

## **Toon zetten**

**Een ondersteunend programma voor kinderen en hun moeders die ruzie en geweld in het gezin hebben meegemaakt**



### **Wat is 'toon zetten'?**

'Toon zetten' is een praktisch en laagdrempelig ondersteuningsprogramma voor kinderen en moeders van Blijf van mijn Lijf IJmond. Het is ontwikkeld door Lucertis Kinder- en jeugdpsychiatrie in samenwerking met Blijf van mijn Lijf IJmond. Sinds 2006 wordt dit programma uitgevoerd. Het programma beoogt de positie van kinderen en vrouwen, die te maken hebben gehad met ruzie en geweld in het gezin, te versterken. Dit gebeurt door:

- Ruimte te bieden voor het verwerken en plaatsen van de ervaringen met 'huiselijk geweld'
- Het bieden van handvatten om adequaat met deze negatieve ervaringen om te gaan
- Het aanleren van manieren om veilig boos te zijn en adequaat grenzen te stellen
- Het bevorderen van positieve moeder-kind interacties

### **Toontje**

Een centrale rol in dit programma speelt Toontje. Toontje is een schildpad poppenkastpop. Hij woont tijdelijk in een koffer in het Blijf van mijn Lijf huis. Als Toontje te voorschijn komt vertelt hij over zijn ervaringen van thuis. In zijn verhalen zitten aanknopingspunten voor kinderen en moeders, die te maken hebben gehad met ervaringen van geweld in hun thuissituatie. Zo vertelt hij over zijn vader, die soms zo boos kan worden dat het net lijkt alsof hij in een monster veranderd is. Toontje gebruikt zijn eigen schild om er af en toe in weg te kruipen. Soms doet hij dat om te vluchten, soms om zelf even verstandig af te koelen als hij te boos is geworden.

### **Het programma 'toon zetten' bestaat uit vier onderdelen**

- Tijd voor Toontje: Spelgroep voor kinderen. Onder leiding van een drama-therapeute komen kinderen van 4 tot en met 12 jaar, kinderwerksters en schildpad Toontje bij elkaar om al spelend en pratend geweldservaringen te ordenen, adequate coping te bekrachtigen en te oefenen met verstandig omgaan met agressie.
- Moedergroep: Gespreksgroep met moeders en Blijf medewerkers over

omgaan met geweldservaringen en over opvoedingsthema's, zoals positief bekrachtigen en veilig grenzen stellen. Er worden ervaringen uitgewisseld en handvatten geboden om hun kinderen te ondersteunen.

- Thee met Toontje: Bijeenkomsten voor moeders met jonge kinderen van 0 tot en met 4 jaar, een kinderwerkster en schildpad Toontje ter bevordering van positieve moeder-kind interacties. Laagdrempelig komen de onderwerpen zachtjes balen/veilig boos zijn/veilig grenzen stellen en veiligheid bieden aan de orde.
- Op Toon blijven: Naast de gestructureerde bijeenkomsten worden de thema's van 'Toon Zetten' ook in andere situaties onder de aandacht gebracht bij de vrouwen, kinderen en medewerkers van Blijf van mijn Lijf IJmond. Bijvoorbeeld in de wandelgangen, kinderkamer, huiskamervergadering, als onderwerp bij de maatschappelijke werker of mentor, of als deskundigheidsbevordering voor de medewerkers.

### **De thema's van toon zetten**

Iedere 4 weken staat een nieuw onderwerp centraal, dat door de verschillende groepen wordt overgenomen. De thema's zijn:

- Leuke dingen doen: Over positieve moeder-kind binding, even 'pauze' van de problemen, verrassingsopdrachten, complimenten geven, veilige plek opzoeken, blij zijn.
- Veilig boos zijn: Over stop zeggen, afkoelen, rustig grenzen stellen, zachtjes balen, elkaar geen pijn doen, afkoelplek opzoeken, boos zijn.
- Van wie hou je: Over loyaliteiten, missen, afscheid, dubbele gevoelens ten opzichte van ouders, verdrietig en verward zijn.
- Nare herinneringen: Over geen schuld hebben, kind kunnen en mogen zijn, omgaan met nare herinneringen en verwarde gevoelens, adequate coping, onmachtig zijn en bang zijn.

### **Ervaringen en reacties op 'toon zetten'**

- Het programma is goed toegankelijk voor anderstaligen.
- Het is laagdrempelig en beeldend.
- Het werken met een schildpadpop biedt veel veiligheid en vertrouwen voor de kinderen om hun gedachten en ervaringen te ordenen.
- Het programma is praktisch: Termen over veilig boos zijn, zoals 'zachtjes bellen', 'verstandig afkoelen op de afkoelplek' en rustig grenzen stellen, worden door moeders, kinderen en medewerksters overgenomen.
- Toontje fungeert als voorportaal voor eventuele begeleiding in de hulpverlening na de crisisopvang op Blijf van mijn Lijf.
- Het aantal positieve moeder-kind interacties op Blijf van mijn Lijf neemt toe.

### **Meer informatie**

Over het programma 'Toon Zetten' en/of over een workshop 'Veilig boos' zijn.

Kunt u verkrijgen bij;

Martijn Hell, dramatherapeute

Lucertis Kinder- en Jeugdpsychiatrie

T 0251-276400

Mhell@dijkenduin.nl

### **Informatie**

Voor algemene vragen over Lucertis Kinder- en Jeugdpsychiatrie is onze afdeling Informatieservice van maandag tot en met vrijdag van 10.00 tot 16.00 uur bereikbaar via 088 358 88 88.

**[www.lucertis.nl](http://www.lucertis.nl)**