

MODULE

Praktijkproject 2011/2012

De draak verslaan

Een beeldend therapeutische module voor vroeg kinderlijk chronisch getraumatiseerde kinderen ter voorbereiding op het verwerken van hun trauma.



Naam Student: Rozemarijn Bos

Student nummer: 1538101

Datum: April 2012

Gemaakt in het kader van de opleiding Creatieve Therapie aan de Hogeschool Utrecht te Amersfoort.

INHOUDSOPGAVE

	Pagina
Inleiding.....	5
Hoofdstuk 1 Motivatie	7
Mijn Raampje.....	8
De Draak Verslaan.....	9
De Prinses.....	10
Hoofdstuk 2 Veiligheid.....	11
De Veilige Plek.....	12
Knutselen Voor Beer.....	13
Jouw Aanmoedigend Publiek.....	14
Hoofdstuk 3 Dagelijks leven.....	15
Mijn Weekplanner.....	16
Nare Plaatjes Opbergen.....	17
Binnen Mijn Raampje.....	18
Hoofdstuk 4 Hechting.....	19
Mijn Levensboek.....	20
Mijn Grens.....	21
A. Vermijdend gehecht:.....	21
Fijn en niet fijn.....	21
Gipsen Hand.....	21
B. Aanklampend gehecht:.....	23
Alleen en samen.....	23
Florence Cane.....	24
C. Gedesorganiseerd gehecht:.....	25
Verfexperiment.....	25
Aquarel verrassing.....	26
Onder Water (met ouder).....	27
Symbolisch Cadeau (met ouder).....	28
Hoofdstuk 5 Emotieregulatie.....	29
Ik Ken Jou.....	30
Stroompjes.....	31
Dimmen en Dammen.....	32
Hoofdstuk 6 Zelfbeeld.....	33
Ik En Mijn Omgeving.....	34
Spiegel Aan De Wand.....	35
Complimenten Kaart.....	36

Hoofdstuk 7 De Notendop.....	37
Kaderen Van Plaatjes.....	38
Naar Plaatje; ‘Weg jij!’.....	39
De Prins Is Er Klaar Voor!.....	40
 Bijlagen.....	 41
Werkblad ‘De Medaille’	43
Werkblad ‘De Draak Verslaan’	45
Werkblad ‘De Prinses’	55

INLEIDING

De module die voor u ligt bevat verscheidene beeldende opdrachten die te gebruiken zijn in de behandeling van chronisch getraumatiseerde kinderen in de leeftijd van zeven tot en met twaalf jaar. Of u nu een psycholoog, therapeut of orthopedagoog bent; deze module geeft u hele praktische ideeën en handvaten over hoe u beeldend therapeutische opdrachten kunt inzetten ter ondersteuning aan de stabilisatiefase in de behandeling van uw cliëntengroep.

De module is niet bedoeld om op zichzelf door te lopen. Allereerst raad ik u aan de handleiding behorend bij deze module goed door te nemen om de context en het idee achter deze module beter te begrijpen.

Daarnaast zult u lezen in de handleiding dat de gemaakte module een aanvulling is op het boek van Arianne Struik waarin zij zes voorwaarden beschrijft waaraan een kind moet kunnen voldoen alvorens te kunnen beginnen aan traumaverwerking. Daarom raad ik u ook aan - als u in de mogelijkheid bent- om naast de handleiding ook het boek *'Slapende honden? Wakker maken!'* (Struik 2010) te lezen om een nog beter beeld te krijgen van de theorieën achter het ontstaan van de beschreven zes voorwaarden.

Dit gezegd hebbend ben ik blij deze module aan u te kunnen presenteren, omdat ik geloof dat verschillende professionals baat hebben bij deze praktische en beknopte module en bijbehorende handleiding. Uiteindelijk zal dit dan ook ten goede komen aan de doelgroep die als geen ander een gedegen, creatieve en op maat gemaakte behandeling verdiend.

Veel nut en plezier met deze module gewenst! Feedback is altijd welkom op onderstaand emailadres.

Met vriendelijke groet,

Rozemarijn van Vuuren – Bos
rozevanvuuren@gmail.com

HOOFDSTUK 1

MOTIVATIE

Beeldende opdrachten die gedaan kunnen worden in het kader van 'Motivatie en Psycho - educatie':

1. Mijn Raampje
2. De Draak Verslaan
3. De Prinses

MIJN RAAMPJE

Materiaalbenodigheden: Minimaal A3 of groter wit vel papier met hierop een kader/raam getekend, gekleurde potloden, viltstiften, pastelkrijt, oliekrj, houtskool.

Beschrijving opdracht: (Deze opdracht kan worden gedaan nadat het kind uitleg heeft gekregen over het 'Window of Tolerance'. Zie hiervoor de handleiding.)

'Ieder persoon op de wereld heeft een uniek raampje. Iedereen reageert verschillend op bepaalde gebeurtenissen. Vandaag mag jij met materiaal en kleuren naar jouw keuze je eigen raampje inkleuren met gebeurtenissen die jou in je raampje houden (dus wanneer jij kalm bent en je rustig voelt). Datzelfde mag je doen op het papier buiten het raampje. Hier kleur je de dingen die jou 'buiten je raampje' laten gaan (dingen die gebeuren waardoor jij gaat vechten of vluchten). Geef het raam zelf een persoonlijk tintje, denk aan de grootte van het raampje, maar ook de kleur ervan. Het is per slot van rekening jouw raampje'.

Doelstellingen: Deze opdracht spreekt het kind in de eerste plaats aan op zijn denken. Het laat hem reflecteren op situaties waarin hij kalm en niet kalm was. Door er beeld en kleur aan te geven kan de professional kijken of het kind de theorie goed begrepen heeft en kan toepassen in zijn eigen leven.

- het kind kiest een materiaal dat hij prettig vindt om mee te werken
- het kind kan de theorie toepassen op zijn eigen leven.
- het kind vertelt iets over zichzelf en hoe hij zich voelde in verschillende situaties.

Evaluatievragen:

- Wat heb je gemaakt?
- Kon je makkelijk op ideeën komen?
- Welk materiaal heb je gebruikt en waarom?
- Hoe groot is jouw raampje? Waar merk je dat aan in je dagelijkse leven?
- Kun je vertellen hoe je je voelde toen de plaatjes die je getekend hebt gebeurde?
- Hoe kan iemand anders zien dat dit écht jouw raampje is?

DE DRAAK VERSLAAN

Materiaalbenodigheden: De werkbladen ‘De Draak Verslaan’ (Bijlage), potloden, stiften, pastelkrijt, oliekrift. Materiaal om de bladen in te binden tot een boekje.

Beschrijving opdracht: ‘Vandaag gaan we ons verdiepen in een sprookje dat gaat over een prins die net als jij iets heel moeilijks moet doen. De prins moet een draak verslaan om met de prinses te mogen trouwen. Hoe veranderd jouw leven als jij jouw trauma hebt verslagen/verwerkt? Een draak (of trauma) verslaan is iets moeilijks, je hebt er training voor nodig en ook mensen die je aanmoedigen. De Prins maakt dit ook allemaal mee in dit sprookje. Eigenlijk is het verhaal van de Prins dus ook eigenlijk jouw verhaal. Daarom mag jij het verhaal inkleuren met kleuren die jij vindt passen. Van deze bladen maken we uiteindelijk een mooi boekje zodat je daar zelf in kunt lezen hoever je ongeveer bent het verslaan van jouw draak’.

Omdat dit een vrij grote opdracht is kan deze opdracht in 2x gedaan worden of worden de ‘belangrijke onderdelen’ in de therapiesessie gedaan en is het overige inkleuren van het verhaal huiswerk voor het kind. Het is uiteraard belangrijk om de daarop volgende sessie terug te komen op ingekleurde verhaal en de bedoeling erachter.

Doelstellingen: Deze opdracht heeft tot doel voor het kind om aan de hand van een sprookje het proces van traumaverwerking eigen te maken.

- Het kind maakt keuzes met betrekking tot de te gebruiken kleuren.
- Het kind heeft een letterlijk verhaal in handen waarop terug gegrepen kan worden gedurende de rest van de behandeling.

Evaluatievragen:

- Hoe vond je het om dit te doen?
- Waarom lijken de Prins en jij zo op elkaar?
- Welk blad vond je het fijnste en minst fijnste om te tekenen, waarom?
- Waarom wil jij jouw draak verslaan?
- Hoe voelde de Prins zich toen hij aan het begin stond van het sprookje? En hoe aan het einde van het sprookje? Is dat te vergelijken met jouw denk je? Waarom?

DE PRINSES

Materiaalbenodigdheden: Werkblad ‘De Prinses’ (Bijlage), potloden, stiften, pastelkrijt, oliekrift, decoratiemateriaal.

Beschrijving opdracht: ‘De Prins moest iets heel dappers doen om de Prinses te winnen. Hij moest zijn eigen angst onder ogen zien en de draak verslaan. Op momenten dat hij ontmoedigd was dacht hij aan zijn droom, zijn wens; zijn Prinses. Jij gaat ook een draak verslaan omdat jij jouw trauma wil gaan verwerken. De Prins zijn wens en doel was de Prinses, wat is jouw wens of Prinses als je draak gaat verslaan? Teken dit op jouw manier naast de Prinses.’

Deze opdracht hoort bij de opdracht ‘De Draak Verslaan’. Het werkblad ‘De Prinses’ zou eventueel bij het stripverhaal ingebonden kunnen worden.

Doelstellingen: Deze opdracht helpt het kind na te denken over de voordelen van een leven zonder draak. Doordat hij hier een tastbaar werkstuk over maakt kan er later opnieuw naar gekeken en over gepraat worden.

- Het kind zelf laten formuleren waarom hij in therapie wil.
- ‘De Prinses’ zo concreet mogelijk inkleuren met woorden en materiaal.
- Een gesprek aangaan over de motivatie van het kind.

Evaluatievragen:

- Hoe was het om jou Prinses, jouw doelen te tekenen?
- Hoe voel je je daarbij?

HOOFDSTUK 2

VEILIGHEID

Beeldende opdrachten die gedaan kunnen worden in het kader van de test ‘Veiligheid’:

1. De Veilige Plek
2. Knutselen voor Beer
3. Jouw Aanmoedigend Publiek

DE VEILIGE PLEK

Materiaalbenodigdheden: Groot vel wit papier, verschillende kleuren A4 papier, pastelkrijt, oliekrift, potloden, stiften, lijm en schaar.

Beschrijving opdracht: “Jij mag een plek gaan tekenen met materiaal dat jij fijn vindt. Deze plek is jouw veilige plek. Je voelt je daar veilig en fijn, er zijn geen vervelende dingen op die plek. Het mag een plek zijn die je kent, maar je mag ook een fantasie plek maken. Alles mag en alles kan, niets is raar.”

Als het kind moeite blijkt te hebben met het bedenken van een veilige plek dan kun je een beeld schetsen van bijvoorbeeld een eiland in de stille oceaan. Het eiland is helemaal van het kind, hij bepaald wat er al dan niet aanwezig is. Hetzelfde kun je doen met een planeet ver weg van deze aarde die je alleen kunt zien met een denkbeeldige super-mega-telescoop vanuit de therapieruimte.

Doelstellingen: Deze opdracht verbeeld een diep verlangen van het kind. Het doel is om dit verlangen te kunnen uiten in beeld en taal. Het levert de professionele informatie op die hij mogelijk nodig heeft in de verdere behandeling.

- Het kind oefent zich in het oproepen van fijne en veilige gevoelens. Het kind leren dat hij dit altijd en overal zelf kan oproepen.
- Het kind oefent in het omzetten van gevoel(associatie) naar beeld
- Observeren welke materialen vertrouwd zijn voor het kind
- Observeren in hoeverre het kind durft te exploreren (let op: dit is geen doel bij deze opdracht.)

Evaluatievragen:

- Wat heb je gemaakt? (Benoem eventueel wat je ziet en laat het kind vertellen)
- Wie of wat mag er op bezoek komen, waarom?
- Welk gevoel kreeg je erbij?
- Wanneer voel jij je zo?
- Wat zou een goede plek zijn om dit werkstuk op te hangen zodat je er vaak aan kunt denken?

KNUTSELEN VOOR BEER

Materiaalbenodigheden: Een lief uitziende knuffelbeer ca. 20-30 cm hoog, kosteloos materiaal (lapjes stof, plastic bakjes, dozen, etc.), klei in verschillende kleuren, schaar, lijm, plakband, touw.

Beschrijving opdracht: “Deze Beer zit hier nu al een poosje in zijn eentje in mijn kast. Ik zou graag willen dat we vandaag goed voor deze Beer gaan zorgen. Die kast was donker en eng en Beer heeft zich denk ik best alleen gevoeld daar. Wat denk jij dat Beer nodig heeft? Laten we dat gaan maken van die materialen zodat Beer zich weer fijn voelt.”

Laat het kind hardop uitspreken wat hij denkt dat Beer nodig heeft. Lukt dit niet dan kun je een handje helpen en de link leggen naar wat het kind iedere dag nodig heeft (eten, drinken, douchen, lieve mensen om je heen, etc.)

Beoordeel zelf of het kind iets met deze opdracht kan of dat hij het wellicht té kinderachtig vindt. Een alternatief zou zijn om meerdere knuffels/dieren aan te bieden waaruit het kind kan kiezen of het kind er zelf één mee te laten nemen van thuis.

Voor deze opdracht is het van groot belang dat het kind een veilige hechtingsrelatie heeft met een ouder of verzorger!

Doelstellingen: Deze opdracht geeft het kind de ruimte te doen voor Beer wat hijzelf graag wil/ had willen ontvangen.

- Het kind creëert een fijne omgeving zoals hij die kent
- Het kind wordt uitgedaagd na te denken over wat Beer nodig heeft om een fijn leven te hebben.
- Observeren in hoeverre het kind kan aangeven wat hij nodig heeft

Evaluatievragen:

- Wat heb je gemaakt en waarom?
- Zou jij de gemaakte dingen ook fijn vinden in jou leven?
- Hoe voelt Beer zich zonder (dat warme denken, zijn eten, vriendjes)? Herken je dit bij jouzelf ook? (Laat merken dat het heel logisch is dat Beer zich niet fijn voelt zonder die dingen, iedere Beer en ieder kind heeft deze dingen nodig op zich fijn te voelen.)
- Schets situaties als ‘wat heeft Beer nodig als hij gepest zou worden op school?’. ‘Wat heeft Beer nodig als hij zijn poot breekt?’, ‘Wat heeft Beer nodig als hij heel bang is in het donker?’, ‘Wat heeft Beer nodig als hij stiekem in plaats van één wel acht koekjes uit de koektrommel heeft gegeten?’.

JOUW AANMOEDIGEND PUBLIEK

Materiaalbenodigdheden: Groot vel gekleurd papier, wit papier, pastelkrijt, oliekrj, potloden, stiften, schaar, lijm en eventueel dubbelzijdig dik plakband (dat vaak wordt gebruikt voor het maken van 3D kaarten).

Beschrijving opdracht: “Jij staat voor een grote taak. Je wordt getraind om de draak te verslaan zodat je met de prinses kunt trouwen. Om het trainingsveld waar jij wordt getraind staat jouw aanmoedigend publiek. Deze mensen of dieren staan helemaal achter jou. Jij moet de draak verslaan, zij kunnen dat niet doen, maar moedigen jou heel hard aan. Ze zeggen bijvoorbeeld: ‘Je kunt het!’ ‘Je doet het ge-wel-dig!’, of: ‘Hou vol, ik weet zeker dat je het kunt, ook al is het moeilijk!’. Het is fijn dat dit publiek je aanmoedigt he? Je mag nu een tekening maken en tekenen welke mensen er om jouw trainingsveld heen staan. Als je dat gedaan hebt mag je in tekstballonnetjes schrijven wat deze mensen zeggen.”

Het kind tekent op wit papier de verschillende personen (eventueel ook dieren) die hem steunen en aanmoedigen. Hij knipt deze personen één voor één uit en plakt deze op het gekleurde vel papier. De tekstballonnen (eventueel van tevoren vast getekend) plak je met het dubbelzijdig dik plakband bij desbetreffende personen. Als er tijd over is kun je nog een hek maken (niet te dik, anders zijn de personen niet meer zichtbaar) waarachter het publiek staat en deze ook opplakken met het dubbelzijdige dikke plakband.

Doelstellingen: Deze opdracht moet het gevoel geven dat het kind er niet alleen voor staat.

- Een zichtbaar werkstuk maken over dat het kind er niet alleen voor staat hoe spannend traumaverwerking ook is.
- Door het impliciete expliciet te maken worden de verscheidenen hechtingsrelaties in het kind zijn leven bekrachtigd en bevestigd.
- Het kind wordt door deze opdracht herinnerd aan hoe het traject (training, draak verslaan, zorgen dat de draak niet meer terug kan komen) in elkaar steekt.

Evaluatievragen:

- Welke mensen (of dieren) heb je gemaakt?
- Welk gevoel geven deze mensen jou?
- Waar kun je dit werkstuk het beste ophangen zodat je hieraan herinnerd wordt?

HOOFDSTUK 3

DAGELIJKS LEVEN

Beeldende opdrachten die gedaan kunnen worden in het kader van de test ‘Dagelijks Leven’:

1. Mijn Weekplanner
2. Nare Plaatjes Opbergen
3. Binnen Mijn Raampje

MIJN WEEKPLANNER

Materiaalbenodigheden: Knijper, groot stuk gekleurd karton, gekleurd en wit papier, potloden, stiften, schaar, lijm, sticky gum en versierspulletjes (glitter, stickertjes, etc.)

Beschrijving opdracht: “Hoe ziet jouw week eruit? Zet alle vaste activiteiten in jouw week in de weekplanner en maak kaartjes van de losse activiteiten zodat je deze met ‘sticky gum’ kunt plakken in de juiste dagen. Er is één dingetje anders dan normaal: jij mag namelijk zeggen wat de therapeut mag doen (hij mag ook niets doen als je alles liever zelf wilt doen)”

Het is bij deze opdracht aan te raden een voorbeeld te laten zien van een ander kind. Ook kun je ervoor kiezen de kolommen alvast te tekenen voor aanvang van de therapiesessie. Met de (versierde) knijper kan het kind aangeven welke dag ‘vandaag aan de beurt is.’

Doelstellingen: Deze opdracht is als aanvulling op het gesprek met ouder en kind over de vaste invulling van zijn leven. Het kind werkt in deze opdracht zelf zijn week uit en creëert hierdoor overzicht.

- Grip krijgen op het dagelijks leven door middel van een overzichtelijke weekplanner.
- Het kind de regie geven over
 - a. materiaal
 - b. kleuren
 - c. de therapeut
 - d. de inhoud van de weekplanner.
- Observeren in hoeverre het kind lukt de regie te nemen
- In gesprek gaan met ouder(s) naar aanleiding van de gemaakte weekplanner en hiervandaan eventueel meer structuur aanbrengen.

Evaluatievragen:

- Hoe voelt het om naar zo’n overzicht van je week te kijken?
- Hoe komt dat denk je?
- Wat vond je ervan dat jij veel mocht bepalen deze keer?

NARE PLAATJES OPBERGEN

Materiaalbenodigheden: Groot vel papier of behangrol, acrylverf, kwasten, water, mengbakje.

Beschrijving opdracht: “Als je last hebt van nare plaatjes in je hoofd, bijvoorbeeld doordat je een nachtmerrie hebt gehad, dan kun je deze plaatjes als het ware uit je hoofd pakken en in ergens instoppen. Dan kun je er bijvoorbeeld een heel dik slot op doen waar jij alleen de sleutel van hebt. Misschien wil je de plaatjes wel in het heelal schieten of misschien liever diep op de zeebodem laten zinken. Jij mag verzinnen waar je die nare plaatjes in stopt en wat je ermee doet. Maak daar een mooie verftekening van”.

Begin deze opdracht eerst met een kleine warming up met verf zodat het kind vertrouwd raakt met de verf en het mengen van kleuren. Dit gedaan hebbend leg je bovenstaande opdracht uit. Het is niet de bedoeling dat de nare plaatjes geschilderd gaan worden, maar wel het voorwerp waar de nare plaatjes in gestopt worden (gat in de grond, kluis, kast, doos, etc.).

Deze opdracht is ook goed uitvoerbaar in een ‘3D versie’. Pas de materialen hierop aan en maak een echt voorwerp waar de denkbeeldige plaatjes in kunnen.

Doelstellingen: Deze opdracht geeft erkenning aan het feit dat het kind vaak te maken heeft met nare plaatjes in zijn hoofd. Door de plaatjes denkbeeldig weg te stoppen leert het kind dat het controle heeft over de plaatjes.

- Erkenning van gevoelens
- Regie nemen over zowel plaatjes als opdracht (thema, kleur, etc.) leert het kind dat het invloed kan uitoefenen.
- Het werkstuk zelf kan na iedere sessie erbij gepakt worden zodat het kind alle nieuwe nare plaatjes daar weer denkbeeldig in kan stoppen.

Evaluatievragen:

- Wat vind je van je werkstuk?
- Welk gevoel geeft het je?
- Wat vind je ervan dat jij alleen de sleutel hebt?
- Denk je dat het je gaat lukken om nieuwe nare plaatjes hier bij te stoppen deze week? Wat helpt jou daarbij?

BINNEN MIJN RAAMPJE

Materiaalbenodigdheden: Gekleurde vouwblaadjes, schaar, lijm, liniaal

Beschrijving opdracht: “Weet je nog dat we een opdracht deden over ‘je raampje’? Vandaag gaan we oefenen wat jij kunt doen om weer binnen je raampje te komen. Dit kun je gebruiken als je heel boos of verdrietig bent, na een nachtmerrie of als je even weg geweest bent. Neem een vouwblaadje en teken er voorzichtig met potlood stroken van 2 cm op (gebruik de liniaal). Pak een schaar en knip de stroken netjes af. Maak van ieder strookje een ring, maar steek iedere volgende strook door de vorige ring heen. Zo rijg je heel snel een prachtige slinger!”

Deze oefening kan ook simpel thuis uitgevoerd worden. Daarom volstaan andere simpele oefeningen hierbij ook. Denk aan het rijgen van een armbandje of aan het kleien van mooie rondjes (3D). De sleutel hierin zijn werkvormen die duidelijke herhaling en eenvoudige structuur aanbieden.

Doelstellingen: Deze opdracht geven zowel kind als ouder simpele handvaten om thuis verder mee aan de slag te gaan als het kind even rustig tot zichzelf moet komen.

- In het hier en nu komen.
- Concentratievermogen aanspreken.
- Het kind het gevoel geven dat het niet erg is om buiten je raampje te gaan, maar dat hijzelf er iets aan kan doen.

Evaluatievragen:

- Hoe voelde je je toen je bezig was?
- Denk je dat het jou zou helpen om weer rustig jezelf te worden?
- Heb jij nog andere ideetjes die je kunt doen als je buiten je raampje bent?

HOOFDSTUK 4

HECHTING

Beeldende opdrachten die gedaan kunnen worden in het kader van de test ‘Hechting’:

1. Mijn Levensboek
2. Mijn Grens

‘Mijn Grens’ valt uiteen in 3 verschillende manieren van hoe het kind gehecht is:

A. Vermijdend gehecht:

1. Fijn en niet fijn
2. Gipsen Hand

B. Aanklampend gehecht:

1. Alleen en samen
2. Florence Cane

C. Gedesorganiseerd gehecht:

1. Verfexperiment
2. Aquarel verrassing

3. Onder Water (met ouder)
4. Symbolisch Cadeau (met ouder)

MIJN LEVENSBOK

Materiaalbenodigdheden: 10+ stevige (witte) grote papieren die het boek gaan vormen, pastelkrijt, oliekrift, potloden, stiften, decoratiemateriaal, gekleurd A4 papier, schaar, plakband en lijm.

Beschrijving opdracht: “Soms kan het verwarrend zijn wat er nu precies in welk jaar in jouw leven is gebeurd. In jouw levensboek gaan we dat op een mooie manier overzichtelijk op een rijtje zetten. Ieder vel papier is voor 1 jaar in jouw leven. Je mag er foto's bijplakken of tekeningen maken van vakanties, of een broertje/zusje dat geboren werd. Als er wat vervelends is gebeurd in dat jaar kun je dat markeren met bijv. een grote rode stip. Natuurlijk kun je je boek zo mooi versieren als je wilt.”

Deze opdracht beslaat minimaal 2 sessies omdat het én veel werk is én er overlegd moet worden met de ouder/ hechtingsfiguur. Tussen de twee sessies in kan het kind op zoek gaan naar foto's van vroeger en meer recente foto's van zichzelf. Bij gebrek aan tijd of inhoud kunnen er natuurlijk 2 of meer jaar per wit vel vastgelegd worden.

Belangrijk is dat dit boek een mooi boek moet worden met fijne herinneringen. Het is niet de bedoeling dat het kind de verschillende trauma's een plek gaat geven.

Doelstellingen: Deze opdracht laat het kind nadenken over wie hij is, waar hij vandaan komt en welke mensen bij hem horen.

- Een overzicht creëren wat wanneer in het leven van het kind gebeurd is.
- Ik – sterkte vergroten
- Hechting met belangrijke mensen bekrachtigen en stimuleren.
- Doorzettingsvermogen (groot project)

Evaluatievragen:

- Hoe vond je het op dit boek te maken?
- Ben je tevreden over hoe je de mooie en minder mooie momenten hebt beschreven?
- Wat zou je nog willen veranderen?
- Vind je het fijn om na te denken over alle jaren hiervoor, waarom?

MIJN GRENS – A. VERMIJDEND GEHECHT

Twee opdrachten die passen bij een kind dat vermijdt is gehecht:

1. Fijn en niet fijn
2. Gipsen Hand

Opdracht 1 Fijn en niet fijn

Materiaalbenodigheden: Keuze uit verschillende soorten papier en teken en verf materiaal.

Beschrijving opdracht: “Kies een materiaal dat je fijn vindt en een ander materiaal wat je niet fijn vindt. Verbind het niet fijne materiaal met het niet zo fijne materiaal in één werkstuk”.

Doelstellingen: Deze opdracht geeft het kind de kans iets te ondernemen met iets waarvan hij gewend is dit uit de weg te gaan.

- Exploratie
- Doorzettingsvermogen
- Een gevoelsconflict aangaan in en met het materiaal

Evaluatievragen:

- Welk materiaal vind je fijn en niet fijn? Waarom?
- Hoe was het om die 2 in 1 werkstuk te verwerken?
- Was er een verschil in hoelang je bezig geweest bent met het fijne en minder fijne materiaal?
- Hoe ben je omgegaan met dat wat je niet fijn vond aan het niet zo fijne materiaal? (Heeft het kind zich laten beperken door de mogelijkheden van het materiaal of heeft het kind hiermee gespeeld?)

Opdracht 2 Gipsen Hand

Materiaalbenodigheden: Voorgeknipte stukjes gipsverband, scharen, emmer met lauwwater, vaseline om handen vooraf mee in te smeren.

Beschrijving opdracht: “Zie je deze gipsen hand? Die gaan wij vandaag ook maken. Jij bent de kunstenaar, ik voer jou opdrachten uit. Iedere keer moet er een klein stukje gips op jou hand (leg uit hoe het maken van een gipsenhand werkt). Als je het even spannend vindt dat nemen we even een pauze. Dat is helemaal niet erg.”

Als deze opdracht te intiem ervaren kan worden door een kind, laat het kind dan jou hand of een ander voorwerp ingipsen

Doelstellingen: Deze opdracht is een mooie opdracht om te kijken hoe het kind omgaat met intimiteit en hoeveel dit met het kind doet. Door hem regelmatig uit te dagen een pauze te nemen leert het kind dat hij de regie kan nemen over de mate van intimiteit en de snelheid ervan.

- Samenwerken; contact maken en houden met de professional
- Bewust worden dat de ander iets te bieden heeft.
- Aandacht geven en aandacht ontvangen
- Oefenen met intimiteit

Evaluatievragen:

- Hoe was het om dit te doen?
- Hoe heb je het ervaren?
- Wat viel je op?
- Heb je op tijd even pauze genomen? Waarom?

MIJN GRENS – B. AANKLAMPEND GEHECHT

Twee opdrachten die passen bij een kind dat aanklampend gehecht is:

1. Alleen en Samen
2. Florence Cane

Opdracht 1 Alleen en Samen

Materiaalbenodigheden: Groot vel papier, acrylverf, water en kwasten.

Beschrijving opdracht: “Hier is een groot vel papier met 3 vakken erop. Een vak is voor jou en één voor mij. De middelste is van ons allebei. Weet jij iets waar we over kunnen schilderen? (bijv. strand, lente, racecircuit, etc.) Je mag gewoon over de lijntjes als je dat wilt. We gaan proberen in stilte te schilderen en praten er daarna over.”

Doelstellingen: Deze opdracht geeft het kind de kans zich eerst te concentreren op zijn eigen deel en vervolgens contact te maken. Hoe het kind dit doet verteld mogelijk iets over hoe hij omgaat met grenzen.

- Bewust worden van de plek die het kind graag wil hebben
- Bewust worden van dat de ander ook een plek wil hebben.
- Het kind ervaart dat er een verschil is tussen de hem en de ander. Hij ervaart dat die verschillen mogen bestaan.
- Bewust worden van de manier van in contact gaan met de ander.
- Afstemmen en samenwerken

Evaluatievragen:

- Hoe was het om op je eigen deel te werken?
- Kon je je concentreren op je eigen deel of zat je over het middelste stuk na te denken?
- Hoe voelde je je toen je op het middelste stuk ging verven?
- Wat vond je van onze samenwerking?
- Wat vind je van het resultaat?

Opdracht 2 Florence Cane

Materiaalbenodigdheden: Groot vel papier (aan de muur), houtskool, verf, kwasten en water.

Beschrijving opdracht: “Als je voor het grote vel aan de muur staat, neem je in elke hand een houtskool krijtje. Zorg dat je lekker ontspannend staat en concentreer je op het krijtje en het papier. Zet beide handen tegelijkertijd in beweging op het papier en ga door met de bewegen totdat ik stop zeg. Volg je eigen handen en wat er in je opkomt.”

Na 5 á 10 minuten neemt het kind afstand van zijn tekening. Hij mag dan verwoorden wat hij ziet en hoe het voelde om dit te doen. Hierna wordt er met verf (of eventueel krijt) doorgewerkt op de ‘krastekening’. Het kind mag wat hij ziet vrij uitwerken en dus ook bijvoorbeeld over lijnen heen schilderen.

Doelstellingen: Deze opdracht laat het kind vrij en spontaan handelen binnen de gestelde grenzen van de therapeut en het materiaal. Het kind oefent met het kanaliseren van vrije expressie naar iets concreets wat hijzelf verder uitwerkt.

- Oefenen in voelen (‘je handen volgen’)
- Observeren hoe het kind omgaat met de overgang van voelen naar denken
- Creativiteit en fantasie stimuleren

Evaluatievragen:

- Hoe vond je het om dit te doen?
- Liet je je leiden door je handen of ging jij je handen leiden?
- Wat zag je allemaal in de krastekening?
- Wat heb je uiteindelijk gemaakt? Ben je er tevreden mee?

MIJN GRENS – C. GEDESORGANISEERD GEHECHT

Twee opdrachten die passen bij een kind dat gedesorganiseerd is gehecht:

1. Verfexperiment
2. Ecoline verrassing

Opdracht 1 Verfexperiment

Materiaalbenodigdheden: Groot vel papier, minimaal 6 A3 papieren, diverse kleuren verf, spons, doek, afwasborstrel, paletmessen, zand, water, etc.

Beschrijving opdracht: “Met deze opdracht mag je alles wat in je opkomt uitproberen. Op elk van deze vellen probeer je op een andere manier te schilderen. In plaats van kwasten mag je andere materialen gebruiken, zoals; doeken, sponsjes, borstels, etc.”.

Als het kind hiermee klaar is mag hij een vel kiezen die hij het beste gelukt vindt. Deze manier van werken mag hij op het grote vel verder uitwerken. Benadruk dat het kind zelf de regie heeft. Hij mag zelf bepalen wat hij wel of niet doet en in welke volgorde (van makkelijk naar moeilijk bijvoorbeeld).

Doelstellingen: Met deze opdracht word de verf een ontdekkingsterrein voor het kind en niet alleen een middel om een beeld neer te zetten.

- Durven experimenteren en ontdekken
- Dieper op de mogelijkheden van het materiaal leren ingaan
- Bewust worden van eigen voorkeur en deze benoemen.
- Het kind ervaart dat hij contact kan verbreken als hij iets eng vindt en zelf kan beslissen dit contact weer aan te gaan.

Evaluatievragen:

- Welke manieren van schilderen heb je allemaal ontdekt?
- Welke sprak je meer aan en welke minder?
- Waarom sprak een bepaalde manier van werken je aan?
- Hoe ben je met deze manier van werken verder gegaan op het tweede vel?
- Hoe vond je het om in plaats van kwasten met allemaal ander gereedschap te werken? Waarom?

Opdracht 2 Aquarel verrassing

Materiaalbenodigdheden: Minimaal 6 vellen (aquarel)papier A3 formaat, aquarelverf, water , kwasten (groot en klein), sponsjes, doekjes/tissues, tape en lijm.

Beschrijving opdracht; “ Ga op een stoel staan en leg 1 vel papier op de grond. Maak met het lijmpotje allerlei lijnen en rondjes op het papier. Laat het papier drogen. Zet een ander papier vast met tape langs alle randen. Met het sponsje en water maak je het hele papier goed vochtig zodat de verf kan uitvloeien. Neem een kleur die jij wilt en zie wat er gebeurt op het papier. Probeer nog een kleur en zie wat er gebeurt. Probeer dit nu ook met de tekening met lijm (die inmiddels is opgedroogd (15 min.)”.

Deze opdracht kan zo vaak herhaald worden als er tijd is.

Doelstellingen: Deze opdracht kan als spannend ervaren worden omdat de controle over wat er ontstaat weg is. Het is de bedoeling dat naarmate het kind dit meer oefent hij hier meer plezier in krijgt en durft te ontspannen.

- Durven experimenteren en ontdekken
- Kunnen overgeven aan het proces zonder dit teveel te willen sturen of controleren
- Aandacht richten, één ding tegelijk doen

Evaluatievragen:

- Hoe was het om met aquarel te werken?
- Wat voelde je toen alles in elkaar ging overlopen?
- Wat vind je wat er is ontstaan?
- Welke kleuren zijn er allemaal ontstaan? Wat valt je op?

ONDER WATER (met ouder)

Materiaalbenodigheden: Behangrol, 6 kleuren acrylverf, kwasten, sponsjes en water.

Beschrijving opdracht: “Deze behangrol is een foto die genomen is op de zeebodem van een grote oceaan. Wat er op de foto staat mogen jullie bepalen. Het mag alles zijn, ook fantasiedingen. Jullie kiezen allebei 3 kleuren in overleg en dat zijn de enige kleuren die je mag gebruiken. Succes!”

Als de ouder zelf getraumatiseerd is kan deze opdracht als heel spannend en stressvol worden ervaren. Vraag in dit geval de ouder om zijn kind te volgen en laat de ouder iedere actie van het kind benoemen.

Doelstellingen: Deze opdracht geeft een goed beeld weer tussen interactie ouder en kind. Doordat beide 3 kleuren hebben moet er overlegd worden.

- Samenwerken bevorderen door middel van verbale en non verbale interactie
- Creativiteit en fantasie stimuleren
- Observeren van grenzen ouder en kind
- Ouder bevestigen in zijn rol als ouder
- Kind bevestigen in zijn band met de ouder

Evaluatievragen:

- Hoe zijn jullie aan de slag gegaan?
- Wie heeft wat gedaan?
- Hoe hebben jullie overlegd?
- Was je altijd eens met de ander?
- Hoe ging jullie samenwerking?
- Wat vind je van het resultaat?

SYMBOLISCH CADEAU (met ouder)

Materiaalbenodigdheden: Allerlei soorten materiaal (kosteloos, klei, karton, etc.) , potloden, stiften, scharen, lijm, tape, decoratiematerialen, inpakpapier.

Beschrijving opdracht: “Met deze opdracht mag je zelf kiezen wat je maakt, hoe je het maakt en met welke materialen. Je mag even een minuutje nemen om naar de ander te kijken/over de ander na te denken en te bedenken wat je voor hem wenst/ welk mooi cadeau je hem zou willen geven. Het mag iets letterlijks zijn, maar ook dingen als ‘beter slapen’ of ‘een rustig hart’ zijn goed. Nu mag je dat gaan maken, niets is gek, alles mag. Dit cadeau voor de ander pak je als je klaar bent in met pakpapier en dan kun je er nog een briefje of gedichtje bijschrijven als je nog tijd over hebt.”

Spreek samen af hoe je wel in dezelfde ruimte kunt zijn, maar elkaars cadeau nog niet kunt zien.

Doelstellingen: Dit is een spannend opdracht met als hoogste doel een positief moment creëren in de relatie ouder – kind.

- Zich verplaatsen in de ander
- Gevoelens (non – verbaal) verwoorden
- Positieve dingen zeggen en horen
- Band ouder en kind versterken

Evaluatievragen:

- Hoe vond je het om dit cadeau te maken? Wat dacht en voelde je?
- Hoe vond je het om een cadeau te krijgen? Wat dacht en voelde je?
- Zijn er nog dingen die jullie tegen elkaar willen zeggen?

HOOFDSTUK 5

EMOTIEREGULATIE

Beeldende opdrachten die gedaan kunnen worden in het kader van de test 'Emotieregulatie':

1. Ik Ken Jou
2. Stroompjes
3. Dimmen en Dammen

IK KEN JOU

Materiaalbenodigdheden: 3 voorbeeld werkstukken over verschillende gevoelens, meerdere witte A3 vellen, allerlei soorten tekenmateriaal, allerlei voorwerpen met een verschillende structuur (voorbeeld: takje, iets van metaal, dons kussentje, gladde, ruwe, stekelige voorwerpen, etc.)

Beschrijving opdracht: Het kind krijgt 3 werkstukken te zien die een verschillend gevoel verbeelden. Hierover voer je een kort gesprek. Vervolgens mag het kind zoveel mogelijk verschillende voorwerpen kiezen die er allemaal anders uitzien en anders aanvoelen. Laat het kind bewust voelen aan ieder voorwerp en laat hem omschrijven of hij het prettig vindt of bijvoorbeeld vervelend, koud of stekelig. Oefen het kind in het benoemen van wat hij voelt. (Je kunt dit met de ogen dicht doen, maar dit kan ook te spannend zijn).

Vervolgens mag het kind een vel papier nemen en een gevoel kiezen (dit mag van alles zijn). Vervolgens kiest het kind materiaal en kleuren die volgens hem passen bij dat gevoel. Hiervan mag hij een tekening maken.

Doelstellingen:

- Gevoelens herkennen en benoemen
- Benoemen hoe een materiaal voelt
- Ervaren van lichaamssensaties
- Controle ervaren over gevoelens (kind kiest een gevoel, kiest zelf het materiaal en kleur, de grote van het papier, etc.) door de manier van werken.
- (Theoretische) kennismaking met de 4 B's; bang, bedroefd, blij en bang

Evaluatievragen:

- Hoe vond je het om deze opdrachten te doen?
- Zijn er gevoelens die je makkelijk vind om te noemen en tekenen?
- Zijn er gevoelens die je moeilijk vind om te noemen en tekenen?
- Wat voor gevoel had je bij het maken van je tekening?
- Wat wil je doen met je tekening? (Het kind is de baas van de tekening)

STROOMPJES

Materiaalbenodigdheden: Allerlei

Beschrijving opdracht: Leg het kind uit dat het goed is dat gevoelens stromen. Bedenk samen met het kind hoe je de 4 B's kunt laten stromen. Vertel er ook bij dat jij het kind helpt de gevoelens weer te dimmen (zie ook volgende opdracht). Als je meerdere gevoelens per sessie behandeld is het aan te raden wat ontspanningsoefeningen tussen de verschillende emoties in te doen en na ieder geuit gevoel wat evaluatievragen te stellen. Is dit erg lastig voor het kind probeer het dan meer te brengen als toneelspel. Spreek met het kind af hoelang (bijv. 1 minuut) je het gevoel mag laten stromen.

Boos: In hout zagen. Met klei gooien. Papier of oude boeken scheuren.

Bedroefd: Ecoline tranen (ecoline laten vloeien op papier), geconcentreerd een armbandje vlechten (het armbandje kan dan symbool staan de oorzaak van het verdriet), tekenen of schrijven waarom je verdrietig bent, bellen blazen.

Blij: Het fijne moment vastleggen door het uit te beelden in klei of te tekenen, iets moois voor iemand maken.

Bang*: Samen heel bang 'spelen' voor een denkbeeldige spin, een bange gezichtsuitdrukking tekenen, een bang iemand kleien (onder een tafel bijvoorbeeld).

Bij het oproepen van gevoelens in deze oefeningen is het van groot belang om alledaagse situaties te pakken en geen situaties die het trauma triggeren.

Doelstellingen: Deze opdracht geeft veel informatie over hoe ver het kind is in zijn emotionele ontwikkeling. Het verloop van de opdracht hangt dan ook in grote mate hiervan af.

- Bewust worden van de verschillende gevoelens en hoe je die 'kunt laten stromen'.
- Ervaren dat je een gevoel kunt uiten zonder er door overspoelt te raken (door duidelijke begrenzing van de professional)
- Gesprek aangaan over de verschillende emoties

Evaluatievragen:

- Hoe vond je het om dit te doen?
- Kun jij zeggen wanneer je je voor het laatst Boos (of Bedroefd, Blij of Bang) hebt gevoeld?

*Bij het gevoel 'Bang' kun je onderscheid maken tussen 'Goed Bang' (Wegrennen voor een leeuw bijvoorbeeld) en 'Te veel Bang'. In het laatste geval is het belangrijk dat het kind leert wat hij kan doen, bijvoorbeeld een knuffel pakken, even je ogen dicht doen, etc.

DIMMEN EN DAMMEN

Materiaalbenodigdheden: Allerlei

Beschrijving opdracht: Leg het kind uit wat een Dam doet. Leg het kind uit dat hijzelf een dam kan maken om water(het gevoel) te laten stoppen met stromen. In plaats van dat de therapeut het stopsein geeft mag het kind dit nu zelf doen en een manier bedenken hoe hij weer rustig kan worden. Dit kan bijvoorbeeld door een tegenreactie op de tekening te maken in bijvoorbeeld het geval van het gevoel ‘bang’: het kind tekent dan bijvoorbeeld een grote kluis waar het monster in gaat. Een andere manier is simpelweg de materialen en producten op te bergen op een manier zoals het kind dat fijn vindt.

Hier volgen simpele suggesties, als het kind ideeën heeft die bij hem passen heeft dit natuurlijk de voorkeur.

Boos: Met klei gooien of een boze tekening maken

Bedroefd: Een verdrietige tekening maken

Blij: Een blijde tekening maken.

Bang: Een enge tekening maken (een enge droom, of griezelig monster bijvoorbeeld)

Bellen Blazen kan bij verschillende emoties gebruikt worden om gevoelens te kanaliseren. Het uitademen heeft een rustgevend effect op het kind.

Doelstellingen: Het kind herhaald door deze opdracht grotendeels de (nu bekende) vorige opdracht. Deze keer is het kind degene die de tijd bepaald. Door het gesprek hierover aan te gaan leert hij dat hij controle kan uitoefenen over gevoelens

- Bewust worden van de verschillende gevoelens en hoe je die ‘kunt laten stromen’.
- Ervaren dat je gevoel kunt uiten zonder er door overspoelt te raken
- Zelf de gevoelens begrenzen door 1) te bepalen wanneer de opdracht stopt, 2) te bepalen wat er met het product moet gebeuren.

Evaluatievragen:

- Wat voor dammen heb jij gebouwd?
- Hoe was dat om te doen?
- Als je heel veel gevoel hebt op school of thuis welke dammen helpen daar dan denk je?

HOOFDSTUK 6

ZELFBEELD

Beeldende opdrachten die gedaan kunnen worden in het kader van de test 'Zelfbeeld':

1. Ik En Mijn Omgeving
2. Spiegel Aan De Wand
3. Complimenten Kaart

IK EN MIJN OMGEVING

Materiaalbenodigdheden: Gekleurde (kinder) klei, klei bewerkingsmateriaal.

Beschrijving opdracht: “Je hebt ongeveer 15 minuten de tijd om jezelf en andere mensen te kleien. Ook mag je de personen kleien die vervelende dingen met jou hebben gedaan. Je mag hen kleien als persoon of dier, maar je mag ook bijvoorbeeld een rondje maken, dat mag je zelf weten. Daarna gaan we een oefening doen met wat je gekleid hebt”.

Eenmaal klaar met kleien ga je in een simpel gesprek met elkaar. Wissel van rollen zodat ook de therapeut een keer het kind speelt. Ga voorzichtige gesprekjes aan over de onderlinge relaties tussen de gekleide personen. Schat per situatie in in hoeverre het kind kan praten over een onderwerp als ‘verantwoordelijkheid’.

Doelstellingen: Deze opdracht kan een goed beeld geven van hoe het kind over zichzelf denkt en welke ideeën hij erop na houdt over belangrijke anderen.

- Gesprek aangaan over wie de verantwoordelijkheid heeft voor het trauma. De pleger hierop laten reageren.
- Gesprek aangaan over de verantwoordelijkheid van de ouder(s). De ouder(s) hierop laten reageren.
- Gesprek aangaan over het kind zelf. Hoe denkt hij over zichzelf? Hoe voelt hij zich / hoe denkt hij over de andere personen? (Geef ruimte aan dubbele gevoelens!)

Evaluatievragen:

- Hoe vond je het om in de huid van iemand anders te kruipen?
- Kun je iets zeggen over hoe je alle je de personen hebt gemaakt? Waarom op die manier?
- Hoe voelde je je toen de personen moesten gaan praten over de kaartjes?
- Vind jij dat ze goed gepraat hebben? Waarom?

SPIEGEL AAN DE WAND

Materiaalbenodigdheden: Een opplakbaar spiegeltje (rond of vierkant, verkrijgbaar bij bijv. Xenos), triplex hout, zaag, schuurpapier, acrylverf, decoratiemateriaal.

Beschrijving opdracht: “Vandaag gaan we een hele stoere of hele mooie prinsessen spiegel maken. Dit is best moeilijk, maar ik weet zeker dat jij het kan”.

Bedenk samen met het kind de vorm van de spiegel (niet te moeilijk omdat zagen dan heel lang duurt). Na de spiegel gezaagd te hebben wordt de spiegel geschuurd en een mooie plek voor het spiegeltje zelf uitgekozen. Met acrylverf kan het hout van de spiegel beschilderd worden. Eventueel kan de spiegel hierna nog versierd worden met decoratiemateriaal.

Doelstellingen:

- Doorzettingsvermogen
- Succeservaring, en hierdoor meer gaan vertrouwen op eigen kracht
- Concentratie
- Gesprek aangaan over wat het kind ziet in de spiegel

Evaluatievragen:

- Hoe was het om zoiets moeilijks te ondernemen?
- Waarom is het goed om te oefenen met moeilijke dingen, (net als de Prins)?
- Nu je dit zo gedaan hebt en je kijkt naar jezelf in de spiegel, wat wil je dan tegen jezelf zeggen? Wat voel je als je naar jezelf kijkt?

COMPLIMENTEN KAART

Materiaalbenodigdheden: Gekleurd papier, liniaal, potloden, stiften, pastelkrijt, oliekrift, lijm, schaar, decoratiemateriaal, lamineerapparaat indien aanwezig

Beschrijving opdracht: “Soms is het goed om jezelf eraan te herinneren hoeveel jij waard bent en hoeveel talenten jij hebt. Daarom maken we een complimentenkaart. Als je klaar bent met de kaart kun je hem nog mooi versieren en eventueel lamineren”.

De Complimenten Kaart bestaat uit 3 kolommen. In de eerste kolom komen positieve woorden die het kind gehoord heeft van anderen of die hij van zichzelf vind. In de tweede kolom schrijft het kind dit op als statement over zichzelf. In de derde kolom kan het kind een plaatje maken over zijn positieve eigenschap. Als therapeut kun je natuurlijk ook een duit in het zakje doen door terug te denken aan eerdere ervaringen en leermomenten in de therapie.

Voorbeeld kolom 1 en 2:

Juf zegt: jij kan snel rennen	Ik/ (Naam kind) kan snel rennen
Mama zegt: wat ben jij lief voor het konijn	Ik/ (Naam kind) ben lief voor mijn konijn.
Ik denk dat ik goed kan gamen	Ik (Naam kind) ben goed in gamen.

Doelstellingen:

- Ik – sterkte vergroten.
- Leren te blijven focussen, juist op het positieve.
- In crisismomenten of bij een sombere stemming kunnen terugvallen op / kunnen vasthouden aan positieve gevoelens ten opzichte van zichzelf en anderen.
- Reflectie op eerdere opdrachten en leerervaringen

Evaluatievragen:

- Wat vind je van je complimenten kaart?
- Hoe vond je het om al deze dingen over jezelf op te schrijven?
- Hoe zou je deze kaart kunnen gebruiken denk je?

HOOFDSTUK 7

DE NOTENDOP

Beeldende opdrachten die gedaan kunnen worden in het kader van de test ‘De Notendop’:

1. Kaderen van Plaatjes
2. Naar Plaatje; ‘weg jij!’
3. De Prins is er klaar voor!

KADEREN VAN PLAATJES

Materiaalbenodigdheden: A4 of A5 papier, allerlei tekenmateriaal, liniaal.

Beschrijving opdracht: “We gaan een overzicht maken van alle plaatjes in je hoofd, zonder de plaatjes te tekenen. Dit kan op twee manieren. We kunnen een tijdslijn maken of we clusteren de gebeurtenissen. Bij de tijdslijn geef je aan wat er wanneer is gebeurd. Wissel leuke en nare gebeurtenissen af en geef de gebeurtenissen een korte naam. Als je de plaatjes clustert, komt er voor iedere gebeurtenis die je kunt bedenken een leeg vakje op een groot vel papier te staan. Ook dit lege vakje krijgt een korte naam”.

Om te kunnen starten met traumaverwerking moet een kind in staat zijn om zijn traumatische herinneringen in grote lijnen, in een notendop, te schetsen. De grote van deze ‘dop’ is per kind verschillend. Tijdens het beschrijven moet het kind binnen zijn ‘window of tolerance’ blijven. Lukt dit niet, dan moet het kind eerst verder stabiliseren op de onderwerpen besproken in voorgaande hoofdstukken.

De professional laat het kind dingen opnoemen die zijn gebeurd en schrijft deze direct op. Hierdoor krijgt het kind sneller de controle terug en raakt het niet overspoeld van binnen. Bij het clusteren van plaatjes ga je net zo lang door tot het kind geen nieuwe plaatjes meer kan noemen. Laat één vak leeg en zeg tegen het kind: ‘Deze laten we leeg. Nu weet je geen plaatjes meer, maar misschien komt er later nog een nieuwe herinnering op. Dan kan die er nog bij. Ik weet dat kinderen soms zeggen dat er geen andere plaatjes meer zijn, maar dat dat toch wel zo is. Ze durven of willen het dan niet zeggen of ze schamen zich ervoor. Soms zijn ze het vergeten. Ik vind het dus niet raar als je nog met een nieuwe komt’.

Er zijn ook kinderen die zich schamen of nauwelijks kunnen kijken naar de plaatjes in hun hoofd. Zij kunnen het moeilijk vinden om te vertellen welke plaatjes ze hebben. Je kunt dan een vraagteken invullen of je schrijft als titel ‘wil ik niet vertellen’. Soms zeggen kinderen ook dat ze het niet meer weten. Meestal weten ze het dan wel, maar willen ze het niet zeggen. Dan kun je zeggen: ‘Weet je het niet of wil je het niet zeggen? Als je het niet wilt zeggen, is dat prima, hoor.’

Vervolgens praat je met het kind verder over alle plaatjes. Je zegt dan bijvoorbeeld: ‘Welke vind je vervelender om naar te kijken?’, de ‘ruzies van papa en mama’ of de ‘wil ik niet vertellen’? Doordat je gewoon met het kind doorpraat over ‘wil ik niet vertellen’, heeft het kind woorden gekregen voor een ervaring die voorheen te overweldigend was om te bevatten. Dat is de eerste stap voor het kind om er grip om te krijgen. Bovendien respecteer je hiermee de grens van het kind. Je kunt daarna kijken of meer te weten kunt komen.

Denk eraan dat jijzelf het papier met tijdslijn/ clusters bij je houdt en het niet aan het kind meegeeft voor in zijn werkmap. Je wilt niet dat het kind buiten de sessie om blootgesteld kan worden aan de traumatische herinneringen.

NAAR PLAATJE: ‘WEG JIJ!’

Materiaalbenodigdheden: A4 of A5 papier, allerlei tekenmateriaal.

Beschrijving opdracht: “Vandaag gaan we een soort oefengevecht houden met de draak. Dit gaan we doen door één van de nare herinneringen te tekenen op een manier zoals jij dat wilt. Het mag een letterlijk plaatje zijn, maar het mag ook het gevoel zijn wat je toen had of iets anders wat je je herinnerd van dat moment. Dit is best moeilijk om te doen, maar probeer het maar of het lukt. Als je het plaatje getekend hebt gaan we zorgen dat het plaatje daarna niet meer bestaat. Jij mag kiezen hoe we dat gaan doen.”

Voorbeelden van wat je kunt doen met de gemaakte tekening:

- De tekening maken met potlood, vervolgens erover heen krassen met oliekrijt.
- De tekening verbranden.
- De tekening door de WC heen spoelen
- De tekening maken met pastelkrijt en in warm water sopje wassen.
- Etc.

Deze opdracht is een vervolg op de opdracht ‘Kaderen van Plaatjes’. Deze opdracht kan dan ook alleen gedaan worden als het kaderen het kind is gelukt zonder (partieel) te dissociëren. De opdracht is bedoeld als laatste check of het kind traumaverwerking aan kan en kan niet zomaar gegeven worden ergens in het stabilisatie traject.

Doelstellingen: Deze opdracht heeft tot doel het kind letterlijk te laten oefenen met het afgrenzen van nare herinneringen. Het is belangrijk om als professional te observeren in hoeverre het kind dit echt lukt. Als het kind het te eng vindt of dissocieert is dat een reden om meer tijd te nemen voor de stabilisatiefase.

- Het kind verbeeld een nare herinnering terwijl hij binnen zijn Window of Tolerance blijft.
- Het kind ervaart een concrete actie om de herinnering te stoppen.

Evaluatievragen:

- Hoe was het om dit te doen?
- Wat voelde je toen je over het nare plaatje ging nadenken/ tekenen?
- Hoe probeerde je binnen je raampje te blijven?
- Hoe voel je je nu de tekening niet meer bestaat?

DE PRINS IS KLAAR VOOR!

Materiaalbenodigheden: Het voorgetekende/ gedrukte Medaille werkblad (zie Bijlage I), allerlei tekenmateriaal, eventueel Lint.

(Eventueel kan het de Medaille extra groot gemaakt worden en kan deze Medaille met bijvoorbeeld pastelkrijt of acrylverf ingekleurd worden.)

Beschrijving opdracht: “Net zoals de Prins krijg jij vandaag ook een Medaille omdat je de training doorlopen hebt en bent geslaagd! Kleur de Medaille mooi in, knip hem uit en bewaar hem op een plek waar je hem goed kunt zien”.

Terwijl het kind kleurt en knipt kan aan de hand van eerder gemaakte werkstukken een gesprek worden gevoerd over wat het kind allemaal bereikt heeft de afgelopen tijd. Laat het kind dit ook voor zichzelf verwoorden.

De uitgeknipte Medaille kan gehangen worden aan een Lint zodat de professional het kind de Medaille om kan hangen gepaard gaande met een hoop lovende woorden.

Doelstellingen: Door deze opdracht krijgt het kind middels een terugblik op de achterliggende periode een overzicht over wat hij geleerd heeft. Het is de bedoeling dat deze opdracht het kind laat voelen dat de training die hij heeft gehad hem sterker heeft gemaakt en hij klaar is om de draak te gaan verslaan.

- Zelfvertrouwen bevorderen.
- Ik – Sterkte vergroten.

Evaluatievragen:

- Waarom heb jij die Medaille gekregen?
- Wat denk en voel je daarbij?

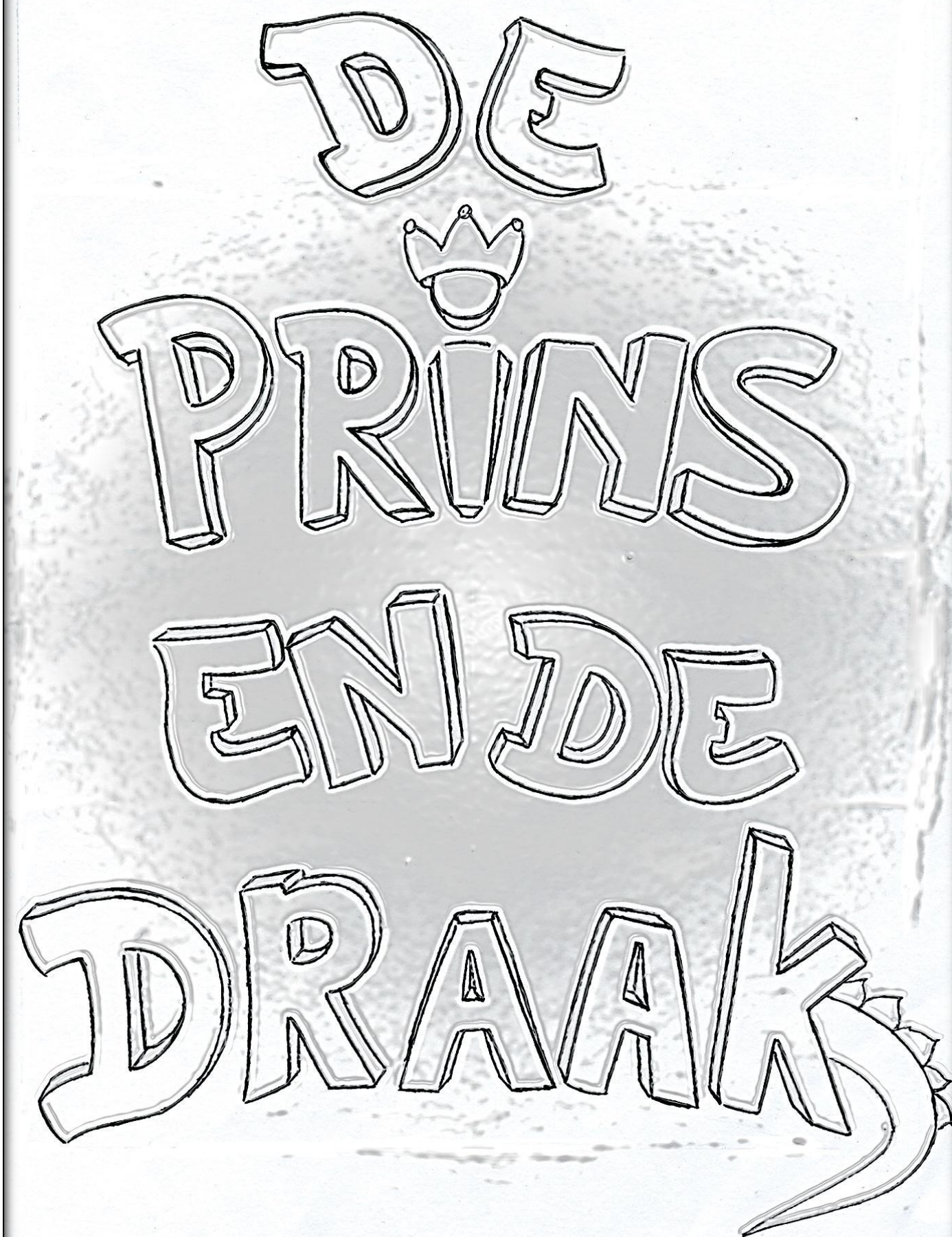
Vertel bij deze opdracht dat het vaak voorkomt dat terwijl de Prins aan het vechten is hij even op adempauze moet komen en weer even moet oefenen voordat hij weer een nieuwe aanval op de Draak uitvoert. Door het krijgen van het lintje kan het kind namelijk een druk ervaren dat hij nu niet meer mag falen en in één keer het gevecht tot een goed einde moet kunnen brengen.

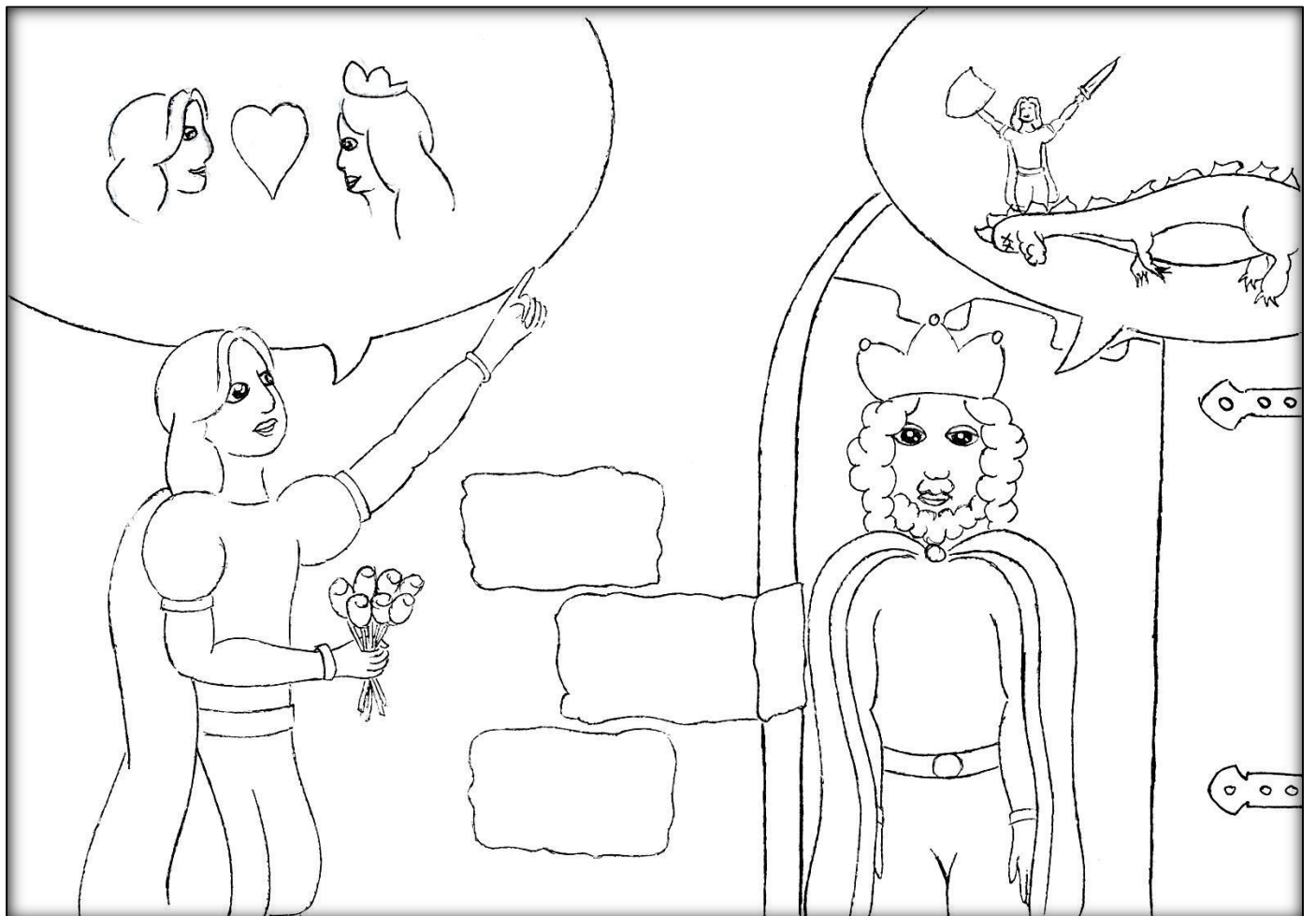
BIJLAGEN

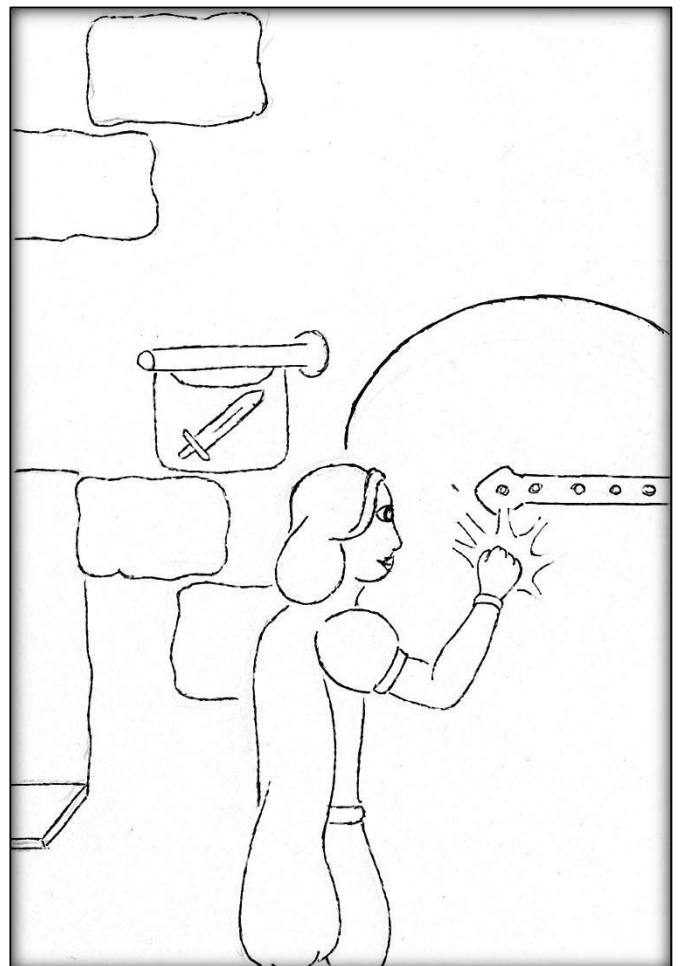
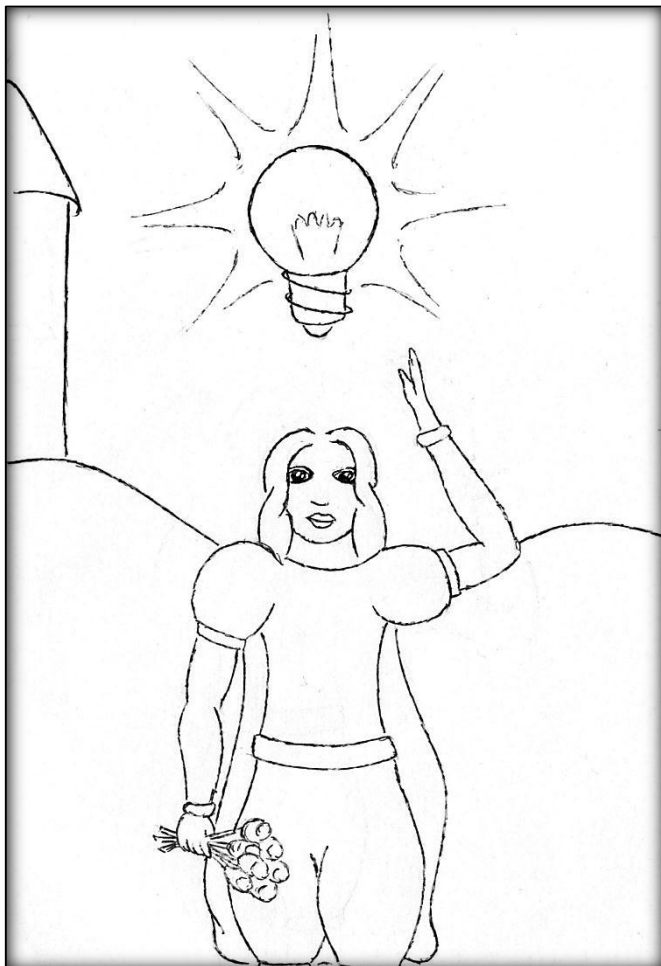
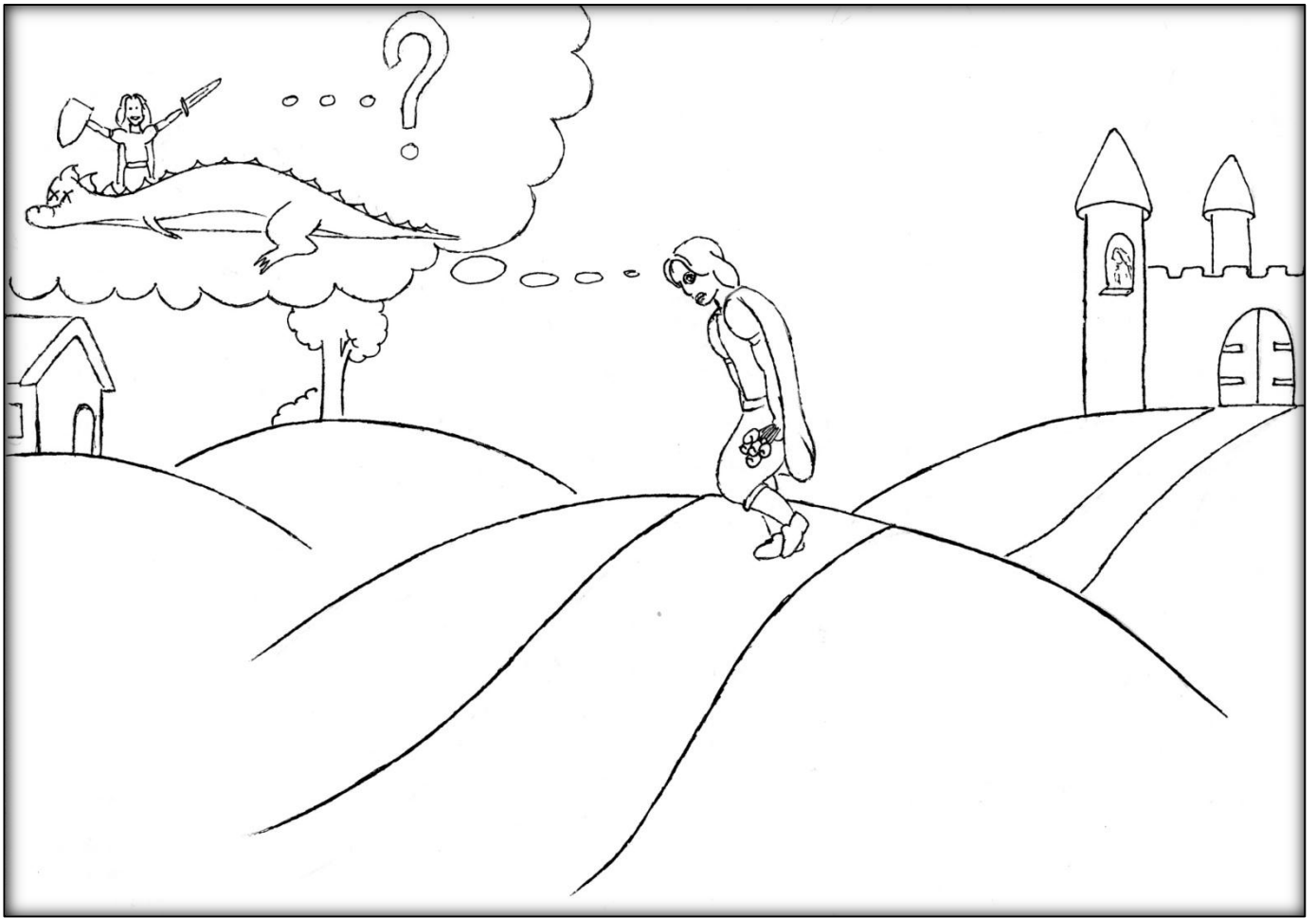
- I. Werkblad ‘De Medaille’ (Hoofdstuk 7)
- II. Werkblad ‘De Draak Verslaan’ (Hoofdstuk 1)
- III. Werkblad ‘De Prinses’ (Hoofdstuk 1)

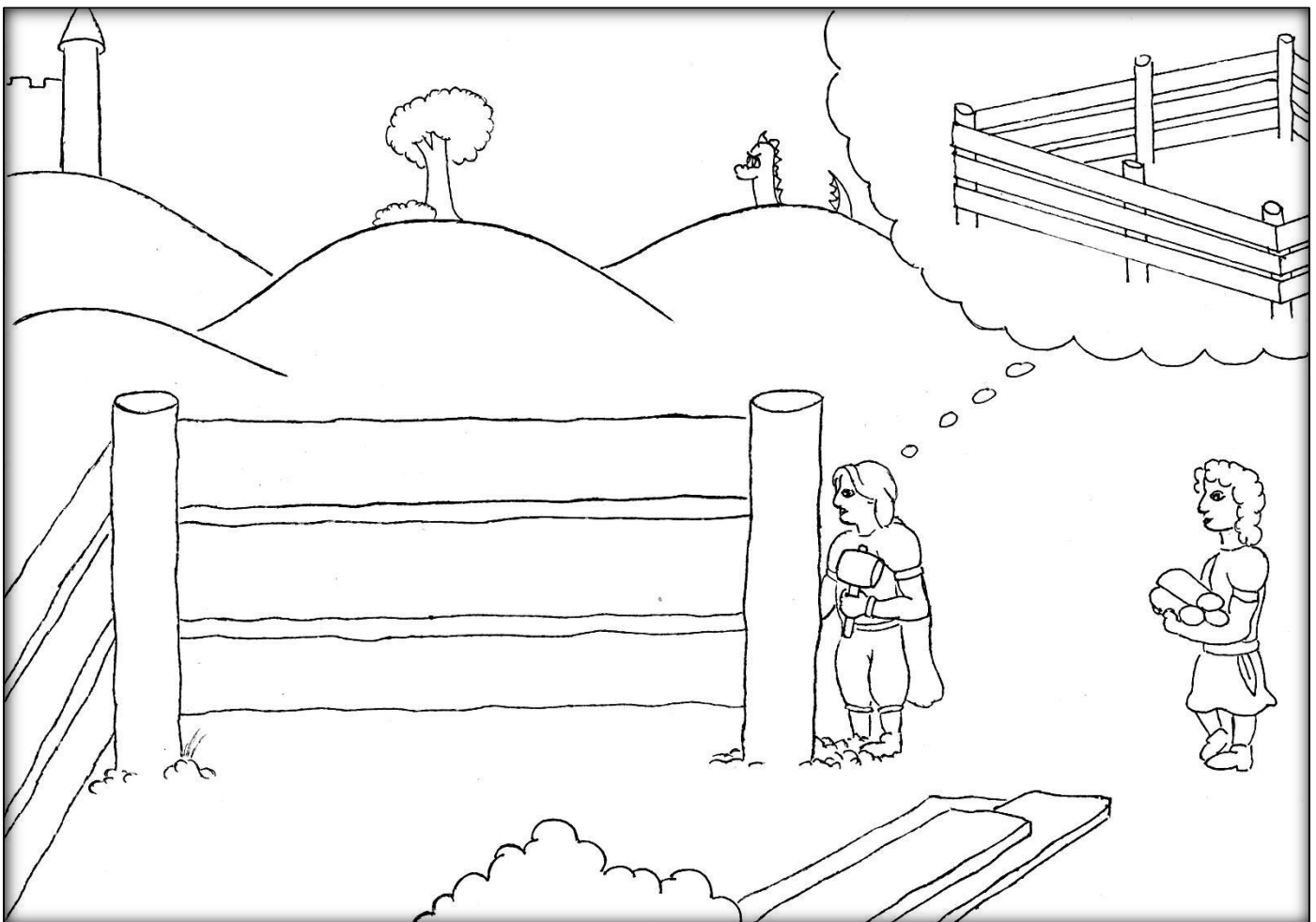
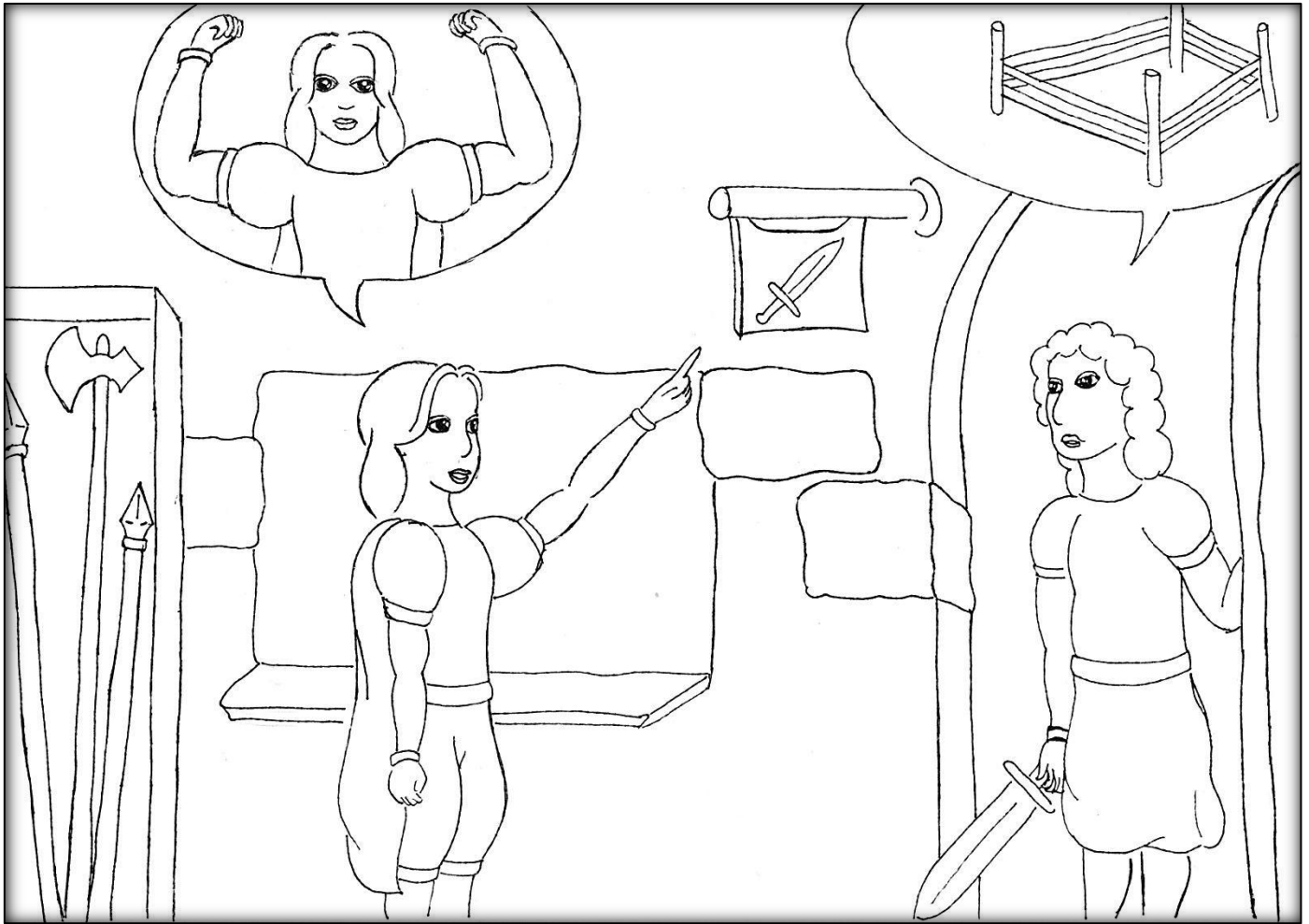


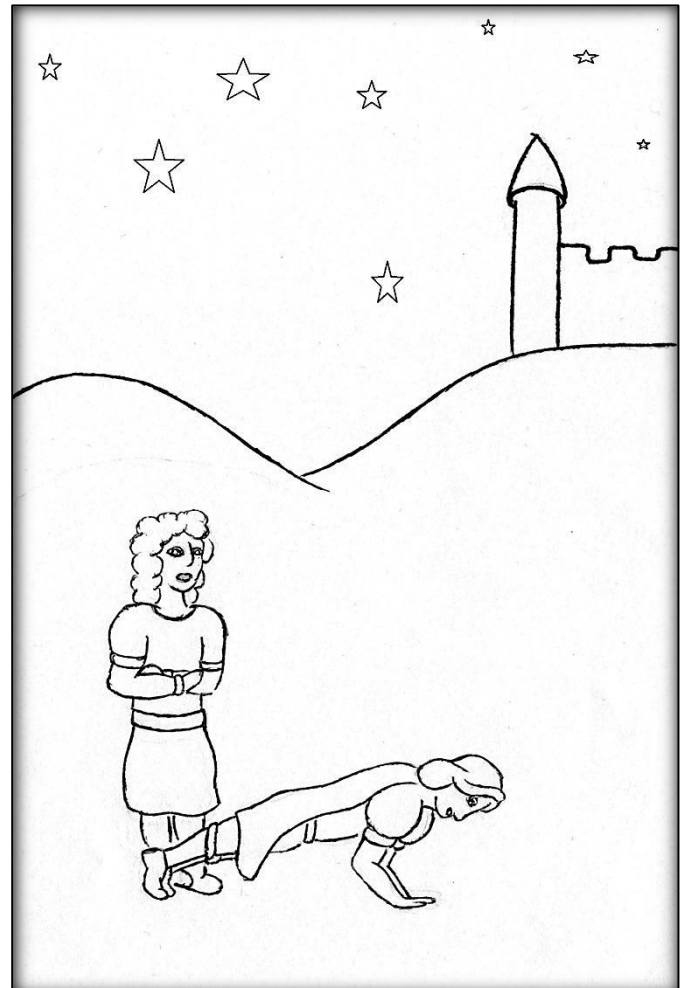
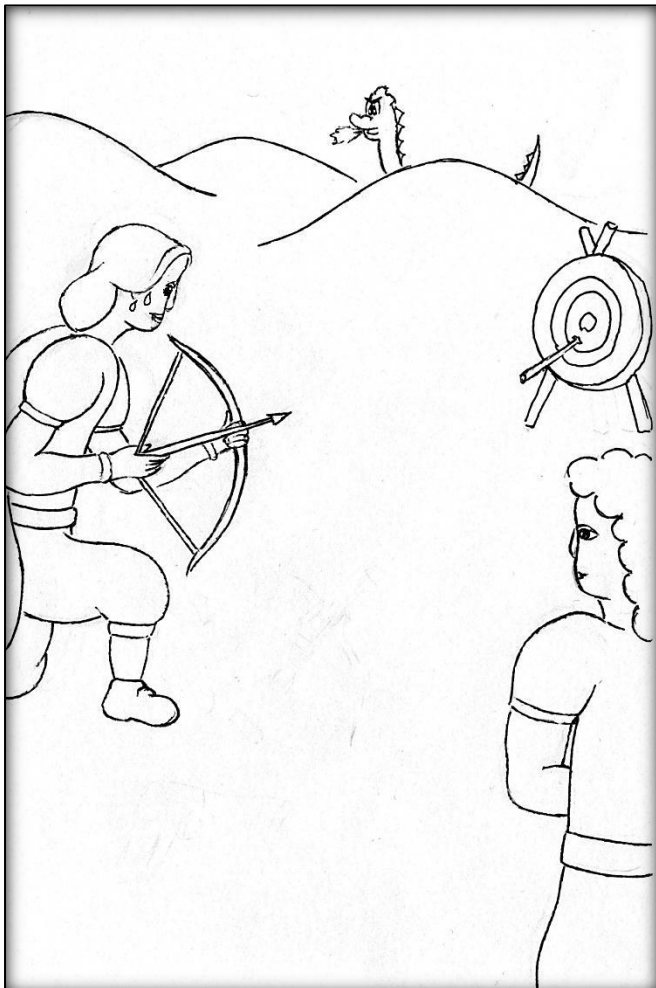
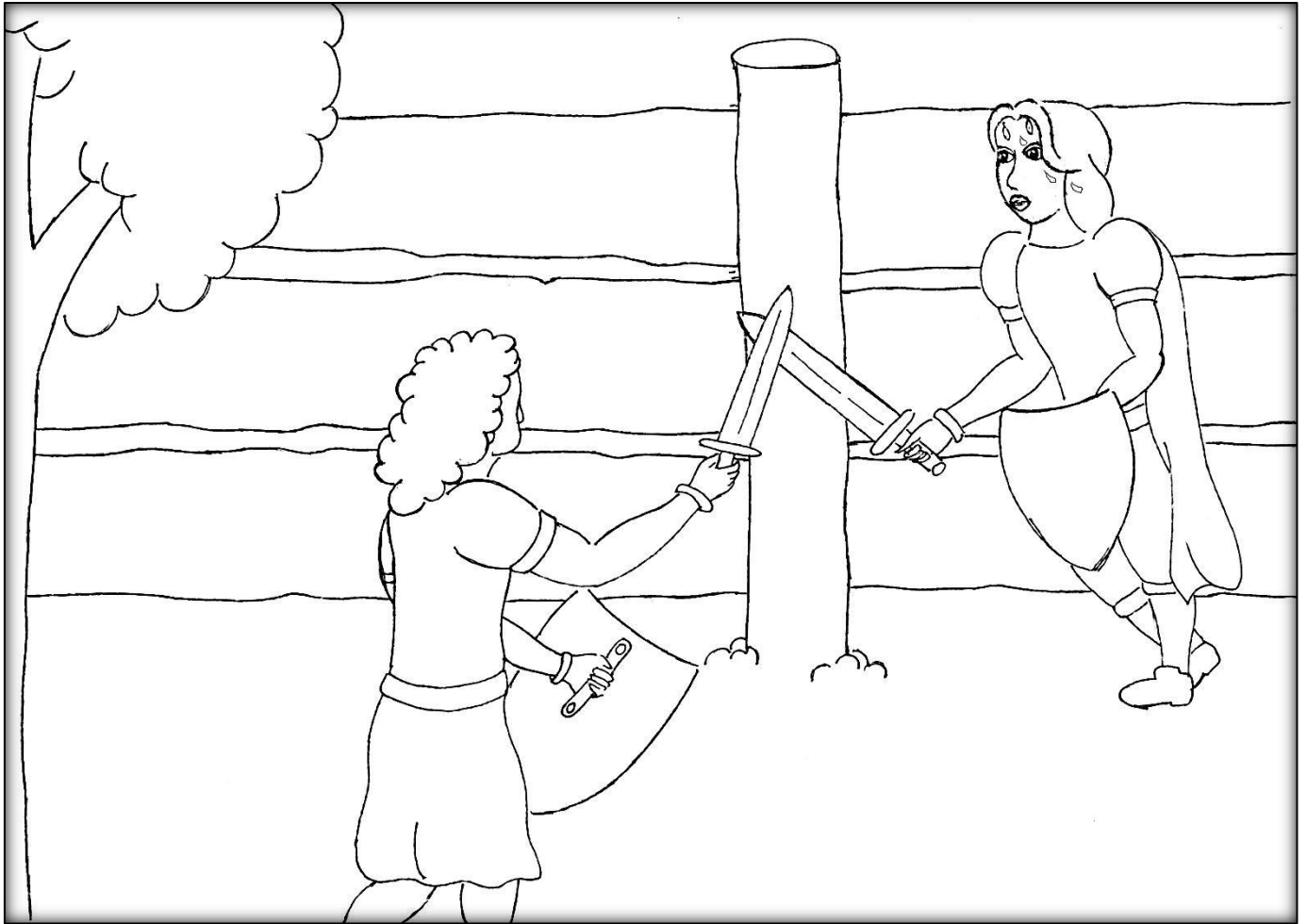
DE PRINS EN DE DRAAK

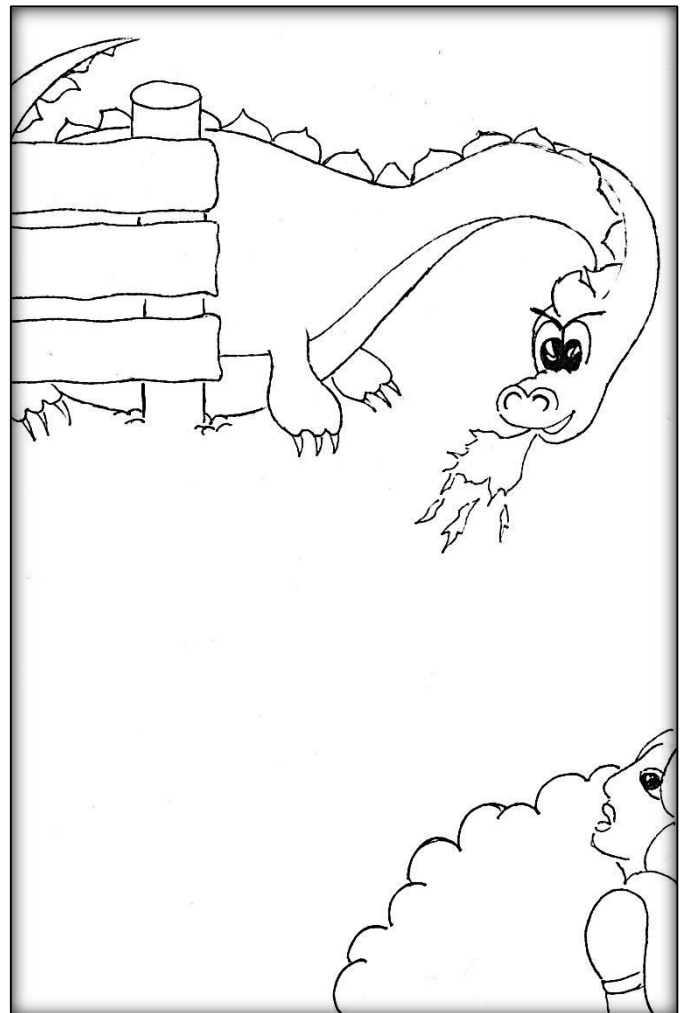
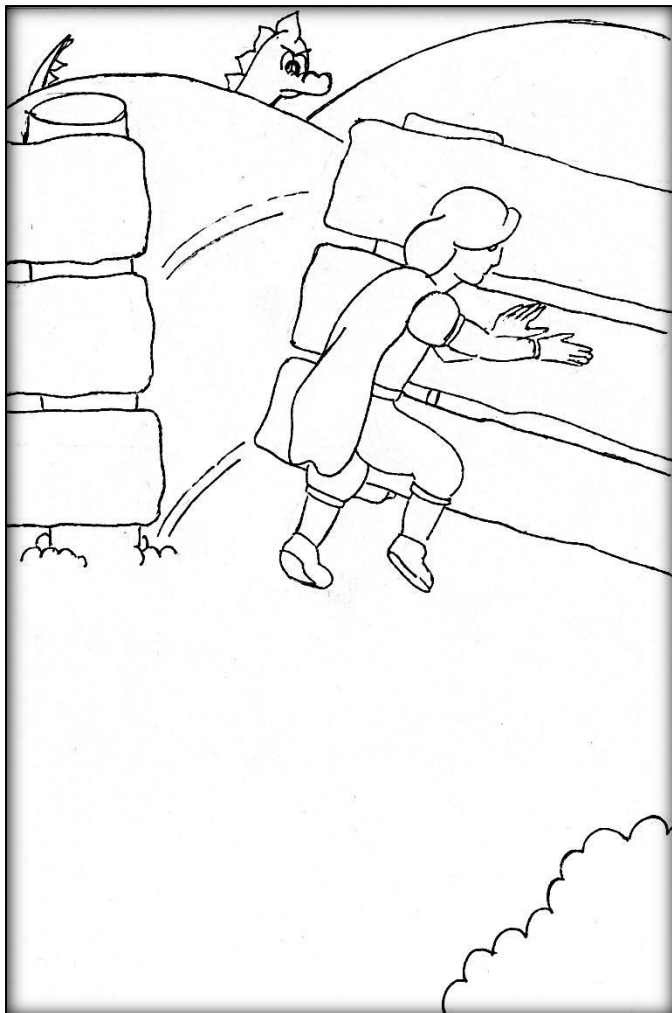
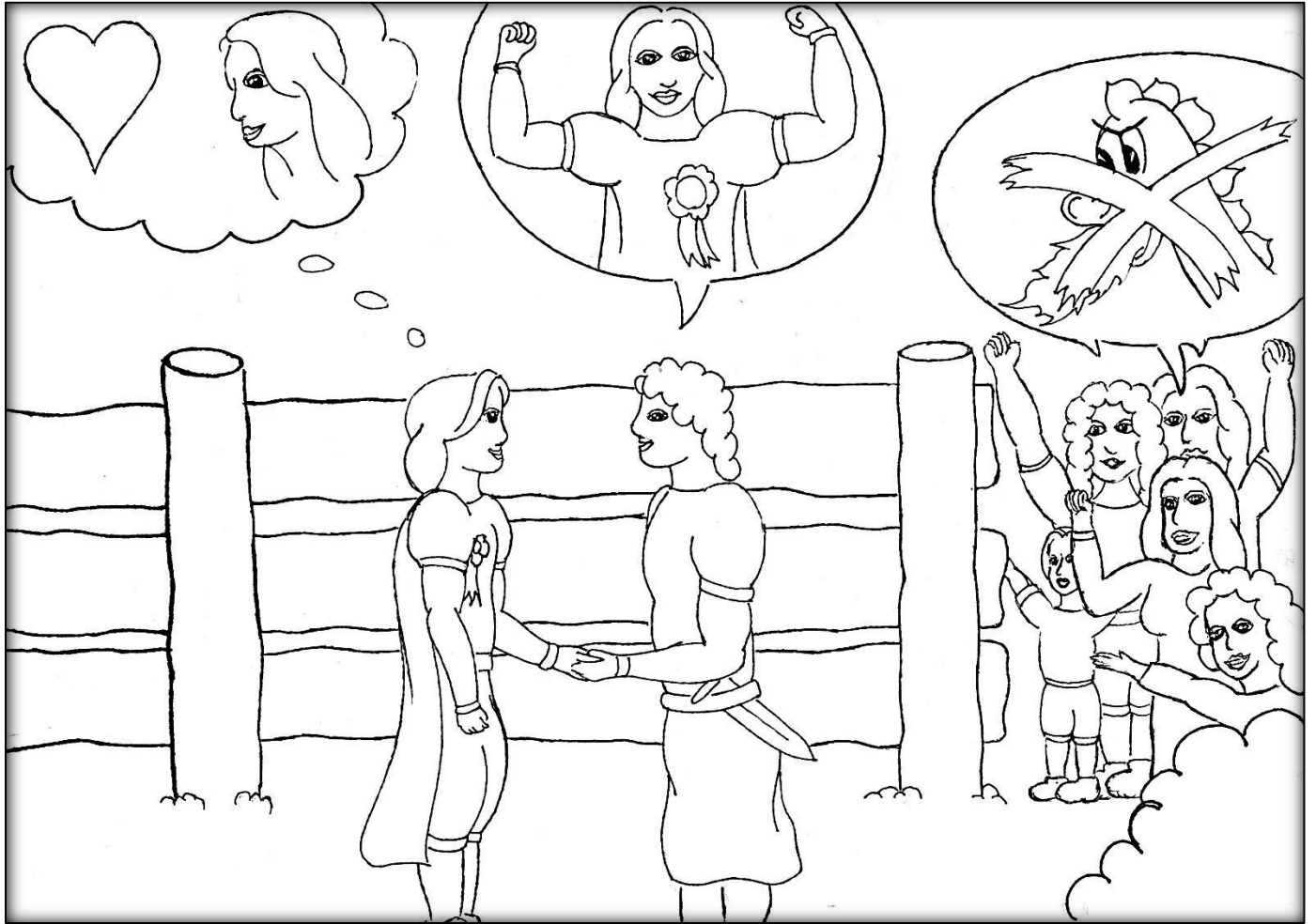


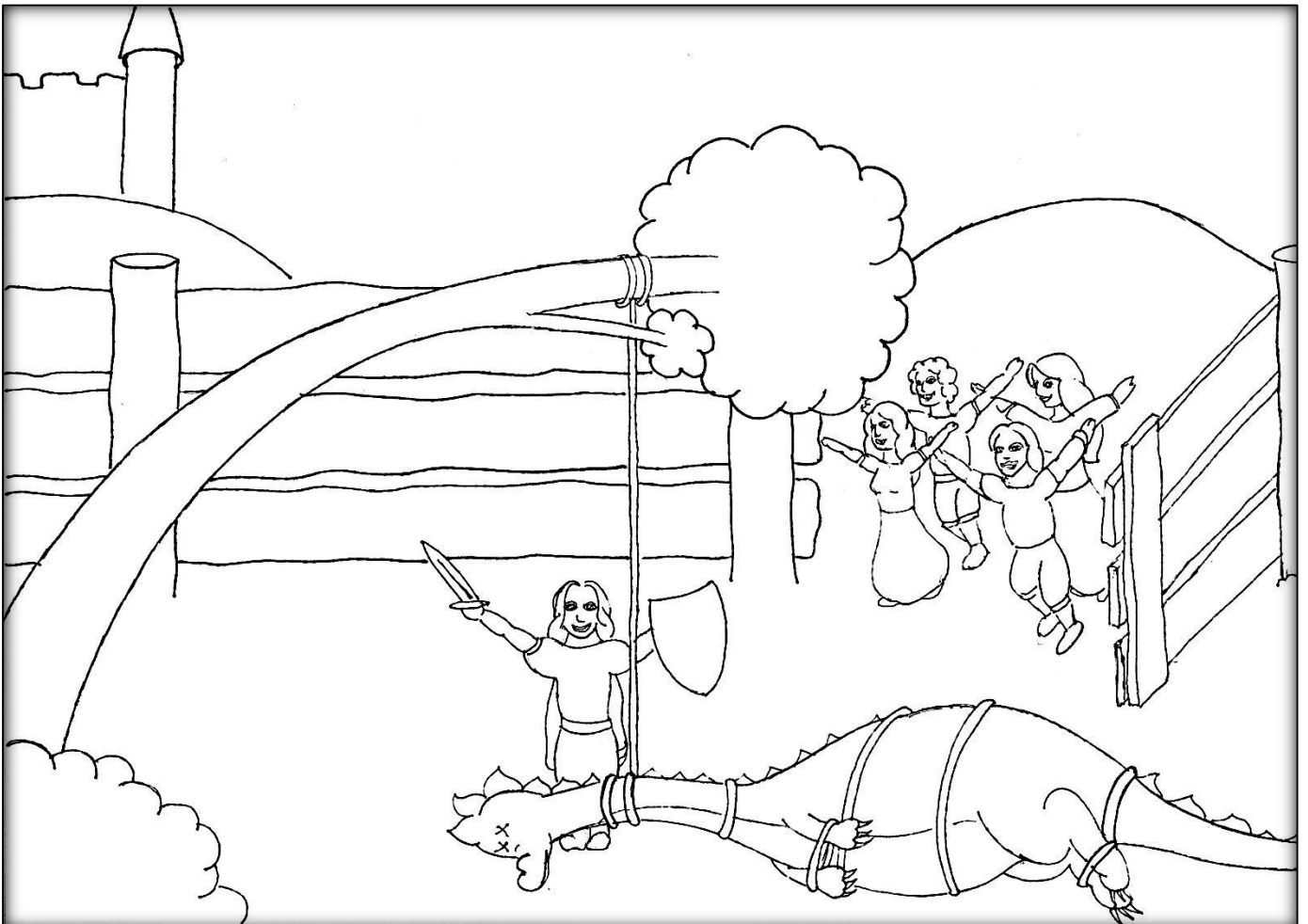
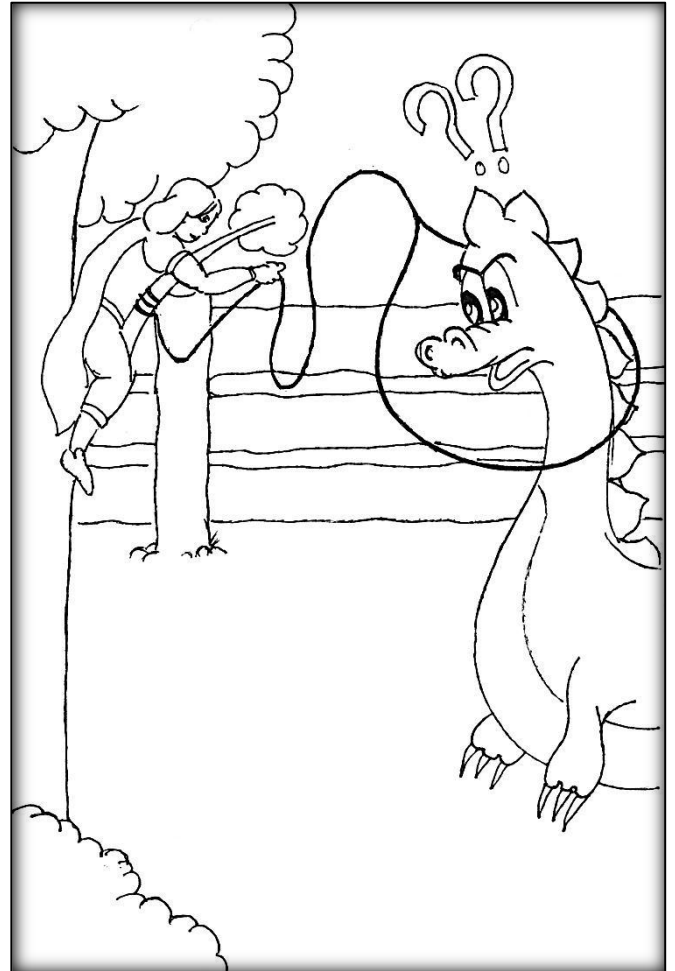
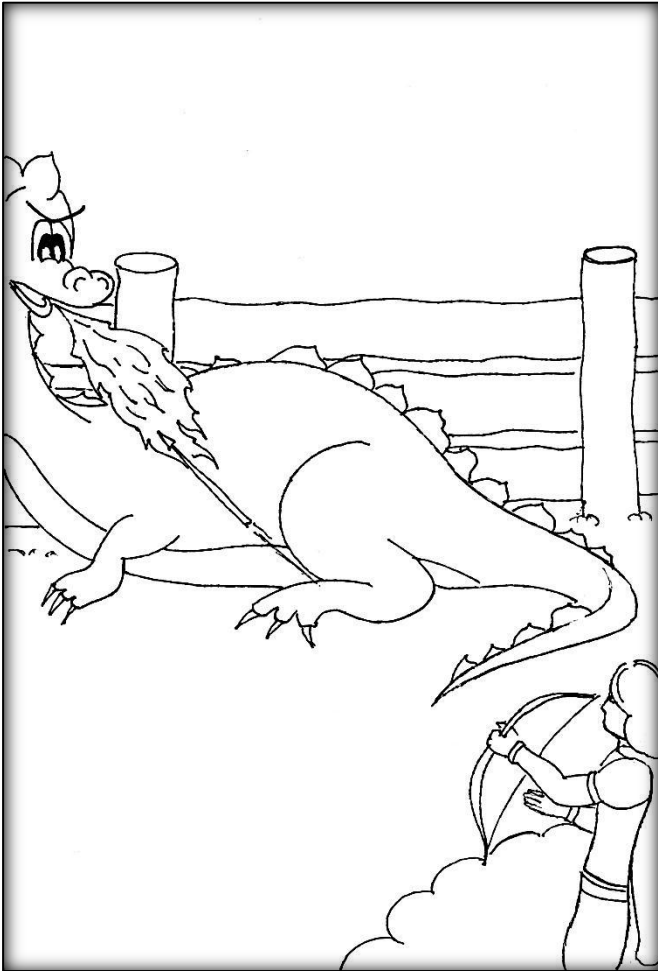


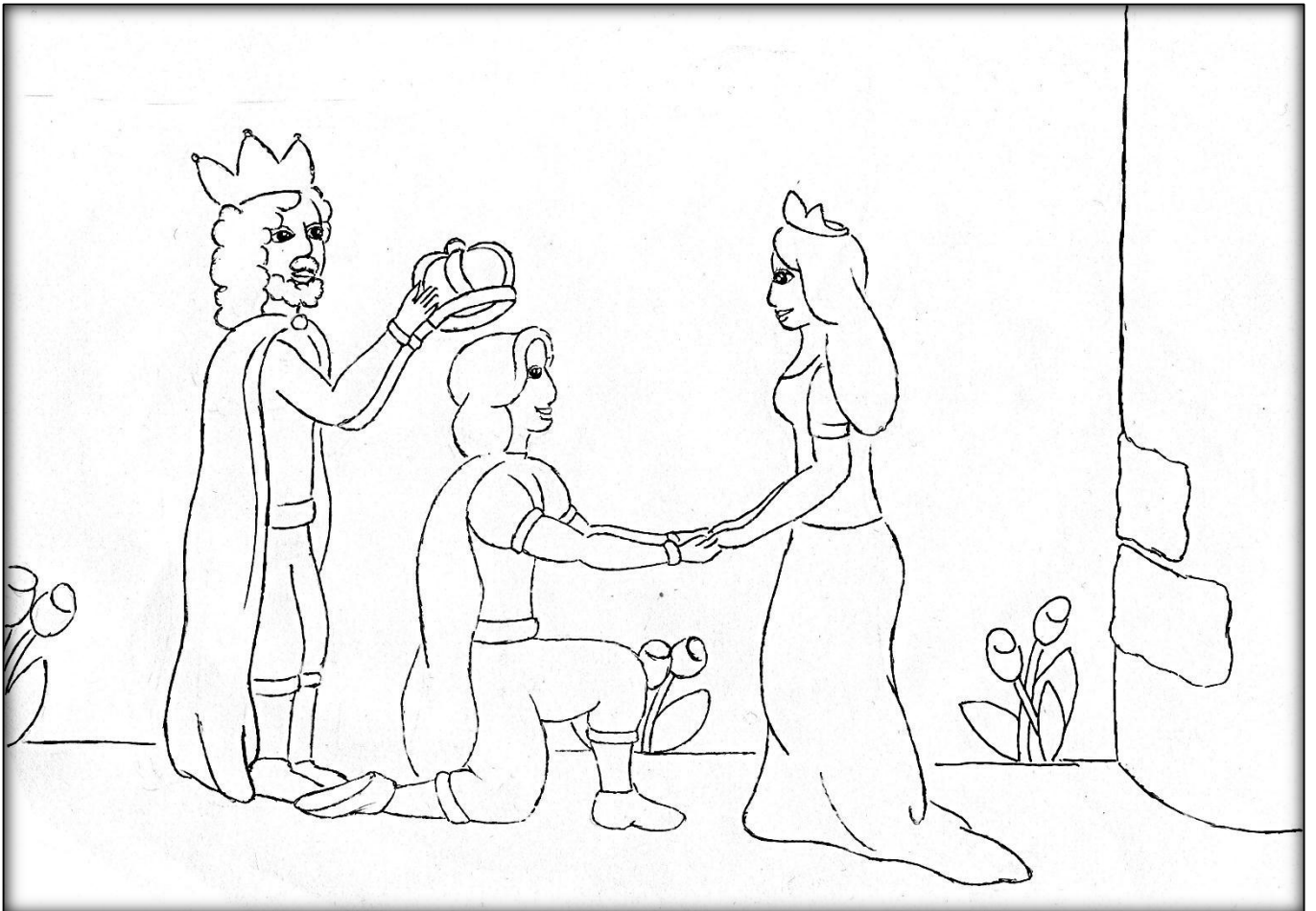
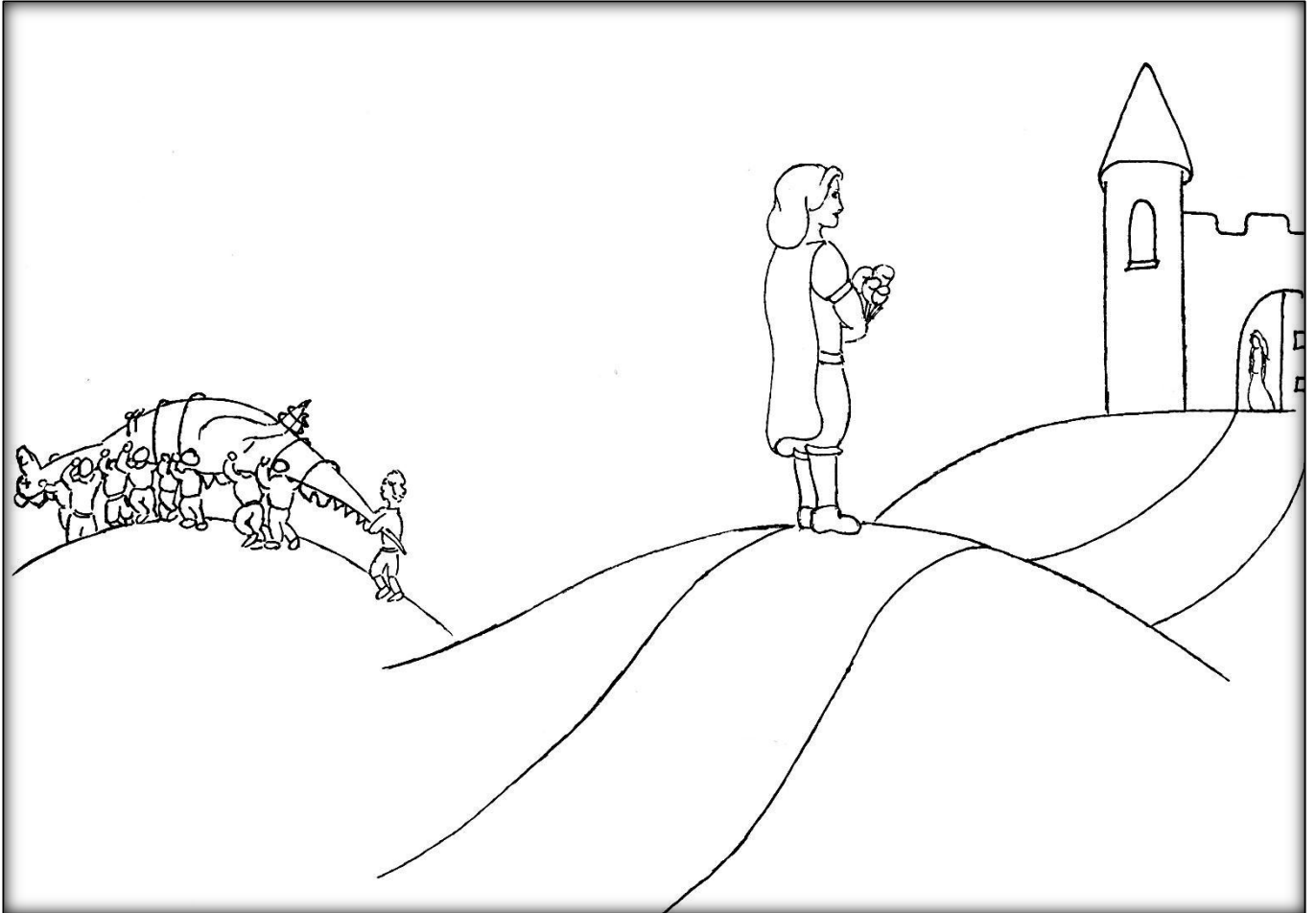


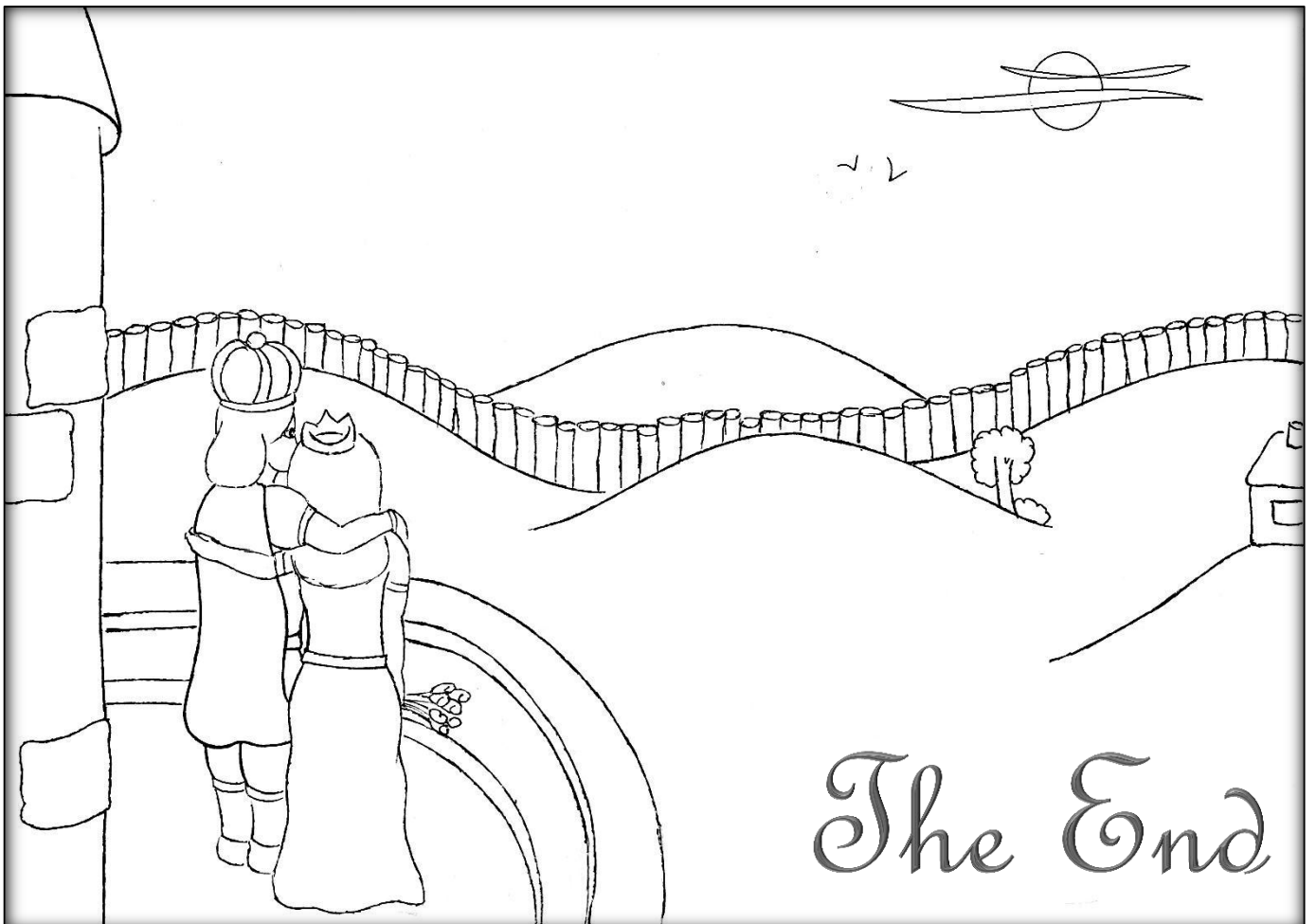
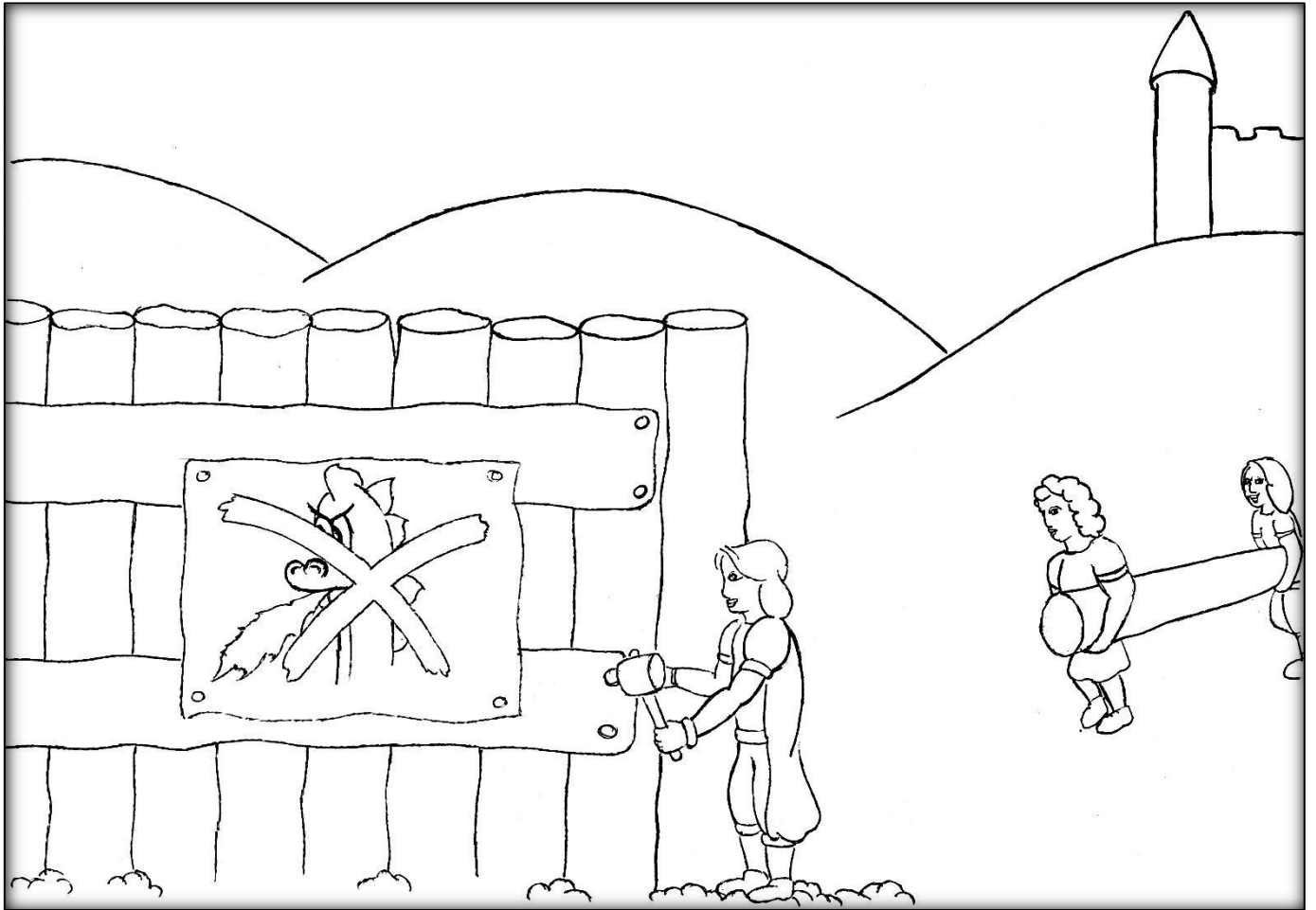












Doel



