigde collega met een registratie als psychotherapeut, GZ-psycholoog of orthopedagoog-generalist.

Vacatures in dienstverband

Wegens uitbreiding van de bestaande teams zoeken we:

- een psychotherapeut voor onze vestiging **Haarlem**, als collega van Marieke Sluijs, Anouk Spruit en Renée Uittenbogaard, op basis van een dienstverband van 16-24 uur per week.
- een psychotherapeut voor onze vestigingen **Goes en Zierikzee**, als collega in onze Zeeuwse teams, op basis van een dienstverband van 16-32 uur per week.
- een GZ-psycholoog voor onze vestiging **Goes en Zierikzee**, die met (jong) volwassenen wil werken, als collega in onze Zeeuwse teams, op basis van een dienstverband van 16-32 uur per week.

**Enthousiast?
Meer informatie?**

Neem contact met ons op via secretariaat@basictrust.com of 088 227 40 00.

specialisten
in trauma en hechting
basic trust



Trainingen

De trainingen van Basic Trust zijn in september weer gestart! Het hele jaar door organiseren wij trainingen voor professionals die werken met kinderen, jongeren en hun gezinnen. Naast de vertrouwde training *Videofeedbackbehandeling bij problematische gehechtheid en trauma* is er bijvoorbeeld ook een training *Schematherapie* (basis en vervolg) en *Diagnostiek en screening bij gehechtheidsproblematiek* aan. Bekijk het volledig overzicht in onze [trainingskalender](#) op de website!

Nieuwe trainingen!

Het aanbod is dit jaar uitgebreid met drie nieuwe trainingen, waaronder een training gericht op werken met volwassen cliënten. U kunt zich nog aanmelden! Kijk op de [trainingskalender](#) voor informatie en data.

- **Behandeling van trauma en dissociatie bij kinderen en adolescenten**
Driedaagse training voor professionals met het fase-gerichte psychotherapeutisch behandelmodel als leidraad. Ruimte voor inbreng van casuïstiek.
- **Beroepscode, richtlijnen en tuchtrecht voor jeugdzorgprofessionals**
Een training van twee dagdelen voor jeugdzorgprofessionals die meer willen weten over hoe beroepsethiek en de beroepscode sturing kunnen geven bij ingewikkelde dilemma's en casuïstiek.
- **Problematische gehechtheid en trauma bij volwassenen**
Driedaagse training voor professionals in diagnostiek en behandeling van volwassenen met problematische gehechtheid en trauma.

Voor alle trainingen geldt dat accreditatie is toegekend of aangevraagd bij NIP/NVO, SKJ of andere beroepsverenigingen zoals de VGCT, NVRG of NVP.

Informatie en aanmelden

Kijk voor meer informatie over beschikbaarheid, accreditatie, startdata en vooropleidingseisen op onze [trainingskalender](#) of neem contact op met het secretariaat. Ada Langevoort is bereikbaar via 088 227 40 00 of secretariaat@basictrust.com. Alle trainingen kunnen ook *in company* worden aangeboden.

Basic Trust ontmoeten

Heeft u een evenement waar Basic Trust een workshop, lezing of training kan geven of met een stand kan staan, of wilt u ons uitnodigen in uw organisatie of op uw school?

Mail dan naar:

secretariaat@basictrust.com.

Colofon

De Basic Trust Basics is de gratis, digitale nieuwsbrief van Basic Trust en verschijnt vier keer per jaar op onze website en desgewenst op uw e-mailadres.

Aantal

De Basic Trust Basics wordt naar 7.500 adressen verstuurd.

Service

Aanmelden voor of beëindigen van het toesturen van de Basic Trust Basics kan via de website. Wilt u reageren op een onderwerp dan kan dat via info@basictrust.com.

Iedereen kan zich aanmelden voor onze gratis nieuwsbrief. Uw e-mailadres wordt door ons niet aan derden verstrekt. Kent u mensen in uw omgeving die belangstelling hebben, stuurt u deze Basic Trust Basics dan gerust aan hen door.

Redactie

Annemarie Breeve, Geraline de Groot,
Willemijn Guiljam-Geijtenbeek, Ingrid van der Leden,
Anouk Spruit, Renée Uittenbogaard

specialisten
in trauma en hechting
basic trust



Basic Trust

Landelijke organisatie van specialisten in basisvertrouwen, gehechtheid en adoptie

Singel 232, 3311 KV Dordrecht

T. 088 22 40 00

info@basictrust.com

www.basictrust.com

Basic Trust vestigingen:

Aduard - Amersfoort - Amsterdam - Almere - Boxmeer - Culemborg - Dordrecht - Geleen - Goes - Groningen - Haarlem - Heiloo - 's-Hertogenbosch - Liempde - Panningen - Roosendaal - Sint Joost - Voorschoten - Woerden - Zierikzee