



**Zie jij de kinderen in elk verhaal?
Workshop Kindreflex 24/11/25 netwerkdag PIMH**

Ons even voorstellen



Liv Leeman

CAW Kinderwerker
Projectleider Kindreflex VECK



Catherine Saey

Kinderpsycholoog
Medewerker Kindreflex VECK



Inleiding



De Kindreflex

Methodiek met een brede scope die 2 doelstellingen nastreeft:

- De Kindreflex stimuleert professionals om met hun volwassen cliënten een gesprek te voeren over het thema ouderschap. Ouders krijgen de kans om in alle vrijheid over de kinderen en hun bezorgdheden te praten. Waar nodig ondersteunen professionals de ouders in hun rol als moeder of vader.
- De Kindreflex helpt professionals verontrustende gezinssituaties te detecteren en de veiligheid zo snel mogelijk te herstellen.



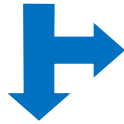
Stappen vd Kindreflex



Stap 1: voer een gesprek over de kinderen en het ouderschap



Stap 2: peil naar de veiligheid thuis en het welzijn van de kinderen



Stap 3: ondersteun de cliënt in zijn rol als ouder

Stap 4: ga verder na of er sprake is van verontrusting en bereidheid



Stap 5: herstel de veiligheid

Stap 6: betrek een gemandateerde voorziening



Kwetsbaar ouderschap



Anna Verwaal: Birth Imprints



https://www.google.com/search?q=tod+talk+from+womb+to+world&rlz=1C1GCEA_enBE1109BE1109&oq=tod+talk+from+womb&gs_lcrp=EgZjaHJvbWUqCAgBEAAYFhgeMgYIABBF GDkyCAgBEAAYFhgeMg0IAhAAGIYDGIAEGloFMg0IAxAAGI YDGIAEGloFMgoIBBAAGKIEGikFMgoIBRAAGIAEGKIEMgoIBh AAGIAEGKIEMgclBxAAGO8F0gEIODQ2NGowajeoAgCwAg A&sourceid=chrome&ie=UTF-8#fpstate=ive&vld=cid:d9328bbd,vid:bZ6gLGcy84o.st:0

Ingrijpende jeugdervaringen

en risico's voor leefstijl en gezondheid



Wat zijn ingrijpende jeugdervaringen?

Als kind opgroeien met heel veel...

angst **onzekerheid**

stress

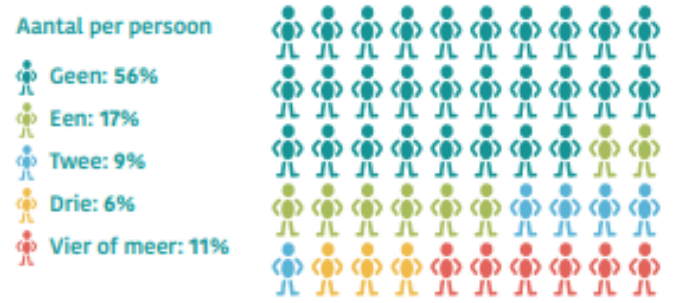
onveiligheid

i Gevolgen zijn mede afhankelijk van leeftijd, duur en intensiteit van de ervaringen

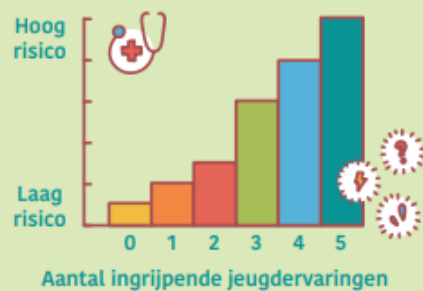
Voorbeelden van ingrijpende jeugdervaringen

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
opgroeien in structurele armoede	overlijden van een ouder	chronisch pesten	dakloosheid	jonge mantelzorg

Hoe vaak komen ingrijpende jeugdervaringen voor?



Risico's voor gezondheid



i Hoe meer ingrijpende jeugdervaringen, hoe groter de kans op negatieve gezondheidssuitkomsten, ongezond gedrag en lagere levensverwachting.

Impact op levensloop



i De impact van ingrijpende jeugdervaringen kan levenslang zichtbaar zijn. Mensen met 4 of meer ingrijpende jeugdervaringen hebben een grotere kans om 20 jaar eerder te overlijden.

Impact op risicovol gedrag en gezondheid

Mensen met veel ingrijpende jeugdervaringen lopen een sterk verhoogd risico op een ongezonde leefstijl en verschillende ernstige ziektes en chronische aandoeningen.

i Beschermende factoren kunnen de gevolgen van ingrijpende jeugdervaringen (deels) tegenaan. Zie hiervoor de infographic over [beschermende factoren](#)

Risicovol/ongezond gedrag

onvoldoende bewegen	roken	alcoholgebruik
drugsgebruik	ongezonde voeding	wisselende seksuele partners

Mogelijke lichamelijke, psychische en sociale gezondheidssuitkomsten

ernstige obesitas	diabetes	depressie	angststoornissen	zelfbeschadiging en suïcide	Soa's / HIV	hart- en vaatziekten
kanker	herseninfectie	longziekten, astma, COPD	hoog ziekteverzuim	werkeloosheid	schooluitval	



Being With and Shark Music - Circle of Security International:

<https://www.youtube.com/watch?v=oJZhktsrDgk>

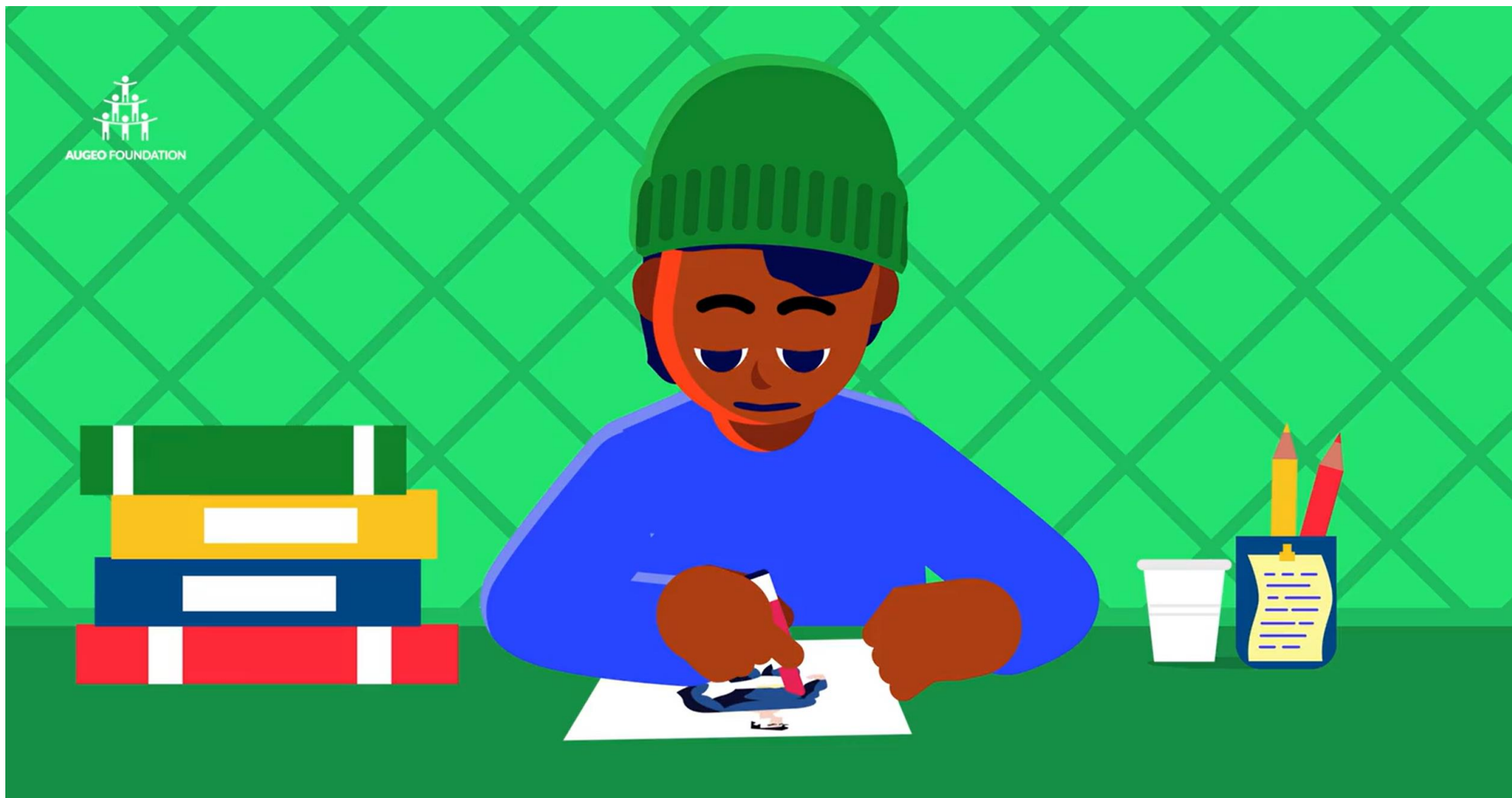
Ssssstress



Stress hoort bij het leven

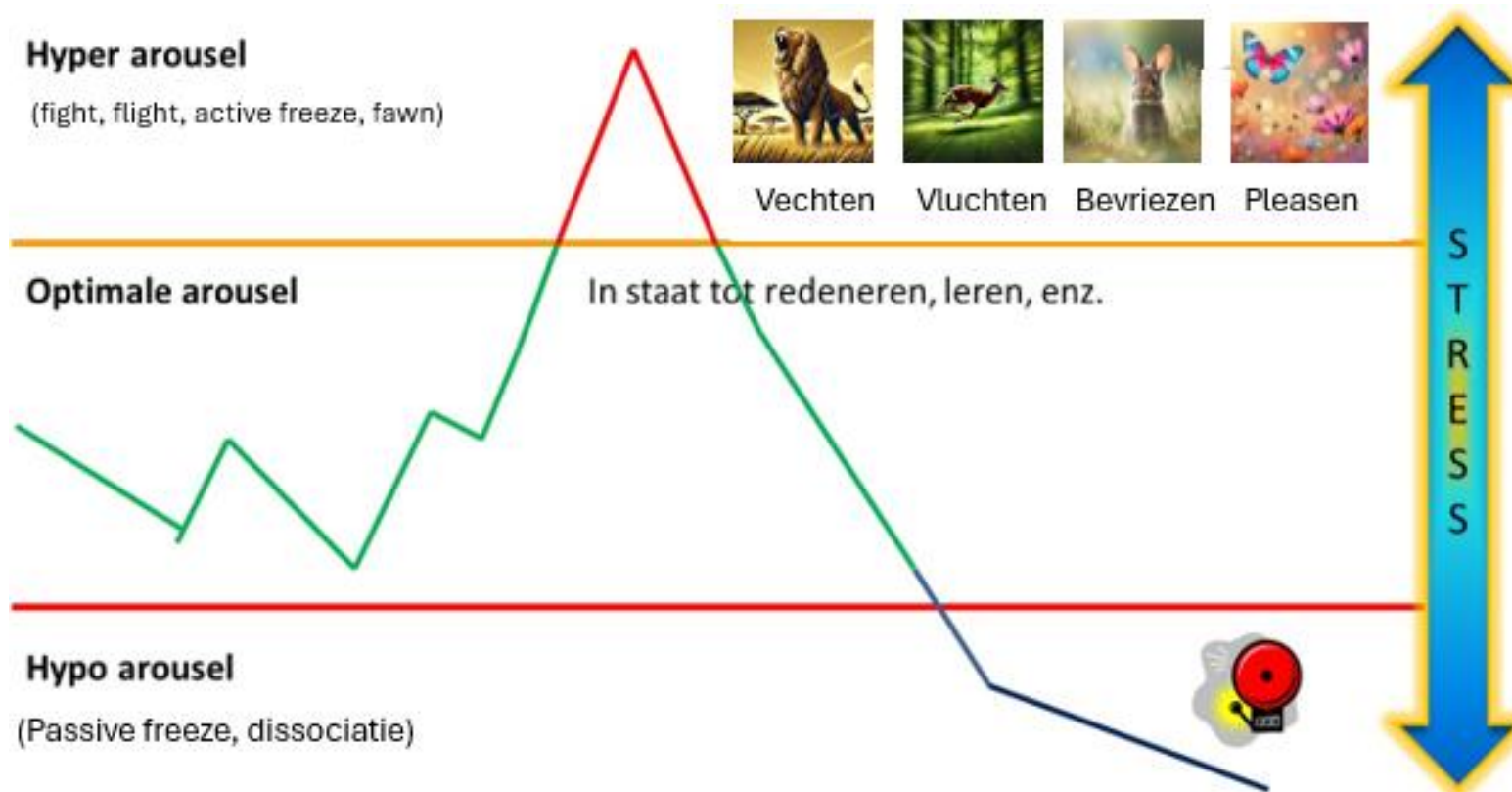
Stressreacties: vechten, vluchten, bevriezen of bevrienden
(meest voorkomende)

Stress systeem kan ontregeld zijn door langdurige
blootstelling aan stress (toxische stress).



Window of Tolerance / Stressraam : <https://www.augeo.nl/nl-n/actueel/nieuwe-animatie-het-stressraam/>

WOT / Stressraam



Pril ouderschap en stress: Het is heel normaal dat jonge ouders uit evenwicht raken, ...

Roze wolk?

60% van de ouders ervaart dit niet!



Transitiefase: Aanpassingsperiode, zoeken naar nieuw evenwicht

Emotienele rollercoaster

Afscheid van zorgloze periode

Financieel

Lichamelijke veranderingen

Psychische problemen: post-natale depressie & perinatale angst stoornis (1/5 mama's, 1/10 papa's)

Kraambedpsychose

Taboe en maatschappelijke verwachtingen

Een casus: Nora 2 maanden



Kraamzorg gaat aan huis.

Baby, meisje Nora van 2 maanden, eerste kindje

Zwangerschap vlot, veel samen voorbereid

Bevalling met keizersnede

Mama, Ella, 21 geeft borstvoeding

Vader, Bjorn, 23 jaar, werkt in bouw

Baby huilt veel (huilbaby?)

Slaapt bij ouders

Papa gaat veel sporten, hij heeft veel spanning in zijn lichaam, zeker sinds de geboorte van de kleine

Veel kritiek van zijn ouders omdat de baby zoveel weent, beter laten wenen, jullie verwennen haar teveel

...



Oefening vragen stellen aan papa (en dan?)

Wat is de impact op de papa, het koppel, mogelijks op het kindje? Welke vragen kan je stellen?

Ouderschap



Vertrek vanuit de casus

Wat is de impact van zijn verleden op het ouderschap van de papa?

Wat zit er allemaal in zijn koffertje? Wat draagt hij mee dat moeilijk is?

Wat heeft hij van thuis meegekregen dat hem kracht geeft?

Welke overtuigingen of zinnen hoort hij echoën vanuit zijn ouders?

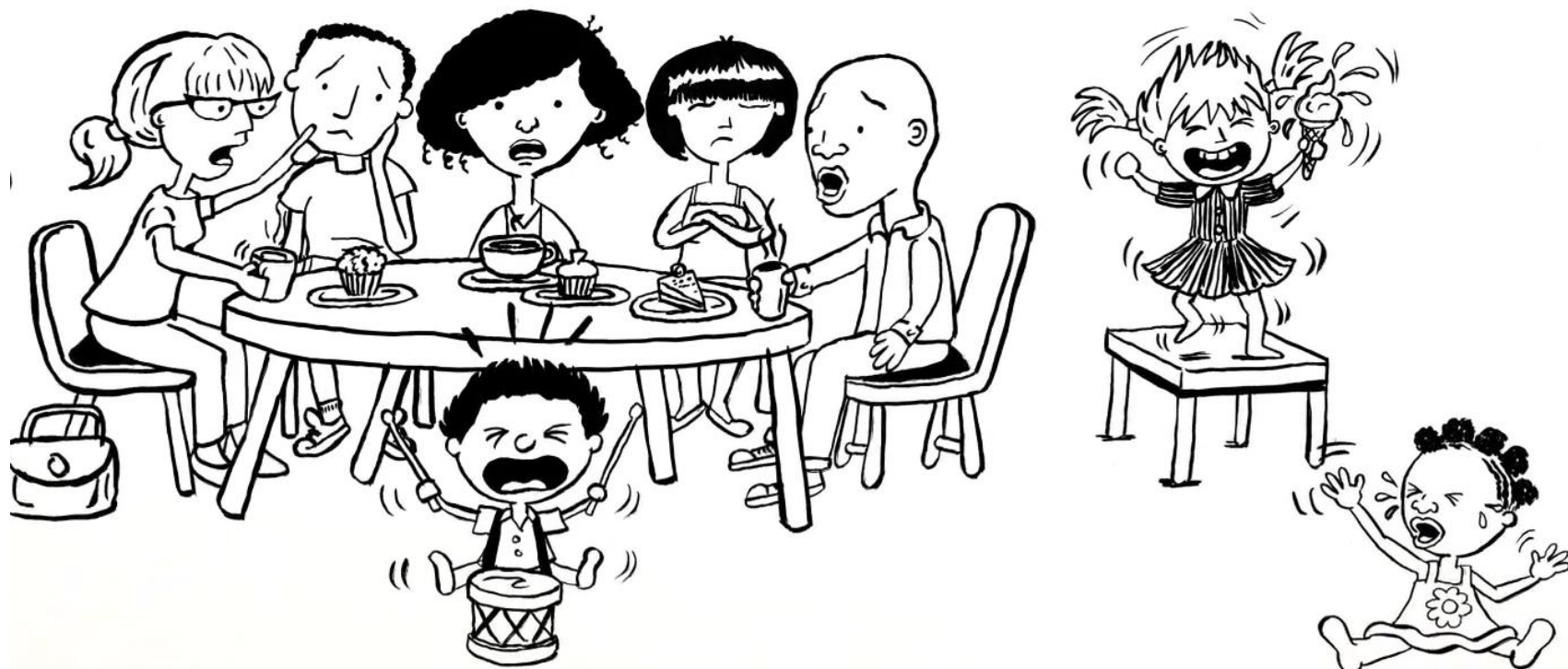
Hoe kun je met de ouder over het kind praten zonder schuld of schaamte op te roepen?

Welke Kindreflex-vragen helpen jou om op een zachte manier het perspectief van het kind aan te raken?



Ouderschap ondersteunen





- **Circle of Security International:**

<https://www.circleofsecurityinternational.com/blogs/resources/videos-for-parents>

Wat hebben jullie hier allemaal gezien?



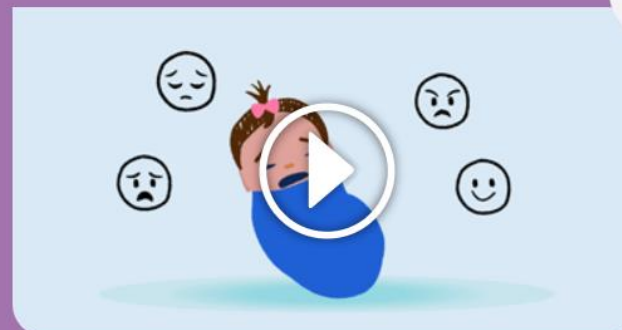
1. Losmaken en exploratie
2. Veilige haven
3. Basis houding ouder

Ouderschap co-regulatie ter info



Co-reguleren

Hoe ben je een veilige
co-regulator? Bekijk de
animatie daarover voor
ouders.



<https://vimeo.com/1074190960/1477b1ac6b>

Ouderschap hoe ondersteunen?



Stress bespreekbaar maken !!

Hoe dit met elkaar delen? Hoe zie je dat aan elkaar? Hoe kan je elkaar ondersteunen?

Wie kan helpen, wie is er rond jullie , waar kan je terecht?

Ouderschap onder stress:

<https://www.opgroeien.be/kennis/themas/ouders-onder-stress/hoe-herken-je-ouders-onder-stress>

Oranje - gespannen

Wat zijn de kenmerken?

kort lontje
 prikkelbaar Mist in je hoofd
 zuchten eenzaam
 onrustig het lukt niet alleen
 niet inspelen op je kind weinig energie
 gevoeliger sneller boos
 negatief spreken geen tijd nemen

Het is soms lastig of vermoeiend om voor de jonge kinderen te zorgen:
 Je merkt prikkelbaarheid, vermoeidheid, onrust ...

Groen - rustig

Wat zijn de kenmerken?

vertrouwen
 flexibel je kan de situatie aan
 respectvol mild
 genieten luisteren
 gesteund aanvoelen
 helder nadenken relativeren tijd nemen
 zorgzaam interacties

Het lukt om voor de jonge kinderen te zorgen:
 alle ballen in de lucht houden, inspelen op wat de kinderen nodig hebben, de situatie de baas kunnen ...

Rood - rammelend

Wat zijn de kenmerken?

gejaagd ademen
 Je hebt jezelf niet in de hand geen energie
 geïsoleerd Je staat alleen
 niet reageren Je wil weglopen
 niet inspelen op je kind hart bonkt
 geen connectie controleverlies
 negatief Je weet niet wat je moet doen


Het lukt niet meer om voor de jonge kinderen te zorgen:
 de ouder heeft het niet meer in de hand, speelt niet meer in op wat de kinderen nodig hebben ...

Ouderschap onder hoogspanning: Test je spanning

Ouders onder hoogspanning - Test je spanning | Opgroeien

testen die je mee kan geven aan ouders:

- test je perfectionisme
- test je piekergedrag
- test je dagelijkse sleur
- test je eenzaamheid



*'I keep hearing it takes a village to raise a child. Do they just show up? Or is there like a number to call?' —
Author Unknown*



Wie kan je betrekken?

Regel praktische en sociale steun aan ouders



Diensten die je hiervoor kan inschakelen:

- CAW's
- OCMW's
- Mutualiteit
- Homestart
- Huis van het Kind
- Ontmoetings/inloopcentra
- 1G1P
- ...

Help ouders opvoedingsvaardigheden ontwikkelen



- Kind en Gezin: Gezinsondersteuners en psychopedagogen
- Centrum Kinderzorg en gezinsondersteuning (CKG)
- ELP
- Home-start: vrijwilligers
 - www.homestartvlaanderen.be

...



Extra filmpjes en interessante links

Infofiches Augeo

<https://www.augeo.nl/nl-nl/themas/trauma-en-stress/ingrijpende-jeugdervaringen/>

- [Ouderschap](#)
- [Verslaving](#)
- [Fysieke gezondheid](#)
- [Mentale gezondheid](#)
- [Onderwijs en leren](#)
- [Voeding, sport en bewegen](#)
- [Jongerentaskforce](#)

Contact

Vlaams Expertisecentrum
kindermishandeling VZW

Saintelettesquare 17,
1000 Brussel

info@expertisecentrumkindermishandeling.be