

Evidence-informed onderbouwing

Dit traject is evidence-informed en gestoeld op inzichten van toonaangevende denkers op het gebied van trauma, hechting en psychologische integratie. Hieronder volgt een toelichting van het onderliggende theoretische kader.

Traject: "De jongen die nooit alleen was"

Een verbeeldingsrijk en trauma-sensitief traject voor kinderen vanaf 12 jaar met kenmerken van autisme, internaliserende problematiek of sociaal-emotionele terugtrekking.

Doelgroep

Leerlingen of cliënten die:

- zich sociaal terugtrekken of zich 'anders' voelen;
- kenmerken van ASS, HSP of overprikkeling tonen;
- moeite hebben met zelfregulatie, schaamte of verbinding;
- niet gebaat zijn bij directieve of verbale therapievormen.

Fundament in wetenschappelijke inzichten

1. Carl Jung – Individuele, symboliek en integratie van de schaduw

- Jung stelde dat heelwording ontstaat door de integratie van afgesplitste delen van het zelf (de 'schaduw').
- Projectieve werkvormen, verhalen en archetypes maken het mogelijk om op een veilige manier contact te maken met deze innerlijke delen.
- Het traject maakt gebruik van verhalende symboliek, innerlijke dialogen en creatieve opdrachten om dit proces te faciliteren.

"Until you make the unconscious conscious, it will direct your life and you will call it fate." – C.G. Jung

2. Gabor Maté – Authenticiteit, onderdrukte emoties en aanpassing

- Maté wijst op de kostprijs van chronische aanpassing bij gevoelige kinderen: verlies van verbinding met het authentieke zelf.
- Het traject biedt veiligheid om gevoelens te verkennen zonder oordeel of verplichting tot verbale expressie.
- Door ruimte te geven aan kwetsbaarheid, herstelt de verbinding tussen binnenwereld en gedrag.

"The attempt to escape from pain, is what creates more pain." – Gabor Maté

3. Bessel van der Kolk – Lichaamsbewustzijn en traumaverwerking

- Van der Kolk toont aan dat het lichaam cruciaal is bij het verwerken van trauma en emotionele disregulatie.
- Het traject gebruikt lichaamsgerichte oefeningen (wandrug-aarding, ademwerk, ritmisch kloppen) die de nervus vagus activeren en het zenuwstelsel reguleren.
- Deze oefeningen zijn ontworpen om overprikkeling te verminderen en zelfregulatie op te bouwen.

"Trauma is not the story of something that happened back then, but the current imprint of that pain on body, mind and soul." – Bessel van der Kolk

4. Peter Levine – Titratie, draagkracht en zelfregie

- Levine pleit voor titratie: een stapsgewijze benadering waarin emoties in kleine doseringen worden toegelaten.
- Het traject is opgebouwd uit micro-interventies (reflectiekaartjes, korte verhalen, symbolische opdrachten), zodat kinderen niet overspoeld raken.
- Alles in het traject is een uitnodiging, geen verplichting essentieel voor cliënten met overlevingsstrategieën zoals dissociatie of maskering.

"Trauma is a fact of life. It does not, however, have to be a life sentence." – Peter Levine

Conclusie

Het traject "De jongen die nooit alleen was" is geen therapie, maar een zorgvuldig afgestemde interventie gebaseerd op actuele inzichten uit de dieptepsychologie, neurobiologie en traumatherapie. Door verhalen, symboliek en lichaamgerichte werkvormen ontstaat er ruimte voor zelfherstel, integratie en verbondenheid.

Het is evidence-informed, ervaringsgericht, veilig en toepasbaar binnen onderwijs, GGZ en praktijksettings.