

Psycho-educatie voor kinderen in beeld; hoe Schildpad, Haas en Kikker helden worden, en herstellen van de schrik. Focus op veerkracht.

Drs. Uschi Koster

Psychologenpraktijk Achterhoek

Doelgroep

Geschikt voor beginners, maar ook als je alles denkt te weten rondom trauma, is deze workshop interessant.

Inhoud Workshop

Internationaal verandert het denken rond trauma van ACE naar PACE (1) en HOPE (2). Daarin is veerkracht een belangrijke transdiagnostische factor, het ervaren van verbinding essentieel. Binnen de gemeenschap, het eigen netwerk, het eigen gezin.

In deze workshop wordt je bekend gemaakt met een holistische en systemische benadering, die beoogt de ouder-kind band te versterken; in eenvoudige taal hoopvolle informatie aanreikt; en die neurobiologisch gedachtengoed middels een dierenverhaal en experientiele oefeningen naar aandacht voor het lijf en regulatie vertaalt. Zo wordt complexe materie toegankelijk voor alle leeftijden; kan men samen gemakkelijker over emoties spreken en meer regulatie nastreven. Ook betrek je naasten, school en bredere familie om allen dezelfde 'taal' met een kind (en brusjes) te kunnen spreken.

Op deze uitgangspunten is psycho-educatie vanuit Voorlezen voor Veerkracht ontwikkeld. De ouder zelf geeft (liefst thuis) na een nare gebeurtenis psycho-educatie, is co-therapeut. Jij maakt met de ouder tools op maat, voor hun unieke kind; parallel aan de voorbereiding wordt de ouder zelf voldoende *trauma-informed*.

In deze workshop leer je holistisch naar veerkracht te kijken, de rol van het lichaam/zenuwstelsel te betrekken bij de uitleg naar ouders en kinderen

Ook een trauma-informed CGW-er kan Voorlezen voor Veerkracht aanbieden, en voorbereidende ouderbijeenkomsten kunnen deels groepsgewijs. Daarmee wordt wachttijd bekort. Bijtjds informeren kan erger voorkomen. Risico op psychische klachten zoals PTSS is lager wanneer er na een traumatiserende ervaring sensitieve communicatie tussen ouders en kind is. Dit versterkt de ouder-kindrelatie; ook kan het kind zo meer grip krijgen op emoties (3).

Soms is het wenselijk kinderen te informeren over de problematiek van hun *ouders*. Ook dat kan middels beeld en spel, waarbij (herhaalde) psycho-educatie ontschuldigt en beklijft.

Voorlezen voor Veerkracht is inhoudelijk onderbouwd.

Positieve ouder-kind interactie versterkt de veerkracht, en men pleit voor interventies thuis

die aansluiten bij het dagelijks leven (4). “Thuis voorgelezen worden” is één van de grootste beschermde factoren voor *at-risk* kinderen (5). Voorlezen creëert, als gedeelde ervaring tussen ouder en kind, positieve hechtings- en leermogelijkheden; blootstelling aan woorden en verhalen draagt eveneens bij aan de ontwikkeling van veerkracht (6). Evidentie van psycho-educatie bij trauma- en stressorgerelateerde stoornissen is dermate dat het is opgenomen in de Richtlijnen (7).

Invulling workshop

Deze workshop maakt je bekend met een innovatieve wijze van psycho-educatie rondom trauma, veerkracht en regulatie van arousal/emoties, aan gezinnen met kinderen vanaf de kleuterleeftijd (of vergelijkbaar nivo). Je leert hen woorden te geven aan lichamelijke stressreacties, gevoelens als schuld, schaamte, en *victim blaming*; onderstreept het belang van erkenning, valideren, omgaan met spannende dingen. Zonodig kun jij middels deze methode voorbereiden op traumaverwerking. Daarbij maak je kennis met de uitgangspunten van de polyvagaal theorie en wat je hiervan verantwoord kun benutten.

Concreet leer je:

- de focus op veerkracht te leggen, bij trauma-gerelateerde en angst-stoornissen,
- wat we kunnen benutten van de polyvagaal theorie,
- welke overlevingsmechanismen er naast *Fight, Flight, Freeze* bestaan,
- hoe je op begrijpelijke wijze kennis overdraagt over regulatie en co-regulatie en een cognitieve aanpak met een lichaamsgerichte combineert,
- hoe je ouders kunt versterken zelf de psycho-educatie aan hun kind te geven; en hen parallel daaraan trauma-informed maakt (uitgaande van voldoende gereguleerde ouders).

Na kort interactieve uitleg oefen je in subgroepen met de educatieve spelmaterialen en ouderbegeleiding (middels rollenspel).

Aanbevolen literatuur

NIEUWSGIERIG? zie www.voorlezenvoorveerkracht.nl

Wetenschappelijke bronnen

1. Morris, A.S., & Hays-Grudo, J. (2023). Protective and compensatory childhood experiences and their impact on adult mental health. *World Psychiatry*, 22(1), 150. <https://doi.org/10.1002/wps.21042> > is INSIGHTS
2. Michelle H., et al. v. McMaster Progress Report: South Carolina Department of Social Services (October 1, 2024 – March 31, 2025) <https://cssp.org/resource/michelle-h-et->

[al-v-mcmaster-progressreport-south-carolina-department-of-social-services-october-1-2024-march-31-2025/](#)

3. Sloover, M., Stoltz, S. E. M. J., & van Ee, E. (2024). Parent-Child Communication About Potentially Traumatic Events: A Systematic Review. *Trauma, violence & abuse*, 25(3), 2115–2127.
4. Morris, A. S., Hays-Grudo, J., Kerr, K. L., & Beasley, L. O. (2021). The heart of the matter: Developing the whole child through community resources and caregiver relationships. *Development and Psychopathology*, 33(2), 533-54.
5. Armfield, J.A., Lesley-Anne Ey, Carole Zufferey, Emmanuel S. Gnanamanickam, L. Segal, L. (2021). Educational strengths and functional resilience at the start of primary school following child maltreatment, *Child Abuse & Neglect*, vol 122.
6. Segal (2022) <https://www.unisa.edu.au/media-centre/Releases/2022/reading-builds-resilienceamong-at-risk-kids/>
7. GGZ-zorgstandaard <https://www.ggzstandaarden.nl/zorgstandaarden/psychotrauma-enstressorgerelateerde-stoornissen/behandeling-en-begeleiding>
NJI-richtlijn Traumagerelateerde problemen.
<https://www.richtlijnenjeugdhulp.nl/traumagerelateerdeproblemen>
NJI-richtlijn Pleegzorg. <https://www.richtlijnenjeugdhulp.nl/pleegzorg/stabiliteit-enbreakdown/psycho-educatie>