



1



2



3

Als hechten niet vanzelf gaat



4

Wie ben jij?

- Wie van jullie is er vanochtend gekomen om meer te weten te komen over hechtingsproblemen?
- Wie van jullie zit soms met je handen in het haar over hoe om te gaan met de bijzondere gedragingen van onze kinderen?
- You are in the right place!
- Wie heeft er zin in een inspirerende, fijn en liefdevolle ochtend?



5

Wie ben ik?



6

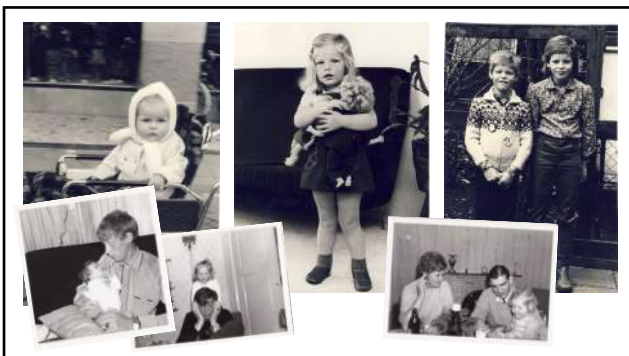
Ervarings-Deskundige & Ervarings-Expert

7

Mijn Hechtingsreis

- Opgegroeid in een klein dorp
- Ongelukkig huwelijk ouders
- Beugels voor mijn benen en rug
- Slecht op school
- Verlegen en stilletjes
- Op 6 jarige én 19 jarige leeftijd iets meegemaakt wat meisjes niet mee zouden moeten maken.
- Gezin zat opgesloten in de mentale uitdagingen van mijn moeder.
- We hadden wel een uitvlucht voor als mijn moeder er niet was: Elvis Presley en Andre van Duin. Muziek en humor was onze manier om te overleven.

8




9

Mij beter leren kennen?



10

- **New York Open Center**, Neuro-psychology, Chinese Traditional Medicine, Complementaire Geneeswijzen
- **Hogeschool Hippocrates**, Psychologie en Complementaire Geneeswijzen
- **Solgar Academy**, Orthomoleculairetherapie
- **Solgar Vitamins**, regiomanager Noord-Holland
- **Life Skills University**, persoonlijke ontwikkeling, coaching, communicatie
- **Families by design**, Therapeutic Attachment Training by Nancy Thomas
- **NonViolent Physical Crisis Intervention**, Gediplomeerd CPI US
- **Regent's University London**: Bessel van der Kolk, Trauma and the Brain
- Bruce Perry, Early Childhood Trauma
- **Therapeutic Attachment Training**: Orlando FL USA
- **Regent's University London**: Gabor Mate, After Trauma
- **Cell Care Academy**: PNEI Advanced, Hersen-gerelateerde aandoeningen
- **Neufeld Instituut**: Hechting en Ontwikkeling
- **Cell Care Academy**: Functionele Neurobiologie
- **Healing Hearts Camp** Orlando Jaarlijkse trainingen by Nancy Thomas
- **Healing Hearts** Advisoryboard
- **University of Life**, al 20 jaar lang 24/7 leven met het de diagnose in ons gezin



Opleidingen

11

Mijn helden en mentoren

12

Bessel van der Kolk



13

Bruce Perry



14

De 6 R's van Bruce Perry

In plaats van let's talk, let's walk (move)

- **1. Relational**, de interactie is tussen ouder en kind
- **2. Relevant**, de activiteiten moeten passen bij je kind, jezelf en de omgeving
- **3. Repetitive**, dezelfde bewegingen steeds weer herhalend
- **4. Rewarding**, het moet voor beide iets positiefs opleveren
- **5. Rhythmic**, activiteiten zijn met een bepaald ritme
- **6. Respectful**, activiteiten zijn met respect voor je kind, jezelf, religie, cultuur of omgeving

15

Als hechten niet vanzelf gaat

De 3 Rs om weer in het Ninja Brein te komen

1. Redeneren
Als de rechter hersenhalfrand beschadigd is, kan het handelen niet meer automatisch en intuïtief gaan. De hersenen moeten nu met veel meer moeite aan de slag om de juiste actie te ondernemen. Dit kan tot problemen leiden met het handelen.

2. Relatie, contact
Als het kind niet kan overtuigen met de linker hersenhalfrand, kan het kind niet meer in staat zijn om de juiste actie te ondernemen. Dit kan tot problemen leiden met het handelen.

3. Reguleren
Als de linker hersenhalfrand beschadigd is, kan het kind niet meer in staat zijn om de juiste actie te ondernemen. Dit kan tot problemen leiden met het handelen.

© Dr. Bruce Perry

16

Naar het hart en lichaam via parasympathisch en sympathisch zenuwstelsel

www.alzhechtenietvanzelfgaat.nl

17

Overzicht Hersenfuncties en Ontwikkelingen

Bevlechten / Zicht	Wisselen van aandacht / Focus	Gevoelens / Emoties	Waarneemend / Perceptie	Waarneemend / Perceptie	Waarneemend / Perceptie
Spreek / Motoriek	Taal / Communicatie	Gevoelens / Emoties	Volgemoed / Statische beweging	Volgemoed / Statische beweging	Gevoelens / Emoties
Bevlechten / Zicht	Wisselen van aandacht / Focus	Gevoelens / Emoties	Affect / Reguleren / Stabiliseren	Gevoelens / Emoties	Waarneemend / Perceptie
Bevlechten / Zicht	Wisselen van aandacht / Focus	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties
Bevlechten / Zicht	Wisselen van aandacht / Focus	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties
Bevlechten / Zicht	Wisselen van aandacht / Focus	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties
Bevlechten / Zicht	Wisselen van aandacht / Focus	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties
Bevlechten / Zicht	Wisselen van aandacht / Focus	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties
Bevlechten / Zicht	Wisselen van aandacht / Focus	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties
Bevlechten / Zicht	Wisselen van aandacht / Focus	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties	Gevoelens / Emoties

18

Gabor Mate



19

**Nancy Thomas
Healing Hearts Camp Team**



20

Svetlana Masgutova



21

Dirk Zoutewelle



22

Media momenten



23

Wie ben jij?

- Waar kom je vandaan?
- Welke rol vervul je?



Wat wil jij leren?

- Waarom wilde je naar deze ochtend komen?
- Wat hoop je uit deze ochtend te halen?

24

Als Hechten Niet Vanzelf Gaat Missie

- De diagnose beter bekend maken zodat er meer begrip, bewustzijn en juiste begeleiding beschikbaar komt voor ouders en hun getraumatiseerde kinderen.
- Gezinnen helpen.
- Community' s creëren.
- De wereld een klein beetje mooier, veiliger en liever maken.

25

Mijn Persoonlijke Missie

- Ik wil een stem zijn voor ouders en kinderen.
- Ik wil anderen helpen aan de juiste resultaat georiënteerde educatieve begeleiding bij hechtingsproblematiek
- Ik wil de harten van 1 miljoen getraumatiseerde kinderen raken en een positief verschil maken in hun leven.
- Ik wil laten zien dat het iedereen kan overkomen en dat ouders zich niet hoeven te schamen, het is mij ook gebeurd.
- Ouders laten weten dat het niet hun schuld is!
- Kinderen laten weten dat zij niet lastig zijn, maar dat zij het lastig hebben!

26

Boeken



27

Wist je dat?

- **30-40%** van alle kinderen heeft een bepaalde mate van **onveilige hechtheid**. Dit % zal in de aankomende jaren alleen nog hoger gaan worden.
- Hoe fijn zou het zijn als zij dezelfde kansen krijgen die zij, net als ieder ander kind, zo verdienen?
- De informatie, tools en tips zijn allemaal **wetenschappelijk onderzocht** door Amerikaanse en Canadese universiteiten.
- Als je met deze tools en inzichten aan de slag gaat weet ik zeker dat je met **kleine aanpassingen grote veranderingen** kunt gaan behalen.
- Er **geen** magische truc, methode of pil om trauma snel te helen.
- Het helen van een trauma is als **topsport**.

28

Hoe komt het dat hechtingsproblemen steeds vaker voorkomen?

29

Westerse Welvaart en Relationele Armoede

- Het relationele landschap is veranderd.
- Leven niet meer met verschillende generaties samen.
- Kinderen zijn vaker met leeftijdsgenootjes, gaan zich met hen spiegelen. [Laat je kind niet los, Gabor Mate & Gordon Neufeld]
- Clans, tribes, families zijn veel kleiner geworden.

30

Vroeger & Nu



- Familie woont in dezelfde woning, straat of compound.
- Iedereen slaapt bij elkaar op de kamer.
- Veel broertjes/ zusjes.
- Opa en oma wonen in bij ouders.
- Neeftes en nichtjes wonen in hetzelfde dorp of stad.
- Families kunnen op elkaar rekenen, zorgen voor elkaar.
- Moeder is thuis voor de kinderen.
- Elke ochtend eerst met z'n allen naar de kerk.

- Beide ouders werken.
- Een ouder gezinnen.
- Veel minder broertjes en zusjes.
- Opa en oma wonen niet bij ouders in.
- Familie is verder bij elkaar vandaan gaan wonen.
- Minder vaak naar de kerk



31

Vroeger & Nu




- Geen centrale verwarming, dus iedereen avonds in dezelfde kamer rond de kachel.
- Geen stroom, iedereen rond de olie- of gaslamp om iets lezen of spelletje te doen.
- Geen tv of computer, in de avond lezen, samen luisteren naar de radio of muziek.
- Naar verhalen luisteren van familie oudsten.

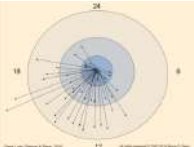



- De hele dag tv voor iedereen.
- Iedereen keek hetzelfde.
- Overdag geen tv.
- De hele dag tv voor iedereen.
- Iedereen een eigen scherm

32

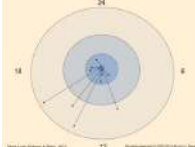


Word Gap: Number and Nature



560,000: Times a child from a professional family receives positive feedback before age four

100,000: Times a child from a working-class family receives positive feedback before age four



2,153: Words per hour a child from a professional family hears

616: Words per hour a child from a family on welfare hears

33

Onze hechtingsreis

34

Waarom zet ik mij zo in voor Hechtingsproblematiek?

- Vader met mentale uitdagingen
- Als baby moeten vluchten voor vader
- Moeder in constante angst voor ontvoering
- Huilbaby
- Moeite met eten
- Geen grijpreflex



35

Waarom zet ik mij zo in Voor Hechtingsproblematiek?

- Nabijheidsangst
- Moeite met spreken
- Moeite met spelen
- Geen vriendinnetjes
- Informatie beklijft niet
- Gilles de la Tourette



36

Waarom zet ik mij zo in Voor Hechtingsproblematiek?

- Symptomen bij hechtingsproblematiek
- Download gratis e-book!



37

Waarom zet ik mij zo in voor Hechtingsproblematiek?

- Twee jaar dagbehandeling
- Speciaal onderwijs
- Particulier onderwijs
- 13 scholen
- ADHD/ Autisme
- Licht verstandelijk beperkt
- Informatie beklijft niet
- Gilles de la Tourette
- Geen zicht op verbetering of progressie



38

Waarom zet ik mij zo in voor Hechtingsproblematiek?

- Na twee jaar dagbehandeling:
- Uw kind zal niet op een gewone school examen doen.
 - Uw kind zal niet mee kunnen draaien in de maatschappij zonder constant toezicht.
 - U zal geen reizen met haar kunnen maken dat kan zij mentaal niet aan.



39

Dat zullen we nog wel eens zien!

- 16 jaar
- Healing Hearts Camp Amerika
- Trauma Sensitief Opvoeden
- Breinschakelaars
- Trauma Taal
- Brein Regulatie
- Dieet, zuivel, gluten, suiker vrij met het hele gezin
- Trauma helende therapieën



40

Look at me now!

- Eindexamen op Kader
- Vervolg opleiding MBO
- Baan bij de HEMA
- Vriendschappen
- Gezonde leefstijl
- Gille de la Tourette
- Vriendschappen
- Spreken
- Nabijheid



41

Wat zijn hechtingsproblemen?

42

Hechtingsproblemen volgens DSM-V

DSM-V erkent twee typen:

1. Het geremde type: het kind reageert met geremdheid en waakzaamheid.
2. Het ongeremde type: het kind reageert vrijpostig ten opzichte van vreemden.

DSM-V spreekt van een reactieve hechtingsstoornis wanneer er sprake is van pathogene zorg waarop de stoornis een reactie is. In de kern is de reactieve hechtingsstoornis een ernstig verstoorde gehechtheidsrelatie, waarvan de wortels voor de derde verjaardag van het kind liggen.

43

Hechtingsproblematiek volgens AHNVG

- Hechtingsproblematiek is lichamelijke een conditie, stoornis, aandoening waarbij kinderen het lastig vinden om liefdevolle relaties aan te gaan met hun ouders en/of verzorgers en deze op een natuurlijke en constante basis aan te houden.
- Zij hebben geen goed ontwikkeld empathisch- en oorzaak-gevolg vermogen ontwikkeld waardoor zij op sommige momenten meedogenloos kunnen overkomen.
- Daarnaast hebben zij niet geleerd dat het veilig is om ouders en andere volwassenen in hun directe omgeving te vertrouwen.

44

Wat houden hechtingsproblemen nog meer in?

- Zwangerschap
- Eerste 6 jaren
- Vaak verkeerd gediagnostiseerd, ADHD, Autisme, PDD-NOS
- Internaliserend, externaliserend gedrag
- Moeite met liefdevolle relaties
- Moeite met reguleren van affectie; te afstandelijk, of te grenzeloos
- Moeite met het ontwikkelen van een gezond geweten
- Moeite met vertrouwen van mensen die van hen houden
- Behoefte om controle te houden over situaties
- Vriendschappen zijn lastig
- Verschillende verschijningsvormen maakt het lastig om te herkennen

45

Andere bijzonderheden

- De ervaring/ overtuiging 'anders' te zijn dan anderen.
- Negatieve kernovertuigingen, ik ben niet goed genoeg, belangrijk, veilig
- Opvallende sterke drive.
- Relatief snel verveeld raken met activiteiten, relaties of vriendschappen.
- Verslavingsgevoelig: roken, blowen, drinken, energie drankjes, vaped, vechten, sporten, eten [te veel/ te weinig]
- Gebrekkige wederkerigheid
- Slechte 'self disclosure', weten niet hoe zij zichzelf van binnen voelen, hebben daar geen woorden voor en willen niet praten over gevoelens.
- Aantrekken en Afstoten

46

Hoe ervaren kinderen vroegkinderlijk trauma?

- Trauma is niet 'slechts' een gebeurtenis in het verleden.
- Trauma is dat een kind zich niet gezien of gespiegeld voelt.
- Een gevoel heeft dat het er niet toe doet bij een ander.
- Niet bij de ander in aanmerking komt.
- Niet 'in-sync' zijn met je omgeving.
- Vastzitten in het verleden.
- Word ervaren door de zintuigen.
- Laat sporen na in onze hersenen, geest en lichaam.
- Leidt tot een fundamentele verandering in de organisatie en interpretatie van dat wat de door hersenen wordt waar genomen. 'A different map of the world'

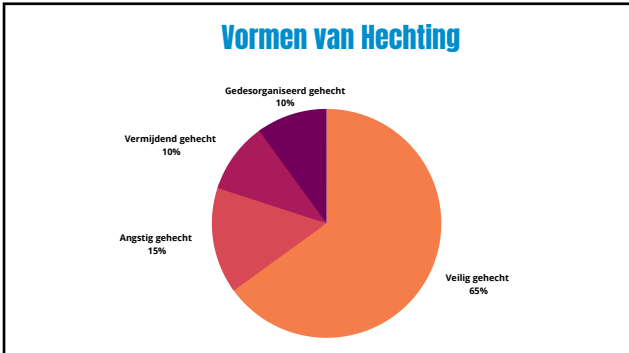
47

Verschiedende vormen HP

- Vermijdend gehechte kinderen, 15%
- Ambivalent gehechte kinderen, 9%
- Gedesoriënteerd gehechte kinderen, 15%



48



49

Hoe ontstaat een veilige gehechtheid?

50



51

Wat hebben onveilig gehechte kinderen nodig?

52



53

Hechting als Oersoep

- **Oersoep:** onvoorwaardelijk acceptatie door primaire verzorgers.
- Veilige hechting ontstaat door sensitief gedoseerde OERSOEP.
- Goed gedoseerd, afgestemd en op het juiste moment opgediend.
- **OERSOEP:**
 - Voedsel
 - Veiligheid
 - Validering
 - Liefde
 - Aandacht
 - Nabijheid
 - Warmte
 - Grenzen

54

Positieve Innerlijke Kern Overtuigingen
Veilige kinderen krijgen kernovertuigingen van hun ouders met de pap- of mama-lepel toegediend



mamalepel oersoep papelepel

55

Kernovertuigingen Veilige Gehechtheid

- **Illusions of Well-being:** cognitieve overtuigingen [boodschappen] die opvoeders hun kinderen bijbrengen:
 - Je bent veilig.
 - Je bent goed zoals je bent.
 - De wereld draait om jou.
 - De wereld is veilig.
 - Er kan je niets gebeuren.
 - Alles komt goed.
 - Ik ben er voor je als je mij nodig hebt.
 - Als er iets gebeurd dan zijn wij er voor je.

56

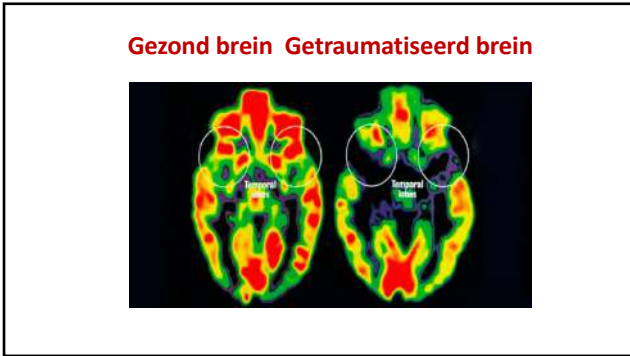
Mijn visie

- Hechtingsproblemen en vroegkinderlijk trauma zijn geen gedrags- of mentale problemen. Het zijn lichamelijke en biochemisch problemen.
- Heel het brein, zenuwstelsel en biochemie en je heelt je leven.



www.alshechtennietvanzelfgaat.nl ®

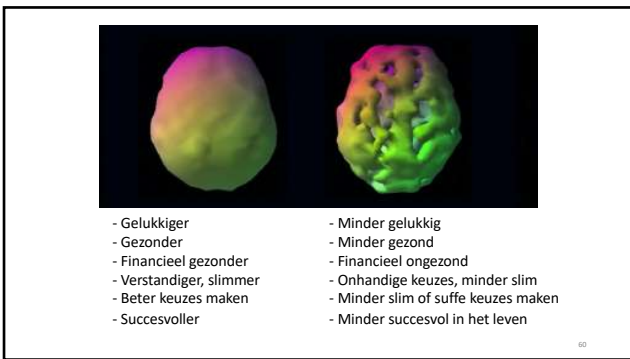
57



58

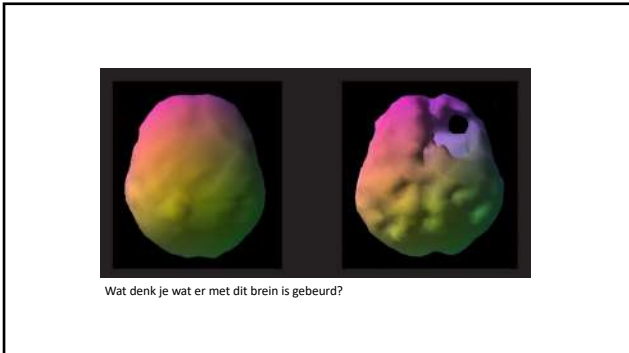


59



60

Als hechten niet vanzelf gaat



61



62

Hoe ontstaan hechtingsproblemen?

Risicofactoren kind: <ul style="list-style-type: none">• De baby is te vroeg geboren• Problematische bevalling• Medisch handelen van moeder of baby vlak na geboorte *• Keizersnede• De baby ervaart pijn die ouders niet kunnen verzachten, bv reflux• Alleen geboren tweelingen• Huiltbaby, de baby blijft huilen en ouders weten niet wat de oorzaak is *• Moeder ervaart stress tijdens de zwangerschap *	Risicofactoren ouder en gezin: <ul style="list-style-type: none">• Drugs-, alcohol- of medicijnmisbruik van ouders *• Postnatale depressie *• Geweld in het gezin *• Lichamelijke, emotioneel-, seksueel misbruik *• Lichamelijke of emotionele verwaarlozing• Laag IQ ouders• Lichamelijke of emotionele verwaarlozing in gezinnen waar ouders beide werken en opvoeding overlaten aan au pair of andere opvoeders• Baby is ongewenst [bv: tienermoeder, verkrachting]• Plotseling wegvallen van een ouder door ziekten, overlijden, gevangenis of scheiding *• Plotseling wegvallen van een dierbare tijdens zwangerschap• Verstoorde hechting van de moeder zelf *	Risicofactoren omgeving: <ul style="list-style-type: none">• Slechte woonomgeving• Vluchten uit moederland, oorlog• Stalking, bedreiging, onderdrukking, eerwraak vader of familie *• Geen juiste zorg• Kinderdagverblijf• Armoede• Adoptie en pleegzorg
---	--	---

63



64

Beschermingsfactoren

Beschermingsfactoren kind:

- Baby rustige persoonlijkheid
- Fijne zwangerschap
- Bevalling zonder medische uitdagingen

Beschermingsfactoren ouder en gezin:

- Ouders beide in mentale goede gezondheid
- Ouders beide in lichamelijk goede gezondheid
- Gezin is veilige en fijne plek
- Andere gezinsleden zijn ook in goede mentale en lichamelijke gezondheid
- De eerste periode vast team van zorgverleners
- Beide ouders hebben het vermogen om responsief te reageren op het kind
- Geen extreme situaties van stress, verdriet, verlies of rauw in het gezin en familie
- Baby is zeer gewenst
- Ouders hebben zelf geen hechtings-issues
- Ouders hebben een fijn, liefdevol en plezierig huwelijk of relatie
- Ouders hebben een fijn netwerk om zich heen
- Tijdens de zwangerschap hebben er geen traumatische gebeurtenissen plaats gevonden

Beschermingsfactoren n omgeving:

- Fijne en veilige woonomgeving
- Wonen in een stabiel land, plaats en buurt.
- Fijne en liefdevolle familie en vrienden
- Fijn en liefdevol kinderdagverblijf
- Financiële stabiliteit gezin
- Liefdevolle zorgverleners om het kind en gezin heen

65



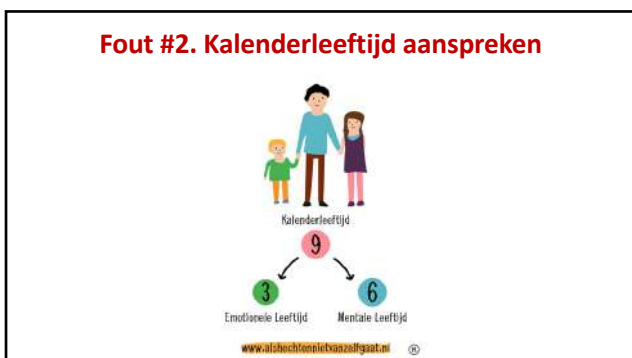
66



67



68



69

Fout #3. Aan co-regulatie doen zonder zelf gereguleerd te zijn



70

Fout #4. De twee gezichten niet kennen



71

Fout #5. Denken dat elk kind hetzelfde nodig heeft



72

Fout #6. Alles verbaal uitleggen en herhalen



73

**Dancing with WALTER,
or dancing with me?**



74

#houdtjemondd



75

Fout #7. Kind stil neerzetten als straf



76

Fout #8. Kind geen uitleg geven waarom het niet lukt om lief te zijn

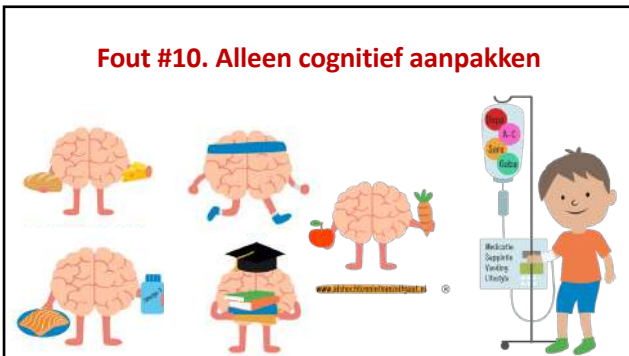


77

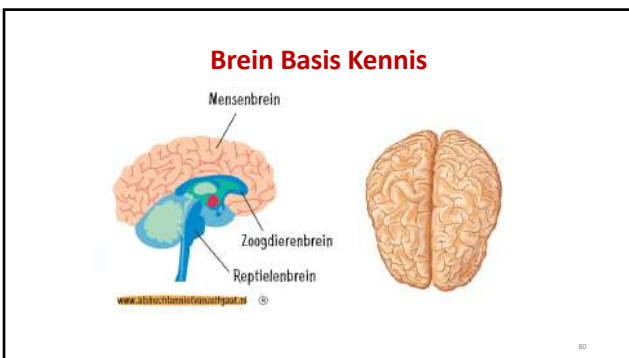
Fout #9. Geen drastische beslissingen durven te nemen



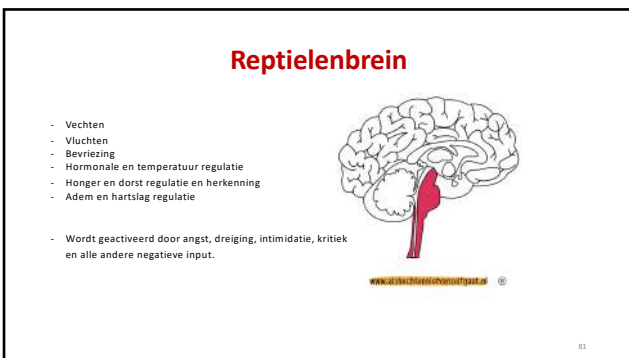
78



79



80




81

Mensenbrein

De denkpet

- Bewustzijn van gedachten en emoties
- Logisch nadenken
- Redeneren
- Vermogen om gepast gedrag te kiezen
- Zelfreflectie
- Leren, huiswerk maken en plannen
- Probleemoplossend vermogen
- Doelen stellen
- Motivatie voor toekomst
- Tijdsbesef
- Spraak
- Taal
- Zien
- Horen
- Creativiteit
- Analyseren

- Wordt geactiveerd door plezier, humor, klusjes doen, dingen samen doen, Mozart muziek



www.alshechtennietvanzelfgaat.nl

82


82

Limbisch Systeem

Emotionele Brein

- Gevoelens
- Emoties
- Moederliefde
- Sociale verbinding
- Motivatie
- Emotioneel geheugen
- Compassie
- Empathisch vermogen
- Hechting
- Bewustwording
- Waardering
- Zorgzaamheid

- Wordt geactiveerd voor gevoelens van veiligheid, acceptatie, op en neer gaande bewegingen [bouncing], geuren [geur van ouders, vers gebakken cake/brood, essentiële oliën]

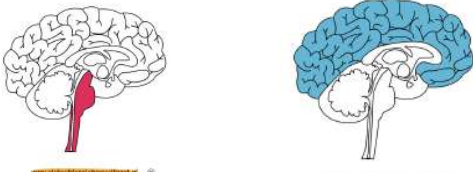


www.alshechtennietvanzelfgaat.nl

83

83

Aan & Uit



www.alshechtennietvanzelfgaat.nl

www.alshechtennietvanzelfgaat.nl

84

84

De oplossingen

Kinderen met hechtingsproblemen beter leren begrijpen, begeleiden, trainen en helpen

85

5 sleutels om hechtingsproblematiek te herstellen en helen

www.alshechtennietvanzelfgaat.nl ©

86

12 Tools om het Hechtingsmonster te verslaan

www.alshechtennietvanzelfgaat.nl ©

87

Als hechten niet vanzelf gaat

Geheime sleutel?

Herhaling, herhaling, herhaling, herhaling, herhaling, herhaling, herhaling, herhaling, herhaling, herhaling, herhaling, herhaling, herhaling, herhaling, herhaling, herhaling, herhaling, herhaling

- Bouwt aan nieuwe wegen in het brein
- Bouwt aan nieuwe positieve gewoonten
- Positieve manier om om te gaan met lastig gedrag
- Positieve interventie in plaats van ouderwetse opvoedings-tools
- Draagt bij aan een positief zelf beeld en zelfvertrouwen

88

Maar hoe dan Esther?

Even kijken of deze tool dit kind gaat helpen.

www.alshechtannietvanzelfgaat.nl

89

Hoe ben ik zelf gehecht?

www.alshechtannietvanzelfgaat.nl

90

Brein Schakelaars

- Strong Sitting
- 6 R's Bruce Perry
- Super Brain Yoga
- Jumping Jacks
- Trampoline
- Bouncy ball



91

Pleegouderssupport Zeeland

Ondersteuning voor en door pleegouders

Vragen?

- Mij volgen?
- Facebook
- Instagram
- LinkedIn



92

Na deze training aan de slag?

- Sluit je dan aan bij de Healing Hearts in Huis online training voor ouders: <https://alshectennietvanzelfgaat.nl/ot-hhh/>
- Behoeft aan een community? Sluit je dan aan bij de AHNVG community op Facebook: <https://www.facebook.com/groups/alshectennietvanzelfgaat>
- In Zeeland aan de slag met de tools van AHNVG? Ik kom graag mijn 5 colleges geven voor de pleegouders in Zeeland!

93