

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:

| Decemberrituelen - *artikel* | Hoe doen andere pleegouders dat? - *recensie* |

| Oskar - *recensie* | Ondersteunend tekenen - *artikel* |

specialisten
in trauma en hechting
basic trust



Van de redactie

De decembermaand is voor gezinnen met een kind met verminderd basisvertrouwen een kans en een uitdaging. De spanning van de feestdagen kan voor sommige kinderen te veel zijn. Daarom in dit nummer praktische tips om de feestdagen te vullen met eigen rituelen en zo de veiligheid te vergroten en de band te verstevigen. Daarnaast in deze uitgave een mooi praktijkverhaal over ondersteunend tekenen en twee recensies.

Veel leesplezier en fijne feestdagen.



1

Decemberrituelen

December, een drukke en volle maand vol vieringen en feest. Samen eten met familie, ontbijten op school, cadeautjes krijgen, het Sinterklaasjournaal kijken, surprises maken en allerlei verrassingen. En vooral heel veel spanning.

Al lang voordat december voor de deur staat, vallen de speelgoedboekjes op de mat. Kinderen moeten kiezen wat zij van de Sint willen krijgen. De winkels liggen vol pepernoten. De spanning, en daarmee een gevoel van onveiligheid, bouwt zich op.

Intensief

De feestdagen zijn voor volwassenen

intensief, laat staan voor kinderen. Spanning kan zich bij een kind met verminderd basisvertrouwen op verschillende manieren uiten. Denk bijvoorbeeld aan slechter slapen, veel vragen stellen, extra druk gedrag laten zien, sneller moe zijn, van spanning buikpijn of hoofdpijn krijgen, minder of juist meer eten, moeite hebben met opletten op school, meer ruzie maken, sneller geïrriteerd en boos raken of agressief worden.

Spanning reguleren

Een kind heeft bij het ervaren van spanning behoefte aan een opvoeder die helpt deze spanning te reguleren. Er is meer dan anders behoefte aan

duidelijkheid en verbinding. Er zijn veel dingen die opvoeders kunnen doen om hun kind daarbij te helpen. Een kalender schept overzicht en voorspelbaarheid. Dat maakt ook meteen voor het kind én voor de opvoeder duidelijk hoeveel activiteiten er zijn. Zijn ze echt allemaal noodzakelijk? Welke kunnen overgeslagen worden, zodat er wat tijd is om tot rust te komen van alle prikkels?

Sommige kinderen ervaren veel spanning rond de komst van Sinterklaas. Het helpt om te vertellen dat Sinterklaas lang geleden leefde en dat het nu een feest is dat we met elkaar vieren, waarbij we elkaar verrassen met cadeautjes en lekkers.

◀ Het niet weten welk cadeau een kind krijgt, óf er wel een cadeau komt en wanneer, kan bij een kind spanning geven. Uitleg hierover – bijvoorbeeld dat de pieten niet zomaar je huis in kunnen komen, maar hulp van ouders krijgen – kan kalmerend werken. Ook samen cadeautjes inpakken, kan helpen. Kinderen moeten op hun opvoeders kunnen vertrouwen. Daarom is het belangrijk dat opvoeders bij vragen over Sinterklaas, zich niet in allerlei bochten wringen om het verhaal kloppend te houden. Een antwoord dat past bij de leeftijd van het kind, is dan nodig.

Magie

Kinderen zijn overigens van nature gewend om te wisselen tussen spel en echt. Weten dat het niet echt is, haalt voor kinderen niets af van de magie van het verhaal. Het kan voor kinderen wel net wat minder spanning opleveren. Als kinderen winkeltje spelen, weten ze immers ook dat het niet echt is, maar dat doet niets af aan de pret.

Extra tijd voor elkaar maken, kan nuttig zijn. Om al pratend gevoelens te plaatsen en spanningen kwijt te raken, maar ook om de noodzakelijke extra uitleg te geven over wat er komen gaat. Opvoeders krijgen dan meer zicht op de oorzaak van de spanningen. Het is belangrijk om voorbij het gedrag van het kind te kijken, zich in te leven in zijn of haar belevingswereld en woorden te geven aan wat er gebeurt en stil te staan bij signalen die het kind laat zien.

De grote lijnen van de feestdagen en de verhalen en rituelen die daarbij passen, worden bekend verondersteld. Eerst komt de Sint met zijn pieten, schoenen worden gezet, pakjesavond dient zich aan. Dan volgt het opzetten van de kerstboom, kerstvieringen in de kerk of op school en kerstdiners. De invulling ervan kan per familie verschillen. Iedere familie heeft eigen gebruiken, gewoonten en rituelen.

Gezamenlijke rituelen

Rituelen zijn heel waardevol. Ze geven uitdrukking aan verbondenheid en brengen samen. Het zijn de liedjes die we zingen, de gerechten die we koken, het lekkers dat we delen, de muziek die we luisteren, de geuren die zich door het huis verspreiden, de decoraties die we elk jaar opnieuw tevoorschijn toveren. Onze rituelen kunnen symbool staan voor verloren tijden, oude herinneringen levend maken en deze laten doorleven en doorgeven. Eigen rituelen kunnen ook verschillende/samengestelde families of culturen integreren en samen verder laten gaan.

Voor elk mens, maar zeker voor een opgroeiend kind, is het belangrijk om te weten waar hij of zij vandaan komt. Dat gebeurt door binding te houden met zijn of haar achtergrond en de verhalen te kennen van vroeger. Juist de rituelen rond de feestdagen kunnen een mooie aanleiding vormen om de verhalen nog eens te vertellen. Zo zijn kinderen in staat een sterkere identiteit te vormen. Familie

speelt voor kinderen de belangrijkste rol in het leren kennen van hun achtergrond.

Voorspelbaarheid

Rituelen bieden voorspelbaarheid en dat is extra belangrijk voor het kind dat gevoelig is voor spanningen en worstelt met verminderd basisvertrouwen. De verbinding en saamhorigheid die rituelen bieden, zijn even belangrijk. Voor kinderen met verminderd basisvertrouwen zijn ze misschien nog wel belangrijker. Deze kinderen hebben een nog grotere noodzaak de verbinding te (gaan) voelen met hun wortels. Wellicht liggen deze wortels in een ander geboorteland of deels bij een andere familie. Of er is veel gebeurd waardoor de wortels wat omgewoeld zijn. Rituelen kunnen dan werken als ankerpunten.

Volop reden dus om rituelen in deze periode weer aan te halen of op te frissen. En als die er niet (voldoende) zijn, om samen nieuwe te maken. Die extra lekkere koekjes, dat ene recept, samen de cadeautjes inpakken, dat speciale liedje, die ene film voor de duizendste keer, die speciale kerstbal van oma. Het draagt allemaal bij aan de verbinding als familie, aan basisvertrouwen en aan plezier in de feestdagen.

Fijne feestdagen allemaal!

Myrthe Roebroek
Basic Trust Goes

Boekrecensie

Hoe doen andere pleegouders dat?

Dit boek is een aanrader voor wie op zoek is naar een praktisch boek dat creatief denken over opvoedsituaties stimuleert.

Klaartje de Vetter weet op een mooie, laagdrempelige manier veel inspirerende ideeën te verzamelen om *out of the box* te kunnen kijken naar opvoedvragen. Bijvoorbeeld in het hoofdstuk over ontspanning. 'Onze kinderen vinden van alles onderweg en het liefst nemen ze dat allemaal mee. Toen heb ik bedacht om een schilderijtje achter te laten voor iemand anders. Sindsdien is dat een gewoonte geworden.'

Een dergelijk idee geeft inspiratie om bijvoorbeeld een gezinswandeling af te sluiten. Zo bevat het boek nog veel meer ideeën. Het boek is ingedeeld in verschillende onderwerpen. Ook over het onderwerp hechting biedt het informatie en tips

om de hechtingsband tussen pleegouder en kind te versterken. Klaartje de Vetter sprak met meer dan honderd pleegouders uit Nederland en België en deelt hun bijdragen in dit boek. Ze is er echt in geslaagd om kostbare inkijkjes te geven die inspireren, niet alleen voor pleegouders, maar voor alle opvoeders!

Janna Bastmeijer-Lont
Basic Trust Dordrecht



Hoe doen andere pleegouders dat?
Inspiratie voor het dagelijks leven
Klaartje de Vetter

Uitgeverij SWP Amsterdam
ISBN 978 90 856 0167 8
212 pagina's, € 25,-

Oskar

Oskar gaat over een hertje dat verschillende emoties voelt en daarbij schrikreacties laat zien, zoals vechten, vluchten en bevriezen. Het ongeduld van het moederhert zorgt voor de moeilijke gevoelens van Oskar.

De vechtreactie van het hertje is vrij mild en ziet er grappig uit, als een klein boos leeuwje. De sensitieve reactie van het moederhert bij het weerzien, draagt bij aan herstel van het vertrouwen van Oskar in de relatie met zijn moeder.

Overlevingsreacties

Auteur Evelien Speel is kinder- en jeugdpsycholoog. Zij wil dat opvoeders en kinderen in dit verhaal herkenning vinden, zodat het een begin kan zijn van een gesprek tussen hen. Opvoeders kunnen het gedrag van hun kind beter begrijpen vanuit deze overlevingsreacties, die vanuit de hersenen voortkomen. Meer begrip zorgt voor meer rust bij opvoeders, waardoor zij beter kunnen reageren op het gedrag van hun kind. Dan kunnen ze het kind helpen met moeilijke gevoelens die kinderen zelf nog niet herkennen of kunnen verwoorden.

Herkenning

Voor kinderen met verminderd basisvertrouwen is het omgaan met moeilijke gevoelens en spanning een flinke opgave. Ze

kunnen daarbij vechtgedrag laten zien door boos en opstandig te worden, niet te luisteren en alles te willen bepalen. Ze kunnen zich ook terugtrekken en daarbij stil of onopvallend (vlucht- of bevries-) gedrag laten zien. Kinderen met verminderd basisvertrouwen herkennen zich waarschijnlijk in het verhaal van het hertje en in de verschillende schrikreacties. Het prentenboekje is gemaakt voor kinderen in de leeftijd van twee tot acht jaar. Het is geschikt voor gebruik door opvoeders, maar ook voor gebruik in een therapeutische setting.

Joleen Braams,

Basic Trust Amsterdam



Oskar

Evelien Speel en Christiaan Helmig

Uitgeverij oskar4kids

46 pagina's, € 19,95

Leeftijd ongeveer 2-8 jaar

Bestellen via oskar4kids.nl

Uit de praktijk van Basic Trust

Ondersteunend tekenen

'Soms komt er een kruis in mijn hoofd en dat wil ik niet meer', zegt Max van elf jaar oud. Max wordt opnieuw aangemeld bij Basic Trust. Dit keer met een specifieke vraag voor traumabehandeling.

Max groeide tot zijn vijfde jaar op bij zijn verlaafde, biologische moeder. Zijn moeder kon flink boos worden en er was sprake van forse verwaarlozing. Uiteindelijk is Max met veel kabaal uit huis geplaatst.

Afscheid

In het vorige traject gingen de adoptieouders van Max aan de slag met het

verstevigen van zijn basisvertrouwen. Dat deden ze met de Basic Trust-methode en met bewegingsoefeningen. Het leverde een mooi resultaat op. Deze keer geven Max en zijn ouders aan dat momenten van afscheid een trigger voor hem zijn. Alles wat in het dagelijks leven met afscheid te maken heeft, zorgt voor dat kruis in zijn hoofd. Max en zijn ouders

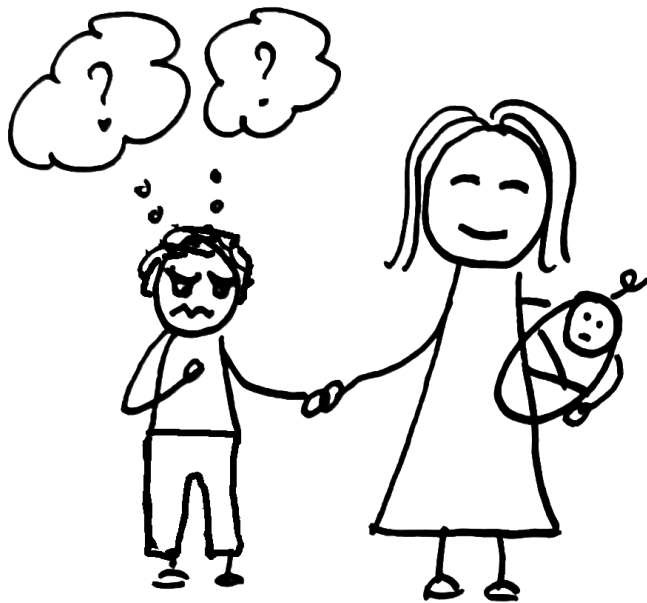


vertellen dat als zo'n 'kruis' komt, hij even helemaal niks meer kan.

Naast de traumatische voorgeschiedenis is bij Max ook sprake van een taalontwikkelingsstoornis (TOS). TOS is een (neurocognitieve) ontwikkelingsstoornis waardoor taal in de hersenen minder goed wordt verwerkt. Spreken en begrijpen zijn daardoor heel lastig.

Levenslijn

In de behandeling maken we een start met het in kaart brengen van traumatische herinneringen. Al snel wordt duidelijk dat visualiseren nodig is voor Max. We tekenen een levenslijn waarop Max in het rood kruizen tekent bij de nare ►



◀ momenten. Net als de kruisen in zijn hoofd. Het grootste kruis komt bij de uithuisplaatsing te staan. Met weinig woorden, maar zeker treffend zegt Max dat hij geen dag heeft kunnen zeggen tegen zijn moeder.

Tekenen

Max' ouders schrijven een kort verhaal over deze gebeurtenis die we daarna met EMDR behandelen. Dat blijkt lastig. Ook al is het een kort verhaal met korte zinnen, de inhoud lijkt niet goed binnen te komen bij Max. En daardoor komt ook de verwerking niet op gang.

Max' moeder start ondertussen met de training Ondersteunend tekenen bij Pien van der Most in Groningen. In deze

training leert zij om gesproken taal in beeld te brengen en zo te zorgen voor extra heldere communicatie. We besluiten het ondersteunend tekenen in te zetten tijdens het voorlezen van het verhaal. Best spannend, want daarmee laten we de standaard-protocollen los, maar samen besluiten we ervoor te gaan. We stemmen af over de tekeningen van het verhaal. Max' moeder polst ook bij Pien hoe zij soms een gezichtsuitdrukking of termen als 'een veilig gevoel' kan tekenen.

Nieuwe poging

Na deze voorbereiding doen we een nieuwe poging om tot verwerking te komen. Max' vader leest het verhaal voor,

terwijl zijn moeder daarbij tekent. Het voorlezen moet een stuk langzamer, zodat Max' moeder het bij kan houden met tekenen. Voor Max is dit tempo heel prettig en goed afgestemd. Max zit bijna met zijn neus op het papier. De fysieke spanning neemt gedurende het verhaal toe. Deze wordt het grootst bij het moment dat hij door de politie wordt meegenomen terwijl zijn biologische moeder niet thuis was.

Dit meest spannende stukje tekenen we nog een keer, zodat de spanning met EMDR kan worden weggehaald. Er blijft echter telkens nog een klein beetje spanning over. We gaan daarom stil staan bij wat de kleine Max op dat moment eigenlijk nodig had. Deze basisbehoeften voegen we in de tekening in. Nog even

We tekenen een levenslijn waarop Max in het rood kruizen tekent bij de nare momenten

4

mama een knuffel geven en gedag zeggen en de adoptieouders erbij voor de emotionele steun. Max zucht van verlichting als het voor zijn gevoel ook echt genoeg is. En op dat moment is ook het laatste restje spanning weg.

Terugval

Zoals we vaker zien na een geslaagde verwerking, laat ook Max even een korte terugval in gedrag zien. Hij wil in de week daarop graag dichtbij zijn ouders zijn, heeft moeite met inslapen en is wat sneller boos. Dit herstelt in dezelfde week. Nu kunnen we, op dezelfde manier, verder met de andere herinneringen. Dat zijn er helaas nog best veel. Het kruis is er nog wel, maar het wordt steeds minder groot.

Lotte Adriaans

Basic Trust Liempde



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.

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 die met (jong)volwassenen wil werken voor onze vestigingen **Goes en Zierikzee**, 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

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*. 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