FASE 1

(0-6 maanden)
Adaptatiefase

HOMEOSTASE vs
DISREGULATIE

WAT hebben we nodig?

RUST

STRUCTUUR

PRIKKEL(ARM)

FYSIEKE NABIJHEID

JIJ GEEFT MIJ VEILIGHEID

AFSTAND EN NABIJHEID

Wees dicht bij mij

Wees alert voor
mijn signalen

Ga samen met mij
door een crisis

Blijf bij mij

STRUCTUUR EN GRENZEN

Wees duidelijk over
tijd en ruimte

Steeds hetzelfde vind
ik duidelijk

Bied me veiligheid door mijn
dag te structureren

Neem over als
het niet gaat

Maak de dingen
voorspelbaar voor mij

ACTIVITEITEN

Samen zijn is
het belangrijkste

Focus op 1 prikkel!

Evenwicht tussen rust
en inspanning is nodig

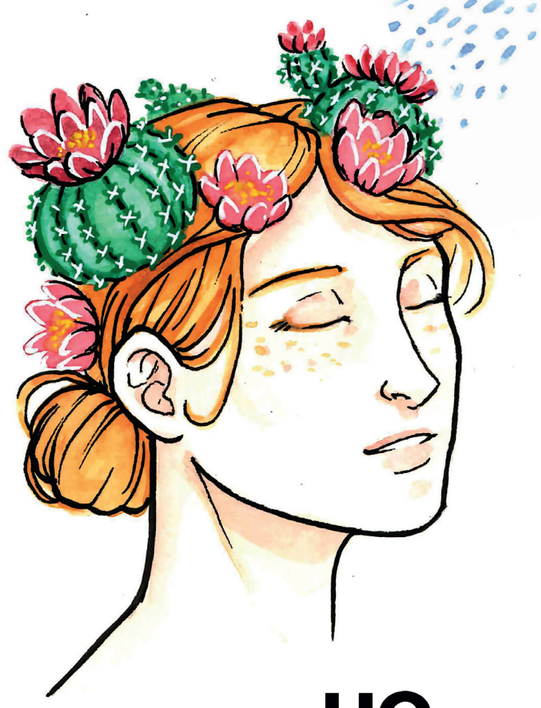
COMMUNICATIE

Blijf in het hier en nu

Benoem mijn ervaringen: vb. horen,
voelen, denken en ruiken

Ik kijk eerst naar wat
je toont, dan pas hoor
ik wat je zegt

"Zo werk je samen"



+

REAGEER EMOTIONEEL NEUTRAAL

MEDICATIE INDIEN NODIG

ACCEPTEER HEN TE ALLEN TIJDE

BEGRENS HEN ZODAT HET VEILIG KAN BLIJVEN

BLIJF BIJ MIJ

-

VRAGEN WAAROM IK IETS HEB
GEDAAN, BEZORGEN STRESS

VERWACHT GEEN EMPATHIE

CONFRONTEREN, BELONEN EN STRAFFEN WERKT
NIET

GEEF GEEN GROTE
VERANTWOORDELIJKHEDEN

VERWACHT NIET DAT ZE ZELF TOT RUST KOMEN

HO GENT

sam steunpunt mens en samenleving

sen seo

Sint-Jan-Baptist psychiatrisch centrum

© Ongena, A. & Morisse, F. (2019)

FASE 2

(6-18 maanden)
Eerste socialisatiefase

VERTROUWEN vs
WANTROUWEN

WAT hebben we nodig?

RUST

STRUCTUUR

BETROUWBAAR FIGUUR

AFSTAND
OP NABIJHEID

JOUW EMOTIONELE
AANWEZIGHEID GEEFT
MIJ VEILIGHEID

AFSTAND EN NABIJHEID

Ik heb iemand betrouwbaar nodig!

Blijf in het zicht

Ga je weg?
Blijf in verbinding, niet alles moet voor mij wijken

Ik moet snel bij jou terecht kunnen

STRUCTUUR EN GRENZEN

Duidelijkheid en grenzen herhalen

Anticipeer op moeilijke situaties voor mij

Neem me uit de situatie als het niet gaat

Kom jouw afspraken na

ACTIVITEITEN

Benadruk onze relatie

Samen zijn > alleen doen

Rituelen en routines vind ik fijn

COMMUNICATIE

Lichamelijk contact vind ik fijn

Iets samen doen vind ik leuker dan praten

Herken en geef vorm aan mijn emoties

Praat over vandaag en niet over gisteren of morgen

Bevestig onze relatie

Stel geen waarom vragen

Praat over ons

Verwoord mijn emoties

"Zo werk je samen"

\+

NABIJ BLIJVEN OP AFSTAND

ALS JE IETS WIL
ZEGGEN VRAAG DAN
EERST AANDACHT

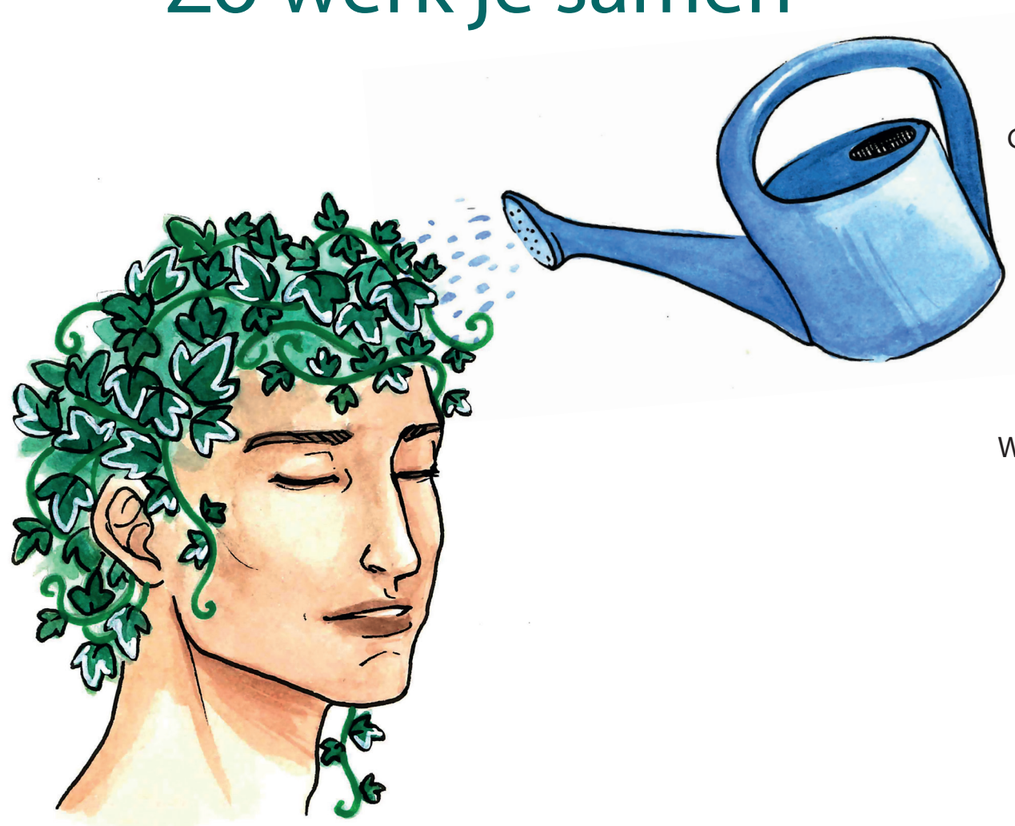
ACCEPTEER HEN TE ALLEN TIJDE

MEDICATIE INDIEN NODIG

STA STIL BIJ WAAROM IEMAND OM
"AANDACHT" VRAAGT
(GRENZEN? VEILIGHEID? NABIJHEID?)

WEES EERLIJK IN WAT JE VOELT,
UITSTRAALT EN ZEGT

TREK ALS TEAM AAN
HETZELFDE EIND



\-

GEEF GEEN BOODSCHAPPEN DIE VOOR INTER-
PRETATIE VATBAAR ZIJN

STEL GEEN WAAROM VRAGEN

KIES NIET TEVEEL VOOR
VERBALE ONDERSTEUNING

WERK NIET MET CONFRONTEREN, STRAFFEN OF
BELONEN

DOE GEEN BEROEP OP
DE FRAGIELE HECHTING

HO GENT

sam steunpunt mens en samenleving

sen seo

Sint-Jan-Baptist psychiatrisch centrum

© Ongena, A. & Morisse, F. (2019)

FASE 3

(18-36 maanden)
Eerste individuatiefase

AUTONOMIE vs
AFHANKELIJKHEID

WAT hebben we nodig?

REGELS +
CONSEQUENTIES

BEGELEIDEN
OP AFSTAND

ZELF MOGEN
BESLISSEN BINNEN
EEN VEILIGE EN
DUIDELIJKE STRUCTUUR

AFSTAND EN NABIJHEID

Geef mij ruimte om te exploreren

Geef mij een veilige terugvalbasis

Laat mij kiezen als het kan

Positieve ervaringen zijn belangrijk voor mij

STRUCTUUR EN GRENZEN

Ik heb duidelijke regels nodig

ik heb consequente begeleiding nodig

Ik vecht constant tegen de regels

Door onderhandeling laat ik mij discreet sturen

Werk niet aan alles tegelijk maar choose your battles

ACTIVITEITEN

Laat mij zelf dingen doen, maar spring snel bij als het nodig is

Activiteiten doen om mijzelf beter te leren kennen

Geef mij verantwoordelijkheden die ik aan kan

COMMUNICATIE

Praat niet over mij, maar jij + ik

Wees kort, bondig en consequent

Gebruik humor

"Zo werk je samen"

+

HOU REKENING MET JALOEZIE

AUTONOMIE EN RELATIE BEVESTIGEN

BLIJF RUSTIG MAAR DUIDELIJK

LAAT ME ZELF BESLISSEN BINNEN EEN VEILIGE STRUCTUUR

HOU DE UITLEG KORT EN BONDIG

-

WERK NIET MET UITGESTELDE BELONINGEN

VERWACHT GEEN EMPATHIE

CONFRONTATIE HELPT NIET

WORD NIET BOOS ALS ER EENS IETS MISGAAT

STEL GEEN WAAROM VRAGEN

ZET NIET TE VEEL IN OP GROEPSTHERAPIE

HO GENT

sam steunpunt mens en samenleving

sen seo

Sint-Jan-Baptist psychiatrisch centrum

© Ongena, A. & Morisse, F. (2019)

FASE 4

(3-7jaar)
Identificatiefase

INITIATIEF vs
GEREMDHEID

WAT hebben we nodig?

BEGINNENDE
VRIENDSCHAPPEN

SUCCESERVARINGEN

BEVESTIG DAT IK
GOED BEZIG BEN

STIMULEREN TOT
ZELFSTANDIGHEID

VERTROUWENSRELATIES

ROLMODEL

AFSTAND EN NABIJHEID

Laat mezelf doen wat ik kan maar leer mij wat ik wil kunnen

Ik wil zelf kunnen besllissen maar kan deze verant-woordelijkheid nog maar begin-nend dragen

Wees een rolmodel

STRUCTUUR EN GRENZEN

Maak grenzen duidelijk, maar leg uit waarom

Geef mij een houvast

Ik heb herhaling en controle nodig

Betrek mij bij het maken van keuzes en geef mij ruimte voor inspraak en onderhandeling

ACTIVITEITEN

ik wil iets doen waarin ik uitblink

Ik doe graag dingen samen met anderen

Stimuleer mij tot actie

bekrachtig mij na een positieve actie

COMMUNICATIE

Help mij reflecteren bij conflicten

Wakker mijn empathie aan

Spiegel mijn gevoelens

Laat mij een actieve inbreng doen

Help mij bij een realistisch zelfbeeld

Kijk voorbij mijn stoere verhalen

Ik vertel graag wat ik denk dat je wil horen

"Zo werk je samen"

\+

WEES EEN VOORBEELDFUNCTIE

WAT GOED EN SLECHT IS
VOORZEGGEN

VOED EMPATHIE

PSYCHO-EDUCATIE

POSITIEVE FEEDBACK

LEG UIT WAAROM

STIMULEER REFLECTIE

GEEF RUIMTE VOOR INSPRAAK EN VERANTWOORDE-LIJKHEID

WERK MET (UITGESTELDE)
BELONINGEN

\-

LEG NIET ALLE INITIATIEF EN
VERANTWOORDELIJKHEID BIJ HUN

NEEM NIET ALLES OVER

FOCUS NIET TEVEEL OP FOUTEN OF MISLUKKIN-GEN

BLOK INITIATIEF NIET TE SNEL AF

VERGEET NIET DAT ZE
NOG MOETEN GROEIEN IN
EMPATHIE, REFLECTIE,
VERANTWOORDELIJKHEID, …

HO GENT

sam steunpunt mens en samenleving

sen seo

Sint-Jan-Baptist psychiatrisch centrum

© Ongena, A. & Morisse, F. (2019)

FASE 5

(7-12jaar)
Realiteitsbewustwordingsfase

ZELFVERTROUWEN vs
MINDERWAARDIGHEID

WAT hebben we nodig?

HECHTE VRIENDSCHAPPEN

LEREN IN GROEP

ZELFSTANDIGHEID

VAARDIGHEDEN/ PRODUCTIVITEIT

VERANTWOORDELIJKHEID

RUIMERE LEVENSWERELD

AFSTAND EN NABIJHEID

Ga met mij om als een gelijkwaardige

Ondersteun mij in inzichten

De mening van mijn vrienden vind ik belangrijker dan die van jou

STRUCTUUR EN GRENZEN

Laat mij zelf oplossingen zoeken

Laat mij weten waarom iets niet kan of mag

Mijn vrienden hebben een grote invloed op mij

ACTIVITEITEN

Geef mij een plaats in de steeds groter wordende omgeving

Geef mij verantwoordelijkheid

Ik ben graag competitief, creatief en/of productief bezig

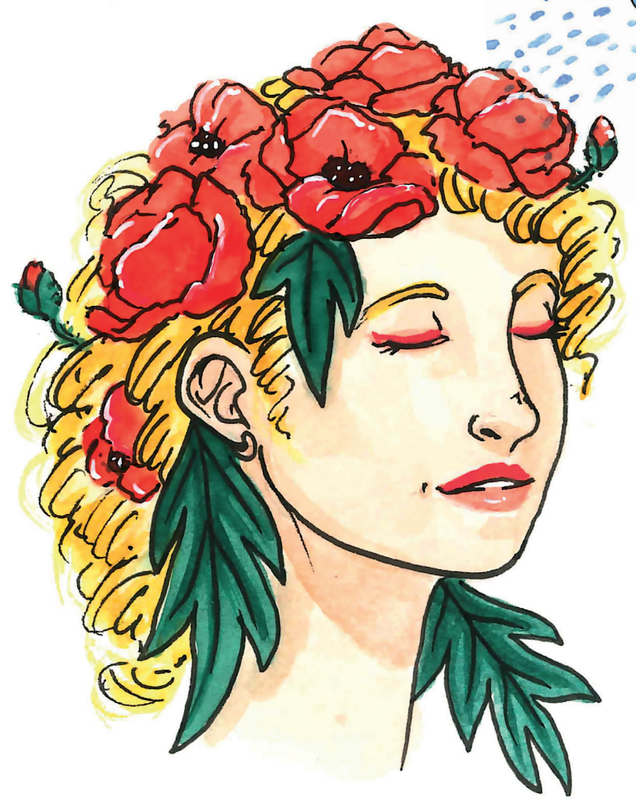
COMMUNICATIE

Ik vind groepsgesprekken belangrijk

Analyseer en reflecteer samen met mij

Help mij mijn gevoel te verwoorden

“Zo werk je samen”



+

RESULTAATGERICHT

LEEFWERELD EN NETWERK VERRUIMEN

WAARDERING

BIED EEN TERUGVALBASIS

ANALYSEREN EN REFLECTEREN

INZETTEN OP INTERN GEWETEN

GROEPSLEER

PSYCHO-EDUCATIE

–

BLIJF AANDACHTIG VOOR OVERSCHATTING

VERGEET DE IMPACT VAN VRIENDEN/DE GROEP NIET

BESLIS NIETS OVER HUN HOOFD

LAAT HEN NIET VOLLEDIG LOS

HO GENT

sam steunpunt mens en samenleving

sen seo

Sint-Jan-Baptist psychiatrisch centrum

© Ongena, A. & Morisse, F. (2019)