



## Programma 2-daagse Basis Cursus Trauma-Sensitieve Ondersteuning voor KNOV

**Doelgroep:** Verloskundigen  
**Trainer(s):** Drs. Anne van den Ouwelant

### Omschrijving:

De **Basis Cursus Trauma-Sensitieve Ondersteuning** geeft aan de hand van symbolen op een ludieke, interactieve en heldere manier uitleg over stress en trauma: wat gebeurt er in de hersenen bij traumatische ervaringen en wat heeft dit voor gevolgen, ook in de zwangerschap, tijdens de bevalling, vroege kindertijd en in de hechting. Daarnaast is aandacht voor de omzetting van deze kennis naar de praktijk van de verloskundige: met meer kennis en inzicht op het gebied van stress en trauma kan de verloskundige vroeg-signaleren, (indien nodig) trauma-sensitief begeleiden, meer veiligheid creëren en hun werk/begleiding nog beter afstemmen op de doelgroep. Ook wordt aandacht gegeven aan het goed zorgen voor jezelf, het zogenaamde “Care for the Caretakers”.

### Programmabeschrijving:

#### Dag 1

Ochtend (van 10.00u tot 13.00u):

- |                 |   |
|-----------------|---|
| 10.00u – 11.00u | Introductie, voorstellen & casus opschrijven  |
| 11.00u – 12.00u | Psycho-educatie: kenmerken trauma/stress & categorieën trauma. Koppeling van de theorie naar de praktijk. |
| 12.00u – 12.15u | Pauze   |
| 12.15u – 13.00u | Psycho-educatie: vorming van de hersenen (neuro-plasticiteit)   |
| 13.00u – 13.45u | Lunchpauze  |



Middag (van 13.45u tot 17.00u):

- 13.45u – 14.45u Psycho-educatie: uitleg over 4 delen van de hersenen (neuro-biologie)
- 14.45u – 15.30u Psycho-educatie: impact van stress/trauma op 4 delen van de hersenen
- 15.30u – 15.45u Pauze
- 15.45u – 16.15u Koppeling naar de praktijk, o.a. a.h.v. de casus: wat herken ik en waar kan ik trauma-sensitief op aanhaken
- 16.15u – 16.45u Zelfzorgopdracht
- 16.45u – 17.00u Afronding eerste dag

## Dag 2

Ochtend (van 10.00u tot 13.00u):

- 10.00u – 10.45u Incheck en refresher eerste dag
- 10.45u – 12.00u Psycho-educatie: triggers & toxische stress
- 12.00u – 12.15u Pauze
- 12.15u – 13.00u Psycho-educatie: automatische stress-reacties. Koppeling naar de praktijk en casus.

13.00u – 13.45u Lunchpauze

Middag (van 13.45u tot 17.00u):

- 13.45u – 15.00u Psycho-educatie: hechting & trauma
- 15.00u – 15.30u Psycho-educatie: onzichtbare koffertje
- 15.30u – 15.45u Pauze
- 15.45u – 16.15u Koppeling naar de praktijk: waar kun je in de praktijk mee aan de slag? Brainstorm in kleine groepjes a.h.v. thema's (o.a. eigen houding, veiligheid creëren, co-regulatie, samenwerking)
- 16.15u – 16.45u Zelfzorgopdracht
- 16.45u – 17.00u Afronding tweede dag (incl. evaluatie)

NB Deze Cursus is praktisch en interactief, boordevol voorbeelden en koppelingen naar de praktijk. Er wordt geen gebruik wordt gemaakt van PowerPoint presentaties danwel syllabi of readers. Het boekje "*Wanneer de (alarm)bel rinkelt*" wordt als praktische handleiding gebruikt (zie: voorlichtingsmateriaal).