



1



2



3



4



5



6



7



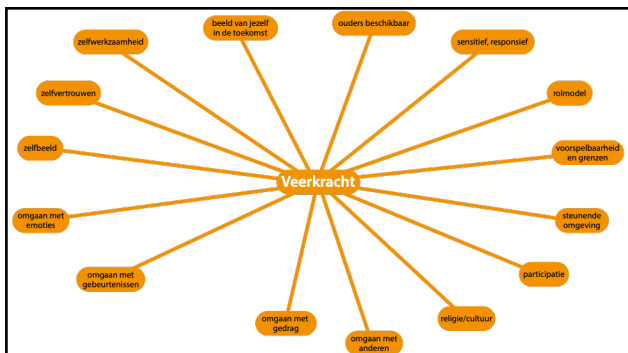
8



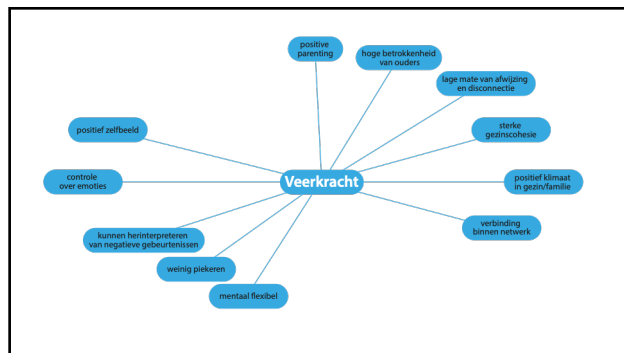
9



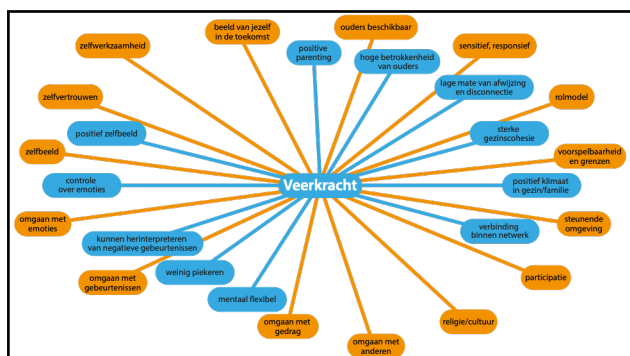
10



11



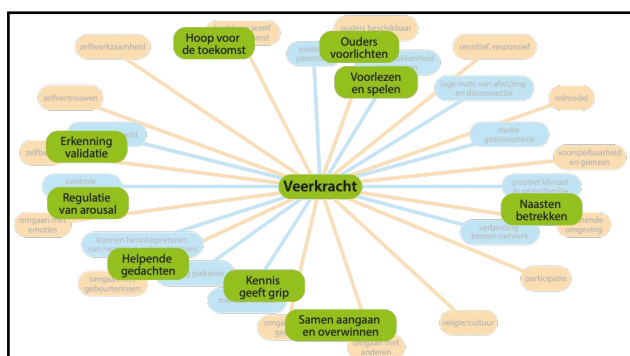
12



13



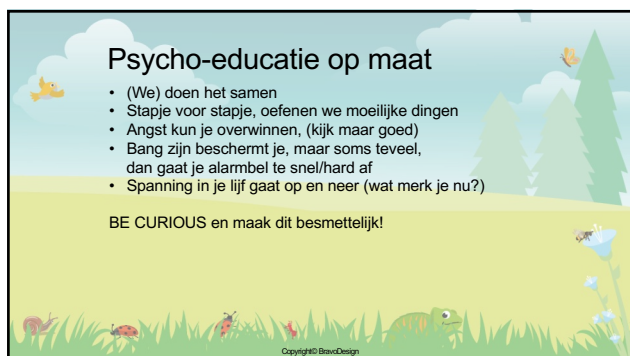
14



15



16



17



18

### Voorlezen als middel

- Positieve interactie versterkt de band
- Alleen in veiligheid komt informatie binnen
- Laagdrempelig, (hopelijk) bekend bij het kind
- Los van je eigen verhaal, opstapje
- Geeft voorbeelden, helden, een taal
- Leren van observatie/een ander (*vicarious learning*)
- Beelden bereiken een andere laag
- Empower de ouder!
- Vervolgen/verdiepen met bijpassende spelletjes

Copyright© BravoDesign

19

### Voorlezen bij "at risk"

Armfield ea (2021):

- "Thuis voorgelezen worden" is één van de grootste beschermde factoren voor *at-risk* kinderen

Segal (2022):

- Creëert hechtings- en leermogelijkheden
- blootstelling aan woorden en verhalen draagt bij aan de ontwikkeling van veerkracht

*"... study (N=65,083) that has shown the benefits of reading to mitigate some of the detrimental trajectories of child maltreatment."*

Copyright© BravoDesign

20

### Voorlezen, omdat

Mol, 2022:

- Het vergroot o.m. taal- en leesvaardigheid en leesplezier

Mol & Bus, 2011:

- en via een cumulerend effect studiesucces, zelfvertrouwen, en kansen,
- wat bijdraagt aan veerkracht.

Copyright© BravoDesign

21

### Geen gewoon verhaal, "undercover" psycho-educatie: *Schildpad, Haas en Kikker worden helden*



Copyright© BravoDesign

22

### Geen kinderachtige kost



Copyright© BravoDesign

23

### PTSS =

Een *normale* reactie op een *abnormale* gebeurtenis (jij bent niet gek)

Doel =  
er over kunnen praten / denken met passende emotie

Middel =  
In een veilige omgeving, onder je eigen regie, herhalen van de gebeurtenis

Copyright© BravoDesign

24

**CPTSS = PTSS + impact op ontwikkeling:**

- Verstoorde regulatie
- Vertrouwen in jezelf
- Vertrouwen in de ander
- Vertrouwen in de wereld
- Betekenis van het leven
- Hoe zie je de toekomst?

25



26

**Herstellen na schrik > regulatie**

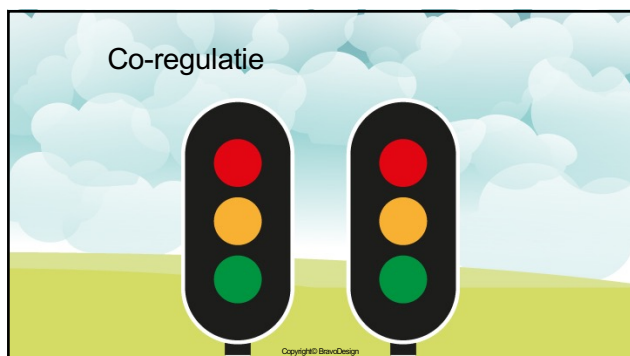
Kalmeren als je ontregeld bent (angst & paniek)

- Overwinnen van je angst
- Durven aangaan van iets spannends
- Erkenning, validering, steun, samen
- Taal (en grip) krijgen op je spanningsreactie
- Ouders eerst!

27



28



29



30



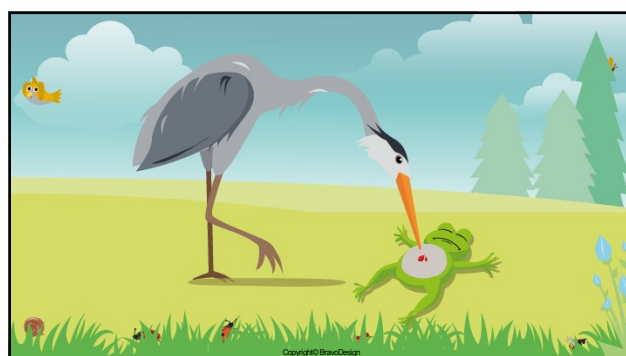
31



32



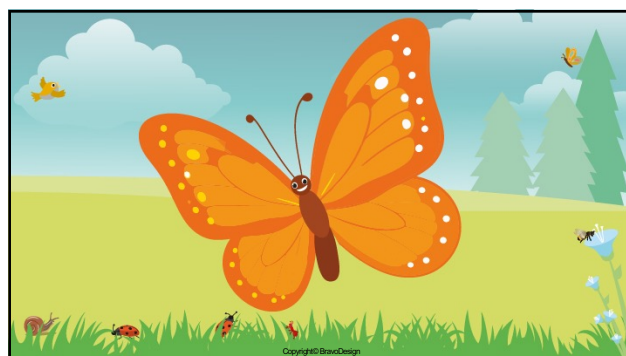
33



34



35



36



37



38



39



40



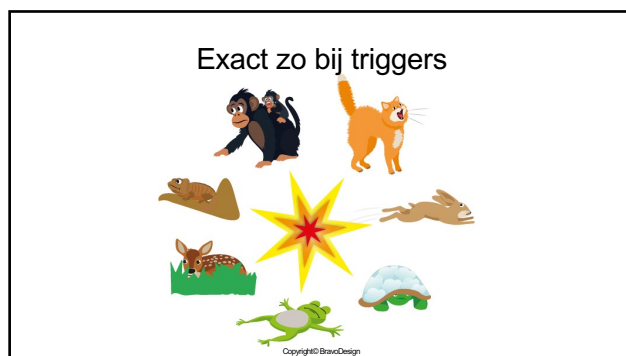
41



42



43



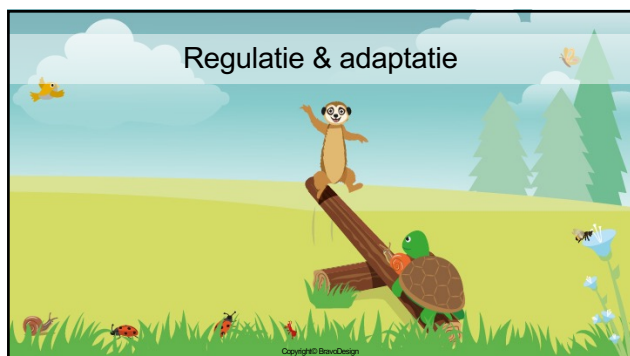
44



45



46



47



48

### Wat doet je zenuwstelsel?

- Gaat je arousal omhoog,
- of gaat je arousal omlaag?
- ... ben je vlak voor de meltdown?

- Leer herkennen & weet wat je nodig hebt
- Be Curious en zet je Uil aan (wees mindful)
- Minder nadruk op wat vooraf is voorgevallen

Copyright © BrainDesign

49

### Maak je eigen spannings-thermometer

© BrainDesign

50

### Maak je eigen spannings-thermometer

© BrainDesign

51

### Maak je eigen spannings-thermometer

© BrainDesign

52

### Maak je eigen spannings-thermometer

© BrainDesign

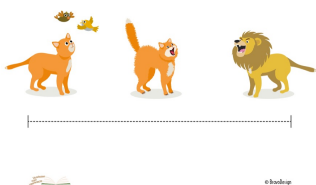
53

### Maak je eigen spannings-thermometer

© BrainDesign

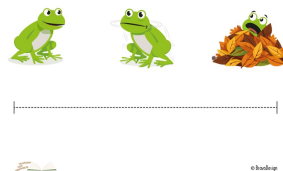
54

Maak je eigen spannings-thermometer



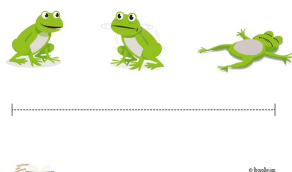
55

Maak je eigen spannings-thermometer



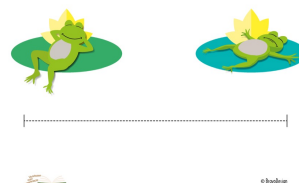
56

Maak je eigen spannings-thermometer



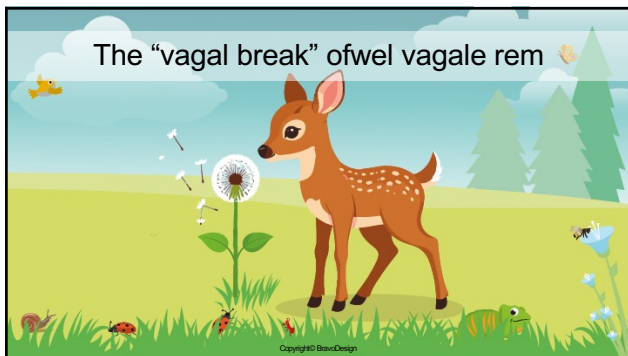
57

Maak je eigen spannings-thermometer



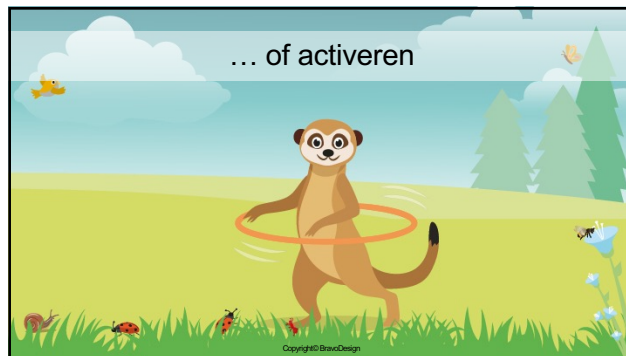
58

The "vagal break" ofwel vagale rem



59

... of activeren



60



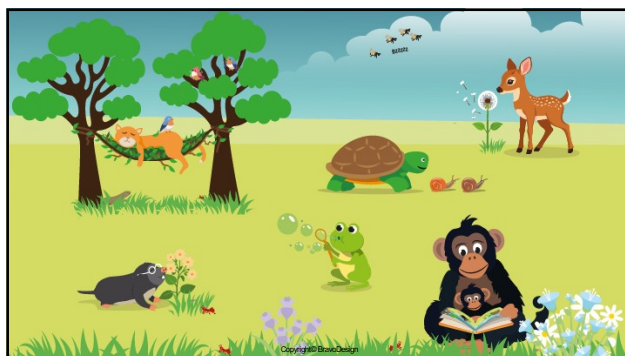
61



62



63



65



66



67

### Psycho-educatie spelenderwijs

- Zoek de gevoelens (6B's) incl. gewaarwordingen
- Wat DOEN ze dat helpt? en wat helpt niet?
- Zoek helpende "gedachten", en niet-helpende
- Wat is het gevolg van gedachte of actie? (nu-later)

Bouw daarna pas op naar 3-5-7... G's

Copyright © BravoDesign

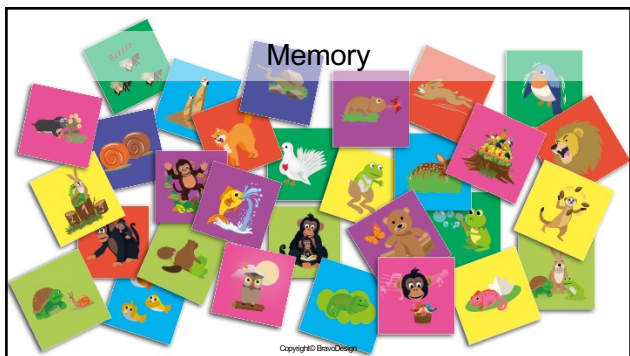
68



69



70



71



72

## Ordenen stimuleert begrip, en EF!

- Alleen - samen
- Blij - niet blij
- Kalm - druk
- Snel - langzaam (hartje / adem)
- Warm - koud

etc

73



74

## Reguleren en CGT 1-2

- Stimulus-interventie
- S-R-interventie
- Consequentie management
- Signaleringsplan
- Helpende gedachten > Top down volstaat soms niet

75

## Reguleren en CGT 3

- 3<sup>o</sup> generatie CGT > Bottom up
- Mindfulness naar buiten / naar binnen
- Observeer/voel je fysiologische staat  
Zit je hoog of laag?  
Stijgt het of zakt het?

Beïnvloed: adem, zintuigen, beweging, neurien

76

## Speels reguleren

- Opdat ouder en kind meer gereguleerd zijn
- Ervaar regie, leer ermee spelen
- Stimuleer nieuwsgierigheid / curiositeit

Route: adem, zintuigen, beweging, neurien

77

## Een polyvagaal-verhaal

*Schildpad, Haas en Kikker worden helden*

78

## Nervus Vagus

Verkuil: "Stress verdwijnt niet als je in veiligheid bent, maar als je *lichaam* zich veilig voelt".

Verkuil: We voelen ons veilig bij "sociale status / groene omgeving / fysieke fitheid / veilige hechting" (!)  
Met een "ontspannen brein / kalme hartslag / rust & herstel".

Verkuil: "Effect stimulatie nervus vagus is veelbelovend" (bijv. bij behandeling van epilepsie)

[Kritiek Verkuil op PVT <https://www.niekeren.com/de-polyvagaal-theorie-an-de-evolutie-van-het-sociale-zoogdieren-zen-wstelsel-and-of-story/>](https://www.niekeren.com/de-polyvagaal-theorie-an-de-evolutie-van-het-sociale-zoogdieren-zen-wstelsel-and-of-story/)

Copyright© BrainDesign

79

## Polyvagaal theorie

- Neuroceptie
- Co-regulatie
- Hiërarchie > ??

Hoe houden we een *open mind*, blijven *curious*, en benutten wat we *wel* weten in therapie?

<https://polyvagaalinstituut.nl/kritiek-op-de-polyvagaaltheorie-is-niet-nieuw/>

Copyright© BrainDesign

80

## Oefenen casus

- Intake
- Personaliseren van de Ster / thermometer
- Tools voor up- en downregulatie
- Werken met memory / kwartet / domino
- Je eigen 3 cirkels

Copyright© BrainDesign

81

Met dank aan alle kinderen, groot en klein, die hun verhaal durfden te vertellen.

Copyright© BrainDesign

82

## Literatuur onderbouwing

[www.voorlezenvoorveerkracht.nl](http://www.voorlezenvoorveerkracht.nl)

Verband voorlezen-veerkracht.

- 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.
- Segal (2022) <https://www.unisa.edu.au/media-centre/Releases/2022/reading-builds-resilience-among-at-risk-kids/>

Communicatie met kinderen over trauma.

- Derksen, A. (NJ) <https://www.nji.nl/actueel/vaak-geen-hulp-voor-kinderen-bij-huishelijk-geweld>
- 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.

83

## Literatuur rondom veerkracht-1

- EE, E. van (2022) Veiligheid voorop: trauma-informed werken als sleutel tot herstel, Oratie. <https://www.youtube.com/watch?v=QUInJv-xGzm8>
- Fritz, J., De Graaff, A. M., Caisley, H., Van Harmelen, A. L., & Wilkinson, P. O. (2018). A systematic review of amenable resilience factors that moderate and/or mediate the relationship between childhood adversity and mental health in young people. Frontiers in psychiatry, 9, 230.
- Van Harmelen, A.L. (2022). Veerkracht bestaat niet, Oratie.
- 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-progress-report-south-carolina-department-of-social-services-october-1-2024-march-31-2025/>

84

## Literatuur rondom veerkracht-2

- 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>
- 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.
- Sege, R., Bethell, C., Linkenbach, J., Jones, J., Klika, B. & Pecora, P.J. (2017). Balancing adverse childhood experiences with HOPE: New insights into the role of positive experience on child and family development. Boston: The Medical Foundation. Beschikbaar via <https://cssp.org>.
- Sege, Robert D. et al. Charlyn Harper Brown. Responding to ACEs With HOPE: Health Outcomes From Positive Experiences. [https://www.academicpedsjnl.net/article/S1876-2859\(17\)30107-9/fulltext](https://www.academicpedsjnl.net/article/S1876-2859(17)30107-9/fulltext)

85

## Literatuur rondom psycho-educatie bij trauma

- GGZ-zorgstandaard <https://www.ggzstandaarden.nl/zorgstandaarden/psychotrauma-en-stressorgerelateerde-stoornissen/behandeling-en-begeleiding>
- NLI-richtlijn Traumagerelateerde problemen. <https://www.richtlijnenieugdhulo.nl/traumagerelateerde-problemen>
- NLI-richtlijn Pleegzorg. <https://www.richtlijnenieugdhulo.nl/pleegzorg/stabiliteit-en-breakdown/psycho-educatie>

86

## Literatuur rondom bruikbaarheid polyvagaal theorie

<https://www.emdr-magazine.nl/2024-34/> pagina 54 e.v. Driessen en Van Raalten

Porges staat open in de discussie rond de Polyvagaal theorie, zie <https://polyvagaalinstituut.nl/kritiek-op-de-polyvagaaltheorie-is-niet-nieuw/>

Meer info op <https://www.polyvagalinstiute.org/>

87

## Meer info, training of supervisie?

Individueel of incompany  
i.c.m. (her)registratie VGCT, VEN, GZ-psy, PSTH, KP, SKJ

Uschi Koster  
klinisch psycholoog / lid NVP / supervisor VGCT-VEN / leersupervisor NVP

mail: [koster@supervisie-training.nl](mailto:koster@supervisie-training.nl)

of kijk op [www.voorlezenvoorveerkracht.nl](http://www.voorlezenvoorveerkracht.nl)

Met dank aan Bravodesign

88