

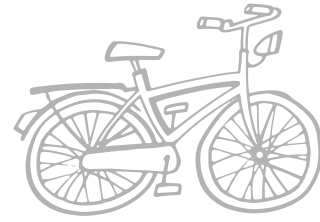


# Stapstenen: Motiverende groeps- training voor jongeren met traumaklachten

Powered by Pluryn



*Sterker in de samenleving*



## Stapstenen

# Motiverende groepstraining voor jongeren met traumaklachten

**Stapstenen is een motiverende groepstraining voor jongeren van twaalf tot achttien jaar met uiteenlopende klachten als gevolg van ernstige en chronische traumatisering.**

Stapstenen biedt deze jongeren inzicht in het verband tussen hun actuele probleemgedrag en hun vroege ervaringen. Tijdens de training leren de jongeren vaardigheden aan waardoor ze zich beter kunnen handhaven in hun dagelijks leven. De training kan worden ingezet om jongeren voor te bereiden op een eventuele behandeling van de traumatische herinneringen, middels behandelmethoden als (TG-)CGT en EMDR.

### Doel

De groepstraining Stapstenen heeft tot doel de veerkracht, draagkracht en motivatie voor traumabehandeling van jongeren te vergroten door middel van psycho-educatie en versterking van copingvaardigheden.

### Voor wie

#### Indicatiecriteria

Stapstenen is ontwikkeld voor chronisch getraumatiseerde jongeren van 12 tot 18 jaar met ernstige traumagerelateerde problematiek. De jongeren zijn op jonge leeftijd, vaak binnen hun gezin, blootgesteld aan traumatische gebeurtenissen zoals:

- psychische en lichamelijke mishandeling
- emotionele, pedagogische en/of lichamelijke verwaarlozing
- seksueel misbruik
- huiselijk geweld, bedreigingen en/of conflicten tussen ouders/verzorgers waar ze getuige van waren

#### Exclusiecriteria

Omdat Stapstenen een laagdrempelige training is, gericht op motiveren voor vervolgbehandeling, worden er minimale exclusiecriteria gehanteerd. Jongeren worden uitgesloten van deelname als er sprake is van:

- actueel seksueel misbruik, geweld of verwaarlozing
- verslavingsproblematiek
- psychotische problematiek

Het gelijktijdig deelnemen aan Stapstenen en het ondergaan van EMDR of TG-CGT wordt afgeraden.

### Aanpak

Stapstenen bestaat uit zeven wekelijkse bijeenkomsten van elk negentig minuten. Gedurende de bijeenkomsten komen achtereenvolgens de volgende onderwerpen aan bod:

1. Kennismaking en introductie training
2. Slaapproblemen
3. Gevoelens en jezelf opbeuren
4. Dissociatie
5. Omgaan met boosheid
6. Vertrouwen, relaties en intimiteit
7. Mijn kwaliteiten en mijn toekomst

De training wordt gegeven aan groepen van minimaal vier en maximaal negen jongeren. In de training worden de volgende elementen gebruikt:

- Psycho-educatie  
Hiermee wordt inzicht verkregen in de aard van de klachten; jongeren gaan de noodzaak van traumaverwerking inzien en worden gemotiveerd om die behandeling te ondergaan.
- Vaardigheidstraining  
Jongeren leren zowel vaardigheden aan waardoor ze spanning kunnen reguleren (zoals relaxatie- en aandachtstechnieken) als vaardigheden gericht op probleemhantering met als beoogd effect vergroting van de draagkracht.
- Cognitief-gedragstherapeutische procedures en principes  
Door gebruik te maken van het GGG-schema gaan jongeren de samenhang zien en begrijpen tussen gedachten, gedrag en gevoelens.

# "Veerkracht, draagkracht en motivatie voor traumabehandeling van jongeren vergroten"

## **Uitvoerders**

Stapstenen wordt gegeven door twee professionals. Minimaal één van hen is gedragswetenschapper en minimaal één van hen is cognitief-gedragstherapeutisch geschoold. Professionals volgen hiervoor een tweedaagse opleiding. Deze tweedaagse opleiding is bedoeld voor (GZ-)psychologen, orthopedagogen, pedagogisch medewerkers, jeugdzorgwerkers en PMT'ers die ervaring hebben in het werken met jongeren. De opleiding is geaccrediteerd door Stichting Kwaliteitsregister Jeugd (SKJ) en wordt georganiseerd door Stichting 180.

## **Setting**

Stapstenen kan zowel in een ambulante als een residentiële setting worden gegeven. In beide settings is het van belang dat ouders of groepsmentoren de jongeren thuis of op de groep stimuleren – en indien nodig helpen – bij het maken van de (huiswerk)opdrachten. In beide settings worden ouders uitgenodigd voor twee bijeenkomsten waarin zij onder andere worden geïnformeerd over de gevolgen van chronische traumatisering en over de training. Tot slot is het van belang dat deelnemers na afronding van de training kunnen doorgaan naar traumabehandeling, dus dat er een therapeut beschikbaar is voor het uitvoeren van (TG-)CGT, EMDR of een andere traumabehandeling.

## **Erkenning**

Stapstenen is (nog) niet voorgelegd aan de Erkenningcommissie Interventies en/of opgenomen in de databank Effectieve jeugdinterventies.

## **Ontwikkelaar**

Stapstenen is ontwikkeld door Pluryn, de Bascule en de kind- en jeugdpsychiatrie afdelingen van het AMC en het VUmc. Het intellectueel eigendom van de training is belegd bij Pluryn.

## **Meer informatie?**

Nadere informatie over de eerstvolgende opleiding is te verkrijgen bij het bedrijfsbureau van Stichting 180 via [info@180.nl](mailto:info@180.nl) of 088-8800300.

Neem bij inhoudelijke vragen over Stapstenen contact op met Susan van der Woude, hoofd behandeling JeugdzorgPlus en open jeugdzorg / GZ-psycholoog, orthopedagoog en traumabehandelaar bij Pluryn ([svanderwoude@pluryn.nl](mailto:svanderwoude@pluryn.nl)).



[www.pluryn.nl](http://www.pluryn.nl)



*Sterker in de samenleving*