



Ouders

# Slapende Honden behandeling

**Jeugdformaat**

**Kinderen of jongeren die veel stress of nare dingen hebben meegemaakt kunnen daar last van krijgen. Ze zijn snel boos, bang, somber of kunnen moeilijk met hun gevoelens omgaan. Sommige hebben moeite met opletten of leren op school of ze slapen slecht, hebben nachtmerries of ze denken steeds weer aan nare herinneringen. Ook als ze heel jong waren en zich er van niets kunnen herinneren, kan die stress van vroeger wel hun lichaam en ontwikkeling verstoren.**

Daar is gelukkig wel iets aan te doen. Door een behandeling om die nare dingen te verwerken kunnen kinderen of jongeren weer vrolijk worden en er geen last meer van hebben. Eye-movement desensitization and reprocessing (EMDR) of traumagerichte cognitieve gedragstherapie (TF-CBT) zijn behandelingen waarvan is bewezen dat ze goed werken bij kinderen of jongeren. Door te praten en denken over wat er gebeurd is, wordt het minder naar.

### **Liever niet erover praten**

Sommige willen het er juist niet over hebben en dan lijkt het alsof ze het vergeten zijn. De volwassenen om hen heen kunnen bang zijn hen overstuurt te maken door er over te beginnen; ze willen geen 'slapende honden wakker maken'. Uit onderzoek blijkt dat het schadelijk voor ze kan zijn om die nare herinneringen te laten rusten. Deze kinderen of jongeren hebben vaak goede redenen om er niet over te willen praten. Met de Slapende Honden methode wordt uitgezocht wat die redenen zijn en hoe ze geholpen kunnen worden om daar oplossingen voor te vinden.

### **Betrekken mensen uit de omgeving**

Om het zoeken naar oplossingen te laten slagen, worden als het mogelijk is beide ouders en familie van uw kind betrokken omdat zij hem of haar goed kennen, omdat hij of zij hen vertrouwd, zij hem of haar kunnen steunen en hij of zij hun mening belangrijk vindt. Ook als er thuis nare dingen zijn gebeurd of een ouder heeft het kind (per ongeluk) pijn gedaan is het vaak belangrijk dat die ouder betrokken is bij de behandeling.

Als een kind niet bij zijn biologische ouders woont, worden ook de pleeg- of gezinshuisouders of groepsleiding betrokken bij de behandeling om uw kind te steunen en mee te denken in hoe hem of haar te helpen. Sommige kinderen of jongeren komen niet graag naar therapie. Ouders, pleeg-/gezinshuisouders of groepsleiding kunnen dan zelf ook oefeningen uit de Slapende Honden methode leren doen met het kind of de jongere. De (gezins)voogd wordt meestal ook gevraagd om mee te helpen door het kind dingen uit te leggen of beslissingen over bijvoorbeeld contact met ouders of de toekomst te bekijken.



## Onderzoek naar deze methode

De Slapende Honden methode wordt in Nederland en in het buitenland veel gebruikt. Er wordt nu onderzoek gedaan om nog meer zicht te krijgen of deze methode goed werkt en hoe de methode verder kan worden verbeterd. Het kan zijn dat u gevraagd wordt toestemming te verlenen voor deelname aan het onderzoek.



## Jeugdformaat

Jeugdformaat biedt jeugd- en opvoedhulp in Delft, Den Haag, Leidschendam-Voorburg, Midden-Delfland, Pijnacker-Nootdorp, Rijswijk, Voorschoten, Wassenaar, Westland en Zoetermeer. Jaarlijks begeleiden en ondersteunen wij ruim 10.000 gezinnen en ruim 1.100 pleeggezinnen.

### Heb je vragen?

#### Neem contact met ons op.

- ☎ 088 352 00 00
- ☎ 06 467 640 66
- ✉ [info@jeugdformaat.nl](mailto:info@jeugdformaat.nl)
- 🌐 [jeugdformaat.nl](http://jeugdformaat.nl)

### Hoofdkantoor

#### Jeugdformaat

Fleminglaan 12  
2289 CP Rijswijk

Jeugdformaat © juni 2020