



# Ervaringsdeskundigheid in de behandeling bij (vroeg)kinderlijk trauma

Clara Koek ([C.Koek@ggz-nhn.nl](mailto:C.Koek@ggz-nhn.nl))

Psychotherapeut

GGZ NHN

Simona Karbouniaris ([simona.karbouniaris@hu.nl](mailto:simona.karbouniaris@hu.nl))

Docent - onderzoeker Hogeschool Utrecht - KSI

Promovenda LUMC

# Wat is ervaringsdeskundigheid?

*'... Ervaringsdeskundigheid is het vermogen om op grond van eigen herstelervaring voor anderen ruimte te maken voor herstel' (generieke module ervaringsdeskundigheid, 2022).*

Ervaringskennis is veelal ziekte- en classificatie overstijgend. Bijv. leren omgaan met, de gang door de hulpverlening, reacties uit de samenleving, existentiële vraagstukken etc. Ervaringsdeskundigen kunnen de cliënt helpen in diens leer- en reflectie proces. Ze mijden het lijden niet, en gaan uit van (veer)kracht.

# Bijdrage van ervaringsdeskundigheid

- Destigmatiserend
- Demystificerend
- Empathiserend
- Emanciperend
- Humaniserend
- Normaliserend
- Betekenis gevend, hoopgevend, herstelbevorderend

# WAAROM ZOU JE JOUW EIGEN ERVARING INZETTEN?

- ✓ Open zijn over je eigen kwetsbaarheid en doorleefde ervaringen kunnen voor een betere behandelrelatie zorgen.
- ✓ Cliënten ervaren vaak meer vertrouwen en voelen zich minder alleen.
- ✓ Het geeft meer begrip. Je hoort cliënten vaak zeggen: “Jij snapt het tenminste.”
- ✓ Het biedt herkenning en erkenning, het laat zien dat dit iedereen kan overkomen.
- ✓ Met openheid doorbreek je stigma.
- ✓ Je geeft de cliënt hoop en laat zien dat herstel mogelijk is.



# **DE 5 GOUDEN REGELS**

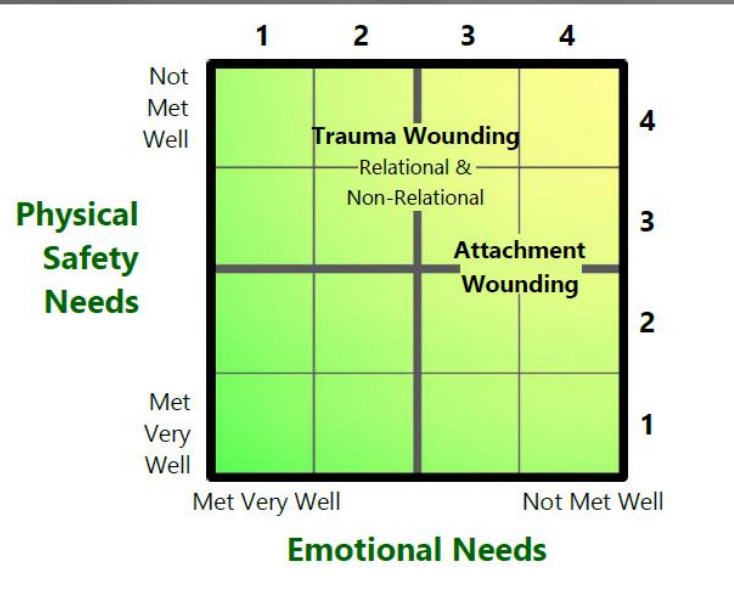
- 1. Zorg dat je eerst jouw eigen ervaring voldoende hebt doorleeft.**
- 2. Vraag aan de cliënt of je jouw ervaring mag delen en check op een later moment hoe je openheid bij de cliënt is overgekomen.**
- 3. Wees je bewust van je voorbeeldfunctie en de impact die jouw ervaring heeft op de cliënt en zorg dat de behandelrelatie niet uit balans raakt.**
- 4. Geef concrete voorbeelden van jouw eigen ervaring waardoor je de cliënt inzicht geeft in de mogelijkheden van het herstelproces.**
- 5. Doe mee aan intervisiegroepen, zodat je jezelf blijft toetsen en kan leren van andere professionals.**

# Ervaringskennis aangaande VKT

- Kan bijdragen aan het voorkomen van her-traumatisering
- Van binnen uit weten (felt sense) hoe het is om op te groeien in omstandigheid waarin vaak verzorger(s) tekort schoten
- Het gaat dus óók om wat er niet is geweest dat er had moeten zijn
- Dit kan vaak ook lijfelijk gevoeld worden
- Beperkt mentaliseren of extra gevoeligheid (hypervigilance) voor de relationele sfeer waarin e.e.a. plaatsvindt?
- Voelt de moral injury, schaamte, schuldgevoelens, woede of angst
- Is transparant, authentiek, geen 'poker face'
- Zoekt mee naar passende betekenisgeving (her-framing)

# (Vroeg-)kinderlijk trauma?

## Abuse, neglect, violence, maltreatment & ACE



# Trauma en dissociatie therapie

~~(EMDR, Imaginaire exposure, Imaginaire rescripting, NET)~~

> CRM (Lisa Schwarz)

> DNMS (Shirley Jean Schmidt)

> IFS (Richard Schwartz) \*IFS vs DNMS

> AF- EMDR (Laurell Parnell/Dolores Mosquera, Neva Shebini)

“ego state therapy” and “multiple resource” and/or “body based”



# CRM primary resources

- Attachment
- Attunement (between therapist and the client, therapist and all parts of himself and between client and all parts of herself)
- Breathing (ocean, earth, heart and fire breathing)
- Sacred place (a sacred or special place can be visualized as part of the groundwork for in-depth trauma processing. This is helpful to overcome the sense of fear and stay connected somatically)
- Resource grids (somatic or light grids links a number of places in the body and is a somatic anchor to feeling, sensing and knowing from within)
- Power beings/animals (a power animal or being is called in, as a secure attachment figure within the client to develop healthy attunement behaviors internally between wounded parts and the adult)

## CHEAT SHEET

5 - 10 CRM Ocean (how many depends on level of activation at the start)

5 CRM Earth from Sacred Place

Identify the issue

Where in Body is activation and Suds for this activation

Build a Resource Grid

Find Eye Position that anchors the grid

Invite part who is "responsible for", "who Knows about", who "holds" issue X into grid with the adult

Determine if Adult-Child dyad can be used for resourcing

Resource Both with other attachment figures if needed, resourced adult witnesses "from the side"

Ego state who is "working" receives attunement behaviors per below:

Start attunement between adult and wounded part or other attachment figure and wounded part. Language the attunement as the adult PROVIDING, then switch to languaging the wounded self as RECEIVING. If "Other" attachment figure is used, languaging is ONLY for wounded self RECEIVING. "Other" attachment figures do not need directed to provide attunement, it happens automatically.

- a. Eye contact
- b. Physical contact
- c. Talking to them giving soothing loving messages
- d. Breathing together
- e. Hearts beating together
- f. Smell

Ask wounded part where in their body they feel attached or connected to the attachment figure

Find attachment eye position

From this eye position, ask part to tell the story of truth of their life in whatever way they want to share it (what happened, what didn't happen that should have, experience/paradox of being attached to someone who hurt you etc., what created the "symptom", what is the dandelion root experience before fragmentation or defenses needed.)

Process trauma from attachment spot

Pendulate back to grid if needed, if attachment felt sense is too triggering (CONTINUED NEXT PAGE)

Process to SUDS of total zero or time is running out

NEW TRUTH/Embodiment of New Truth

## VOORBEELD

1. Map the system

2. Work with 3C's

- Co awareness

- Communication

- Cooperation

3. Scaffolding of resources

4. Dandelion root

4. Closure:

- Tuck in the parts

- The new truth

# Verder lezen?

Hull, AM, Corrigan, FM. The Comprehensive Resource Model®: Overview of basic affects in adversity & effective treatment for complex reactions to trauma. *Couns Psychother Res.* 2019; 19: 130– 137.

Karbouniaris, S. (2021). Fragmented selves: a first person account on trauma and dissociation. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 3, 7-10.

Kezelman, C. & Stavropoulos, P. (2019) Practice guidelines of clinical treatment of C-PTSD and dissociation. Blue knot, Australië

Meekeren, E. van (Red.) (2017). *Zelfonthulling: Openheid van professionals in de GGZ*. Amsterdam: Boom.

Richards, J., Holtum, S., & Springham, N. (2016). How Do “Mental Health Professionals” Who Are Also or Have Been “Mental Health Service Users” Construct Their Identities? *SAGE Open*, 6(1).

Schwarz L, Corrigan F, Hull A, Raju R. *The Comprehensive Resource Model: Effective therapeutic techniques for the healing of complex trauma*. Oxon: Routledge; 2017.

Trimbos-instituut Kenniscentrum Phrenos (2022). Generieke module ervaringsdeskundigheid. Utrecht