

## Eindtoets *Zorgen voor getraumatiseerde kinderen – Een training voor opvoeders.*

Naam: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Noem minimaal 3 factoren die het risico op het ontwikkeling van traumaklachten bij kinderen vergroten.

---

---

---

---

2. Welke traumareacties kunnen kinderen laten zien?

---

---

---

---

3. Getraumatiseerde kinderen kunnen fysiek veilig zijn maar zich psychisch nog niet veilig voelen. Wat is het verschil tussen psychische veiligheid en fysieke veiligheid?

---

---

---

---

4. Wat is veerkracht?
  - a. Kippenkracht.
  - b. Een aangeboren talent om om te gaan met traumatische gebeurtenissen.
  - c. Een positieve, passende reactie op stressvolle omstandigheden die je tot op hoge leeftijd kunt ontwikkelen.
  - d. Een vaardigheid die je ontwikkelt door traumatische ervaringen te overwinnen.

5. Alle kinderen brengen een *onzichtbare koffer* met verwachtingen en overtuigingen met zich mee naar hun directe leefomgeving. Het gaat over dingen die een kind is gaan geloven over

zichzelf, anderen en de wereld om hen heen zoals: *ik ben oké* of *ik ben slecht*, *anderen zijn te vertrouwen* of *anderen zijn niet te vertrouwen*, *de wereld is veilig* of *de wereld is gevaarlijk*, *als ik mijn gevoelens laat zien dan begrijpen anderen mij beter* of *als ik mijn gevoelens laat zien dan volgt er gevaar*. Vanaf welke leeftijd ontwikkelt een kind deze overtuigingen en verwachtingen?

- a. Vanaf de geboorte want vanaf dat moment leren de hersenen van ervaringen.
  - b. Vanaf ongeveer twee jaar omdat de spraakontwikkeling dan op gang komt.
  - c. Vanaf vier jaar omdat kinderen dan pas echt beginnen met leren.
  - d. Vanaf ongeveer 12 jaar als het abstract denken verder tot ontwikkeling komt.
6. Wanneer een kind zich onveilig voelt dan worden de bovenste delen van de hersenen min of meer uitgeschakeld omdat de focus ligt op overleven. Hierdoor:
- a. kan een kind extra goed opletten wat anderen tegen hem zeggen.
  - b. neemt de veerkracht van een kind toe waardoor zijn kans op overleven groter wordt.
  - c. heeft een kind weinig controle op zijn gedrag op dat moment.
  - d. leert een kind hoe het in een volgende stressvolle situatie beter kan reageren.
7. Je zou het gedrag van getraumatiseerde kinderen kunnen zien als het topje van een ijsberg. Het grootste deel van de ijsberg zie je niet omdat het onder het wateroppervlakte is. Als het topje het gedrag is, waar staat de rest van de berg dan voor?

---

---

---

---

8. Getraumatiseerde kinderen kunnen moeilijk hun emoties beheersen. Als opvoeder of begeleider kun je kinderen hiermee helpen door een co-regulator te zijn. Wat kunnen opvoeders doen als co-regulator?

---

---

---

---

9. Wat is secundaire traumatische stress?
- a. De lange termijn gevolgen van trauma (bijv gezondheidsklachten op volwassen leeftijd).
  - b. Vermijdingsgedrag van een kind na een traumatische gebeurtenis.
  - c. De stress die opvoeders, leerkrachten of hulpverleners of ervaren als gevolg van blootstelling aan het trauma van een kind dat ze opvoeden / begeleiden / lesgeven / behandelen.
  - d. De stress als gevolg van chronische traumatisering.

10. Wat is volgens jou het belangrijkste dat iedereen die getraumatiseerde kinderen opvoedt of begeleidt zou moeten weten?

---

---

---

---