



# Gids voor het bieden van trauma-sensitieve zorg in de kinderopvang



Enhancing the Capacity to combat  
child abuse through an Integral training  
and Protocol for childcare professionals



Dit project heeft financiering ontvangen van  
het Rights, Equality and Citizenship (REC)  
Programme van de Europese Unie onder  
subsidieovereenkomst No 101005642..



# Gids voor het bieden van trauma-sensitieve zorg in de kinderopvang



**ECLIPS**

**Enhancing the Capacity to combat child abuse  
through an Integral training and Protocol  
for childcare professionals**



Dit project heeft financiering ontvangen van het Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme van de Europese Unie onder subsidieovereenkomst No 101005642.



**Project ID:** nr 101005642

**Publicatiedatum:** Mei 2022 – 1e druk

**Projectleider en contactpersoon:** Serafine Dierickx, onderzoeker UCLL Research & Expertise, expertisecentrum Resilient People ([serafine.dierickx@ucll.be](mailto:serafine.dierickx@ucll.be))

**Illustraties:** Emese Iványi

**Grafisch ontwerp:** Tamás Leisz

**Disclaimer:**

De inhoud van deze gids geeft alleen de mening van de auteur weer. De Europese Commissie is niet verantwoordelijk voor het gebruik dat kan worden gemaakt van de informatie die het bevat.



Dit werk is gelicentieerd onder de Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.





# INHOUD

<b>INLEIDING: Waarom we trauma-sensitieve kinderopvang nodig hebben</b>	<b>7</b>
<b>HOOFDSTUK 1.</b>	
<b>Wat zijn ingrijpende ervaringen in de kindertijd? Wat is trauma?</b>	<b>11</b>
1. Stress: The good, the bad and the ugly	12
2. Het tolerantievenster en zijn rol in de traumatisering	13
3. Ingrijpende ervaringen in de kindertijd	14
4. Wat is trauma - traumatische gebeurtenissen, stress en zorg	16
5. Trauma binnen de ouder-kind relatie	20
6. Reguleren, relateren, redeneren	21
<b>HOOFDSTUK 2.</b>	
<b>Sporen van trauma: Wat trauma met onze jongste kinderen doet</b>	<b>25</b>
1. Ontwikkeling in de vroege kindertijd	26
Waarom de eerste 1,000 dagen zo belangrijk zijn	26
Hechting	28
Rol van hechting in de trauma-sensitieve zorg	29
2. Mentaliseren en het belang voor trauma-sensitieve zorg	31
Wat is mentaliseren?	31
Hoe ontwikkelen we deze vaardigheid?	32
Welke invloed heeft trauma op mentaliseren?	32
Waarom is dit zo belangrijk voor kinderen van 0-3 jaar?	33
3. Trauma-symptomen in de vroege kinderjaren	33
4. Veerkracht	35

### HOOFDSTUK 3.

Kwestie van een bewuste houding:

Het organiseren van trauma-sensitieve waarden in de kinderopvang	38
1. Een trauma-sensitieve werking	39
2. Principes van trauma-sensitieve zorg	40
3. Trauma-sensitieve zorg in de dagelijkse werking van de kinderopvang	43

### HOOFDSTUK 4.

Aan de slag: trauma-sensitieve zorg voor kinderen van 0-3 jaar	46
1. Principes van trauma-sensitieve zorg in de kinderopvang	47
Veiligheid	47
Voorspelbaarheid	51
Ondersteuning	55
Samenwerking	59
Presentie	63
Inclusie	67
2. Trauma-sensitieve zorg in de dagelijkse praktijk van de kinderopvang	71
3. Handvaten voor crisismomenten	75
4. Handvaten voor het bespreken van bezorgdheden met ouders	79

### HOOFDSTUK 5.

Extra materiaal	81
Woordenlijst	81
Referenties	83





# INLEIDING:



## Waarom we trauma-sensitieve kinderopvang nodig hebben



“ Laet niemand me hoog optillen tenzij ze me blijven vasthouden tot ik echt opgroeï. Laet diegenen die mij niet alleen willen horen, maar ook begrijpen, naast me neerzitten zodat onze hartslagen dicht bij elkaar liggen. ”

(F. Birtalan: Until I grow up)

Als kindbegeleider<sup>1</sup> werk je met jonge kinderen en deel jij in de gezamenlijke verantwoordelijkheid om deze kinderen en hun gezinnen een veilige en stimulerende omgeving te bieden. Kindbegeleiders worden steeds meer erkend voor hun rol in de ontwikkeling en het welzijn van kinderen. Deze gids is bestemd voor elke kindbegeleider, pedagogisch verantwoordelijke en medewerker van de kinderopvang.

<sup>1</sup> Er zijn vele termen om diverse vormen van georganiseerde/professionele kinderopvangdiensten en -organisaties te omschrijven (bv. voorschoolse opvang, kinderdagverblijf, kinderopvang, crèche, peuterklas, kleuterschool, oppasdiensten). In deze gids gebruiken we de algemene term ‘professional in de kinderopvang’ en ‘kinderopvang’ als verzamelnamen voor een groot aantal beroepen in de kinderopvang en velerlei vormen van opvang.

Iedereen die in het leven van een kind aanwezig is, heeft een trauma-sensitieve rol te spelen. Met deze gids willen we kindbegeleiders inspireren op hun weg naar trauma-sensitieve zorg. Hoogstwaarschijnlijk zullen zij immers kinderen ontmoeten die lijden aan de gevolgen van trauma en kindermishandeling. Als trauma-sensitieve zorg in de dagelijkse werking van kinderopvang wordt geïntegreerd, kunnen we alle betrokkenen bij geweld weerbaarder maken: de kinderen, hun gezin en het team van de kinderopvang.

In het kader van het ECLIPS-onderzoeksproject (*'Enhancing the Capacity to combat child abuse through an Integral training and Protocol for childcare professionals'* (ECLIPS REC-RDAP-GBV-AG-2020-101005642.) werkten vier partners uit vier landen samen om bewustzijn en vaardigheden op te bouwen rond het zien, bespreekbaar maken en omgaan met verontrustende signalen in de leeftijdsgroep van 0-3 jaar. Deze thema's werden samengebracht in twee gidsen.

In de **gids voor het zien en bespreekbaar maken van verontrustende signalen in de kinderopvang** komen de volgende elementen aan bod:



- Wat is kindermishandeling en verwaarlozing en wat zijn de gevolgen?
- Hoe kan ik met ouders communiceren over wat we hebben gezien in het gedrag, de emotionele toestand, de ontwikkeling en de behoeften van hun kind?
- Hoe kan ik verontrusting doorverwijzen?

Je leest nu het tweede document, de **gids voor trauma-sensitieve zorg**. Deze gids biedt kindbegeleiders informatie en richtlijnen over:



- Wat is stress en trauma en wat is de impact ervan op jonge kinderen?
- Wat betekent het om op een trauma-sensitieve manier te werken?
- Hoe ga ik als kindbegeleider en als kinderopvang aan de slag met trauma-sensitieve zorg?

Aan het einde van deze gids werden definities toegevoegd voor de belangrijkste termen die in deze gids aan bod komen (Hoofdstuk 5: Verklarende woordenlijst).

Kindbegeleiders kennen de typische ontwikkeling van een kind en zijn zich ervan bewust dat die ontwikkeling door bepaalde omstandigheden kan worden beïnvloed. Zo krijgen vroeggeboren baby's (indien mogelijk) aangepaste zorg om hen optimaal te ondersteunen in hun ontwikkeling. In situaties van vroeggeboorte wordt bijvoorbeeld aandacht geschonken aan de mogelijkheid dat deze kinderen op een andere manier ontwikkelingsmijlpalen zullen bereiken. Van dat bewustzijn en een soortgelijke openvolging van zorgvuldig geplande acties is zelden sprake bij jonge kinderen die slachtoffer zijn van intrafamiliaal geweld, mishandeling en verwaarlozing. Dat is te wijten aan het verborgen karakter van deze omstandigheden en het gebrek aan informatie en instrumenten waarover kindbegeleiders beschikken<sup>2</sup>.

Hoewel we steeds meer weten over hoe negatieve ervaringen de ontwikkeling van het jonge brein beïnvloeden, wordt het gedrag van kinderen die worstelen met trauma vaak verkeerd begrepen of geïnterpreteerd. De kinderen roepen, letten niet op of verstoren het spel. Dit doen ze niet vanuit een negatieve intentie, maar vanuit een interne onrust. Kindbegeleiders die in hun dagelijks werk met

<sup>2</sup> Het ECLIPS-project begon met een gelijktijdig in de vier partnerlanden gevoerd onderzoek over opleiding, kennis en toepassing van screening naar en doorverwijzing van kindermishandeling en over trauma en trauma-sensitieve zorg in de leeftijdsgroep van 0-3 jaar. Onze resultaten hebben aangetoond dat er momenteel een gebrek aan kennis en opleidingen over de formele herkenning van mogelijk intrafamiliaal geweld is. Professionals in de kinderopvang zijn voornamelijk op hun ervaring en buikgevoel aangewezen voor het screenen en doorverwijzen van mogelijke gevallen. Het ontbreekt aan theoretische en praktische kennis over trauma-sensitieve zorg, definities of protocollen voor trauma-sensitieve zorg in de leeftijdsgroep van 0-3 jaar en aan specifieke protocollen, richtlijnen en instrumenten voor deze leeftijdsgroep.

trauma worden geconfronteerd, hebben het misschien moeilijk om richting te geven aan hoe ze op een zinvolle, constructieve manier met deze situaties kunnen omgaan.

Na het lezen van deze gids zal je meer inzicht verworven hebben in trauma en het effect ervan op jonge kinderen. Als kindbegeleider krijg je methodes aangereikt om te reageren op jonge kinderen, ouders<sup>3</sup> en collega's die mogelijk geconfronteerd worden met stress en trauma.



“ Je hoeft geen therapeut te zijn om therapeutisch te zijn. ”

(Ford & Wilson, 2012, p. 12)

Als kindbegeleider speel je een essentiële rol in het vormgeven van de ervaringen van jonge kinderen buiten de thuisomgeving. Over tegenslagen tijdens de vroege kinderjaren is al veel geschreven (zie Lund et al., 2020). Pas recent zijn we ingrijpende ervaringen van het kind gaan erkennen als grote uitdagingen voor de volksgezondheid die kunnen worden voorkomen en aangepakt (Petrucci et al., 2019). **Trauma-sensitieve zorg kwam in de kijker als een manier om ons inzicht in de gevolgen van trauma te onderbouwen, en als een methode om met trauma om te gaan zodat veiligheid en welzijn van het kind, en bij uitbreiding van het gezin, prioriteit krijgen.**

Jonge kinderen die aan intrafamiliaal geweld worden blootgesteld, kunnen meestal niet op hun ouders rekenen om een veilige omgeving te creëren om in te leven en op te groeien. Dat maakt de rol van kindbegeleiders nog essentiëler: **Zij bieden de kinderen een veilige omgeving om in op te groeien, te leren en zich te ontwikkelen.** Helaas dragen vele jonge kinderen een onzichtbare last van negatieve ervaringen met zich mee. Als dat niet goed wordt begrepen of erkend, kunnen kinderen belemmerd worden in hun vermogen om zich te ontwikkelen en voordeel te halen uit de positieve elementen die door de omgeving worden aangereikt.

Deze gids verkent de betekenis en de gevolgen van trauma en geeft inzicht in hoe op een trauma-sensitieve manier kan worden gewerkt met kinderen van 0-3 jaar. De gids is gemaakt voor de Vlaamse kinderopvang. Inzichten in hoe het brein en het lichaam op trauma reageren, kunnen helpen om te begrijpen hoe trauma onze huidige gedragingen, gedachten en gevoelens beïnvloedt. Kindbegeleiders die volgens de principes van de trauma-sensitieve zorg werken, kunnen door **hun bewuste aanwezigheid zorgen voor ondersteunende interacties.** Deze interacties kunnen een essentiële positieve impact hebben op het jonge kind en hoe het herstelt van stress en trauma.

Op jouw reis richting trauma-sensitieve zorg zal je misschien opmerken dat er soms sprake is van ‘trauma-geïnformeerde zorg’ in plaats van ‘trauma-sensitieve zorg’. De twee termen verwijzen in het algemeen naar dezelfde principes, maar in een andere omgeving en met een andere gebruiker. Trauma-geïnformeerde zorg is eerder van toepassing op gespecialiseerde settings en focust vaak meer op behandeling. In dergelijke settings wordt dikwijls met exclusieve groepen mensen gewerkt, bijvoorbeeld kinderen die het slachtoffer zijn geweest van kindermishandeling. Trauma-sensitieve zorg wordt eerder toegepast in algemene zorgomgevingen. Trauma-sensitieve zorg is dan ook bestemd voor alle mensen, van wie er sommigen lijden onder trauma.

<sup>3</sup> In de gids gebruiken we de algemene term ‘ouders’ voor de ouders, pleegouders of adoptieouders van het kind en andere verzorgers die primair betrokken zijn bij de zorg voor en de opvoeding van het kind (bv. grootouders).

Het is belangrijk het verschil te erkennen omdat elk van deze twee zorgtypes en -omgevingen een andere rol hebben. De term ‘trauma-sensitieve zorg’ helpt te erkennen dat kindbegeleiders geen therapeuten hoeven te zijn. De term maakt ook duidelijk dat het ondersteunen van kinderen met trauma een inspanning op het niveau van de organisatie (en zelfs de maatschappij) vereist die moet worden ingebed in de bestaande ideeën van een kinderdagverblijf: Hoe kunnen wij als kinderdagverblijf inzetten op een gezonde ontwikkeling, welzijn en veiligheid?

Voordat we eraan beginnen, willen we nog op de beperkingen van deze gids wijzen. Door de complexiteit van het onderwerp kunnen niet alle aspecten van trauma-sensitieve zorg uitgebreid aan bod laten komen. Wel kan de gids gezien worden als een inleiding en een fundament waarop kan worden voortgebouwd. Door de voortdurende ontwikkelingen op het vlak van trauma-sensitieve zorg biedt de gids slechts een momentopname van de huidige stand van kennis en onderzoek, en blijven er vele hiaten. De suggesties in deze gids *zijn geen vervangmiddel voor gespecialiseerde zorg en ook geen leidraad voor de diagnose van trauma*. Gespecialiseerde en multidisciplinaire ondersteuning is aangewezen voor kinderen die daar nood aan hebben.

Deze gids werd speciaal geschreven voor kindbegeleiders. Deze mensen komen in contact met vele kinderen van wie er sommige trauma ervaren of hebben ervaren. We richten ons op kindbegeleiders omdat zij voor een jong kind vaak de meest vaste en betrouwbare contactpersonen zijn buiten de thuisomgeving. Deze gids is een richtlijn die dient als inspiratiebron voor preventieve acties en als een stimulans voor de ontwikkeling van de juiste kennis, vaardigheden en houding om trauma bij de jongste leeftijdsgroep en de gevolgen ervan aan te pakken.

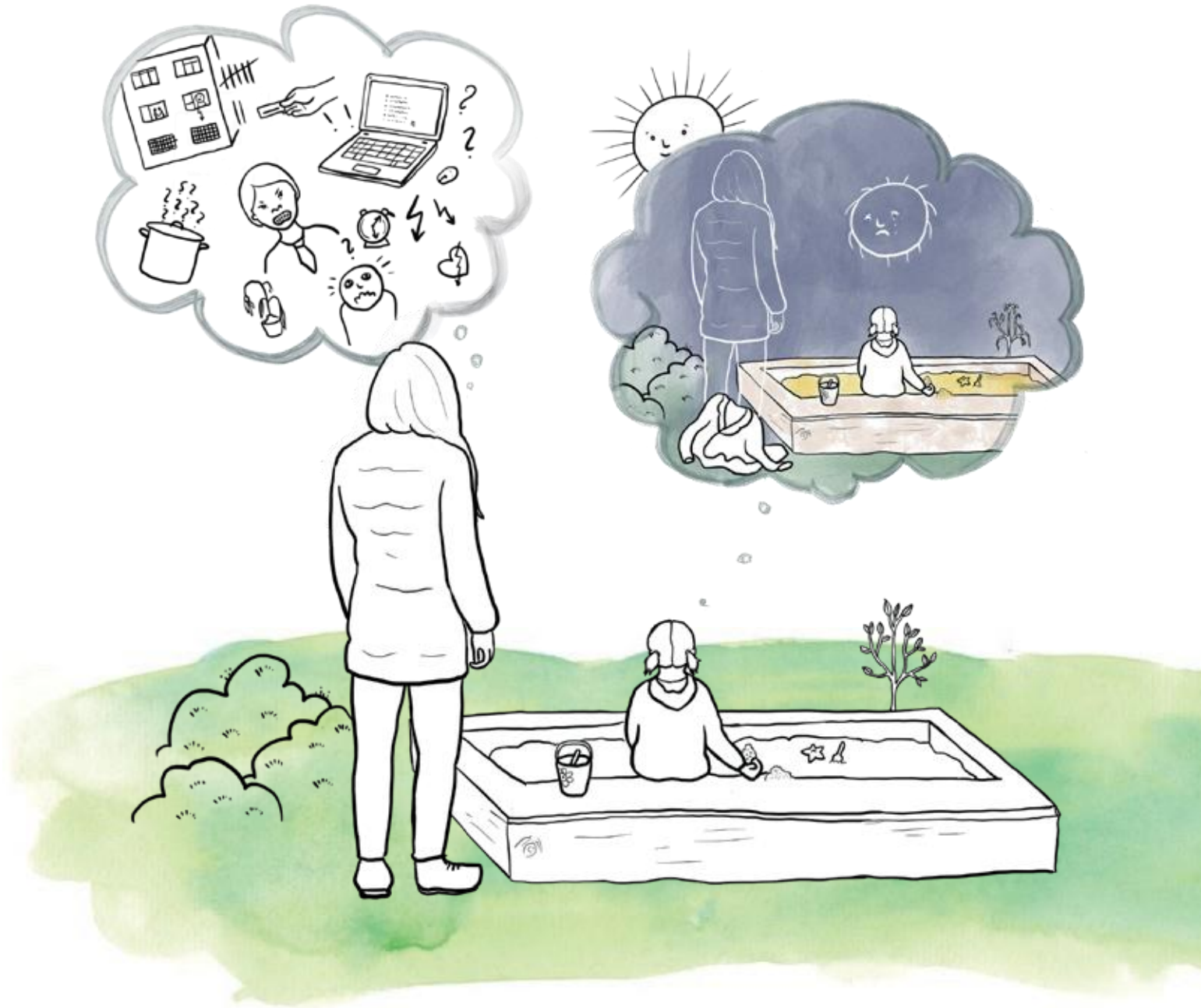
Als je deze gids leest, betekent het dat je de eerste stap zet naar het inbedden van trauma-sensitieve zorg in jouw werk met kinderen van 0-3 jaar. We verwachten niet dat je meteen na het lezen van deze gids al een geïntegreerde aanpak zal ontwikkelen. Door de gids te lezen en verkennen, creëer je wel een kans om kennis te maken met de fundamenten van trauma-sensitieve zorg en zet je de deur open voor eerste stappen in dit domein.





# HOOFDSTUK 1.

Wat zijn ingrijpende ervaringen in de kindertijd? Wat is trauma?



“ Te veel, te snel ” (Peter Levine)

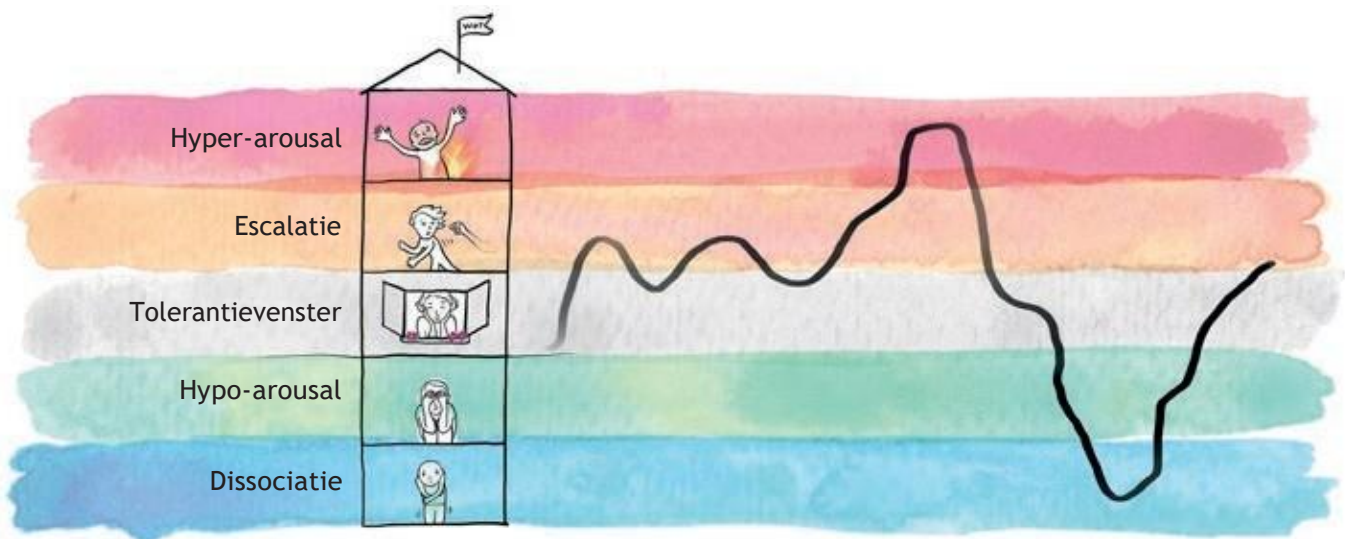
Na het lezen van dit hoofdstuk zal je beter begrijpen welke rol stress en ingrijpende ervaringen in de kindertijd spelen in het dagelijkse gedrag van kinderen en volwassenen.



## 1. Stress: The good, the bad and the ugly

We worden vaker met stress geconfronteerd dan we zouden zeggen. Denk maar aan die keren dat je je door een drukke werkdag worstelt, financieel moet opletten of met relatieproblemen te maken krijgt. Maar we kunnen stress ook zien als een toegevoegde waarde, wat het vaak ook is. Stress zorgt ervoor dat we waakzaam en gemotiveerd zijn, en klaar om schadelijke situaties te vermijden. Denk even terug aan jouw huwelijksdag of aan een examen. De stress gierde misschien wel door jouw lichaam, maar gaf je terzelfder tijd een extatisch gevoel. De kracht van *goede* stress kan je stimuleren om jezelf uit te dagen en als mens te groeien. Maar helaas is stress niet altijd positief. Stress kan een probleem worden wanneer het lang aanhoudt of regelmatig terugkeert, wanneer de stressor intenser is dan we kunnen dragen of wanneer we sociale ondersteuning missen om ons te helpen met de stressor om te gaan. In dergelijke omstandigheden kan zich *slechte* stress aandienen. Deze soort stress leidt vaak tot emotionele of lichamelijke spanning in de vorm van migraine, uitputting, prikkelbaarheid of spierpijn. Terwijl goede stress jouw creativiteit kan stimuleren en je kan laten groeien, zal slechte stress jouw productiviteit doen afnemen. Ons lichaam is niet gemaakt om constant met stress te maken te krijgen. Wanneer dat toch gebeurt, kan het wel eens *lelijk* worden. Lelijke of toxische stress is ernstige stress die blijft aanslepen en waarbij bovendien ons sociaal vangnet ontbreekt of beperkt is. Deze stress verstoort ons intern evenwicht en kan ons lichamelijk en psychisch welzijn schaden. Stress op lange termijn kan de werking van het immuunsysteem en het vermogen om helder te denken verstoren, en geestelijke gezondheidsproblemen zoals depressie en angst veroorzaken (Baffour, 2016).

Deze gids begint doelbewust met een brede toelichting van goede, slechte en lelijke stress. Als we het verschil inzien, kunnen we begrijpen dat stress er vaak bij hoort. Iedereen ervaart bepaalde vormen van opwinding en spanning, of een zekere mate van alledaagse stress. Het aantal momenten op een dag waarop we ons volledig ontspannen voelen, is vaak eerder beperkt. We hebben een zekere spanning nodig om onze dagelijkse taken geconcentreerd uit te voeren. Er is niets verkeerd met een zekere mate van stress of spanning. Er is echter een grens aan het stressniveau dat we kunnen verdragen zonder dat we minder goed gaan functioneren. Die grenzen geven de binnen- en buitenkant van ons tolerantievenster aan.



Figuur 1. Het tolerantievenster (illustratie door Emese Iványi)

## 2. Het tolerantievenster en zijn rol in de traumatisering

We **functioneren optimaal** wanneer alle delen van onze hersenen vlot kunnen samenwerken. Het ‘tolerantievenster’ of ‘Window of Tolerance’ (WoT; Siegel, 1999) is een concept dat ons helpt het effect van stress op de werking van het lichaam en de hersenen te begrijpen.

Zolang we binnen ons tolerantievenster blijven, kunnen we informatie verwerken, ons op taken concentreren en creatief zijn. Maar wanneer we eenmaal onze bovengrens overschrijden, worden ons lichaam en onze hersenen overprikkeld. De toestand van **hyper-arousal**, ook bekend als de vechtvlucht-actieve bevries-respons, heeft als doel om ons in veiligheid te brengen wanneer er gevaar dreigt. Ons lichaam en brein bereiden zich dan voor om te vechten of te vluchten. De focus ligt enkel en alleen op het gevaar. We voelen woede, paniek, of angst. We worstelen om helder na te denken of logisch te redeneren. Ons hart slaat sneller, onze ademhaling neemt toe en onze spieren zijn gespannen. De meeste mensen voelen dat ze de grenzen van hun venster hebben overschreden. Op die ogenblikken wordt het denken verstoord door een verhevigde lichamelijke en emotionele opgewondenheid. Wanneer we in een toestand van hyper-arousal zijn, gebeurt ons gedrag automatisch en zonder dat we bewust nadenken over de situatie. We zien die reacties ook bij dieren. Een hert ‘bevriest’ kort om de situatie te overschouwen en vlucht dan weg van een leeuw. Leeuwen vechten om een prooi. Die reacties zijn zeer nuttig om te overleven of gevaren te overwinnen.

Soms vluchten, vechten of bevriezen we echter wanneer er geen echt gevaar is. Kinderen en volwassenen die al heel wat onveilige situaties hebben meegemaakt, zien vaker en sneller gevaar. Hun tolerantievenster, en het niveau van arousal dat hanteerbaar is en waarbij ze doeltreffend kunnen functioneren, wordt erg klein. Hierdoor wordt het moeilijk om de zelfbeheersing te bewaren. Het permanente niveau van arousal ligt ook meestal hoger en zij overschrijden sneller hun bovengrens. Bovendien verwachten ze meer gevaar, zelfs wanneer er vanuit een ander perspectief geen gevaar lijkt te zijn. Hun brein houdt ze scherp, omdat het comfortabeler aanvoelt om snel te kunnen reageren wanneer er geen gevaar is dan te laat te zijn wanneer er wél gevaar is. We zien dat deze kinderen het moeilijk hebben zich te concentreren. Ze huilen dikwijls, duwen, rennen weg, en sluiten zichzelf vaker af van anderen dan men van een kind van hun ontwikkelingsleeftijd zou verwachten.

Als ons stressniveau verder stijgt of hoog blijft, is het mogelijk dat we de ondergrens van ons tolerantievenster overschrijden. De toestand van **hypo-arousal** is ook bekend als passief bevriezen of dissociatie. Dit is in feite een mooi overlevingsmechanisme dat door ons brein is bedacht. Ons lichaam bereidt zich voor op ernstige schade en wil de impact zoveel mogelijk beperken. Ons bewustzijn vernauwt, we voelen ons niet echt meer aanwezig, en in een latere fase zullen we misschien last krijgen van geheugenverlies. Ons hart slaat langzamer zodat we geen bloed verliezen als we verwondingen oplopen. Er worden hormonen



vrijgegeven om minder pijn te voelen. Wanneer ons lichaam in een toestand van hypo-arousal is, maken we meer kans om te overleven als we bijvoorbeeld bij een auto-ongeval betrokken raken. We nemen opnieuw een voorbeeld uit de natuur: kleine prooidieren zoals muizen ‘bevrozen’ om de aanval van een roofdier te overleven.

Maar, in een alledaagse situatie is hypo-arousal disfunctioneel. Een kind in hypo-arousal kan afwezig lijken en heeft weinig of geen aandacht voor de buitenwereld. Hypo-arousal kan plaatsvinden wanneer het gevaar enkel van binnenuit wordt ervaren. Een buitenstaander zal die afwezige houding misschien onbegrijpelijk en onbeleefd vinden. Toch kan de innerlijke ervaring even intens zijn als bij een aanval van een beer waar geen ontkomen meer aan is, zelfs wanneer de beer er in werkelijkheid niet is.

Wanneer we naar het tolerantievenster kijken, begrijpen we beter dat iemand alleen in staat is om te groeien en zich te ontwikkelen in de optimale arousalzone. Het zou onze prioriteit moeten zijn om ervoor te zorgen dat alle kinderen zich zo vaak mogelijk zo veilig mogelijk voelen. Jonge kinderen hebben van nature een kleiner tolerantievenster dan volwassenen, omdat zij de buitenwereld nog aan het verkennen zijn. Omdat jonge kinderen nog niet geleerd hebben hoe ze moeten omgaan met emoties en stress, hebben ze nog nood aan regulering door de zorgfiguren om hen heen. Bij jonge kinderen is de grootte van het tolerantievenster afgestemd op de ervaringen met de relatie tot de ouders. Een jong kind is zich voortdurend aan het ontwikkelen en moet leren hoe het zichzelf kan kalmeren. **Jonge kinderen hebben behoefte aan betrouwbare en voorspelbare zorgfiguren om hun emoties en stress te reguleren. Het ‘tolerantievenster’ van de ouder(s) is een belangrijke indicator in het proces van het leren zichzelf te reguleren.**



### Wat kunnen we doen?

Denk na over hoe en waarom kinderen bepaalde dingen doen. Je zal misschien merken dat een kind het moeilijk heeft aan de manier waarop het zich uitdrukt of aan de toon van de stem. Probeer echt te luisteren en een kind te observeren. Denk na over de behoeften die dit specifieke kind zou kunnen hebben en hoe in die behoeften kan worden voorzien. Dit rustig luisteren en observeren zal kinderen indirect aanmoedigen om meer vertrouwen te hebben in zichzelf en hun omgeving. Er moet minder energie worden gespenseerd aan waakzaam zijn voor gevaar, waardoor er meer energie beschikbaar blijft om te spelen, exploreren en te groeien.



## 3. Ingrijpende ervaringen in de kindertijd

Kinderen ontwikkelen zich voortdurend. In een veilige en warme omgeving maken kinderen meer kans om een brein te ontwikkelen dat is afgestemd op een vriendelijke wereld met zorgzame volwassenen om hen heen. Terwijl ze opgroeien, voelen ze zich veilig, bekwaam en gewaardeerd. Maar ingrijpende ervaringen in de vroege kindertijd kunnen een enorme impact hebben op de ontwikkeling van het zenuwstelsel. Kinderen in een onveilige omgeving zullen waarschijnlijk een brein ontwikkelen dat is afgestemd op een wereld waarin ze op hun hoede moeten zijn voor mogelijk gevaar en waarin iedereen een bedreiging kan vormen. Ze leren al snel niemand te vertrouwen. De effecten van het opgroeien in een onveilige omgeving werden gedocumenteerd in de ‘Adverse Childhood Experiences’ (ACE) studie (Felitti et al., 1998) en worden sinds de publicatie van de oorspronkelijke studie ononderbroken onderzocht en verder uitgewerkt (bvb. Lund et al., 2020).

Van ingrijpende ervaringen tijdens de kindertijd (ACE's) wordt doorgaans aangenomen dat ze een chronisch en terugkerend karakter hebben, zich tijdens de kindertijd voorgedaan hebben of begonnen zijn en zich voordoen in de context van de relaties van het kind. **Het ervaren van een uiterst stressvolle gebeurtenis zonder de veilige steun van een verzorger, en niet zozeer de situatie zelf, bepaalt de ernst van de gevolgen.** Uit onderzoek weten we dat het ervaren van die ingrijpende gebeurtenissen tijdens de kinderjaren sterk gelinkt is aan talrijke lichamelijke, psychologische en sociale gezondheidsproblemen in het volwassen leven. Op basis van het oorspronkelijke onderzoek (Felitti et al., 1998) onderscheiden we 10 veel voorkomende ingrijpende ervaringen tijdens de kinderjaren.

- Lichamelijke mishandeling
- Psychische mishandeling
- Seksueel misbruik
- Lichamelijke verwaarlozing
- Psychische verwaarlozing
- Getuige van geweld tussen ouders
- Echtscheiding van ouders
- Ouder met een psychische ziekte
- Ouder met verslavingsproblemen
- Gezinslid in de gevangenis

In Europa heeft ongeveer één op de vier kinderen een ingrijpende gebeurtenis meegemaakt en heeft één op de vijf twee of meer ingrijpende gebeurtenissen meegemaakt (Bellis et al., 2019). Een of meer negatieve ervaringen kunnen nefast zijn voor het vermogen van een kind om zich te ontwikkelen en te leren, op te groeien en de wereld te verkennen. Dat schadelijke effect duurt bovendien een leven lang. Mensen die meer negatieve ervaringen hebben gekend tijdens hun kindertijd, krijgen ook meer ziekten, zijn vaker depressief, lijden meer aan alcoholisme en hebben een slechtere lichamelijke gezondheid op volwassen leeftijd (Bellis et al., 2019).

Wat de leeftijdsgroep van 0-3 jaar betreft, zijn er diverse bijkomende ervaringen (waarvan sommige niet uitdrukkelijk in de lijst van ingrijpende ervaringen zijn opgenomen) die we ook belangrijk vinden:

- Opgroeien in een context van postnatale depressie
- Geconfronteerd worden met ernstige verwondingen of hardnekkige ziekte
- Voor adoptie of in de pleegzorg geplaatst worden
- Opgroeien in structurele armoede
- Overlijden van een ouder

Ondanks de aanwezigheid en de dramatische gevolgen, krijgen de meeste kindbegeleiders geen relevante opleiding over ingrijpende ervaringen en hoe ze kunnen omgaan met kinderen die met deze ervaringen worstelen<sup>4</sup>. Vaak gaan deze ingrijpende ervaringen gepaard met gevoelens van verdriet, angst, kwaadheid, schuld en isolement. Jonge kinderen worden bovendien door hun leeftijd, lichaamslengte en status als kind beperkt in hun mogelijkheden om van ingrijpende ervaringen te herstellen. Kinderen zijn grotendeels op hun volwassen zorgfiguren aanwezen om ze in hun herstelproces te ondersteunen. **Dit biedt een kans voor preventie: als we de effecten van ingrijpende ervaringen op jonge kinderen kunnen beperken, verminderen we de last en de negatieve gevolgen in hun latere leven.** Maar als kinderen worden blootgesteld aan ingrijpende ervaringen die hun zelfredzaamheid overstijgen, kan een trauma ontstaan.

<sup>4</sup> Volgens de bevindingen van het onderzoek dat in het kader van het ECLIPS-project werd uitgevoerd in vier Europese landen (België, Italië, Hongarije en Letland).



## 4. Wat is trauma - traumatische gebeurtenissen, stress en zorg

De voorbije jaren heeft trauma veel aandacht gekregen in de media. Boeken, films en artikels over dit onderwerp worden hoe langer hoe populairder. We horen vaak dat trauma's sporen nalaten in de hersenen, de werking van ons zenuwstelsel en in onze reacties op stress (Winfrey & Perry, 2021). De langetermijneffecten van een ingrijpende of aanhoudende stress kunnen een leven lang worden meegedragen (van der Kolk, 2014). Maar wat is trauma?

Wanneer we mensen vragen<sup>5</sup> waaraan het woord trauma hen doet denken, beginnen ze vaak moeilijke levensgebeurtenissen en tragedies op te sommen zoals ernstige, dodelijke ziektes, onverwacht verlies van iemand die dicht bij hen stond, natuurrampen, oorlogen, migratiecrisisen en verkeersongevallen. Daarnaast voegen ze er gebeurtenissen aan toe die te maken hebben met geweld tegen een individu, zoals geweld binnen het gezin of verwaarlozing. Wat we meemaken in het leven wordt niet door iedereen op dezelfde manier ervaren of verwerkt. Dat maakt het moeilijk om de vraag te beantwoorden **wat een situatie traumatisch maakt voor de één, en waarom ze de ander net sterker lijken te maken.**

Het is moeilijk om trauma te definiëren. Bijna elke dag verwerft onderzoek nieuwe, nauwkeurigere, en diepere kennis over de impact van trauma en de behandelingsmogelijkheden, waardoor de definitie van trauma nog steeds niet helemaal vastligt. In deze gids focussen we op de definitie van trauma die door de Amerikaanse psychiater Bruce D. Perry werd uitgewerkt, rekening houdend met het recentste wetenschappelijk onderzoek.

Perry benadrukt in zijn definitie dat trauma een individuele reactie is die bepaald wordt door het stressresponsstelsel. Dit stressresponsstelsel omvat het zenuwstelsel dat instaat voor hoe we stress verwerken in het lichaam.

“

*Trauma is niet zozeer de gebeurtenis, maar de reactie van het individu op de gebeurtenis. Traumatische stress komt voor wanneer een extreme ervaring het individu overweldigt en aantast.*

(Ungar & Perry, 2012, p. 125)

”

Ervaringen tijdens de kinderjaren, zowel positieve, negatieve, als ronduit schadelijke, hebben directe gevolgen voor de ontwikkeling van de hersenen, de ontwikkelende zenuwbanen en de dominante neurale reacties. Stress beïnvloedt meteen ons zenuwstelsel. Dit betekent dat gebeurtenissen in de vroege kindertijd ons zenuwstelsel mee vormgeven en dat dat rechtstreeks kan worden waargenomen in het gedrag.

Stel je kinderen voor die vaak ‘slechte stress’ (ernstig, langdurig of onvoorspelbaar) ondervinden in hun gezin of hun omgeving. Zij voelen zich met andere woorden angstig of bedreigd. Hun ‘besturingssysteem’ is dan afgestemd op angst, vluchten en onvoorspelbaarheid. Dit besturingssysteem ontwikkelt stressreacties en gedrag dat hen helpen de dreiging de volgende keer te vermijden of te verdragen. In dit soort bedreigende omgeving is dat een nuttige, adaptieve functie. Ze lopen weg van de dreiging (vluchten), of ze worden bedreigd (vechten) of ontsnappen naar een emotionele toestand waarin ze de situatie of de persoon die de dreiging veroorzaakt, negeren (bevroren). Dat laatste gebeurt meestal wanneer de dreiging onontkoombaar wordt. Door de afstemming van hun zenuwstelsel leven deze kinderen in een

<sup>5</sup> Bevinding van de focusgroep discussies die plaatsvonden in het kader van het ECLIPS-onderzoek.



klimaat van angst of dreiging. Hun dagen staan in het teken van het vermijden van angst. Elke nieuwe, onbekende, onverwachte of zelfs bekende gebeurtenis kan een reactie van angst, vluchten of agressief gedrag uitlokken, zelfs wanneer deze gebeurtenis niet waarneembaar is voor anderen. **Zo zal het kind zich aanpassen als reactie op bedreigende gebeurtenissen in de thuisomgeving, maar dat kan schadelijk zijn in andere omgevingen waar dit gedrag net leidt tot straf, uitsluiting of afwijzing.**

Wanneer we werken met kinderen die ingrijpende ervaringen hebben meegemaakt, is het onze gedeelde verantwoordelijkheid om ons af te vragen **“Wat is er hem of haar overkomen?”**. Het beantwoorden van deze vraag kan ons helpen de situatie beter te begrijpen en na te gaan waarom dit ongewenst gedrag toch gepast is voor dit kind.

Er bestaan verschillende kaders voor het definiëren van trauma die buiten de context van deze gids vallen. Wij werken met een kader dat ons het best helpt om trauma in de vroege kindertijd en de invloed ervan op de ontwikkeling te beschrijven. Voor een beter begrip van trauma gebruiken we hieronder een definitie die gebaseerd is op drie pijlers. Die pijlers zijn **gebeurtenis, ervaring en effect** (Substance Abuse and Mental Health Services Administration, 2014).

Stel jezelf een groep kleine kinderen voor in de kinderopvang die gaan spelen in de tuin. Ze zijn gehaast want ze willen ravotten, de andere kinderen wachten op hen aan de achterdeur. Er zijn meerdere kindbegeleiders die de kinderen helpen met het aankleden. Ze zijn wat gespannen omdat de andere kinderen staan te wachten. Het oudste kindje, dat al twee jaar naar de opvang komt, kleedt zich alleen aan, zingt zacht een liedje en voelt de spanning en haast om hen heen.

Een ander, kleiner kind heeft het moeilijk, wordt door een van de kindbegeleiders toegeroepen en krijgt meermaals een waarschuwing dat ze moet blijven waar ze is totdat ze klaar is om mee naar buiten te gaan.

Dan verschijnt er een volwassene in beeld die de drukte ziet, de kinderen probeert te helpen en een grotere, energiekere stap zet naar het kind dat moeite heeft. De handen van de volwassene zijn hoger geheven door haar energieke stap. Het kleine kind merkt alleen het zwaaien van haar hand, krimpt ineen, houdt de adem in en begint dan naar lucht snakkend te huilen. Een derde kind dat dit vanop een afstand ziet gebeuren, draait zich met de rug naar de anderen en stopt met zich aan te kleden, speelt een tijdje met een stuk speelgoed dat dichtbij lag, kleedt zich dan verder aan en gaat bij de anderen aan de achterdeur staan.

In deze alledaagse situatie (**gebeurtenis**) die zich op ieder ogenblik kan voordoen, zien we drie verschillende reacties (**ervaringen**) en drie verschillende **effecten** die kunnen worden beschreven op basis van de observatie.

In het leven van het oudere kind dat al twee jaar naar de opvang komt, is deze haast geen bedreigende, maar een herkenbare situatie. Hij heeft een geruststellende strategie ontwikkeld om zijn stressresponsstelsel onder controle te houden. Eerdere veilige en positieve ervaringen met stress helpen hem om met de situatie om te gaan en zijn weerbaarheid verder te versterken.

In het leven van het kind dat worstelde zijn spanning, disregulatie en onvoorspelbaarheid vaak aanwezig in de thuisomgeving. Het kind kan deze alledaagse ervaring in de kinderopvang moeilijkscheiden van de ervaringen bij haar thuis (bv. zij wordt toegesnauwd wanneer ze nog niet aangekleed is, ongeduldig aangepakt wanneer iets niet meteen lukt, soms geslagen wanneer ze onhandig is enz.). Haar stressresponsstelsel is dus extra gevoelig voor stress en spanning en de energieke beweging triggert meteen een gevoel van angst en bedreiging. **Als het ‘besturingssysteem’ van een kind zo is afgestemd, valt te verwachten dat deze alledaagse, meer gespannen situaties in de meeste gevallen tot een stressrespons zullen leiden.** Het kind kan geprikkeld reageren en zelfs signalen van chronische stress vertonen in alle situaties die gepaard gaan met verhoogde stress om zich aan te kleden, ergens aan te beginnen en zich klaar te maken.



Het derde kind, dat verderop zat, heeft ook een intensere stressreactie, maar heeft een andere strategie om het stressniveau te verlagen: het kind draait zich om een speelt wat. Toch kan deze ervaring in de volgende dagen opnieuw een intensere reactie veroorzaken wanneer het kind opnieuw stress ervaart zoals bij het aankleden en klaarmaken. Als hij geen nieuwe, even gespannen situatie ervaart, zullen de effecten na enkele dagen verdwijnen. Dit kan als een acute stressrespons, worden beschouwd als er echt maar gedurende enkele dagen sprake is van onzekerheid rond het aankleden en klaarmaken.



Dit voorbeeld illustreert dat **we meer inzicht in de effecten van trauma kunnen verwerven als we de driehoek ‘gebeurtenis-ervaring-effect’ gebruiken om de impact van de traumatische gebeurtenissen op ons stressresponsstelsel in kaart te brengen.** Idealiter houden we ook het tolerantievenster in het achterhoofd. Onthoud dat jonge kinderen en mensen die in het verleden ‘lelijke’ of toxische stress (zoals bij trauma) hebben ervaren, meestal een kleiner venster hebben. Dit is niet noodzakelijk zo voor iedere stresssituatie, maar wel minstens voor situaties die hen aan die stress doen herinneren (dit wordt een trigger genoemd).

Wanneer ons stressresponsstelsel ‘strak’ afgesteld staat en ons venster klein is, zullen onze reacties op spannende situaties heftiger zijn en zullen vele situaties de grenzen van ons tolerantievenster overschrijden. Als we met meer detail gaan kijken naar ons brein, zien we dat de rookmelder van ons brein (de amygdala) sneller in actie komt, ook wanneer er eigenlijk maar een klein beetje rook is (we worden getriggerd). Een trigger kan zowat alles zijn wat we zintuigelijk kunnen waarnemen of herinneren. Het gaat dan om een beeld of hoe iemand lacht, een geur, een geluid, een aanraking, maar ook wat er wordt gezegd of de manier waarop iemand iets zegt. Afhankelijk van onze vroegere ervaringen kunnen dergelijke triggers een toestand van hyper-arousal of hypo-arousal veroorzaken. Soms reageren we met hyper-arousal om vervolgens, als de stress aanhoudt of blijft toenemen, over te schakelen op hypo-arousal.

We kunnen **ook van traumatische effecten spreken wanneer er geen sprake is van geweld, mishandeling, verwaarlozing of andere traumatische gebeurtenissen, maar wel van een gebrek aan passende, warme zorg.** Een intense stressreactie kan zich voordoen wanneer ouders ongeduldig of gehaast zijn, wanneer het kind niet veilig gehouden of niet emotioneel gereguleerd wordt, wanneer de spanning en stress bij de ouders voelbaar is in de omgang met hun kinderen of zelfs wanneer er sprake is van uitsluiting, pesterijen en schaamte in het leven van een kind. Al die situaties hebben een effect op de ontwikkeling dat vergelijkbaar is met het ervaren van fysieke mishandeling of een grote natuurramp.

Trauma en ingrijpende ervaringen tijdens de kindertijd hebben gevolgen voor de gezondheid van het individu, al kan de ernst van persoon tot persoon verschillen. De impact is afhankelijk van genetische aanleg, de ontwikkelingsstatus op het ogenblik dat het trauma plaatsvindt, eerdere trauma's die het gezin en het kind hebben ervaren, en de helende werking van toegankelijke, warme, gezonde sociale relaties en gemeenschappen die het kind en het gezin omringen.

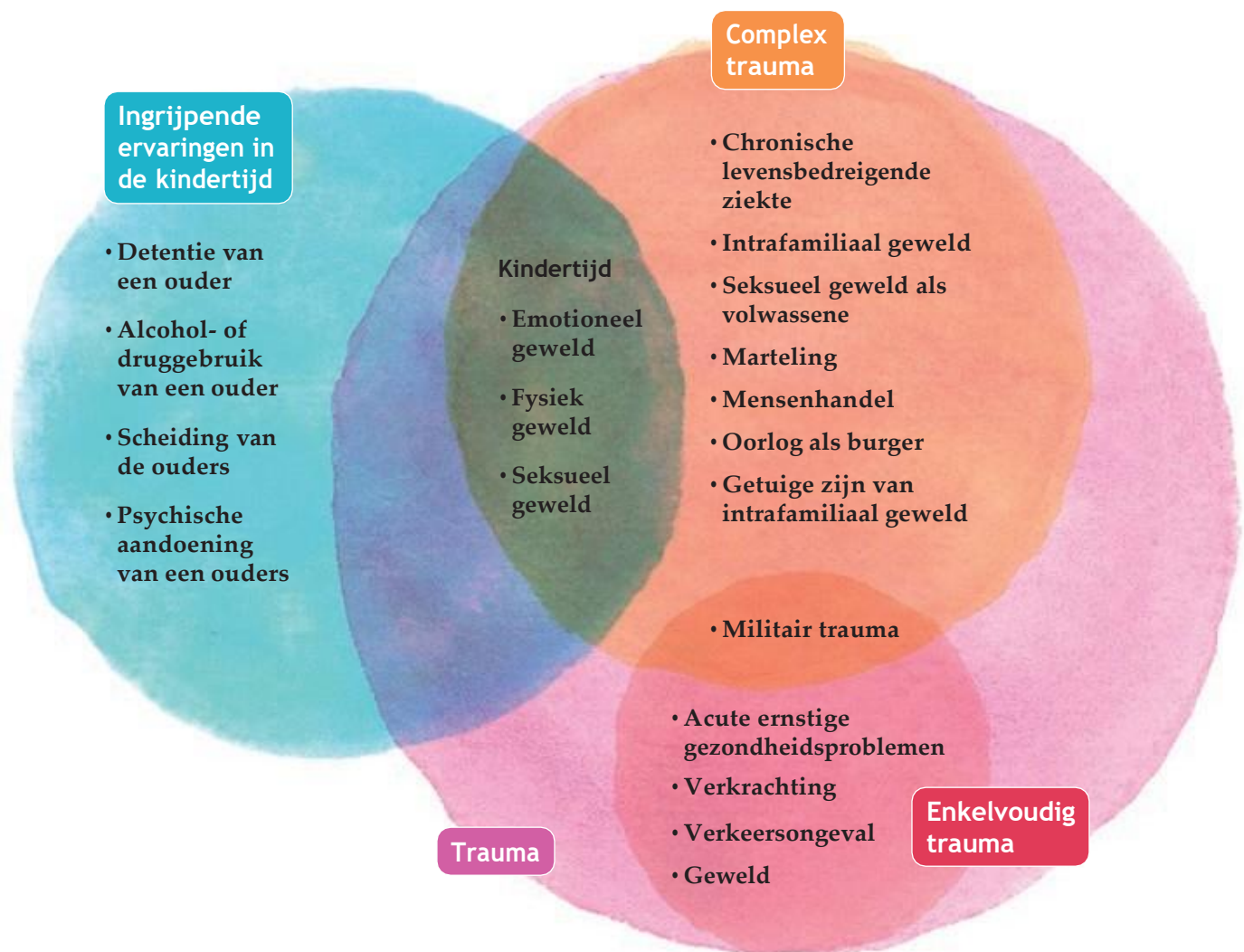
Deze informatie over de impact van stress en trauma op het jonge kind kan kindbegeleiders helpen om inzicht te verwerven in de complexiteit van trauma, de verscheidenheid aan effecten en de verschillende gevolgen na een traumatische gebeurtenis.



## Wat kunnen we doen?

Behandel kinderen zorgzaam en steun ze. Een positieve, warme band opbouwen met jonge kinderen geeft hen een van de waardevolste wapens om zich te weren tegen ingrijpende ervaringen. Druk ze herhaaldelijk op het hart dat je in ze gelooft. Wees geduldig wanneer je ze begeleidt en ondersteunt. Vertel ze dat je er voor hen bent. Toon ze dat ze je kunnen vertrouwen. Geef kinderen duidelijke grenzen en focus op wat goed gaat. Kinderen moeten van anderen horen dat ze belangrijk zijn en dat ze vele kwaliteiten hebben.

## De betekenis van trauma



Figuur 2. Illustratie door Emese Iványi, gebaseerd op *National health Service Education for Scotland (2017) Transforming psychological trauma*, p. 20. Retrieved from <https://bit.ly/38IAGeS>

## 5. Trauma binnen de ouder-kind relatie

De traumatische gebeurtenissen die het meest ingrijpend en misschien wel het moeilijkst te begrijpen en aanvaarden zijn, zijn die waarbij de ouder het kind mishandelt, emotioneel of fysiek verwaarloost of niet naar behoren voor het kind zorgt. Dit veroorzaakt lelijke of toxische stress bij het kind. Deze gebeurtenissen zijn in vele gevallen minstens gedeeltelijk te herleiden naar onverwerkt trauma bij de ouder. Dat doet niets af van hun verantwoordelijkheid bij mishandeling of verwaarlozing, maar het betekent wel dat het ook in dit geval gepast is de vraag “Watis er met jou gebeurd?” te stellen. Steun en het herstel van kinderen kunnen namelijk enkel van daaruit beginnen. **De vraag “Wat is jou overkomen?” opent de weg naar herstel die het kind, het gezin en de volledige organisatie samen kunnen inslaan** (Winfrey & Perry, 2021). Zolang we de vraag “Wat is er mis met jou?” stellen, komen we dichtbij de dynamiek waarbij de opsporing van mishandeling centraal staat, waarbij controle en straffen prioritair worden aan een helende, herstellende houding.

In dit scenario blijft het slachtoffer degene die lijdt en de pleger de schuldige. Op die manier is de relatie tussen beide onmogelijk te herstellen, terwijl dat het belangrijkste doel is als het om de relatie tussen ouder en kind gaat.



**Trauma in de ouder-kind relatie verandert de werking van het stressresponsstelsel en de hechting<sup>6</sup> drastisch** (Hambrick et al. 2019). De ontwikkeling van het kind ligt hieraan ten grondslag. De belangrijkste functie van de ouder-kind relatie is regulering. Met regulering bedoelen we het kalmeren van het stressniveau als gevolg van onvermijdelijke wijzigingen in de dagelijkse levensfuncties (zoals honger, veranderingen in de lichaamstemperatuur, vermoeidheid, stress veroorzaakt door ongemak of pijn, slapen of waken enz.). Een steunende, veilige en ontspannen relatie kalmeert stress. Een relatie die niet op een aangepaste manier inspeelt op de behoeften van een kind, of een door stress, angst, verwaarlozing of mishandeling gekenmerkte relatie verhogen stress. Mishandeling en verwaarlozing in de ouder-kind relatie zullen het stressresponsstelsel destabiliseren. Dat kan een vicieuze cirkel worden in het leven van een ontwikkelend kind omdat de persoon waarvan je afhankelijk bent voor zorg, jou niet kan reguleren. Hoge stressniveaus laten geen verbinding toe. Zo blijft het kind gedysreguleerd, staat het onder stress en bevindt het zich in een toestand waarin het niet in staat is te verbinden, terwijl die verbinding net levensbelangrijk is om te leren en te ontwikkelen. In die situaties kunnen secundaire verzorgers, zoals kindbegeleiders die vertrouwd zijn met trauma en de impact ervan, mogelijk een tussenverbinding bieden, een eilandje van veiligheid zijn in een woelige zee, een helende aanwezigheid voor zowel de ouder als het kind. Zo kan zowel het kind als de ouder leren hoe te reguleren en te verbinden.



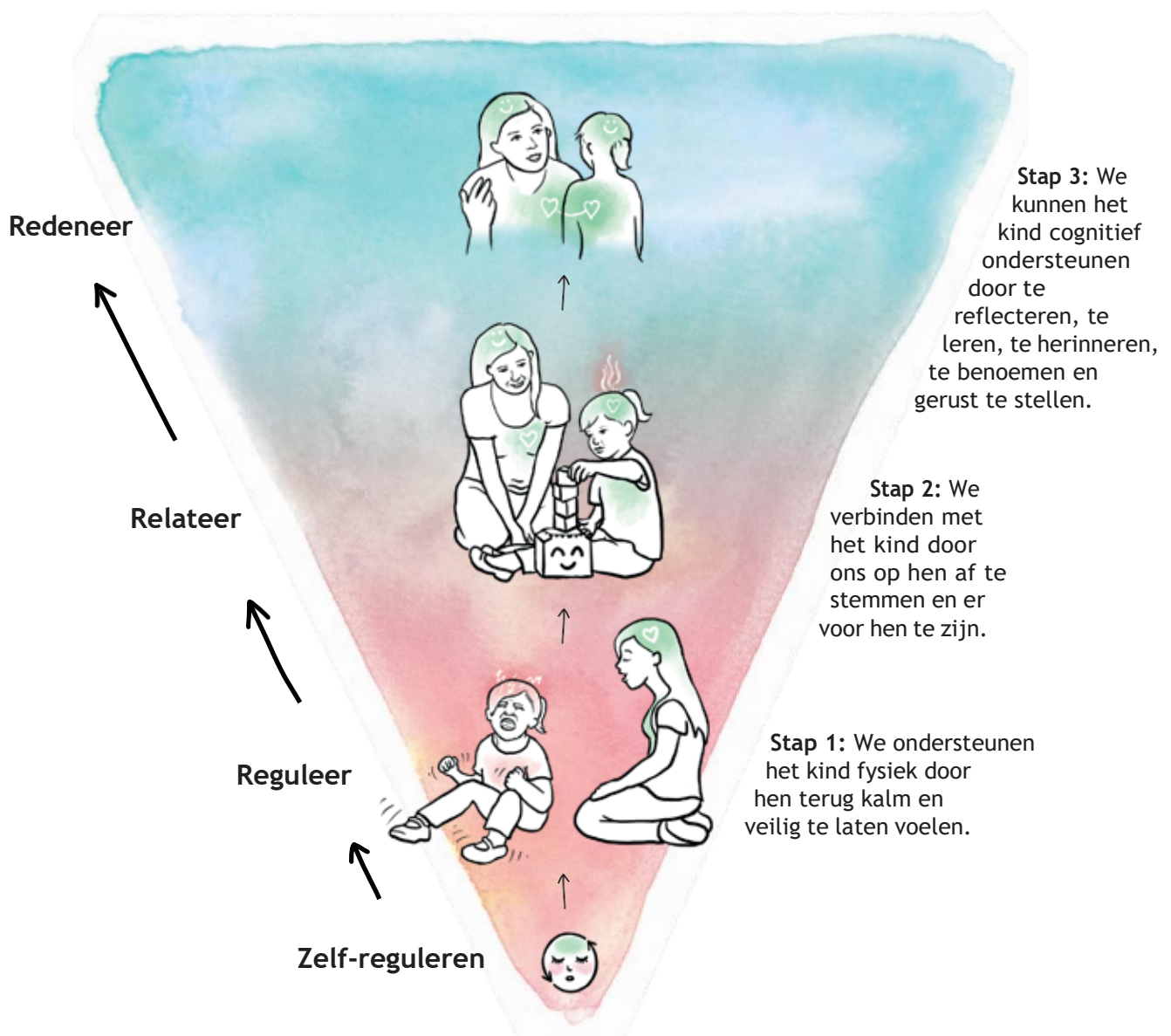
### Wat kunnen we doen?

Erken dat kinderen die een trauma hebben opgelopen, hun leed onbedoeld kunnen uiten in de vorm van driftbuien, prikkelbaarheid of paniek. Als je hiermee rekening houdt, kan jouw eigen reactie op het gedrag van het kind in positieve zin aanpassen. Boosheid leidt enkel tot nog meer spanning en stress. Je zal meer bereiken door op warme manieren contact met het kind te maken, bijvoorbeeld door een ritme te maken, te wiegen, en zelf rustig te blijven. Kinderen die hebben geleerd dat de wereld een gevaarlijke plek is, gaan veel sneller in vecht-of vluchtmodus.

<sup>6</sup> Hechting wordt in het volgende hoofdstuk besproken



## 6. Reguleren, relateren, redeneren



Figuur 3. Illustratie door Emese Iványi, gebaseerd op *Beacon House Therapeutics Services & Trauma Team, 2019*

Trauma-sensitieve zorg betekent dat we ons in alle omstandigheden van ons gedrag bewust zijn wanneer we met kinderen werken. Kinderen die lijden onder trauma gedragen zich soms op een manier die ook volwassenen of andere kinderen makkelijk kan triggeren. Wanneer we worden getriggerd, verliezen we ons vermogen om bewust te handelen.

- Het eerste wat ons dan te doen staat, is onszelf reguleren, ons bewust worden van ons eigen tolerantievenster en van de stress die we ervaren, en proberen zelf weer tot rust te komen of rustig te blijven. Denk aan de regel op vliegtuigen: zet eerst zelf het zuurstofmasker op en help dan het kind naast u. Zo halen we de lont uit het kruitvat, ook al zou onze reactie gezien de omstandigheden begrijpelijk zijn.
- De volgende stap houdt in dat we de ander reguleren. Dit gebeurt door zachte, geruststellende acties zoals bijvoorbeeld diep ademhalen, wandelen of samen naar een rustige plek gaan.



- De volgende stap is het verbinden of herstellen van de relatie. Alleen wanneer de ander rustiger wordt, is verbinding opnieuw mogelijk. Probeer samen iets te doen dat de verbinding herstelt, zoals bijvoorbeeld samen spelen, wiegen, luisteren en erkennen van gevoelens, gedachten of gedrag.
- Uiteindelijk wordt redeneren weer mogelijk. Wanneer de ander opnieuw volledig binnen het tolerantievenster kan functioneren, kan je reflecteren over wat er gebeurde.

Houd er rekening mee dat de ander het mogelijk niet kan helpen dat die zich buiten het tolerantievenster bevindt. Dat geldt zeker voor een kind dat nog niet de nodige strategieën heeft ontwikkeld of geleerd. De toestand van hyper- of hypo-arousal overkomt iemand. Probeer in de mate van het mogelijke schuld en schaamte rond dit onderwerp te vermijden en help de ander te leren en inzicht te krijgen in het tolerantievenster en de situaties of triggers die hen uit dat venster duwen. Uiteraard kan dit bijzonder moeilijk zijn. Het is niet erg als je je soms niet in staat voelt om tussen te komen of met de situatie om te gaan. Het is belangrijk, zelfs na ervaringen van mislukking, te verbinden en te reflecteren, als een manier om het vertrouwen te herstellen.



### Wat kunnen we doen?

Probeer het kind terug te brengen naar het heden. Er bestaat geen toverformule om het kind te reguleren. Probeer er op het moment zelf voor hen te zijn en straal warmte, rust en geruststelling uit. Warmte is de beste remedie voor een stresstoestand. Praat met zachte stem en wees op een ontspannende manier aanwezig. Stel het kind gerust.



Na het lezen van het eerste hoofdstuk volgen nu enkele oefeningen om in de praktijk te brengen wat je hebt gelezen. Bekijk, als je dat wenst, de volgende oefeningen en probeer ze uit met jouw collega's. De oefeningen worden nog veel leerrijker als je de tijd neemt om met elkaar over de ervaringen te praten.



“Je hoeft geen therapeut te zijn om therapeutisch te zijn.”

(Ford & Wilson, 2012, p. 12)

- Reflecteer over jouw eigen sterktes die je kan gebruiken in alledaagse of crisissituaties. Welke zijn dat? Noem er enkele.
- Kies er enkele uit jouw lijst en let de komende twee weken extra op deze sterktes. Probeer ze op bewuste en doordachte wijze toe te passen. Noteer jouw ervaringen.
- Denk na over de levensverhalen van twee of drie jonge kinderen die je kent en hun gezinnen. Hoe kan je de definitie van trauma op basis van de driehoek gebeurtenis-ervaring-effect interpreteren in hun geval?
- Als je daar de kans toe hebt, observeer dan kinderen in alledaagse situaties. Hoe gedragen ze zich bij een onverwachte gebeurtenis? Hoe kunnen hun vroegere ervaringen hun huidige gedrag als reactie op een onverwachte gebeurtenis bepalen? Probeer de vraag “Wat is hen overkomen?” te beantwoorden.
- Denk aan de kinderen met wie je werkt en de kinderen rondom jou in termen van complex trauma.
- Zijn er jonge kinderen in jouw leven bij wie de ouder-kind relatie tot trauma heeft geleid? Hoe kan je contact met ze maken? Waarnaar zoek je meestal wanneer je probeert voeling met ze te krijgen in alledaagse of crisissituaties?
- Hoe kan je het tolerantievenster toepassen op jouw werk? Hoe beïnvloedt jouw gedrag bijvoorbeeld de grootte van jouw eigen tolerantievenster, of wanneer je een crisissituatie op de werkvloer aanpakt?
- We hebben bijna allemaal ingrijpende ervaringen doorgemaakt tijdens onze kinderjaren. Pik een of twee jonge kinderen en hun gezinnen uit die je kent en denk na over welke vroege ervaringen het leven van het jonge kind/het gezin hebben gekenmerkt?
- Als je daar zin, tijd en ruimte voor hebt, denk dan terug aan jouw eigen vroege levenservaringen. Hoe denk je dat ze jouw welzijn beïnvloeden?

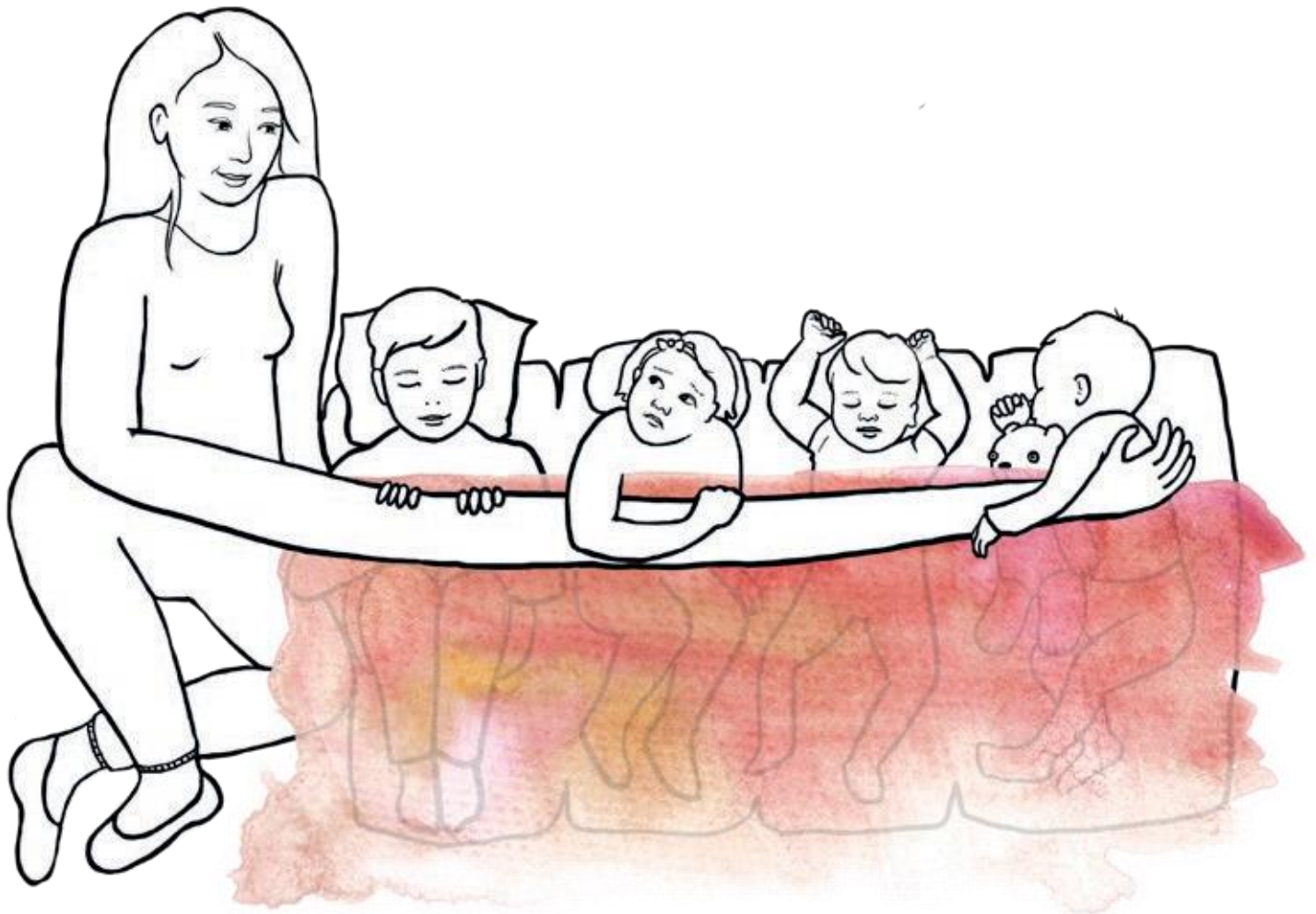




## HOOFDSTUK 2.

Sporen van trauma<sup>7</sup>:

Wat trauma met onze jongste kinderen doet



“ Na het lezen van dit hoofdstuk zal je een dieper inzicht hebben in het belang van de eerste levensjaren en de effecten van trauma's op de ontwikkeling van het jonge kind. ”

(Orosz & S. Nagy, 2021, p.19)

Na het lezen van dit hoofdstuk zal je een dieper inzicht hebben in het belang van de eerste levensjaren en de effecten van trauma's op de ontwikkeling van het jonge kind.

<sup>7</sup> Bessel van der Kolk, 2014



Als we een pasgeboren kind met een twee jaar oude peuter vergelijken, zien we enorme verschillen - een volledig weerloze baby wordt een actief kind dat kan stappen en lopen, praten, zingen en zelf halen wat het nodig heeft. Is er een andere periode in ons leven waarin we dergelijke, buitengewoon snelle veranderingen zien?

## 1. Ontwikkeling in de vroege kindertijd

De ontwikkeling van jonge kinderen kan vanuit verschillende perspectieven en invalshoeken worden bekeken. Voor deze gids focussen we op de neurobiologische en psychosociale ontwikkeling. We moeten daarbij in het achterhoofd houden dat dit slechts een klein deel van de algemene ontwikkeling van kinderen inhoudt. Inzicht in trauma door de lens van de ontwikkeling is noodzakelijk omdat het ons helpt te begrijpen hoe trauma de ontwikkeling van een kind negatief kan beïnvloeden en omdat het ons inzicht geeft in wat we kunnen doen om kinderen die trauma (hebben) ervaren in hun ontwikkeling te ondersteunen.

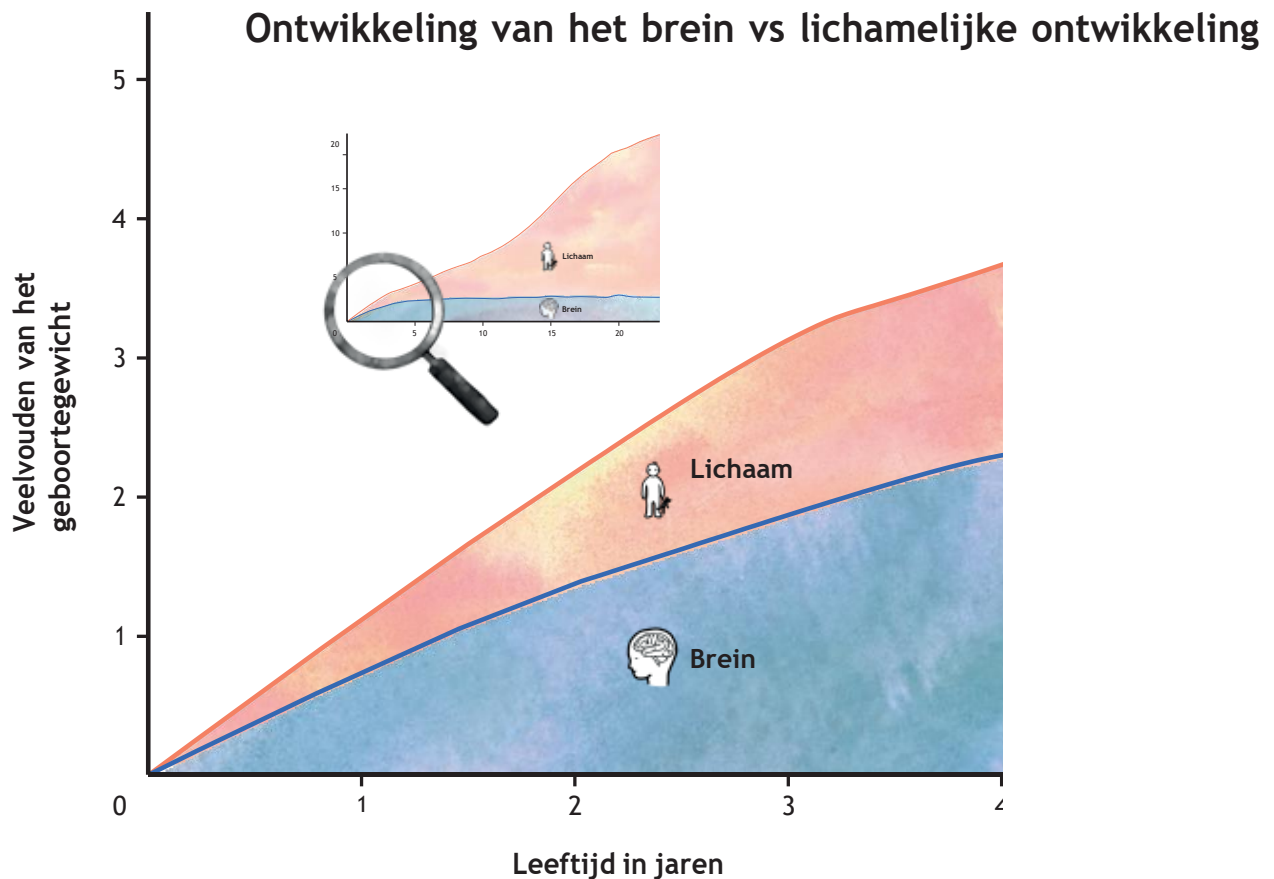
### Waarom de eerste 1,000 dagen zo belangrijk zijn

De eerste drie levensjaren, te beginnen bij conceptie, zijn een bijzonder gevoelige periode voor de ontwikkeling van onze fysieke en mentale gezondheid. Een jong kind is zoals een spons. Het wordt sterk beïnvloed door zijn omgeving. In de vroege kindertijd ontwikkelen de hersenen zich razendsnel, vooral wanneer de kinderen worden gestimuleerd door liefhebbende ouders.

De hersenen ontwikkelen zich op een hiërarchische manier. Dat begint bij de essentiële, primitieve gebieden. Vervolgens ontwikkelt het brein zich vanuit deze primitieve gebieden verder tot een complex systeem. Dankzij die sequentiële ontwikkeling kunnen alle delen en functies van het brein op elkaar voortbouwen. Als de onderste delen van de hersenen niet de juiste prikkels ontvangen om zich te ontwikkelen, zullen de functies die erop voortbouwen daaronder lijden en ook niet optimaal functioneren (Perry, 2004). Het is een beetje zoals een huis bouwen. In de eerste levensjaren bouwen we aan het fundament van ons huis. Als dat fundament niet stabiel en veilig gebouwd wordt, zal het huis nadien nog vele uitdagingen kennen.



In die eerste levensjaren is de ontwikkeling van het kind enorm krachtig, maar tegelijkertijd ook enorm kwetsbaar. Het snelgroeiende brein is kneedbaar. Het wordt in de eerste plaats gevormd door de ervaringen en de zorg die de kinderen aangeboden krijgen. Elke dag leren we als maatschappij meer bij over wat er met de foetus gebeurt in de baarmoeder en bij de geboorte - de prenatale en de perinatale periode. Deze negen maanden hebben een immense impact op zowel de moeder als de foetus. Meerdere factoren dragen bij tot de gezonde ontwikkeling van de foetus, bijvoorbeeld het veiligheidsgevoel van de moeder, de fysieke en mentale gezondheid van de moeder en de rust in het dagelijkse leven. Eigenlijk is alles wat er in de omgeving van de moeder gebeurt, belangrijk. Een stabiele en rustige zwangerschap geeft de foetus een ideale basis en helpt een stevige band tussen de moeder en de baby te smeden. Maar uitdagingen zoals chaos, depressie, geweld, ziekte, enz. zullen op lange termijn ook negatieve gevolgen hebben voor de ontwikkeling. Zoals Figuur 4 (Perry, 2004) illustreert, blijft de groei snel verlopen en is hij ontzettend belangrijk tot de leeftijd van drie jaar.



Figuur 4. Illustratie door Emese Iványi, gebaseerd op Bruce D. Perry, 2004

Ons brein is opgebouwd uit miljarden zenuwcellen die verbonden zijn met elkaar. Wanneer we iets proberen te leren, oefenen en herhalen we dat. Hoe vaker we iets herhalen, hoe sterker de verbinding tussen de verschillende zenuwcellen en hersengebieden wordt. Zo ontwikkelen we geleidelijk aan onze vaardigheden, talenten en capaciteiten. **Een belangrijke vaardigheid die we op jonge leeftijd moeten leren, is om onszelf gerust te stellen, te kalmeren of te reguleren.** Voordat we daar zelf toe in staat zijn, zijn we afhankelijk van de mensen rondom ons om ons te reguleren. In die behoefte naar regulatie wordt meestal voorzien door een stevige basis te leggen bij de ouders. Trauma en verwaarlozing doen net het omgekeerde. Ze dragen bij tot desorganisatie en bevorderen stress en het onvermogen om onszelf te reguleren.



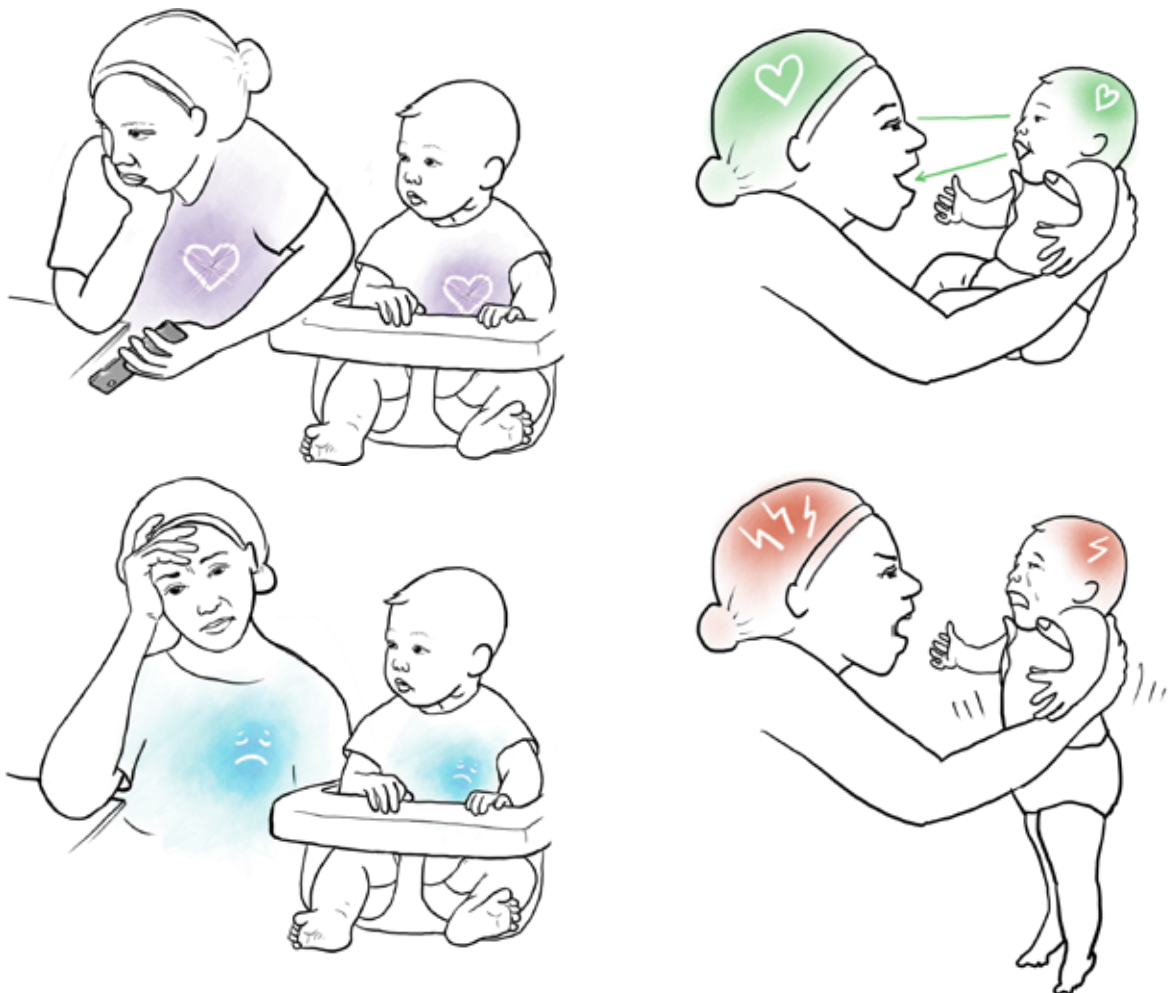
### Wat kunnen we doen?

Toon hoe iemand op een veilige manier zijn of haar emoties kan uitdrukken, door alternatieven uit te leggen, maar ook door zelf het goede voorbeeld te geven. Emoties tonen is gezond. Zo leren kinderen dat het goed is om emoties te hebben en hoe ze die op een aanvaardbare manier kunnen uiten. Het is belangrijk emoties, zelfs moeilijke emoties, te omarmen. Het is oké om te huilen, boos te zijn of opgewonden te zijn zolang dat niet overweldigend is voor de kinderen.

## Hechting

Hechting ontstaat van nature bij ieder kind. Als kind worden we ongepantserd geboren. Het is de aangeboren neiging van een kind om steun te zoeken bij iemand die veilig voelt, een volwassene die het kind kan beschermen en helpen. Wanneer jonge kinderen een relatie met hun ouders ontwikkelen, wordt dat **binding** genoemd. Dat proces begint al in de baarmoeder. De hechting wordt beïnvloed door positieve en negatieve gedeelde ervaringen. Naargelang de aard en de kwaliteit van die gedeelde ervaringen kan de relatie zich op verschillende manieren ontwikkelen (Perry, 2001).

Ieder kind hecht zich tijdens het eerste levensjaar, al zal niet ieder kind zich veilig kunnen hechten. Ook in zeer slechte omstandigheden hechten kinderen zich aan volwassenen, zelfs wanneer die volwassenen hen mishandelen. Daarom is het in de vroege kindertijd extra belangrijk hoe er voor het kind wordt gezorgd. Bij de geboorte begint een proces van wederzijdse afstemming tussen de ouders en het kind. Dat proces kan worden gezien als de voorbereiding op de latere hechtingsrelatie. Die wederzijdse afstemming speelt zich af rond alledaagse gebeurtenissen. De baby huilt, wordt getroost en voelt zich tevreden. De ouder glimlacht naar de baby, de baby glimlacht terug en ze vinden het fijn samen. Als die afstemming onvoldoende plaatsvindt of volledig uitblijft (bijvoorbeeld in gevallen van verwaarlozing), kunnen de signalen van het kind verstoord of gedempt worden.



Figuur 5. Illustratie door Emese Iványi, gebaseerd op tekeningen gebruikt door het *Neurosequential Network*

Tijdens het bindingsproces voltrekt zich tussen het kind en de ouder een feedbackloop die helpt bij het ontwikkelen van **hechting**. Kinderen kunnen een veilige, geborgen hechting met hun ouders hebben als die feedbackloop positief en geruststellend is. Wordt de feedbackloop verstoord, dan zullen ook de binding en de hechting verstoord zijn. Jonge kinderen die niet op hun ouder kunnen rekenen als bron

van veiligheid, stabiliteit en liefde, zullen een onveilige hechting ontwikkelen. Mogelijk ontwikkelen deze kinderen vermijdingsgedrag, verzetten ze zich tegen interactie met hun ouder of vertonen ze een gedesorganiseerd hechtingspatroon waarbij toenadering, vermijding en weerstand door elkaar vloeien. Een veelvoorkomende uitdaging bij nieuwe moeders is de impact van een postnatale depressie op de hechting. Een moeder kan dan emotionele ups en downs ervaren die moeilijk onder controle te krijgen zijn. Dit beïnvloedt mogelijks ook de emotionele beschikbaarheid voor het kind, dat op de positieve, versterkende feedback van de mama rekent. Het ontbreken van die positieve feedback kan tot een onveilige hechting leiden. Jonge kinderen die een onveilige hechting hebben ontwikkeld, zijn meer vatbaar voor ontwikkelingsachterstand, moeilijkheden in het emotioneel functioneren en gedragsproblemen. De emotionele relatie tussen ouder en kind heeft dus een enorm grote impact op hoe het kind later in het leven relaties met andere mensen zal aangaan (Crowell et al., 2002).

Ook het aantal interacties is uiterst belangrijk. Jonge kinderen hebben nood aan herhaalde interactie. Als de ouder voorziet in veel voorspelbare, afgestemde, ritmische, responsieve en zintuiglijk verrijkte (aanrakingen, geur, stem) zorg, zal een jong kind een gezonde, positieve binding en een veilige hechting kunnen ontwikkelen. Zo kunnen regelmatig knuffelen, wiegen, zingen, en lachen in belangrijke mate bijdragen aan een positieve, emotionele relatie. Het belang van een veilige hechting kan niet genoeg worden benadrukt. Zo kunnen gezonde interacties ook de impact van negatieve gebeurtenissen en trauma gedeeltelijk compenseren.

**Afstemming** is essentieel voor de vorming van een veilige hechting. Het betekent dat we de signalen van de ander kunnen lezen en erop kunnen reageren (Perry, 2001). Afstemming levert de bouwstenen voor het vermogen om te mentaliseren. Mentaliseren betekent dat we het gedrag van onszelf en van anderen begrijpen doordat we dat gedrag kunnen koppelen aan iemands overtuigingen, wensen, gevoelens en gedachten. Zo begrijpen we bijvoorbeeld dat iemand verdrietig is omdat die somber kijkt of huilt. Wanneer de ouders afgestemd zijn op het kind, is de kans groter dat ze weten wat de baby nodig heeft en dat ze op die behoeften kunnen reageren. Dat draagt ook bij tot het gevoel van veiligheid. Het voordeel van afstemming is dat het kan worden aangeleerd door te kijken naar de niet-verbale signalen van de baby.

Kinderen tonen hechting door contact met hun ouders te zoeken wanneer ze zich bang, droevig, onzeker, of ziek voelen. Het is belangrijk dat het kind veilig is gehecht. Die veilige basis biedt het kind de mogelijkheid om de wereld te verkennen en om terug te keren wanneer het zich onzeker voelt.



### Wat kunnen we doen?

Wanneer je zelden of nooit empathie hebt ervaren, betekent dat dat de gevolgen van het gedrag van anderen naar jou toe nooit erkend werden. Dan wordt het als kind uitdagend om te leren begrijpen dat jouw gedrag anderen beïnvloedt. Kinderen die worstelen zijn er zich dikwijls niet bewust van dat hun gedrag storend is voor anderen. Dat betekent niet dat zij egoïstisch zijn. Het betekent dat deze kinderen het moeilijk hebben om te begrijpen dat zij in relatie staan tot anderen.

### Rol van hechting in de trauma-sensitieve zorg

Timing is een belangrijke factor in de ontwikkeling van een jong kind. Kinderen hebben bepaalde ervaringen nodig in bepaalde periodes - zoals voorspelbare en regelmatige interacties - zodat het brein zich optimaal kan ontwikkelen. Zo leert een kind zijn moedertaal door regelmatig blootgesteld te worden aan die taal. Als die ervaringen ontbreken, zal een kind extra ondersteuning nodig hebben om de achterstand in leerrijke ervaringen in te halen.

In de praktijk wordt soms aangenomen dat een veilige hechting uitsluitend door ervaringen in de vroege kindertijd bepaald wordt. Dat zou betekenen dat een kind dat opgroeit in een verontrustende

opvoedingssituatie maar een beperkte mogelijkheid heeft om alsnog een veilige hechting te ontwikkelen. Op basis van onderzoek weten we dat er geen kritieke periode is waarin het hechtingspatroon komt vast te staan (Van Ijzendoorn, 2010). Integendeel zelfs: de hechtingstheorie vertelt ons dat kinderen uit verontrustende opvoedingssituaties geholpen zijn met positieve, warme relaties (Bowlby, 1988). Er is geen precieze leeftijd waarop de hechting bepaald wordt. Hechtingsstijlen kunnen zelfs op volwassen leeftijd nog evolueren (Siegel, 2020). Het is wel zo dat het in de loop der jaren moeilijker zal zijn en langer zal duren om een veilige hechting te realiseren, vooral wanneer iemand weinig vertrouwen heeft in andere mensen. Dit betekent ook dat de hechting van een kind lang na de eerste 1,000 dagen nog kan worden beïnvloed en dat een kind altijd gebaat zal zijn bij veilige en zorgzame omgevingen.

Hoewel veel afhangt van de kwaliteit van de ouder-kind relatie en ingrijpende ervaringen in het jonge leven, **kunnen ook relaties buiten de ouder-kind relatie beschermend en herstellend zijn. We moeten rekening houden met de herstellende kracht van positieve, veilige en warme relaties.** Zoals eerder aangegeven: *“Je hoeft geen therapeut te zijn om therapeutisch te zijn.”* Wanneer kindbegeleiders leren over de invloed van ‘binding’, ‘afstemming’ en ‘hechting’, kan dat een aanzienlijke verbetering opleveren in het leven van het jonge kind. Zo kunnen kindbegeleiders de kinderen en gezinnen ondersteunen als het gaat over hechting en het opbouwen van een positieve, veilige ouder-kind relaties.

Het gebeurt dat kinderen die worstelen met stress of trauma van therapeut naar therapeut, van instelling naar instelling, en van pleeggezin naar pleeggezin worden verplaatst om de beste oplossing te vinden. Helaas moeten we vaststellen dat onze systemen - door die aanpak - vaak de kwetsbaarheid van de relaties en het trauma meer versterken dan herstellen (Ludy-Dobson, Perry 2010).

Als maatschappij verwachten we dat kinderen herstellen van een therapie van één of enkele uren per week. Hoe belangrijk die therapieën ook kunnen zijn, ze zijn vaak te kort of te onregelmatig aanwezig in het leven van het gezin of het kind. **We onderschatten de positieve impact van een zorgzame leerkracht, kindbegeleider, huisarts, buur, grootouder en andere potentiële ‘co-therapeuten’** (Ludy-Dobson, Perry 2010).

“*Therapie moet op ontwikkeling gebaseerd en trauma-sensitief zijn. We moeten nog veel leren, maar we weten nu genoeg om onze huidige therapeutische acties, activiteiten en beleidsvisies zo te organiseren dat we maximaal voordeel halen uit de herstellende kracht van relaties.*”

(Ludy-Dobson, Perry 2010. p.39)



### Wat kunnen we doen?

Niet alle kinderen hebben het geluk om zorgzame en veilige relaties te kunnen aangaan, maar het is nooit te laat om er één te starten. Zorg ervoor dat ieder kind een relatie kan aangaan met iemand die zijn of haar behoeften begrijpt en er op een afgestemde manier op kan reageren. Het creëren van warme ervaringen zal een positieve relatie met het kind bevorderen. Fysiek contact door knuffelen, wiegen, ritmische activiteiten is echt belangrijk op deze leeftijd en kan bijzonder nuttig zijn. Zorg er wel voor dat wat je doet, veilig is voor het kind. Bepaal hoeveel nabijheid het kind aankan en vertrek van daaruit.

Kindbegeleiders kunnen een positieve impact op de hechting hebben door een zorgzame, betrouwbare, regulerende volwassene te zijn. Als je aan kinderen toont dat ze op jouw steun kunnen rekenen en dat ze fouten mogen maken zonder te worden afgewezen, en als je ze warmte geeft, zullen de kinderen leren zichzelf en hun omgeving te vertrouwen.



**Respectvol**  
(kind, gezin, cultuur)



**Relationeel**  
(veilig)



**Perry's  
Sleutelementen**  
van positieve, leerrijke,  
en veilige ervaringen



**Ritmisch**  
(Klankrijk)



**Relevant**  
(ontwikkelingsgericht)



**Rendabel**  
(plezierig)

**Repetitief**  
(gestructureerd)

Figuur 6. Illustratie door Emese Iványi, gebaseerd op tekeningen gemaakt door *Hidden Treasure Therapy*

## 2. Mentaliseren en het belang voor trauma-sensitieve zorg

Zoals eerder besproken, is het begrijpen en reageren op de behoeften van het jonge kind een goede basis om een vertrouwensrelatie op te bouwen. In dat opzicht speelt mentaliseren een cruciale rol.

### Wat is mentaliseren?

Mentaliseren betekent dat we het gedrag van onszelf en van anderen begrijpen doordat we dat gedrag kunnen koppelen aan iemands overtuigingen, wensen, gevoelens en gedachten (Fonagy & Target, 2005).

Dit is een essentiële, automatische vaardigheid die we allemaal gebruiken. Wanneer we bijvoorbeeld iemand naar een treinstation zien rennen terwijl hij vaak naar zijn horloge kijkt, gaan we ervan uit dat deze persoon te laat is en toch nog de trein wil halen (doel van gedrag). Wanneer we iemand zien huilen, nemen we meteen aan dat hij of zij verdrietig is (emotie achter het gedrag). Wanneer we iemand zien met trillende handen, nemen we aan dat hij of zij zenuwachtig is (emotie achter het gedrag).

**We zijn dus in staat een onderscheid te maken tussen de buitenwereld en de innerlijke wereld.**

We kunnen niet alleen de ander mentaliseren, maar ook onszelf. We hebben toegang tot onze eigen innerlijke leefwereld. Je kan bijvoorbeeld nadenken over de reden waarom je boos tegen jouw collega's riep. Voelde je je beledigd? Was je overdonderd of heb je niets meer gegeten sinds het ontbijt? We kunnen dus nadenken over onze eigen interne leefwereld en onze gevoelens labelen. Dat helpt ons ook om ons eigen gedrag te begrijpen en om onszelf te kalmeren.

### Hoe ontwikkelen we deze vaardigheid?

Leren mentaliseren is zoals het leren van een taal. Zoals we leren spreken, leren we ook mentaliseren. En net zoals we allemaal eleganter kunnen leren schrijven en spreken, kunnen we ook onze vaardigheid om te mentaliseren meer oefenen en verfijnen (Allen et al., 2011). De kwaliteit van onze vroege hechtingsrelaties speelt een belangrijke rol in het leren mentaliseren. Na de geboorte is de ouder idealiter in staat om het gedrag van de baby te interpreteren en te helpen bij het reguleren ervan. De ouder begrijpt dus dat het kind door te huilen iets zegt over een behoefte. Daarom probeert de ouder een oplossing te vinden die de behoefte kan vervullen. De ouder helpt het kind zo te reguleren. Als een baby luid gaat gillen rond lunchtijd, zijn vuist in zijn mond stopt, kwijlt en na een tijd begint te huilen, zal de ouder naar het kind toe stappen, nadenken over de mogelijke vraag van de baby en een oplossing bieden: "Je moet wel veel honger hebben. Kom, ik zal je te eten geven." Met die reactie begrijpt de ouder de behoefte en reikt de ouder een oplossing aan (Fonagy et al., 2018). Deze ervaringen helpen kinderen om hun eigen emoties te begrijpen, te reguleren, en te leren dat hun gevoelens en behoeftes niet dezelfde zijn als die van anderen. Op die manier leren ze dus mentaliseren.

### Welke invloed heeft trauma op mentaliseren?

Het vermogen tot mentaliseren laat het afweten wanneer we overweldigende gevoelens ervaren. Dan werkt mentaliseren net verkeerd en onhandig. Zo vinden we het in het heetst van een ruzie vaak moeilijk om het standpunt van de ander te begrijpen. Pas wanneer onze woede is gaan liggen, kunnen we opnieuw proberen begrijpen wat er achter dat gedrag zat.

Door stress hebben kinderen en volwassenen het moeilijk met het interpreteren van hun eigen gevoelens en gedachten. Om hun gedrag en behoeftes te begrijpen, hebben ze nood aan cognitieve rust en aan een omgeving die stabiel, veilig en voorspelbaar is. Als gevolg van trauma en lelijke of toxische stress blijft ons lichaam vaak in een permanente staat van paraatheid, alsof het gevaar elk ogenblik kan verschijnen. In die omstandigheden is er geen mogelijkheid voor mentaliseren. **Het lichaam is op zo'n momenten ingesteld om te overleven, waakzaam te zijn, klaar te zijn om te vechten, te vluchten of te bevriezen. In dergelijke gevallen lijkt het niet nodig de eigen behoeften en die van een ander te begrijpen en te reguleren. Bijgevolg komt een intensere reactie veel vaker voor bij mensen die trauma of toxische stress (hebben) ervaren.** Het probleem is dat die staat van paraatheid, de vecht- vlucht- en bevries-reactie, nog kan aanhouden, zelfs wanneer de situatie ongevaarlijk lijkt.

## Waarom is dit zo belangrijk voor kinderen van 0-3 jaar?

De zorg voor jonge kinderen is soms overweldigend, zelfs voor stabiele volwassenen. Als de volwassenen die er voor het kind zijn, onder stress gebukt gaan, constant in stressvolle omstandigheden leven of getraumatiseerd zijn, is het mogelijk dat ze in een alarmstatus blijven en zeer alledaagse situaties als een bedreiging interpreteren. Bijvoorbeeld, een baby die langer huult of een peuter die water morst aan tafel kan triggerend zijn. Het mentaliseren kan hierdoor sneller of vaker instorten. Vervolgens zal het voor kinderen moeilijker zijn om zelf te leren om hun eigen gedrag en emoties te begrijpen.

Zowel voor kinderen als voor volwassenen is een veilige omgeving belangrijk als ze zichzelf willen begrijpen. **Voor een kind dat een trauma heeft opgelopen, is het cruciaal zoveel mogelijk gezonde, veilige relaties te hebben.** Dit zijn relaties waarbij kinderen over zichzelf of iemand anders kunnen nadenken en zij zich kunnen afvragen wat er achter hun gedrag zit. Het zijn ook relaties waarbij de vraagrijst: “Wat is er jou overkomen?” Dankzij de effectieve werking van het mentaliseren zullen we in staat zijn een standpunt in te nemen, misverstanden te begrijpen en op te lossen, assertief te communiceren, samen te werken, veilige relaties met anderen op te bouwen, en liefde en zorgzaamheid voor onszelf en anderen te koesteren.



### Wat kunnen we doen?

Blijf disfunctioneel gedrag aankaarten en leg uit waarom bepaald gedrag niet oké is. Blijf ook aandacht schenken aan positief gedrag en leg uit waarom dat wenselijk zijn. Dingen die we vanzelfsprekend vinden, zijn dat misschien niet voor anderen. Het is mogelijk dat kinderen zich niet bewust zijn van de dingen die ze doen wanneer die buiten hun tolerantievenster vallen. Intense emoties komen vaak tot uiting in hun gedrag. Help kinderen alle gevoelens te benoemen die achter het gedrag kunnen schuilgaan. Door ze te helpen gevoelens te benoemen, helpen we ze ook gedrag en emoties te reguleren.

## 3. Trauma-symptomen in de vroege kinderjaren

Jonge kinderen die een trauma oplopen, zijn gevoeliger voor stress dan hun leeftijdsgenoten. Hun lichaam is er meer op ingesteld gevaar of stress te verwachten. Jonge kinderen die ingrijpende ervaringen hebben meegemaakt, zijn minder geneigd om op verkenning te gaan en zich te ontwikkelen omdat ze het gevoel hebben dat dat hun veiligheid en welzijn bedreigt. Het bieden van een veilige omgeving waarin repetitieve, voorspelbare, betrouwbare en warme zorg wordt verstrekt, is de beste manier om de ontwikkeling van kinderen te ondersteunen.

**Kinderen zijn geen kleine volwassenen.** Gebeurtenissen als ingrijpend worden ervaren verschillen voor iedere volwassene en voor ieder kind. De manier waarop kinderen hun leed tonen, verschilt ook naargelang het gender, de leeftijd en de ontwikkeling. De jongste kinderen zullen sneller ‘bevrozen’ omdat ze in een stressvolle situatie minder mogelijkheden hebben om te vechten of te vluchten. De belangrijkste symptomen van trauma bij baby’s en kleuters omvatten:

- Regressie en verlies van recent verworven vaardigheden
- Verstoring van het slaap- en voedingsschema tenopzichte van het vroegere schema van het kind
- Overdreven afhankelijkheid en willekeurige hechting
- Onrust, moeilijk te kalmeren, hyperactiviteit, in zichzelf gekeerd zijn, gebrek aan nieuwsgierigheid en responsiviteit
- Seksueel gedrag dat ongepast is voor de leeftijd



Veel voorkomende gedragsproblemen bij jonge kinderen die trauma (hebben) ervaren, zijn moeite met reguleren, verminderd cognitief vermogen, het vertraagd bereiken van ontwikkelingsmijlpalen en moeilijk relaties met leeftijdsgenoten en/of volwassenen kunnen opbouwen. Dit zijn algemene symptomen. Het is belangrijk in te zien dat elk kind anders is. **Kinderen die dezelfde stressvolle situaties meemaken, worden daar op een verschillende manier door beïnvloed. Kinderen met vergelijkbare symptomen hebben mogelijk sterk verschillende ervaringen.** In het algemeen kunnen we stellen dat trauma de ontwikkeling verstoort en het gedrag - dat we gewend zijn voor een bepaald kind – disreguleert of ontregelt. Wanneer bijvoorbeeld een kind dat normaal veel op verkenning gaat, dat plots niet meer doet, kan dat als een ‘rodevlag’ worden gezien.

Mogelijke symptomen van trauma bij volwassenen	Mogelijke symptomen van trauma bij jonge kinderen <sup>8</sup>
Herbeleven van verbale, fysieke en zintuiglijke herinneringen met betrekking tot het trauma	Herbeleven van fysieke en zintuiglijke herinneringen met betrekking tot het trauma. Jonge kinderen beschikken nauwelijks over taal en slaan herinneringen voornamelijk op in het non-verbale geheugen. Het kan gaan om geluiden, geuren, aanrakingen, ...
Vermijden van situaties die de volwassene aan het trauma doen denken	Minder exploreren of verkennen en meer moeite met transities en onvoorspelbaarheid
Ervaren van negatieve gedachten (bvb. het is mijn schuld) en afgevlakte gevoelens	Gedrag dat omschreven kan worden als apathisch (vermijden van contact, lage spierspanning, vlakke gelaatsuitdrukking)
Ervaren van prikkelbaarheid (bvb. snel opgeschrikt zijn) of hyperactiviteit (bvb. slecht slapen)	Ervaren van prikkelbaarheid (bvb. moeilijk te troosten) of hyperactiviteit (bvb. sneller boos en gespannen).



### Wat kunnen we doen?

Wat je als kindbegeleider doet is belangrijk voor het jonge kind. Kinderen die trauma (hebben) ervaren, hebben vaak een kleiner tolerantievenster waarbinnen ze optimaal functioneren. Het is onze gedeelde verantwoordelijkheid om hen te ondersteunen en hen te helpen zichzelf te reguleren. Dat kunnen we bijvoorbeeld doen door ons eigen tolerantievenster te leren kennen en ook aan zelfregulatie te doen. Als we zelf niet gereguleerd zijn kunnen we anderen niet reguleren. Een ongeduldige stem triggert stress en gevaar bij een kind.

<sup>8</sup> Zie ‘gids voor het zien en bespreekbaar maken van verontrustende signalen in de kinderopvang’ voor een volledige lijst

## 4. Veerkracht

Stel je een kind voor dat leert stappen. Probeer je voor te stellen hoe vaak het kind struikelt en valt (gemiddeld zo'n 17 keer per uur!). Beeld je nu eens in dat jij op één uur 17 keer zou mislukken in iets dat je probeert te bereiken. Zou je daar niet moedeloos van worden? Maar stoppen kinderen met leren stappen? Nee, ze staan op en proberen opnieuw. Dat illustreert wat veerkracht betekent.

Veerkracht staat voor het vermogen om terug te veren na mislukkingen en tegenslagen. Daarbij komen allerlei karaktertrekken kijken, zoals vastberadenheid, optimisme, geloof en hoop. We worden niet met veerkracht geboren. Veerkracht verandert voortdurend en onderzoekers omschrijven veerkracht hoe langer hoe meer als een spier. Hoe meer we onze veerkracht trainen, hoe sterker ze wordt, zeker bij onze jongste kinderen wiens brein nog het meest flexibel is.

Elk kind wordt aan stress blootgesteld, maar ieder kind heeft ook karaktertrekken die hen tegen de gevolgen van die stress beschermen. Dat iemand tijdens de kinderjaren een of meer ingrijpende ervaringen heeft meegemaakt, betekent niet dat hij of zij gedoemd is om levenslang gebukt te gaan onder de negatieve gevolgen. Twee cruciale factoren spelen een rol: de eigen karaktertrekken en de positieve omkadering van de familie en de gemeenschap. Het wordt hoe langer hoe duidelijker dat de negatieve gevolgen van ingrijpende ervaringen kunnen worden gecompenseerd door zorg, warmte, liefde en veiligheid. Door middel van positieve relaties kunnen kinderen leren hoe ze op een gezonde manier met de uitdagingen van het leven kunnen omgaan.



### Wat kunnen we doen?

Ondersteun de veerkracht van kinderen actief door hen positieve situaties te laten ervaren. Nodig kinderen uit om dingen te proberen waar ze goed in zijn, zodat ze succeservaringen kunnen opdoen. Gedraag je als een rolmodel voor de kinderen. Toon de kinderen dat ze deel uitmaken van de groep.



Na het lezen van het tweede hoofdstuk volgen nu enkele oefeningen om in de praktijk te brengen wat je hebt gelezen. Bekijk, als je dat wenst, de volgende oefeningen en probeer ze uit met jouw collega's. De oefeningen worden nog veel leerrijker als je de tijd neemt om met elkaar over de ervaringen te praten.

- Denk na over het levensverhaal van 2-3 jonge kinderen die je kent en hun gezin. Maak korte aantekeningen over de gebeurtenissen die kenmerkend zijn voor het leven van deze kinderen. Noteer welke situaties hen steun bieden, kracht geven, risico's inhouden of schade toebrengen.
- Wie is de hechtingsfiguur voor deze kinderen en welke relatie heeft hij/zij met hen? Door welke andere hechtingsfiguren worden ze omringd? Teken het netwerk van relaties die het kind veiligheid bieden.
- “Wanneer we mentaliseren, denken we na over de gevoelens, gedachten, verlangens enz. van anderen en van onszelf om gedrag beter te begrijpen.” Neem vandaag de tijd om jezelf en jouw eigen mentaliseer-processen na te gaan. Kies een werksituatie waarop je een sterk gevoel ervaarde. Onderzoek wanneer dat gevoel begon, waardoor het werd getriggerd, welke actie erop volgde. Neem de tijd om na te denken en de beweegredenen voor jouw eigen gedrag beter te begrijpen.
- Observeer het gedrag van een kind uit jouw omgeving en probeer het te begrijpen. Wat zou het kind voelen, welke behoeften zou het kind hebben, welke gedachten, verlangens, gevoelens zouden er achter zijn of haar gedrag schuilgaan?
- Lelijke of toxische stress verstoort de typische ontwikkeling en laat sporen na in het gedrag. Ervaar je plotselinge gedragsveranderingen bij jonge kinderen uit het kinderdagverblijf waar je werkt? Denk na over wat er met hem/haar is gebeurd.
- Praat over de stress dat het kind en zijn/haar gezin heeft ervaren met de ouders. Probeer samen een antwoord te formuleren op de vraag ‘wat is jou (dit jong kind) overkomen?’.
- Denk na over de verschillende kinderen in jouw omgeving die ingrijpende ervaringen hebben meegemaakt. Bedenk dat de gevolgen en de manier waarop kinderen herstellen van een ingrijpende ervaring verschillen van persoon tot persoon. Sta stil bij verschillende factoren die tot verschillende resultaten hebben geleid. Denk na over hoe persoonlijke karaktertrekken en de rol van het gezin en de gemeenschap mogelijk een invloed hebben gehad.



# HOOFDSTUK 3.



## Kwestie van een bewuste houding: Het organiseren van trauma-sensitieve waarden in de kinderopvang



“ Vuur kan verwarmen of verteren, water kan blussen of je laten verdrinken, wind kan strelen of snijden. En zo is het ook met menselijke relaties. We kunnen creëren en vernietigen, koesteren en terroriseren elkaar traumatiseren en elkaar ondersteunen. ”

(Bruce Perry)

Dit hoofdstuk werd geschreven met bijzondere aandacht voor trauma-sensitieve zorg op het organisationeel niveau van de kinderopvang. Het is dan ook speciaal bestemd voor leidinggevenden en pedagogische verantwoordelijken of voor het gehele team.

# 1. Een trauma-sensitieve werking

Trauma-sensitieve zorg is erop gericht te versterken wat het kind ondersteunt in zijn/haar omgeving en te beperken wat het kind schaadt in zijn/haar welzijn en veiligheid. In de volgende hoofdstukken leggen we uit hoe trauma-sensitieve zorg in de praktijk kan worden georganiseerd.

Kinderen lopen meestal ingrijpende ervaringen op in de context van relaties tot anderen, zoals binnen het gezin. Het herstel van een ingrijpende ervaring verloopt het best wanneer het kind wordt ondersteund met positieve en veilige relaties. Een kindbegeleider kan dus een enorm positieve impact hebben op het leven van een jong kind wanneer die kindbegeleider een positieve en veilige relatie opbouwt met dat kind. Zelfs onze kleinste interacties kunnen een verschil maken. **Onderzoek toont aan dat positieve en veilige relaties jonge kinderen kunnen ondersteunen in hun ontwikkeling, in het bijzonder wanneer zij ingrijpende ervaringen meemaken** (Ungar & Perry, 2012).

Een trauma-sensitieve kinderopvang betekent dat de organisatie en het team (1) begrijpen hoe **ingrijpende ervaringen de ontwikkeling van jonge kinderen beïnvloeden** en hoe trauma jonge kinderen kwetsbaar maakt voor verdere schade: hoe jonger, hoe kwetsbaarder, (2) actief trauma voorkomen door het opbouwen van **veilige, voorspelbare en op vertrouwen gebaseerde relaties** en (3) begrijpen dat kinderen, ouders en kindbegeleiders in de **context van hun eigen (stressvolle) ervaringen** moeten worden gezien (Fredrickson, 2019).

Het goede nieuws is dat dit wellicht herkenbaar zal zijn. De **meeste kindbegeleiders integreren trauma-sensitieve zorg van nature uit in hun werk en steunen daarvoor op hun eigen buikgevoel (intuïtie) en ervaring. Ze gedragen zich voorspelbaar in het leven van het kind, ze creëren een veilige omgeving zodat kinderen kunnen verkennen en leren, ze zijn fysiek en mentaal beschikbaar voor de kinderen, ze bieden betrouwbare zorg en ze ijveren voor een warme relatie met het kind en het gezin. Dit zijn allemaal trauma-sensitieve elementen die voornamelijk gebaseerd zijn op empathie en op het valideren van hoe ervaringen ons gedrag, onze gevoelens en onze gedachten beïnvloeden.** Het is echter belangrijk dat we alle kindbegeleiders aansporen om trauma-sensitieve zorg op een bewuste manier te integreren in hun werk, ongeacht buikgevoel of praktijkervaring. Bovendien **omvat trauma-sensitieve zorg méér dan handelen alleen, het gaat ook om attitude, kennis en een bewuste manier van werken.** Trauma-sensitief zijn betekent dat je je bewust bent van de effecten van ingrijpende ervaringen en dat je ze in het achterhoofd houdt wanneer je met kinderen, gezinnen, collega's en andere professionals werkt. Het kijken door een trauma-sensitieve bril vormt onze kennis, ons handelen en onze houding.

Het organiseren van trauma-sensitieve zorg in de kinderopvang houdt in dat (Fredrickson, 2019):

- Het kinderdagverblijf erkent dat **trauma geen 'thuisprobleem' is**. De organisatie geeft de ouders of de kinderen niet de schuld. In plaats van een 'stout' kind zien we een kind dat worstelt.
- Het kinderdagverblijf **investeert in bewustwording** (kennis, vaardigheden en houding) van trauma en stress en de gevolgen ervan voor kinderen, ouders en kindbegeleiders.
- Het kinderdagverblijf **erkent dat kinderen met een trauma het minst geneigd zijn om hulp te zoeken omdat ze zich onveilig voelen**. Er moet rekening worden gehouden met de behoefte van het kind aan fysieke en psychische veiligheid.
- Het kinderdagverblijf **ruimte maakt voor de persoonlijke en culturele context** van de kinderen en de gezinsleden die hen omringen. De ervaringen van een bepaalde culturele groep met betrekking tot trauma's (zoals racisme of immigratie) en intergenerationele trauma's worden in aanmerking genomen omdat die ook invloed hebben op het individuele niveau.

- Het kind en de ouders in **nauw contact** staan met het kinderdagverblijf en dat er ruimte is om te praten over alles wat relevant kan zijn. Elke ontmoeting is een kans om een veilige plaats te creëren.
- Het kinderdagverblijf activiteiten organiseert die de **veerkracht** van kinderen en ouders **versterken**.
- Het kinderdagverblijf trauma-sensitief werkt in de **dagelijkse structuur**, maar ook tijdens **crisismomenten**.

Trauma's benaderen met de focus op het perspectief van de kinderen en gezinnen, is de doeltreffendste manier om de effecten en de gevolgen van dat trauma aan te pakken. De doelstellingen van trauma-sensitieve zorg zijn preventie en interventie. Trauma-sensitieve zorg integreren in de dagelijkse werking van de kinderopvang is een lang, stapsgewijs proces dat bewuste inspanningen vergt (JBS Int. & Georgetown University, 2016).

### Trauma-sensitief personeel

Een organisatie kan enkel functioneren wanneer de personeelsleden zich over het algemeen goed voelen, wanneer zij de nodige vrijheid hebben en wanneer zij, zonder al te veel hindernissen, hun passie kunnen volgen. Onderzoek heeft aangetoond dat kindbegeleiders zich vaak onvoldoende vaardig voelen om met kinderen met trauma om te gaan en dat zij dikwijls verscheurd zijn tussen de behoeften van het kind, die van de andere kinderen en hun eigen noden. Uit preventief oogpunt is het belangrijk dat trauma-sensitieve zorg erop gericht is alle kinderen, hun ouders en het kinderdagverblijf te ondersteunen. Trauma-sensitief personeel:

- is vertrouwd met het scala van ervaringen waarmee kinderen en hun gezin kunnen worden geconfronteerd
- kent strategieën om kinderen en hun ouders te activeren en te ondersteunen
- heeft de capaciteit om zichzelf te reguleren (op groeps- en individueel niveau)

## 2. Principes van trauma-sensitieve zorg

Trauma-sensitieve zorg in de kinderopvang bouwt verder op de kennis dat traumatische ervaringen kinderen op allerlei manieren kunnen raken. Trauma-sensitieve zorg is geen methode om trauma te behandelen. Het heeft als doel steun te bieden op een manier die toegankelijk en geschikt is voor kinderen en hun gezin, in het bijzonder kinderen en gezinnen die trauma (hebben) ervaren. Zes basisprincipes zijn kenmerkend voor trauma-sensitieve zorg in de kinderopvang (SAMSHA, 2014):

1. **Veiligheid** – het waarborgen van fysieke en emotionele integriteit
2. **Voorspelbaarheid** – het creëren van een sfeer van duidelijkheid en transparantie
3. **Ondersteuning** – het bouwen op de eigen en elkaars krachten
4. **Samenwerking** – het duurzaam verankeren van gezamenlijke besluitvorming
5. **Presentie** – het erkennen en respecteren van ieder individu
6. **Inclusie** – het actief benadrukken dat iedereen ertoe doet en van waarde is



De toepassing van deze zes basisprincipes laat toe dat je als kinderopvang bewust omgaan met kinderen en gezinnen en de rugzak die zij met zich meedragen. Naast de zes basisprincipes van trauma-sensitieve zorg, loont het de moeite na te denken over de volgende vraag:

***Hoe definieer ik mijn rol als kindbegeleider ten aanzien van kinderen en hun ouders?***

### Basisprincipe 1.

## VEILIGHEID



Het eerste principe staat in het teken van veiligheid. Het is essentieel dat zowel de medewerkers van het kinderdagverblijf als de kinderen en hun ouders die er komen, zich fysiek en mentaal veilig voelen. Zonder een veilig gevoel is er immers geen mogelijkheid om te bekomen of herstellen van een ingrijpende ervaring. Als er bijvoorbeeld voor een ouder onvoldoende ruimte en tijd is om over uitdagingen te spreken met de kindbegeleider, of als dat alleen in de gang kan in het bijzijn van andere ouders, kan dat een barrière vormen om te groeien als kind of als gezin. Of, als de algemene werking van het kinderdagverblijf niet duidelijk is, of de communicatie misleidend is, zullen mensen zich niet altijd veilig voelen.

Een veilig gevoel is essentieel voor zowel de kinderen als de ouders van het kinderdagverblijf, evenals voor de personeelsleden.

### Basisprincipe 2.

## VOORSPELBAARHEID



Het tweede principe omvat het creëren van een sfeer van duidelijkheid en transparantie. Organisatorische beslissingen en veranderingen met betrekking tot de kinderen moeten zo transparant mogelijk worden genomen. Kinderen en gezinnen, personeelsleden en anderen die een rol spelen in het kinderdagverblijf, worden best betrokken bij de relevante besluitvorming. Het doel hiervan is het creëren van een sfeer van vertrouwen en verbinding tussen kinderen, gezinnen en kindbegeleiders.

### Basisprincipe 3.

## ONDERSTEUNING



Het derde principe staat in het teken van het bouwen op de eigen en elkaars krachten. Een trauma-sensitief kinderdagverblijf ondersteunt kinderen en hun ouders in het streven naar positieve groei. Een gemeenschapsgevoel is bijvoorbeeld een krachtige bron van herstel wanneer iemand een trauma heeft opgelopen en behoefte heeft aan informele steun. Kinderdagverblijven kunnen de eigen context inzetten voor herstel, bijvoorbeeld door het stimuleren van verbinding tussen gezinnen tijdens ouderavonden.

#### Basisprincipe 4.

## SAMENWERKING



Het vierde principe gaat over het duurzaam verankeren van gezamenlijke besluitvorming. Samenwerking is essentieel in het werken met kinderen en gezinnen die trauma (hebben) ervaren. In het kinderdagverblijf is het daarom essentieel als partners te werken en vertrouwen en veiligheid te waarborgen. Leidinggevenden kunnen aandacht besteden aan gelijkwaardigheid en wederzijdse erkenning. Elk individu is welkom met al zijn of haar talenten, kenmerken, ervaringen en successen, en allemaal zijn ze even waardevol. Leidinggevenden kunnen benadrukken dat alle kindbegeleiders die met het kind en de ouder(s) werken, een belangrijke rol spelen in het herstel van een trauma - *Je hoeft geen therapeut te zijn om een therapeutisch effect te bereiken (Ford & Wilson, 2012).*

#### Basisprincipe 5.

## PRESENTIE



Het vijfde principe betreft het erkennen en respecteren van ieder individu. Het kinderdagverblijf bouwt voort op de krachten en de uitdagingen van de kinderen en hun ouders. Het kinderdagverblijf gelooft in hun veerkracht en hun potentieel om van trauma te herstellen. Kindbegeleiders zijn zich ervan bewust dat mensen met een trauma vaak worden uitgesloten en dat zij zich in een zwakke sociale positie bevinden. Bijgevolg besteden kindbegeleiders bewust aandacht aan het begrijpen van gedrag, gevoelens en ervaringen. Het kinderdagverblijf ondersteunt de ontwikkeling van vaardigheden die zelfverwezenlijking bevorderen en stimuleert het potentieel van kinderen en hun gezinnen.

Het kinderdagverblijf erkent dat kindbegeleiders geen evidente job uitoefenen en ondersteunt hen daarom. Leidinggevenden helpen medewerkers op hun kerntaken te focussen. De medewerkers worden ook ondersteund wanneer ze moeten omgaan met uitdagende situaties, kinderen of ouders of wanneer ze herstellen van en werken aan hun eigen trauma's. Dit kan bijvoorbeeld door het organiseren van individuele en groeps gesprekken en -activiteiten (individuele en teamvergaderingen, teambuildings, enz.).

#### Basisprincipe 6.

## INCLUSIE



Het zesde principe gaat over het actief benadrukken dat iedereen ertoe doet en van waarde is. We spreken in dit geval vaak van intersectionaliteit. Intersectionaliteit betekent dat ieder individu in een samenleving ongelijkheid, identiteit en emancipatie anders ervaart op basis van elkaar kruisende factoren zoals cultuur, gender of vroegere ervaringen. Op één factor focussen is te eenzijdig om de complexiteit van stress of trauma uit te leggen.

Iedereen wordt in de eerste plaats als een individu benaderd, en niet als een vertegenwoordiger van een bepaalde cultuur. Kindbegeleiders worden aangemoedigd om stil te staan bij de persoonlijke waarden en normen en om zich af te vragen in hoeverre die de beroepshouding beïnvloeden. Het kinderdagverblijf verdiept zich in andere culturen en gaat in gesprek. Altijd worden de kinderen en ouders gezien als partners in de zorg voor de kinderen.

### 3. Trauma-sensitieve zorg in de dagelijkse werking van de kinderopvang

Een enkele opleidingssessie of het lezen van deze gids op zich is onvoldoende om trauma-sensitief aan de slag te gaan. **Wat we nodig hebben is een structurele implementatie**, bijvoorbeeld aan de hand van supervisie, doorlopende training, intervisie en herhaling van de verworven kennis, vaardigheden en houding (Cutuli et al., 2019). Op organisatorisch vlak onderscheiden we vier domeinen om trauma-sensitieve zorg te implementeren in het werken met jonge kinderen van wie er sommige trauma (hebben) ervaren. Deze domeinen zijn structureel van aard. Idealiter wordt de implementatie van trauma-sensitieve zorg binnen deze domeinen gestimuleerd door het beleid, bijvoorbeeld door in kindvrije uren te voorzien en fysieke en mentale ondersteuning te bieden aan het personeel van de kinderopvang.

Het eerste implementatiedomein omvat de uitvoering van een **systematische screening om verontrustende signalen op te merken (zie Gids voor het zien en bespreekbaar maken van verontrustende signalen in de kinderopvang)**. Stress komt veel voor en het is moeilijker om traumatische voorkomen en aan te pakken als lelijke of toxische stress niet vroegtijdig en doeltreffend wordt opgemerkt (Roberts et al., 2019). Een trauma dat niet erkend wordt, schaadt de mentale gezondheid. Zonder screening wordt ook eerder trauma vaak niet opgemerkt. Kindbegeleiders kunnen worden getraind in het gebruik van screeningsprocedures die niet alleen op buikgevoel of ervaring, maar ook op wetenschappelijk onderzoek gebaseerd zijn (Cutuli et al., 2019). Systematische screening en het (h)erkennen van trauma's hebben een positieve impact op de ondersteuning die de kinderopvang kan bieden.

Het tweede implementatiedomein is het stimuleren van **de opleiding en de (professionele) ontwikkeling van de medewerkers van de kinderopvang**. Mensen die beroepshalve in de kinderopvang werken, hebben allerlei achtergronden op het vlak van opleiding en ervaring. Levenslange opleidingsmogelijkheden voor alle kindbegeleiders zijn een essentiële factor om rekening mee te houden bij het aanwerven van een nieuwe medewerker, bij het monitoren van de werkvloer en bij de evaluatie van de prestaties. Opleidingen dragen best bij tot de onafhankelijkheid en het welzijn van de medewerkers (Walkley & Cox, 2013).

Het derde implementatiedomein is de **integratie van empirisch onderbouwde methodes**. Om met kinderen te werken, moeten de nieuwste wetenschappelijk onderbouwde methoden en praktijken worden gestimuleerd. Het kinderdagverblijf houdt best de vinger aan de pols met betrekking tot de gebruikte methoden en praktijken (Cutuli et al., 2019).

Het vierde en laatste implementatiedomein is het **trauma-sensitief samenwerken tussen systemen**. Samenwerking is de beste manier om gezinnen de meest gepaste hulp te kunnen aanbieden. Een kinderdagverblijf kan zo ook trauma-sensitief omgaan met andere diensten en externe medewerkers, zelfs wanneer andere diensten niet trauma-sensitief werken (Walkley & Cox, 2013). Op individueel niveau omvat dit onder meer respectvol spreken of gezinnen betrekken bij besluitvorming die verband houden met het kind. Op het niveau van de organisatie kan dit inhouden dat de leidinggevende structuren ontwikkelt om de betrokkenheid van en de samenwerking met kinderen en hun ouders te stimuleren.

Samenwerking betekent ook erkennen dat een kind in sommige situaties meer ondersteuning nodig heeft dan enkel het kinderdagverblijf. Het is niet altijd gemakkelijk om dit in te zien en te bespreken met het gezin. Als het kind of het gezin naar jou aanvoelen extra ondersteuning nodig heeft, kan je samen met jouw leidinggevende of team nadenken over de mogelijkheden om vervolgens met de ouders in gesprek te gaan. We kunnen ons afvragen wanneer iemand extra ondersteuning nodig heeft. Dat is vaak een grijze zone. Er is geen vaste richtlijn om te bepalen welke kinderen extra ondersteuning nodig hebben en welke niet. In acute veiligheidssituaties of bij een ontwikkelingsachterstand is het belangrijk hierover te spreken met jouw collega's, met het kind en met de ouders van het kind. De volgende vragen kunnen jou helpen te beslissen of de situatie extra ondersteuning vereist: Heb je zicht op het ouderschap? Staat het ouderschap onder druk en welke factoren dragen mogelijk bij tot die druk? In deze situaties is het belangrijk om van gedachten te wisselen en de mogelijkheden te bespreken met het team of met het Vertrouwenscentrum Kindermishandeling.



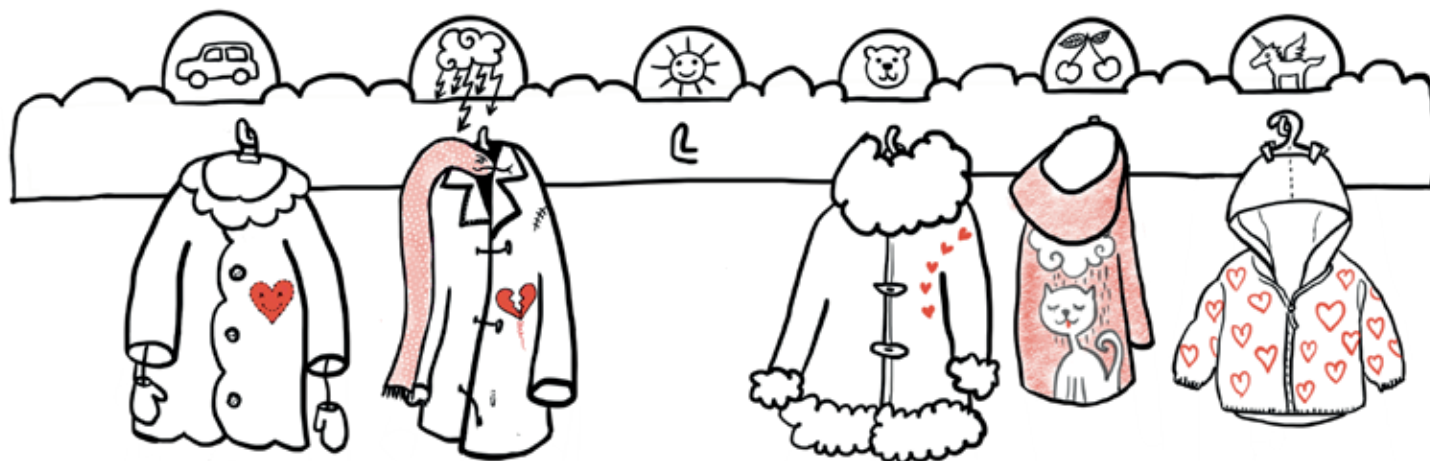




# HOOFDSTUK 4.



Aan de slag:  
trauma-sensitieve zorg  
voor kinderen van 0-3 jaar



“ Ons gezien en gehoord voelen door de belangrijkste mensen in ons leven laat ons kalm en veilig voelen. ”

(Bessel van der Kolk)

Dit hoofdstuk werd geschreven om trauma-sensitieve handvaten te bieden voor medewerkers van de kinderopvang.

# 1. Principes van trauma-sensitieve zorg in de kinderopvang

Door trauma-sensitieve principes in overweging te nemen en toe te passen, wordt een kader gecreëerd waarin kinderen, ouders, en kindbegeleiders zich allen veilig en geborgen kunnen voelen. Als we trauma-sensitieve zorg willen uitbouwen, moeten we de trauma-sensitieve principes zowel op het niveau van de organisatie als op de werkvloer toepassen.

In het volgende deel van deze gids stellen we aan aantal vragen die jou kunnen helpen te achterhalen welke principes worden toegepast én kunnen worden toegepast in het kinderdagverblijf waarvoor je werkt. Stof tot nadenken dus.

Ieder principe wordt besproken aan de hand van enkele vragen en tips. Bij ieder principe hoort ook een ruimte waar je notities kan toevoegen en een actieplan dat je kan gebruiken wanneer je dit principe wil toepassen. De vragen zijn bedoeld om stil te staan bij de werking van het kinderdagverblijf en zijn dus gericht aan de leidinggevende en/of de pedagogisch verantwoordelijke en/of het team als geheel. We geloven immers dat trauma-sensitieve zorg vooral mogelijk wordt wanneer dit ondersteund wordt door het kinderdagverblijf of de kinderopvang als geheel.



## REFLECTIE VOOR LEIDINGGEVENDEN

Deze reflectievragen kunnen worden gebruikt door leidinggevenden die willen nagaan in welke mate trauma-sensitieve zorg wordt toegepast in het kinderdagverblijf. De ideale manier om deze reflectievragen te gebruiken, wordt hieronder samengevat:

- Gebruik de onderstaande vragen om na te denken over de manier waarop de basisprincipes al toegepast worden in het kinderdagverblijf en waar er nog ruimte is voor toepassing.
- Schrijf jouw reflecties of die van de groep op.
- Stel op basis van die reflecties een actieplan op dat jou/jullie stimuleert om bewust naar een meer trauma-sensitieve zorg te evolueren.
- Probeer zo eerlijk mogelijk te antwoorden. Beschouw deze vragen niet als een test of een quiz. Er zijn geen goede of foute antwoorden.
- Probeer ten minste een keer per jaar over elk principe na te denken om de toepassing en aanpassingen te zien.



## VEILIGHEID

Het eerste doel van dit principe is het waarborgen van fysieke en emotionele integriteit.



### PERSPECTIEF: KINDBEGELEIDERS

Reflectievragen over het principe 'veiligheid'	Tips om voor veiligheid te zorgen
<p>Zorgt de organisatie er actief voor dat kindbegeleiders zich <b>fysiek veilig</b> voelen?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geschikte ruimtes aanbieden voor verschillende activiteiten, met en zonder kinderen/ouders.</li> <li>• Voorzien van richtlijnen en cursussen voor noodsituaties (bvb. EHBO).</li> <li>• Opstellen en verspreiden van plan of richtlijn omtrent wat kindbegeleiders kunnen doen wanneer ze zich fysiek onveilig voelen (bvb. wie ze kunnen contacteren, wat die persoon kan doen).</li> </ul>
<p>Zorgt de organisatie er actief voor dat kindbegeleiders zich <b>mentaal veilig</b> voelen?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opstellen van duidelijke agenda's/takenpakketten voor kindbegeleiders waarin rekening gehouden wordt met routines en aansluiting bij het beleid van het kinderdagverblijf over gezondheid en welzijn.</li> <li>• Communiceren op een duidelijke, vriendelijke en respectvolle manier met iedereen.</li> <li>• Ruimte laten voor uitwisseling tussen kindbegeleiders en leidinggevende/pedagogisch verantwoordelijke (bvb. vragen-moment)</li> <li>• Opstellen en verspreiden van plan of richtlijn omtrent wat kindbegeleiders kunnen doen wanneer ze zich mentaal onveilig voelen (bvb. wie ze kunnen contacteren, wat die persoon kan doen).</li> </ul>
<p>Zijn er ruimtes beschikbaar die de nodige privacy bieden voor kindbegeleiders, kinderen en ouders?</p>	<p>Het creëren van een rustige plek waar je niet gestoord kan worden. Deze ruimte kan dienen voor gesprekken tussen kindbegeleiders en leidinggevenden of met ouders. Deze ruimte kan ook dienen voor (zelf-)regulatie.</p>
<p>Zijn de kindbegeleiders opgeleid om te communiceren over en te reageren op veiligheidsincidenten? (bvb. ongeval, diefstal, enz.)</p>	<p>Opstellen van antwoorden en communiceren over de volgende vragen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wat doet een kindbegeleider wanneer zich een veiligheidsincident voordoet?</li> <li>• Hoe kunnen kindbegeleiders met kinderen communiceren over deze incidenten?</li> <li>• Hoe kunnen kindbegeleiders met ouders communiceren over deze incidenten?</li> </ul> <p>Je kan meer lezen over communiceren met ouders in de gids voor het zien en bespreekbaar maken van verontrustende signalen in de kinderopvang.</p>



## PERSPECTIEF: OUDERS

Reflectievragen over het principe 'veiligheid'	Tips om voor veiligheid te zorgen
Zijn de eerste contacten met ouders hartelijk en respectvol?	<p>Hou er rekening mee dat een gesprek voor ouders een spannende ervaring kan zijn. Ontmoetingen kunnen worden voorbereid op teamvergaderingen of met de pedagogisch verantwoordelijke.</p> <p>Zorg voor een aanspreekpunt voor ouders, zeker in de ochtend en avond wanneer er veel ouders over de vloer komen.</p>
Krijgen de ouders duidelijke uitleg en informatie over de gang van zaken? (bvb. regelingen voor het middagdutje)	<p>Hou er rekening mee dat dingen waarmee jij vertrouwd bent, voor anderen nog onbekend kunnen zijn. Neem de tijd om de gewoonten en activiteiten in het kinderdagverblijf uit te leggen. Geef ouders tijd en mogelijkheid om vragen te stellen over eventuele onzekerheden waarmee ze zitten.</p> <p>Zorg voor een aanspreekpunt voor ouders, zeker wanneer nieuwe activiteiten of routines worden georganiseerd.</p>
Schenken kindbegeleiders aandacht aan signalen van ouders?	<p>Moedig kindbegeleiders aan om in contact te staan met de ouders.</p> <p>Sta tijdens het teamoverleg stil bij het perspectief van de ouder: wat zijn mogelijke manieren om het gedrag, de gedachten en de gevoelens van de ouder te begrijpen? Door dit in team toe te passen daag je vastgeroeste perspectieven uit.</p> <p>Zorg voor een laagdrempelig aanspreekpunt voor ouders voor dagdagelijkse communicatie. Dit zorgt ervoor dat ouders ook weten bij wie ze terecht kunnen op momenten dat ze iets willen vragen of bespreken waar ze zelf onzeker over zijn.</p>





## PERSPECTIEF: KINDEREN

Reflectievragen over het principe 'veiligheid'	Tips om voor veiligheid te zorgen
Biedt de dagelijkse routine van de organisatie veiligheid voor de kinderen?	Deel de kinderen mee wat er gaat gebeuren en wanneer, en wie er regelmatig bij hen zal zijn. Die informatie kan ook op een bord aan de muur worden weergegeven, bijvoorbeeld aan de hand van pictogrammen. De kinderen kunnen daar dan gaan kijken als ze niet zeker weten wat ze kunnen verwachten.
Streven we naar een duidelijke, hygiënische en veilige omgeving voor kinderen?	Zorg voor duidelijke afstemming van de ruimte op de noden van het kinderdagverblijf. Er kunnen bijvoorbeeld afgebakende plekken zijn om te spelen, te knutselen, verhalen te vertellen, te eten of te slapen.
Zijn de kindbegeleiders op de hoogte van de ontwikkelingsgeschiedenis van het kind?	<p>Bevraag de ontwikkelingsgeschiedenis van het kind bij de ouder. Leg ook uit dat je deze informatie verzamelt om het kind beter te begrijpen en op te volgen.</p> <p>Hou voor ieder kind een mapje of boekje bij om de ontwikkeling op te volgen en maak geregeld aantekeningen. In de 'gids voor het zien en bespreekbaar maken van verontrustende signalen in de kinderopvang' vind je een kijk op het typische ontwikkelingsverloop van jonge kinderen. Dit kan als leidraad dienen om notities te maken. Een systematische screening die je uitvoert kan ook per kind in deze mapjes worden bijgehouden. Dat is nuttig omdat je zo op een meer objectieve manier kan bijhouden wanneer je iets atypisch ziet voor een bepaald kind. Voorzie een veilige, privacy-respecterende plek om deze informatie te bewaren. De mapjes kunnen ook dienen om systematisch (bvb. iedere maand) een gesprek met de ouders te organiseren over hoe het met het kind gaat.</p>



## Mijn notities en reflecties voor het principe veiligheid








## VOORSPELBAARHEID

Het doel van dit principe is het creëren van een sfeer van duidelijkheid en transparantie.



### PERSPECTIEF: KINDBEGELEIDERS

<b>Reflectievragen over het principe 'voorspelbaarheid'</b>	<b>Tips om voor voorspelbaarheid te zorgen</b>
<p>Heeft de organisatie duidelijke verwachtingen met betrekking tot de rol en de opdracht van de kindbegeleiders?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stel samen met het team een omschrijving op: wat betekent het om een kindbegeleider te zijn? Dit kan een interessante teambuildingsoefening zijn die je ieder jaar kan herhalen. De resultaten kan je ergens ophangen waar het zichtbaar is voor alle kindbegeleiders (en ouders). Je kan dit ook opstellen voor de andere functies in het kinderdagverblijf (bvb. de leidinggevende, de pedagogisch verantwoordelijke). Zo creëer je duidelijkheid omtrent wat iedereen van elkaar kan verwachten.</li> <li>• Spreek regelmatig met nieuwe medewerkers en vraag hen expliciet hoe ze de werking van het kinderdagverblijf ervaren en of ze nog ergens vragen bij hebben. Dit geeft jou de mogelijkheid om extra informatie te bieden. Zo voelen de nieuwe medewerkers dat je een laagdrempelig contactpunt bent en voelen ze zich meer welkom. Daarnaast kan het ook een kans zijn om bepaalde gewoontes vanuit een frisse blik te zien en te evalueren.</li> <li>• Organiseer mentors, buddy's of peters/meters onder het personeel. Bespreek ook wat deze verbinding tussen twee personeelsleden inhoudt en waarover ze bij elkaar terecht kunnen.</li> </ul>
<p>Beschikt het kinderdagverblijf over een netwerk dat hen professioneel kan ondersteunen?</p>	<p>Leg contact met ondersteunde organisaties uit de buurt die te maken hebben met de zorg voor het jonge kind, zoals het kinderopvangloket van jouw gemeente/stad, het huis van het kind, de lokale afdeling van Kind en Gezin. Dit kan informeel en formeel gebeuren (bvb. lokaal overleg, studiedagen, netwerkmomenten, vergaderingen). Zorg ervoor dat je duidelijke informatie verzamelt over deze organisaties: Wie zijn ze? Wat doen ze? Hoe werken ze? Welke ondersteuning kan je van hen verwachten?</p>
<p>Respecteert het kinderdagverblijf professionele en persoonlijke grenzen?</p>	<p>Spreek met het team en individueel over professionele en persoonlijke grenzen. Ken je jouw eigen grenzen? Heb je het gevoel dat deze grenzen door jezelf en anderen gerespecteerd worden? Op welke manier (niet)?</p> <p>Communiceer duidelijk over hoe kindbegeleiders hulp en ondersteuning kunnen vragen.</p>



## PERSPECTIEF: OUDERS

### Reflectievragen over het principe 'voorspelbaarheid'

### Tips om voor voorspelbaarheid te zorgen

Communiqueert het  
kinderdagverblijf duidelijk  
naar ouders toe?

Communiqueer duidelijk over nieuwe informatie en veranderingen die relevant zijn voor een gezin. Bied de kans om vragen te stellen.

Communiqueer duidelijk met nieuwe gezinnen over de routines van het kinderdagverblijf. Bied de kans om vragen te stellen.

Zorg voor een laagdrempelig aanspreekpunt voor ouders voor dagdagelijkse communicatie. Dit zorgt ervoor dat ouders ook weten bij wie ze terecht kunnen op momenten dat ze iets willen vragen of bespreken waar ze zelf onzeker over zijn.

Vraag dit aanspreekpunt om de gezinnen zelf ook regelmatig te benaderen en een praatje te slaan. De meeste gesprekken over zorgen of stress vinden plaats wanneer daar de kans toe wordt gecreëerd door het aanspreekpunt zelf.

Is het voor ouders duidelijk  
hoe, waar en in welke vorm zij  
een gesprek kunnen voeren  
met de kindbegeleiders?

Naast de mogelijkheid om enkele vragen te stellen of kort iets te zeggen (vaak in de ochtend of avond wanneer de ouders het kind komen brengen of ophalen) is het ook belangrijk dat er echte gespreksmogelijkheden zijn voor ouders. Nodig hen regelmatig uit om het over het kind te hebben. Communiqueer duidelijk omtrent hoe vaak deze gesprekken doorgaan en wat er inhoudelijk besproken wordt.

Communiqueer duidelijk naar de ouders toe voor welke soort informatie welke kanalen gebruikt worden (bvb. private pagina op sociale media voor dagelijkse foto's, e-mail voor belangrijke informatie, telefoon voor concrete vragen).









## ONDERSTEUNING

Het derde principe staat in het teken van het bouwen op de eigen en elkaars krachten.



### PERSPECTIEF: KINDBEGELEIDERS

<b>Reflectievragen over het principe 'ondersteuning'</b>	<b>Tips voor ondersteunende gemeenschappen</b>
<p>Zoekt de organisatie actief contact met andere, externe kinderopvangorganisaties?</p>	<p>Leg contact met ondersteunde organisaties uit de buurt die te maken hebben met de zorg voor het jonge kind, zoals het kinderopvangloket van jouw gemeente/stad, het huis van het kind, de lokale afdeling van Kind en Gezin. Dit kan informeel en formeel gebeuren (bvb. lokaal overleg, studiedagen, netwerkmomenten, vergaderingen). Zorg ervoor dat je duidelijke informatie verzamelt over deze organisaties: Wie zijn ze? Wat doen ze? Hoe werken ze? Welke ondersteuning kan je van hen verwachten? Uit onderzoek blijkt dat het veel gemakkelijker is in moeilijke situaties samen te werken als de professionals elkaar al kennen.</p>
<p>Krijgen kindbegeleiders ondersteuning om uitdagingen aan te pakken?</p>	<p>Biedt iedere kindbegeleider de mogelijkheid om zich professioneel te ontwikkelen. Dit kan je doen door studiedagen of informatiesessies bij te wonen of door elkaar op te leiden.</p> <p>Wijs binnen jouw organisatie thema's toe aan enkele kindbegeleiders (bvb. referentiepunt rond muziek, referentiepunt rond wenbeleid, enz.). Zij kunnen vervolgens alle informatie uitzoeken en de collega's hierover informeren. Ieder jaar kan je nieuwe prioriteiten/thema's in groep selecteren.</p> <p>Geef kindbegeleiders regelmatig de gelegenheid om hulp te vragen of hun bezorgdheid te uiten binnen het team of ten aanzien van de leidinggevende.</p>
<p>Voelt iedere kindbegeleider zich ondersteund wanneer hij of zij op het werk met uitdagingen wordt geconfronteerd?</p>	<p>Als er sprake is van verontrustende signalen, stress of trauma, bespreek dit dan met het team. Dit geeft de betrokken kindbegeleiders de mogelijkheid om professioneel en persoonlijk te reflecteren over de situatie en om samen na te gaan welke ondersteuning nodig is voor het kind, de ouders en de kindbegeleider(s).</p> <p>Vertrouwen tussen kindbegeleiders is niet altijd vanzelfsprekend. Zorg voor formele en informele momenten om te verbinden (lunches, teambuilding enz.) met het volledige team en met de leidinggevende.</p>



## PERSPECTIEF: OUDERS

Reflectievragen over het principe 'ondersteuning'	Tips voor ondersteunende gemeenschappen
Hebben ouders de kans elkaar in zowel formele als informele omstandigheden te ontmoeten om te praten en een gemeenschap te vormen?	Organiseer zowel formele en informele ontmoetingen tussen ouders, bijvoorbeeld thema-avonden, ouder-kind dag, ouderfeestjes, activiteiten zoals ouders die voorlezen of mee helpen tuinieren, ruilbeurzen voor kleding en speelgoed, enz.
Wordt een gezin dat een moeilijke periode doormaakt, voldoende ondersteund?	Sta in team stil bij de volgende vraag: op welke manier staat het gezin onder druk en welke factoren veroorzaken die druk? Zijn dit factoren waar wij als kinderdagverblijf iets positiefs aan kunnen bijdragen? Bekijk ook de mogelijkheid om hier met de ouders rond af te stemmen. Probeer hen te betrekken en de regie zoveel mogelijk in de handen van de ouders te laten.  Stem af met het Vertrouwenscentrum Kindermishandeling en/of met de lokale afdeling van Kind en Gezin.



## PERSPECTIEF: KINDEREN

Reflectievragen over het principe 'ondersteuning'	Tips voor ondersteunende gemeenschappen
Bouwen we warme en veilige relaties op met de kinderen?	Sta stil bij de ontwikkelingsgeschiedenis van het kind en op welke manier dit een impact heeft op de relaties die het kind momenteel opbouwt binnen het kinderdagverblijf.



## Mijn notities en reflecties voor het principe ondersteuning

A large rectangular area with horizontal dotted lines, intended for writing notes and reflections.





## SAMENWERKING

Het vierde principe gaat over het duurzaam verankeren van gezamenlijke besluitvorming.



### PERSPECTIEF: KINDBEGELEIDERS

Reflectievragen over het principe 'samenwerking'	Tips om voor samenwerking te zorgen
Biedt het kinderdagverblijf voldoende mogelijkheden om samen te spreken over de werking?	<p>Sta samen stil bij de streefdoelen van het kinderdagverblijf (bvb. ieder jaar). Bespreek in team hoe jullie deze doelen kunnen behalen en organiseer regelmatig terugkoppelmomenten over de streefdoelen. Maak hier iets positiefs van (bvb. meer opleiding/kennis omtrent een bepaald thema, lief zijn voor elkaar, ...).</p> <p>Organiseer regelmatige gesprekken met de kindbegeleiders en in teamverband zodat ze de kans krijgen om constructieve feedback te geven.</p> <p>Het is niet altijd evident om 'nee' te zeggen op het werk. Sta stil bij professionele en persoonlijke grenzen en bekijk hoe 'nee is oké' een krachtige boodschap binnen het team kan worden.</p>
Biedt de organisatie de kindbegeleiders voldoende mogelijkheden voor ondersteuning?	<p>Organiseer 'varia' momenten waarop kindbegeleiders in team kunnen spreken waarover ze willen. Dit kunnen persoonlijke of professionele varia-momenten zijn en bieden de mogelijkheid om toegankelijk en laagdrempelig vragen te stellen.</p>
Zijn de verantwoordelijkheden van de kindbegeleiders in verhouding met de werkdruk en ondersteuningsmogelijkheden?	<p>Ga na hoe je de kindbegeleiders zo goed mogelijk kan ondersteunen op moeilijke momenten (bvb. bij hoge werkdruk). Idealiter maak je deze oefening op maar van iedere kindbegeleider.</p> <p>Bied regelmatig gelegenheden aan om te spreken over de werkdruk en de verantwoordelijkheden die de kindbegeleiders dragen. Bij nieuwere taken kan je eventueel ook vragen aan de kindbegeleiders om bij te houden hoeveel uren ze aan deze taak hebben besteed. Benadruk dat dit niet wordt gevraagd om hen te controleren, maar wel om een goed zicht te krijgen van de haalbaarheid van deze nieuwe taak (bvb. het organiseren van huisbezoeken bij nieuwe gezinnen).</p>





## PERSPECTIEF: OUDERS

### Reflectievragen over het principe 'samenwerking'

Is de relatie tussen medewerkers en ouders gebaseerd op samenwerking en wederzijds respect?

Straalt de kinderopvangorganisatie uit dat ouders de grootste ervaringsdeskundigen over hun kind zijn?

Erkennen de kindbegeleiders en de ouders elkaars competenties?

### Tips om voor samenwerking te zorgen

Luister naar de ervaringen en de kennis van de ouders over hun kind. De ouders zijn de specialist ter zake. Dit plaats de medewerkers van het kinderdagverblijf in een bevragende positie om betekenis te kunnen geven aan gedrag, interacties, gewoontes, ontwikkeling, enz. van het kind.

Het hebben van jonge kinderen in huis is niet makkelijk. Een vangnet - sociaal in de vorm van familie, vrienden, enz., of professioneel in de vorm van huisarts, psycholoog enz. – kan helpen in de ontwikkeling van een kind, zonder afbreuk te doen aan de inzet van de ouders. 'Nee is oké', of het is oké om iets niet te kunnen. Sta stil bij wie het kind graag ziet en wat die persoon kan betekenen voor het gezin. Bekijk hoe het kinderdagverblijf het gezin hierin kan ondersteunen.

Biedt een veilige ruimte aan waarbinnen ouders vragen kunnen stellen of moeilijkheden kunnen bespreken met het kinderdagverblijf.



## PERSPECTIEF: KINDEREN

### Reflectievragen over het principe 'samenwerking'

Kijken we naar kinderen als bekwame en kundige personen?

Behandelen we kinderen met het respect dat we zelf van hen verwachten?

### Tips om voor samenwerking te zorgen

Bied mogelijkheden van zelfzorg en rust aan voor kindbegeleiders en kinderen.

Luister naar de kinderen.

Spreek met de kinderen, niet enkel over de kinderen.



## Mijn notities en reflecties voor het principe samenwerking

A large rectangular area with horizontal dotted lines, intended for writing notes and reflections.





# PRESENTIE

Het vijfde principe betreft het erkennen en respecteren van ieder individu.



## PERSPECTIEF: KINDBEGELEIDERS

Reflectievragen over het principe 'presentie'	Tips om voor presentie te zorgen
<p>Ontwikkelde het kinderdagverblijf een visie op hoe ze kunnen omgaan met morele stress en mogelijke morele verwondingen? Morele stress houdt in dat je niet of slechts beperkt kan doen wat je zou willen/moeten doen, bijvoorbeeld wanneer je vindt dat je een kind in een benarde situatie onvoldoende kan helpen. Morele stress toont ons dat ons beroep ons raakt. Een goede kindbegeleider heeft dus onvermijdelijk last van morele stress, dat maakt van dit individu net een goeie zorgverlener. Wanneer onze overtuigingen geweld wordt aangedaan door de realiteit, kunnen we een morele verwonding oplopen. Mogelijke gevolgen zijn gevoelens van schuld, schaamte, woede en verraad.</p>	<p>Creëer kansen om over die gevoelens en ervaringen een dialoog te voeren met het team. Morele stress is enkel 'krachtig' wanneer ze erkent en besproken kan worden. Het kan je als organisatie ook veel leren over de werking van het kinderdagverblijf.</p> <p>Doe een beroep op (externe/professionele ondersteuning voor kindbegeleiders die te maken krijgen met morele stress en morele verwondingen.</p> <p>Neem in dergelijke situaties contact op met kindbegeleiders en ga na hoe het met ze gaat. Hoe voel je je vandaag? Probeer naar hun gevoelens te peilen en toon dat je er voor hen bent en hen steunt.</p>
<p>Biedt het kinderdagverblijf mogelijkheden om nieuwe ideeën voor te stellen?</p>	<p>Zorg ervoor dat de ideeën van de werkvloer de pedagogisch verantwoordelijken en de leidinggevenden bereiken. Dit start in de eerste plaats met een open houding waarbij geen enkele traditie/gewoonte/richtlijn permanent is. Alles mag besproken worden en in vraag gesteld worden.</p> <p>Sta als team stil bij mogelijke aanpassingen in de werking en de gevolgen voor kinderen, ouders en kindbegeleiders. Zo betrek je de kindbegeleiders en krijgen ze een stem in de werking.</p>
<p>Bouwt het kinderdagverblijf kleine keuzes in die een verschil maken voor kindbegeleiders?</p>	<p>Een gevoel van autonomie draagt bij tot de motivatie van de kindbegeleiders. Focus op het perspectief van de kindbegeleider en stimuleer zoveel mogelijk het vrijwillig functioneren van het team.</p> <p>Ga in dialoog met de kindbegeleiders. Luister naar wat ze te zeggen hebben en stem het ritme van aanpassingen af op hun tempo. Probeer beslissingen zoveel mogelijk samen te nemen.</p> <p>Gebruik woorden zoals willen, vragen, kunnen, proberen in plaats van moeten en verwachten.</p> <p>Bouw keuze in bij taken, regels, enz. Geef een zinvolle toelichting wanneer keuze of vrijwilligheid niet mogelijk is. Erken en aanvaard negatieve emoties die tot stand komen wanneer een kindbegeleider ergens niet mee akkoord gaat.</p>



## PERSPECTIEF: OUDERS

Reflectievragen over het principe 'presentie'	Tips om voor presentie te zorgen
Schenkt het kinderdagverblijf aandacht aan de eigen sterktes en capaciteiten van het gezin?	<p>Aan de hand van een SWOT-analyse kan je stilstaan bij Sterktes, uitdagingen, mogelijkheden en potentiële gevaren (Kenton, 2021). Communiceer duidelijk over (haalbare) verwachtingen naar de ouders toe.</p> <p>Ga regelmatig na of ouders het goed begrijpen en of ze nog vragen hebben. Zeker bij nieuwe gezinnen is dit belangrijk omdat zij de structuur van het kinderdagverblijf nog niet goed kennen.</p> <p>Denk samen na over hoe je met moeilijke situaties kan omgaan. Onthoud dat de ouder steeds de specialist ter zake is wanneer het aankomt op het kind. Dit plaats de kindbegeleider in een bevragende positie.</p> <p>Wanneer een ouder gefrustreerd is omdat iets niet lukt, bekijk dan waar de mogelijke obstakels liggen. Geef aan dat het heel oké is om iets niet te kunnen.</p>
Bouwt het kinderdagverblijf kleine keuzes in die een verschil maken?	<p>Een gevoel van autonomie draagt bij tot de motivatie van de ouders. Focus op het perspectief van de ouder en stimuleer zoveel mogelijk het vrijwillig functioneren.</p> <p>Ga in dialoog met de ouders. Luister naar wat ze te zeggen hebben en stem het ritme van aanpassingen af op hun tempo. Probeer beslissingen zoveel mogelijk samen te nemen.</p> <p>Gebruik woorden zoals willen, vragen, kunnen, proberen in plaats van moeten en verwachten.</p> <p>Bouw keuze in bij taken, regels, enz. Geef een zinvolle toelichting wanneer keuze of vrijwilligheid niet mogelijk is. Erken en aanvaard negatieve emoties die tot stand komen wanneer een ouder ergens niet mee akkoord gaat.</p>



Figuur 7. SWOT – sterktes, uitdagingen, kansen, bedreigingen (gebaseerd op Kenton, 2021)





## PERSPECTIEF: KINDEREN

Reflectievragen over het principe 'presentie'	Tips om voor presentie te zorgen
Behandelt het kinderdagverblijf de kinderen met respect?	Bouw verder op de sterke punten van het kind en stem de activiteiten af op de ontwikkelingsleeftijd i.p.v. de kalenderleeftijd.
Brengt verbinding met kinderen veiligheid teweeg?	Een gevoel van autonomie draagt bij tot de motivatie van de kinderen. Focus op het perspectief van het kind en stimuleer zoveel mogelijk het vrijwillig functioneren.
Geeft het kinderdagverblijf kinderen een keuze in de activiteiten en taken?	<p>Gebruik woorden zoals willen, vragen, kunnen, proberen in plaats van moeten en verwachten.</p> <p>Bouw keuze in bij taken, regels, enz. Geef een zinvolle toelichting wanneer keuze of vrijwilligheid niet mogelijk is. Erken en aanvaard negatieve emoties die tot stand komen wanneer een kind ergens niet mee akkoord gaat.</p> <p>De 6R-benadering van dr. Bruce Perry is gebaseerd op het principe dat activiteiten bijdragen tot een positieve groei en ontwikkeling wanneer ze aan deze 6 R'en voldoen: (zie figuur 6)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Relationeel (veilig)</li> <li>• Relevant (passend bij de ontwikkeling van het kind)</li> <li>• Repetitief (met een vast patroon)</li> <li>• Rendabel of belonend (prettig)</li> <li>• Ritmisch (resonerend met neurale patronen)</li> <li>• Respectvol (voor het kind, het gezin en de cultuur)</li> </ul>



## Mijn notities en reflecties voor het principe presentie

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





## INCLUSIE

Het zesde principe gaat over het actief benadrukken dat iedereen ertoe doet en van waarde is.



### PERSPECTIEF: KINDBEGELEIDERS

#### Reflectievragen over het principe 'inclusie'

Staat de organisatie open voor alle competente kindbegeleiders?

Worden kindbegeleiders aangemoedigd om kennis te maken met andere relevante culturen, hun ervaringen, verhalen en verklaringen?

#### Tips om voor inclusie te zorgen

De organisatie stimuleert diversiteit. Kinderen, ouders en kindbegeleiders worden aangemoedigd om nieuwe culturen en gewoonten te ontdekken.

Er wordt bewust nagedacht over mogelijke stereotypes die kindbegeleiders of het team kunnen hebben. Door hier open over te spreken, creëer je voor jezelf de mogelijkheid om je niet te laten leiden door stereotypes.



### PERSPECTIEF: OUDERS

#### Reflectievragen over het principe 'inclusie'

Staat de organisatie open voor alle ouders met jonge kinderen?

Worden ouders aangemoedigd om kennis te maken met andere ouders en kindbegeleiders?

Is er voor kindbegeleiders ruimte om ouders te ondersteunen zonder dat ze het probleem hoeven op te lossen?

#### Tips om voor inclusie te zorgen

Wanneer je zal communiceren met ouders, sta dan op voorhand stil bij hoe deze communicatie mogelijk op jouw eigen waarden en normen gebaseerd zijn. Streef altijd naar inclusie, openheid en rust in communicatie.

Wees een laagdrempelig aanspreekpunt voor ouders en benader hen zelf ook. Vraag hoe het gaat en hoe ze de werking ervaren. Dingen die voor het kinderdagverblijf vanzelfsprekend zijn, zijn dat misschien minder voor anderen.



## PERSPECTIEF: KINDEREN

Reflectievragen over het principe 'inclusie'	Tips om voor inclusie te zorgen
<p>Staat de organisatie open voor alle jonge kinderen?</p> <p>Bouwt de organisatie actief voort op de veerkracht en de sterke punten van ieder kind?</p>	<p>Organiseer activiteiten waarbij kinderen vertrouwd worden met andere culturen dan die van hen.</p> <p>Zorg voor afwisseling in de activiteiten die afgestemd zijn op de groep kinderen die jij begeleidt. Zorg ervoor dat ieder kind succeservaringen kent.</p> <p>Wees een laagdrempelig aanspreekpunt voor kinderen en benader hen zelf ook. Vraag hoe het gaat en hoe ze de dag ervaren. Ga na welke (non-) verbale signalen kinderen geven doorheen de dag en wat ze daar mogelijks mee willen zeggen.</p> <p>Sta stil bij hoe kinderen moeten wennen aan de context van het kinderdagverblijf en dat ieder kind hier een ander tempo in heeft.</p> <p>Geef kinderen persoonlijke en specifieke complimenten.</p>
<p>Staan kindbegeleiders open voor verschillen in de dagelijkse gewoonten van kinderen?</p>	<p>Ga in gesprek met kinderen en ouders om verschillende gewoontes te begrijpen en te leren kennen. Wanneer gewoontes de werking van het kinderdagverblijf doorkruisen, ga dan met de ouders in gesprek over wat het beste is voor het kind (opnieuw, de ouders zijn de specialist ter zake van hun kind).</p>



## Mijn notities en reflecties voor het principe inclusie

A large rectangular area with horizontal dotted lines, intended for writing notes and reflections.





## 2. Trauma-sensitieve zorg in de dagelijkse praktijk van de kinderopvang

In dit deel verzamelen we ideeën en handvaten die de toepassing van trauma-sensitieve zorg op de werkvloer van het kinderdagverblijf kunnen ondersteunen. Het gaat hier om de dagdagelijkse werking. Dit deel is dus in de eerste plaats gericht aan de kindbegeleider en het team als geheel.

Trauma-sensitieve zorg betekent dat we de draagkracht van kinderen willen versterken. Als we de draagkracht van kinderen willen vergroten, betekent dat dat we ook moeten werken aan het versterken van de draagkracht van ouders en kindbegeleiders. Hieronder beschrijven we enkele suggesties van wat je als kinderdagverblijf kan doen voor het kind, voor ouders en voor kindbegeleiders.



### MET DE FOCUS OP HET KIND

#### Voor structuur zorgen

- Een gezamenlijk opstart- en afsluitmoment organiseren
- De dagelijkse routine visualiseren met pictogrammen, rituelen, boekjes
- De kinderen waar mogelijk controle geven over de dagstructuur
- Rustgevende overgangen inbouwen (bvb. met muziek en liedjes)

#### Rustmomenten inbouwen

- Snoezelmomenten organiseren in prikkelarme ruimtes
- Voor fysieke nabijheid zorgen (bvb. op de schoot zitten, zingen, geruststellen)
- Kinderen laten kennismaken met de natuur en dieren
- Witte ruis gebruiken tijdens het slaapuurkje
- Babymassage introduceren
- Peuteryoga introduceren

#### Ritmisch en ontwikkelingsstimulerend werken

- Muziek spelen voor en met kinderen (inspiratie: huis van Ida in Leuven)
- Workshops met ouders en kind opzetten om samen muziek te maken
- Dansen
- Sensorische spelvormen stimuleren (voelen, verkennen, met zand of water spelen)

#### Een acclimatisatiebeleid ontwikkelen

- Een wenbeleid voor alle nieuwe kinderen inbouwen
- Werken met een fotoboekje waar personeelsleden en het kinderdagverblijf worden voorgesteld voor thuis + fotoboekje met eigen gezin en huis voor in het

kinderdagverblijf om de brug te leggen tussen thuis en het kinderdagverblijf

- Een wenbeleid inbouwen voor kinderen die overgaan naar een andere groep binnen de kinderopvang
- Op een zichtbare en toegankelijke plaats een plannings- en gewoontebord voor kinderen plaatsen dat zij kunnen volgen om de dagelijkse routines te begrijpen
- Het belang benadrukken van afscheid nemen (afscheidsbeleid), dat niet noodzakelijk kort hoeft te zijn
- De fysieke band tussen thuis en de kinderopvang stimuleren (aan de hand van geuren, foto's en routine)

### Positief communiceren

- Rustig en warm spreken, afgestemd op de leeftijd van het kind
- Samen glimlachen en samen lachen
- Spiegelen in communicatie van emoties en gemoedstoestand via 'nadien van baby' (spiegelspel)
- De één-op-één-tijd structureel uitbreiden, niet zozeer in tijd maar inpassen in dagelijks verzorgen (bvb. tijdens verschonen van de luier)
- Samen met de kinderen spelen
- De kinderen betrekken bij de voorbereiding van een activiteit
- Kinderen waar mogelijk eigenaarschap en inspraak geven
- Emoties erkennen (zowel prettige als onprettige)
- Niet invullen voor een ander hoe ze zich wel of niet mogen voelen

### Personalisatie

- Een ruimte creëren die aan de kinderen toebehoort (foto's op ooghoogte van de kinderen, leren samen delen, zorgen en spelen)
- Interesses van de kinderen in de ruimte integreren
- Een veilige ruimte ter beschikking stellen waar kinderen hun eigen spullen kunnen leggen (kleren, tekeningen)

### Mentaliseren (taal geven)

- Mentaliseren via spel bevorderen
- Voorlezen om gevoelens te erkennen en te leren taal te geven aan situaties
- Voorlezen uit voor kinderen geschikte boeken over gevoelens en stressvolle situaties
- Poppenkastvoorstellingen organiseren over thema's die kinderen aanspreken
- Verhalen vertellen rond vragen zoals "Wie is dit kind?" en "Wat is dit kind overkomen?"
- Taal geven aan ervaringen
  - Benoem wat je doet of gaat doen of wat je denkt
  - Uitdrukken wat het kind zou kunnen denken en voelen, met name in een overweldigende situatie
  - Wanneer de toestand rustiger is, de kinderen naar hun gedachten en gevoelens vragen
  - Ze aanmoedigen om hun gevoelens te uiten
  - Ze leren dat alle gevoelens relevant zijn
- Nadenken over hoe je kinderen die thuis een andere taal spreken, kan betrekken
- Emoties, relaties, enz. bespreekbaar maken met jonge kinderen (zie bvb. Babo-Box door UCLL).



## MET DE FOCUS OP DE OUDER

### Rust/ontspanning inbouwen voor de ouders

- Een rustgevende sfeer creëren wanneer de kinderen worden gebracht en opgehaald
- Aandacht besteden aan toegankelijkheid (opendeurbeleid)
- Een koffie-/ontbijthoek inrichten voor ouders
- Een sofa ter beschikking stellen voor ouders die borstvoeding geven of hun kinderen willen knuffelen
- Een fysieke ruimte inrichten waar ouders vrijuit kunnen spreken
- Een speelplek organiseren die speciaal bestemd is voor kinderen en ouders

### De betrokkenheid van de ouders vergroten

- Inzetten op verbinding tussen ouders en kinderen zonder iets extra te verwachten van ouders. Dat is niet hetzelfde als gefocust zijn op ‘wat ouders kunnen doen’, want dat verhoogt net de drempel om zich te laten betrekken. Let ook op voor microdiscriminatie wanneer je ouders aanspreekt op hun culturele achtergrond.
- Uitstappen met kinderen en ouders organiseren
- Leesmomenten met ouders plannen
- Een ouderfeest houden

### Contact maken met ouders

- Een stevige vertrouwensband smeden door dagelijks contact te hebben met de ouders, niet alleen wanneer er problemen zijn. De ouders concreet en systematisch bij de ontwikkeling van hun eigen kind betrekken. Ouders samenbrengen rond belangrijke thema's in de ontwikkeling van kinderen
- Het hele jaar door aan een vertrouwensrelatie werken
- Met de ouders communiceren over hoe de dag van het kind is geweest op de opvang
- Open vragen stellen en interesse tonen voor de ouders
- Interesse voor de identiteit van de ouders
- Aandacht schenken aan de ouders
- De band tussen thuis en de opvang versterken
- De communicatie afstemmen op de behoeften van de ouders
- Thema's in verband met de ontwikkeling van het kind bespreken met de ouders
- Systematisch contact tussen ouders onderling bevorderen
- Met de ouders spreken over de gang van zaken op de opvang
- Informele gespreksmomenten tussen ouders aanmoedigen
- Ouders de kans geven om hun hart te luchten
- Formele ouderavonden en opleidings sessies organiseren
- Informatie verspreiden via posters, flyers en video's

## Oplossingen zoeken met de ouders

- Verwoorden dat je de ouder begrijpt
- Helpen een oplossing te zoeken voor de problemen van de ouders
- Zelf toenadering kunnen zoeken (initiatief nemen door ouders bvb. thuis te bezoeken en ondersteuning aan te bieden)
- Met externe organisaties samenwerken voor gerichte doorverwijzing (bvb. slaapcoach, gedragscoach).



## MET DE FOCUS OP HET PERSONEEL

### Structuur inbouwen (niet alleen in de groep)

- Structureel inbouwen dat je niet alleen staat in groep zodat je in tijden van nood beroep kan doen op een collega
- Bewust nadenken over de samenstelling van het team
- Een fysieke ruimte inrichten waar het personeel kan rusten zonder kinderen en ouders in de buurt
- Het team ademhalingsoefeningen aanbieden

### Aan bewustmaking doen rond zelfregulering

- Regelmatig een pauze nemen
- Voor elk personeelslid een 'EHBO-kit' samenstellen die hem of haar helpt rust te vinden (bvb. theezakje, muziek enz.)
- Een gewoontebord voor kindbegeleiders maken waarop zij kunnen schrijven wat voor jezelf werkt om te kalmeren, wat anderen (niet) kunnen doen

### Een vertrouwensrelatie tussen kindbegeleiders opbouwen

- Een warme sfeer creëren, bvb. samen een pauze kunnen nemen
- Medewerkers vragen hoe het met ze gaat
- Inzetten op teambuilding met het gehele teams en met deelteams
- Een vertrouwensband en communicatie aanmoedigen
- Rekening houden met wat anderen fijn en niet fijn vinden
- Ruimte scheppen om samen op positieve wijze te ventileren
- Sessies organiseren om over zelfzorg, stress enz. te praten
- Afzonderlijke gesprekken met de leidinggevende organiseren

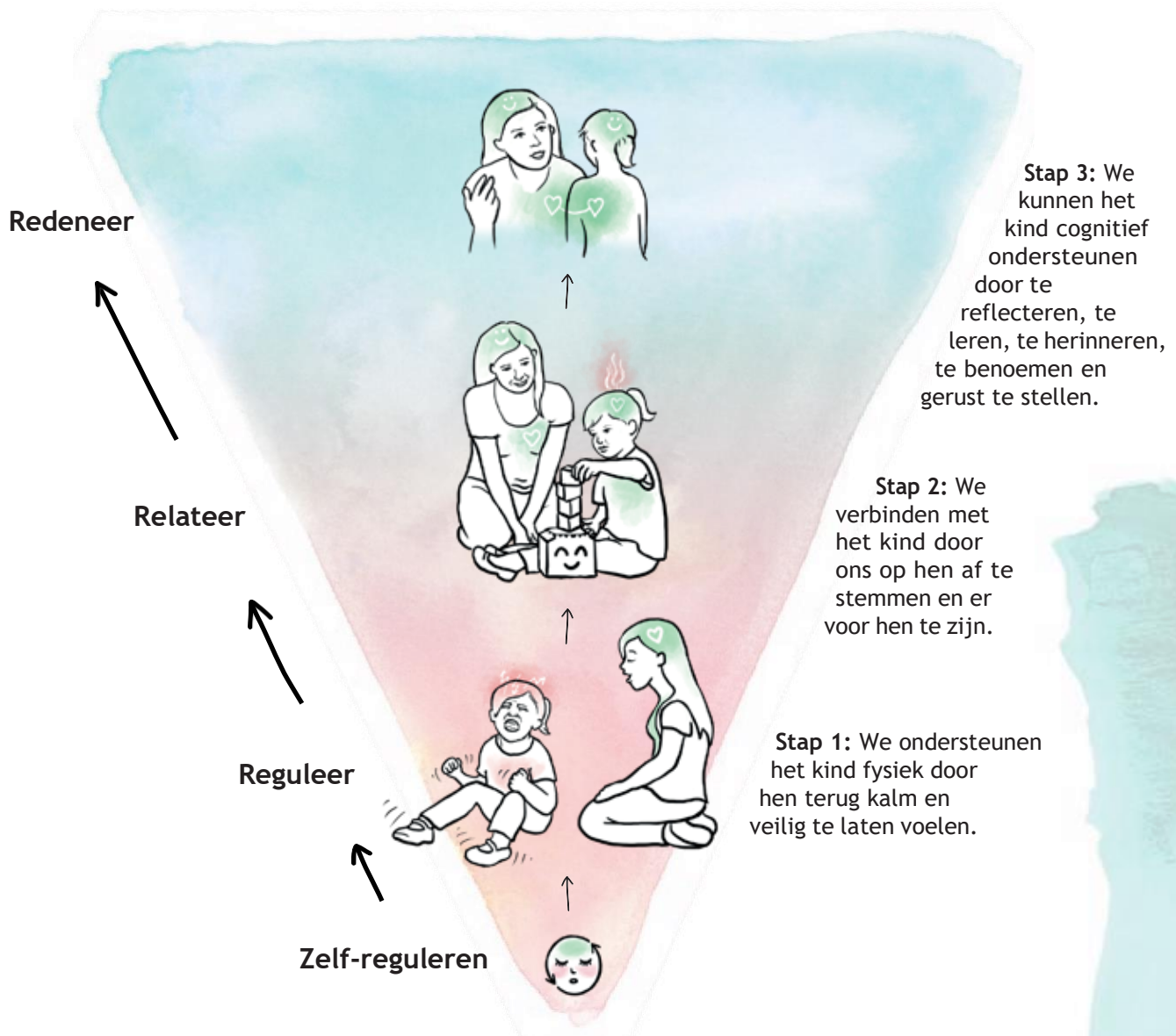
### Het netwerk structureren en een sociale kaart uittekenen

- Het professionele netwerk van het kinderdagverblijf organiseren en gebruiken
- Hulp en ondersteuning durven vragen, individueel en als team
- Opleiding, supervisie en intervisie (teamvergaderingen) stimuleren
- Ruimte maken voor bijscholing en opfrissing
- Het netwerk in kaart brengen om sneller de juiste informatie en zorg te vinden



### 3. Handvaten voor crisismomenten

In dit deel verzamelen we ideeën en handvaten die de toepassing van trauma-sensitieve zorg op de werkvloer van het kinderdagverblijf kunnen ondersteunen. Het gaat hier om momenten van crisis. De structuur is opgebouwd rond de regulate-relate-reason methode die werd toegelicht in hoofdstuk 2 van deze gids. Dit deel is dus in de eerste plaats gericht aan de kindbegeleider en het team als geheel.



Figuur 8. illustratie door Emese Iványi, gebaseerd op *Beacon House Therapeutics Services & Trauma Team, 2019*



## MET DE FOCUS OP HET KIND

### Reguleren

- Zich afstemmen op de noden van het specifieke kind in crisis
- Een rustige of veilige (prikkelarme) ruimte aanbieden,
- Herkenbare liedjes spelen, tutje aanbieden, enz.
- Dichtbij zijn zonder bedreigend te zijn
- Een alternatief bieden voor bedreigend gedrag (bvb. gebruikt papier verscheuren, in een keukenhanddoek bijten)
- Samen een ritmische wandeling maken

### Relateren of verbinden

- Samen iets rustgevends doen (lezen, zingen, spelen)
- Benoemen dat je het kind belangrijk vindt en bij hem/haar zal blijven in de crisis
- Eén-op-één-tijd aanbieden
- Een prikkelarme snoezelruimte gebruiken
- Bevragen wat de ouders thuis doen in crisissituatie en je hierop afstemmen
- Volgen wat het kind toestaat en aangeeft

### Redeneren

- Spreken over wat er is gebeurd en over de gevoelens die je denkt dat het kind ervaarde
- Het ongepaste gedrag benoemen zonder het kind de schuld geven
- Benoemen wat je ziet (“Zo’n dikke tranen”)
- De mogelijke emotie van het kind benoemen (“Waarschijnlijk was je echt bedroefd/boos/bang”)
- ‘En’ gebruiken in plaats van ‘maar’ (“We hebben plezier gemaakt, maar nu gaan we opruimen” wordt “We hebben plezier gemaakt en nu gaan we opruimen”)
- Met het kind naspelen wat er is gebeurd in een rollenspel of poppenkast (Bvb. Babo-box van UCLL)



## MET DE FOCUS OP DE OUDERS

### Reguleren

- Ouders in crisis uitnodigen naar een rustige ruimte
- Ouders tijd geven om te praten (bvb. samen koffiedrinken)
- Vragen wat de ouder nodig heeft of wat zou kunnen helpen

## Relateren

- Inzetten op contact (bvb. drankje aanbieden)
- Vragen ‘wat heb je nodig?’
- Benadrukken dat je allebei probeert niet elkaar, maar een probleem aan te pakken
- Korte zinnen gebruiken (“Ik zie dat je geërgerd bent”)
- Hun gevoelens benoemen en erkennen
- Ouders vertellen dat jullie band voor jou belangrijk is

## Redeneren

- Opvolgen: hoe gaat het nu?
- Vragen: “Kunnen we praten over wat er is gebeurd?” in plaats van ‘waarom-vragen’ te stellen.
- Niet snel conclusies trekken na het voorval, proberen nieuwsgierig te blijven over wat er is gebeurd



## MET DE FOCUS OP HET PERSONEEL

### Reguleren

- Inzicht verwerven in jouw eigen stresstriggers en in hoe je jezelf tot rust kunt brengen
- Met jouw collega’s bespreken wat je helpt tot rust te komen
- Beseffen dat je iemand anders niet kunt kalmeren wanneer je zelf niet kalm bent
- Regulerende vaardigheden oefenen (bvb. met ademhalingsoefeningen, wandelingen enz.)
- Rust en kalmte zoeken wanneer je in crisis verkeert
- Leren een beroep te doen op kindbegeleiders wanneer je een crisis doormaakt
- Binnen het team richtlijnen introduceren over hoe om te gaan met een crisis
- Hulp vragen als je je niet zelf kunt reguleren.

### Relateren

- Elkaar leren kennen en leren opmerken wanneer een collega onder stress staat
- Geregeld contact opnemen met elkaar
- Beseffen dat ouders als gevolg van stress door het lint kunnen gaan en dat het niet persoonlijk is

### Redeneren

- Opvolgen: hoe gaat het nu?
- Vragen: “Kunnen we praten over wat er is gebeurd?” in plaats van ‘waarom-vragen’ te stellen

MENTALE STAAT	KALM	ALERT	ALARM	ANGST	PANIEK
Voorspelbaar de-escalierend gedrag van de omgeving	Nabijheid Stil Wiegen Rustige geluiden Routine Persoonlijke ruimte Voorspelbare aanraking	Rustige stem Oogcontact Vertrouwen Heldere, simpele aanwijzingen Ritmische bewegingen Sensorische activiteiten	Geruststellende en vertrouwde stem Trage, fysieke aanraking met vaste hand Aanraking op uitnodiging Rustige, melodische woorden Zingen en neuriën Muziek Luisteren Geruststellen	Nabijheid Stil Vertrouwen Afstandelijk Lichten uit - geluid dimmen Sensorische prikkels verminderen	Op een passende manier fysiek beperken Afstandelijk maar iet afwezig Individuele aandacht Steun van volwassene uit de situatie Tijd!
Voorspelbaar escalierend gedrag	Luide geluiden Ongewenst te dichtbij komen Onvoorspelbare aanraking Verandering in routines	Frustratie en angst Communicatie vanop afstand Geen oogcontact Complexe opdrachten Ultimatums	Stem verheffen Hand opheffen Wijzen met de vinger Plotse beweging Dreigende toon Chaos in de ruimte Chaos in het materiaal	Frustratie van de begeleider Roepen/chaos Collectieve disregulatie van leeftijdsgenoten	Vastpakken Schudden Roepen dreigen
Reageert op	Praten/ideeën	Praten/leren	Spelen, leren, metaforen	Reactief, doen, cues	Non-verbale signalen van veiligheid

Figuur 9. Gebaseerd op materiaal geproduceerd door het *Neurosequential Network*



## 4. Handvaten voor het bespreken van bezorgdheden met ouders

In dit deel verzamelen we ideeën en handvaten om met ouders te spreken over stress en trauma. Dit deel is complementair aan ‘Richtlijnen voor communicatie met ouders’ in de gids voor het zien en bespreekbaar maken van verontrustende signalen in de kinderopvang.

### Het gesprek voorbereiden

- Nodig als algemene regel beide ouders uit voor het gesprek. Beide ouders hebben een verantwoordelijkheid ten aanzien van het kind. Je zal het engagement en de goedkeuring van de twee ouders nodig hebben om over eventuele acties te beslissen. Door beide ouders uit te nodigen, kan je ook voortbouwen op wederzijds vertrouwen.
- Feiten en interpretaties zijn niet hetzelfde. Denk na over wat je hebt waargenomen en wat je hebt geïnterpreteerd en houd die twee van elkaar gescheiden. Waarnemingen kunnen als feiten worden gepresenteerd: “Ik zag dat Sara in twee dagen 4 kinderen omverduwde. Dat is nieuw gedrag dat ik eerder niet opmerkte bij haar.” Bezorgdheid maakt deel uit van jouw interpretatie: “Ik ben bang dat die gedragsverandering misschien wordt veroorzaakt door stress waar ze mee zit, en dat dit zou kunnen escaleren als we niet ingrijpen.”
- Maak tijd vrij voor het gesprek.
- Beslis wie er aan het gesprek zal deelnemen en breng de ouders vooraf op de hoogte.
- Denk aan jouw doelstellingen voor het gesprek.
- Denk na over het huidige veiligheidsniveau van het kind.
- Praat met collega’s over het gesprek. Jouw perspectief en interpretatie is maar één invalshoek. Het is belangrijk om te begrijpen dat er wellicht meerdere interpretaties mogelijk zijn.
- Denk al na over de eerste zinnen die je wil zeggen. Die zouden wel eens de toon kunnen zetten voor het hele gesprek.
- Deze situatie kan wegen op jou als kindbegeleider. Laat je door collega’s steunen, maar laat ze ook grenzen stellen als je door jouw emoties wordt meegesleept.

### Aandachtspunten tijdens het gesprek

- Leg het kader en het perspectief van het kinderdagverblijf uit.
- Wees duidelijk en vertel zonder omwegen waarover je je zorgen maakt.
- Erken en bedank de ouders voor hun inzet en inspanningen voor het kind. Wees ook niet bang om mogelijk destructief gedrag aan te kaarten.
- Praat over hun gevoelens van afwijzing.
- Vertel ze dat je hun gevoelens begrijpt.
- Neem de tijd om de gevolgen voor het kind op verschillende niveaus te bespreken: lichamelijk, emotioneel, cognitief, relationeel, sociaal enz.
- Vraag de ouders of ze zich in de positie van het kind kunnen verplaatsen.
- Stel grenzen voor ouders wanneer zij te veel externaliseren. Wat kunnen ze zelf doen, als ouders?
- Denk na over de bereidheid van de ouders om verdere steun te zoeken:
  - Vraag ze of ze jouw zorgen kunnen horen.
  - Geef informatie over organisaties die ze misschien kunnen ondersteunen.
  - Maak specifieke afspraken over de veiligheid van het kind.
- Praat over welke boodschap de ouders het kind kunnen meegeven na het gesprek.



## Aandachtspunten met betrekking tot attitude

- Wees zorgzaam, maar ook direct.
- Probeer het probleem/de zorgen zo gedetailleerd mogelijk te bespreken.
- Zorg ervoor dat de ouders zich veilig voelen.

## Hoe valkuilen te vermijden:

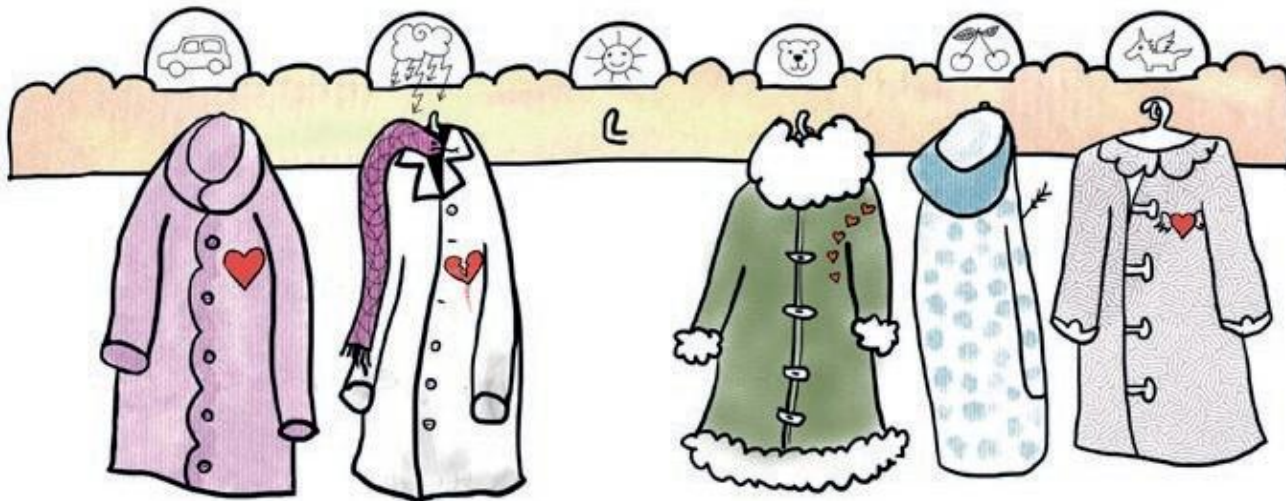
- Spreek de ouders zelf aan.
- Wees openhartig.
- Twijfel niet aan jezelf of aan jouw gevoel. Blijf kritisch voor jezelf, probeer supervisie of ondersteuning van de leidinggevende of het team te vragen.
- Vermijd het kind de schuld te geven:
  - Gebruik altijd jouw waarnemingen als uitgangspunt.
  - Gebruik geen verklaringen of citaten van het kind.

Voor meer algemene ideeën over communicatie met de ouders verwijzen we naar de gids voor het zien en bespreekbaar maken van verontrustende signalen in de kinderopvang.



# HOOFDSTUK 5.

## Extra materiaal



## Woordenlijst

In deze woordenlijst vind je een beschrijving van veelvoorkomende begrippen.

**1,000 dagen:** De eerste 1,000 dagen verwijzen naar de eerste periode van het leven van een kind, vanaf de conceptie tot ze de leeftijd van 2 jaar (of soms 3 jaar) hebben bereikt. Tijdens deze periode ontwikkelen de hersenen, het lichaam en de stress-systemen aanzienlijk, waardoor het de meest kritische periode in de ontwikkeling is.

**Gehechtheid:** Een speciale band die gekenmerkt wordt door de unieke kwaliteiten die zich in de relatie tussen ouder en kind. De hechtingsband heeft verschillende sleutelelementen: (1) een hechtingsband is een blijvende emotionele relatie met een specifieke persoon; (2) de relatie brengt veiligheid, troost, kalmering en plezier; (3) verlies of dreiging van verlies van de persoon roept intense stress op.

**Ingrijpende ervaringen in de kindertijd (ACE's):** ACE's omvatten drie categorieën: misbruik, problemen in het huishouden en verwaarlozing. Het meemaken van deze ingrijpende gebeurtenissen tijdens de kindertijd houdt verband met slechtere resultaten later in het leven van het kind.

**Intrafamiliaal geweld:** Geweld dat plaatsvindt tussen leden van hetzelfde gezin. Het geweld kan fysiek, emotioneel, economisch of seksueel van aard zijn.

**Kindermishandeling:** Het lichamelijk of mentaal pijn toebrengen van een kind. Mishandeling kan onder meer lichamelijk, emotioneel en seksueel van aard zijn. Ouderlijke vervreemding of wanneer het kind zichzelf in gevaar brengt, worden ook beschouwd als vormen van mishandeling.

**Mentaliseren:** Mentaliseren is het vermogen om je eigen gedrag en dat van anderen te begrijpen.

**Reguleren-relateren-redeneren:** Wanneer we getriggerd worden en onszelf buiten ons tolerantievenster beginnen, kunnen we 3 stappen volgen om onszelf en de ander te kalmeren. Stap 1 is het reguleren van onszelf: bewust worden van ons eigen tolerantievenster en probeer terug te zakken. In stap 2 reguleren we vervolgens het kind/de ouder. Stap 3 betreft het herstellen van de band. Pas nadat het kind/ouder rustiger wordt, is de relatie weer mogelijk. Stap 3 is wanneer redeneren weer mogelijk is. Wanneer het kind/de ouder weer volledig in zijn/haar tolerantievenster functioneert, kun je spreken over wat er gebeurd is.

**Tolerantievenster:** Iedereen heeft een tolerantievenster waarbinnen we functioneren. We kunnen informatie uit de buitenwereld alleen bewust verwerken en erop reageren als we ze kunnen tolereren. Als we 'binnen' ons tolerantievenster functioneren, bevinden we ons in de zone van optimale arousal. Hier werken onze hersendelen optimaal met elkaar.

**Trigger:** Iets dat een persoon kan herinneren aan een trauma. Een trigger kan zintuiglijke informatie zijn (een beeld (bijv. hoe iemand lacht), een geur, een geluid, een aanraking) of verbale informatie (wat je zegt, maar zeker ook de manier waarop iemand iets zegt dat je aan de (traumatische) gebeurtenis doet denken).

**Verwaarlozing:** Verwaarlozing treedt op wanneer het jong kind niet de zorg krijgt die hij/zij nodig heeft om zich te ontwikkelen. Dit schaadt en vertraagt de gezondheid van het kind aanzienlijk en belemmert de fysieke en mentale ontwikkeling. Wanneer we een stress opmerken, stellen we vragen zoals: "Wat is er met dit kind gebeurd? Wat is er niet gebeurd met dit kind? Wat heeft hij/zij niet ontvangen? Wat heeft hij/zij gemist?" Verwaarlozing is een deel van het antwoord op die laatste twee vragen.

## Referentias

- Abraham, J. (2016). Creating a Culture of Trauma Informed Care within Your Agency Alliance Health Center. Retrieved from [https://2016traumainformedcareconference.weebly.com/uploads/1/4/0/6/14060029/creating\\_a\\_culture\\_of\\_trauma\\_-\\_james\\_abraham.pdf](https://2016traumainformedcareconference.weebly.com/uploads/1/4/0/6/14060029/creating_a_culture_of_trauma_-_james_abraham.pdf)
- Allen, J. G., & Fonagy, P. (2006). Handbook of mentalization-based treatment. Wiley.
- Allen, J. G., Fonagy, P., Bateman, A., & Bulath Máté. (2011). Mentalizáció a klinikai gyakorlatban. Oriold.
- Ayre, K., & Krishnamoorthy, G. (2020). Trauma informed behaviour support: a practical guide to developing resilient learners. University of Southern Queensland.
- Baffour, F. (2016). Love your Authentic Self. (n.p.).
- Bellis, M. A., Hughes, K., Ford, K., Rodriguez, G. R., Sethi, D., & Passmore, J. (2019). Life course health consequences and associated annual costs of adverse childhood experiences across Europe and North America: a systematic review and meta-analysis. *The Lancet Public Health*, 4(10), e517-e528. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(19\)30145-8](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(19)30145-8)
- Boullier, M., & Blair, M. (2018). Adverse childhood experiences. *Paediatrics and Child Health*, 28(3), 132-137. <https://doi.org/10.1016/j.paed.2017.12.008>
- Brend, D. M., & Sprang, G. (2020). Trauma-Informed Care in Child Welfare: An Imperative for Residential Childcare Workers. *International Journal of Child and Adolescent Resilience*, 7(1), 154–165. <https://doi.org/10.7202/1072595ar>
- Caparotta, M. (2020). Dr. Gabor Maté on Childhood Trauma, the Real Cause of Anxiety and Our ‘Insane’ Culture. Retrieved from <https://humanwindow.com/dr-gabor-mate-interview-childhood-trauma-anxiety-culture/>
- Crowell, J. A., Treboux, D., Gao, Y., Fyffe, C., Pan, H., & Waters, E. (2002). Assessing secure base behavior in adulthood: Development of a measure, links to adult attachment representations and relations to couples’ communication and reports of relationships. *Developmental Psychology*, 38(5), 679–693. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.38.5.679>
- Cutuli, J. J., Alderfer, M. A., & Marsac, M. L. (2019). Introduction to the special issue: Trauma-informed care for children and families. *Psychological Services*, 16(1), 1-6. <http://dx.doi.org/10.1037/ser0000330>
- Fallot, R. D. (2015) Creating Cultures of Trauma-Informed Care (CCTIC): A Fidelity Scale.
- Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., Koss, M. P., & Marks, J. S. (2019). Relationship of Childhood Abuse and Household Dysfunction to Many of the Leading Causes of Death in Adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *American Journal of Preventive Medicine*, 56(6), 774–786. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2019.04.001>
- Fonagy, P., Target, M., Milák P., & Al, E. (2005). Pszichoanalitikus elméletek a fejlődési pszichopatológia tükrében. Budapest Gondolat.



Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L., & Target, M. (2018). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. Routledge.

Ford, J. and Wilson, C. (2012). SAMHSA's Trauma and Trauma-Informed Care Experts Meeting.

Fredrickson, R. (2019). Trauma-informed care for infant and early childhood abuse. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 28(4), 389-406.

Hambrick, E. P., Brawner, T. W., Perry, B. D., Brandt, K., Hofmeister, C., & Collins, J. O. (2019). Beyond the ACE score: Examining relationships between timing of developmental adversity, relational health and developmental outcomes in children. *Archives of Psychiatric Nursing*, 33(3), 238-247.

Harris, M., & Fallot, R. (2001). Creating cultures of trauma-informed care (CCTIC): A self-assessment and planning protocol.

Ives, E. (2020): Peter Levine and Somatic Experiencing. *Psychiatry Mental Illness*, 3(1): p. 101

JBS International, Inc., & Georgetown University National Technical Assistance Center for Children's Mental Health. (2016). Creating trauma-informed provider organizations. Retrieved from [http://gucchdtacenter.georgetown.edu/data/issues/2015/0215\\_article.html](http://gucchdtacenter.georgetown.edu/data/issues/2015/0215_article.html)

Kenton, W., & Scott, G. (2021). Strength, Weakness, Opportunity, and Threat (SWOT) Analysis. <https://www.investopedia.com/terms/s/swot.asp>.

Juffer, F. (2010). Beslissingen over kinderen in problematische opvoedingssituaties: Inzichten uit gehechtheidsonderzoek. *Research Memoranda*, 6, 1-51.

Lund, J. I., Toombs, E., Radford, A., Boles, K., & Mushquash, C. (2020). Adverse childhood experiences and executive function difficulties in children: A systematic review. *Child Abuse & Neglect*, 106, 104485. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104485>

McCroy, E., De Brito, S. A., & Viding, E. (2011). The Impact of Childhood Maltreatment: A Review of Neurobiological and Genetic Factors. *Frontiers in Psychiatry*, 2. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2011.00048>

Perry, B. D (2001). Bonding and attachment in maltreated children. Consequences of emotional neglect in childhood. Adapted in part from *Maltreated Children: Experience, Brain Development and the Next Generation*. W.W. Norton & Company, New York.

Perry, B. D. (2004). How the brain develops: The importance of early childhood. Video Series 1, Understanding traumatized and maltreated children: The core concepts. Child Trauma Academy – DVD Series 1, Educator's Package.

Perry, B.D. & Dobson, C. (2010). The role of healthy relational interactions in buffering the impact of childhood trauma. In (Gil, E., Ed) *Working with Children to Heal Interpersonal Trauma: The Power of Play*. Guilford Press, New York.

Petrucelli, K., Davis, J., & Berman, T. (2019). Adverse childhood experiences and associated health outcomes: A systematic review and meta-analysis. *Child Abuse & Neglect*, 97, 104127. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2019.104127>

Roberts, S. J., Chandler, G. E., & Kalmakis, K. (2019). A model for trauma-informed primary care. *Journal of the American Association of Nurse Practitioners*, 31(2), 139-144.  
<https://doi.org/10.1097/JXX.000000000000116>

SAMHSA (2014). SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach SAMHSA's Trauma and Justice Strategic Initiative. Retrieved from:  
<http://store.samhsa.gov/product/SAMHSA-s-Concept-of-Trauma-and-Guidance-for-a-Trauma-Informed-Approach/SMA14-4884>

Selye, H. (1976). *The stress of life*. New York Mcgraw-Hill.

Siegel, D. J. (2020). *The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are*. Guilford.

Ungar, M. & Perry, B.D. (2012) Violence, trauma and resilience. in (R. Alaggia & C. Vine, Eds) *Cruel but Not Unusual: Violence in Canadian Families* pp. 119-143 WLU Press, Waterloo, CA 2012

UN General Assembly, Convention on the Rights of the Child, 20 November 1989, United Nations, Treaty Series, vol. 1577, retrieved from: <https://www.refworld.org/docid/3ae6b38f0.html>

Van der Kolk, B. (2014). *The body keeps the score: Mind, brain and body in the transformation of trauma*. Penguin Books.

Walkley, M., & Cox, T. L. (2013). Building trauma-informed schools and communities. *Children & Schools*, 35(2), 123-126. <https://doi.org/10.1093/cs/cdt007>

Winfrey, O., & Perry, B. D. (2021). *What Happened to You?: Conversations on Trauma, Resilience, and Healing*. Flatiron Books.

Winnicott, D. W. (1963). *The child, the family, and the outside world*. PenguinBooks.









“ Als baby's hebben we geen sterke spieren zoals een jong veulen, we kunnen niet een paar uur na onze geboorte op onze benen staan. We zijn aangewezen op de mensen rondom ons.

”