

Ons sociaal cognitieve brein, psychische gesteldheid en veerkracht



Wouter Staal, februari 2024

concepten in ontwikkeling

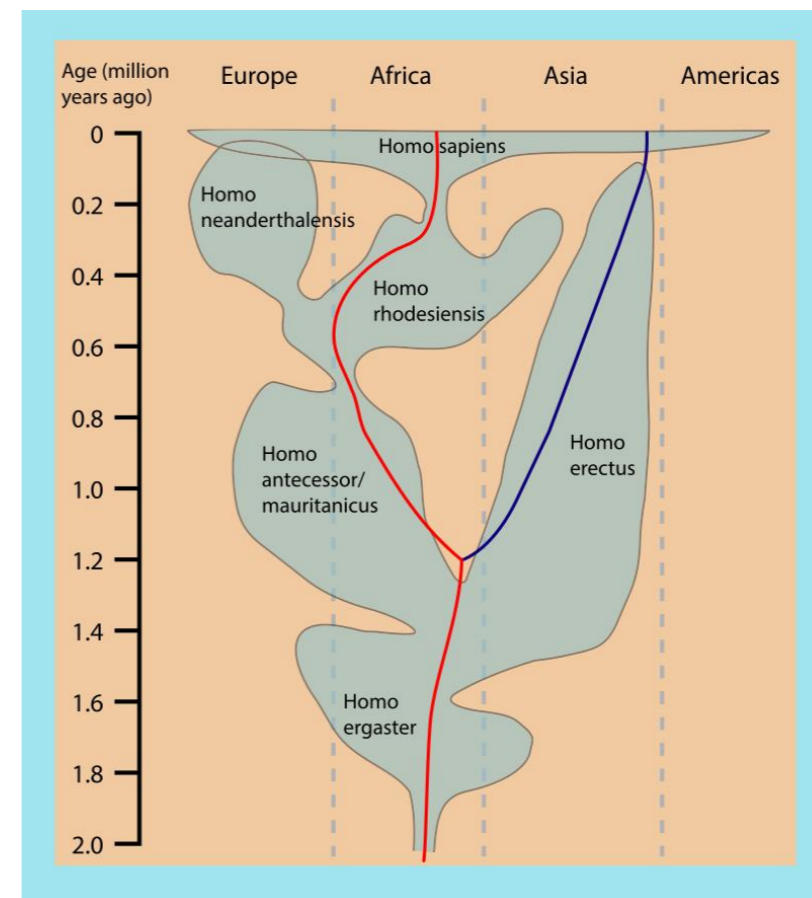
- onze hersenen
- het bio-psycho-sociaal model (BPMS)
- sociaal ecologische systemen
- psychische gesteldheid

wat is dan nodig?

- check bij jongere in problemen altijd...
- zet in op consultatie en kennisdeling vanuit JGZ
- zet in op versterken emotie regulatie (ouders, kind, school)
- bevorder sociaal ecologische sterkte
- veerkracht

• onze hersenen: een evolutionair gegeven

- Homo sapiens zo'n 300.000 jaar aanwezig
- tot 12.000 jaar geleden jagen en verzamelen (96%)
- industriële revolutie sinds 250 jaar (0,083%)



• onze hersenen

volledige integratie

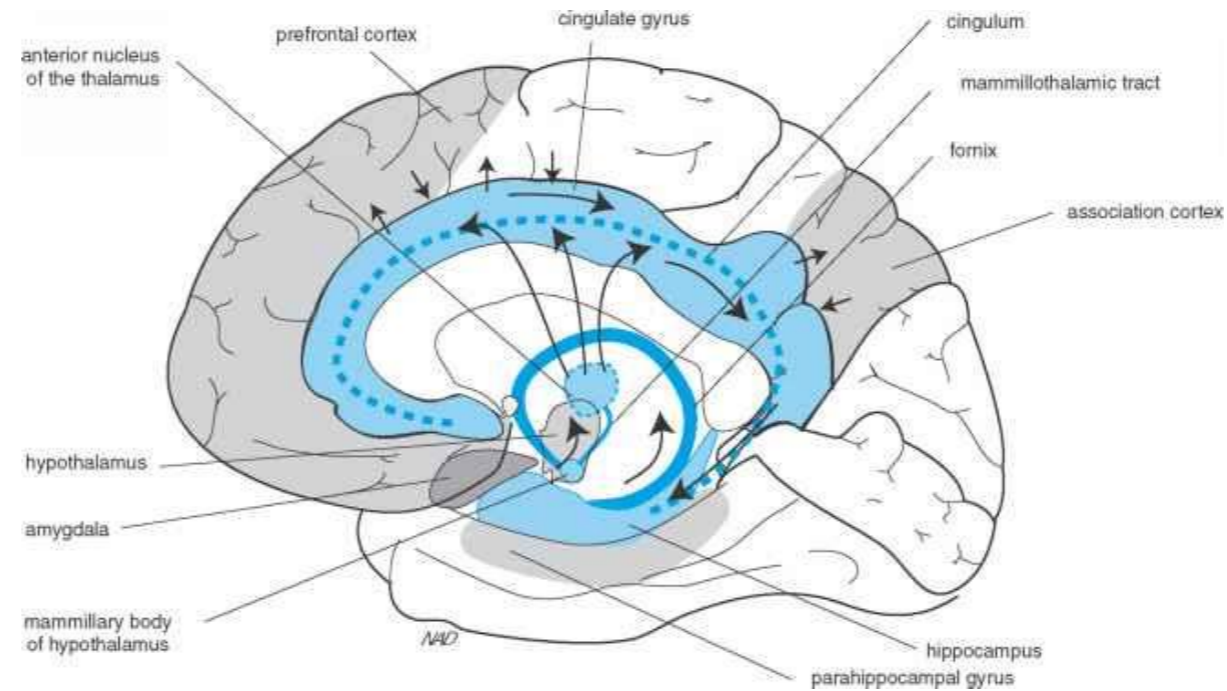
abstract redeneren
emotieregulatie
taalverwerving
empathie
socialiteit en cultuur



• onze hersenen: sociaal, emotioneel, cognitieve netwerken



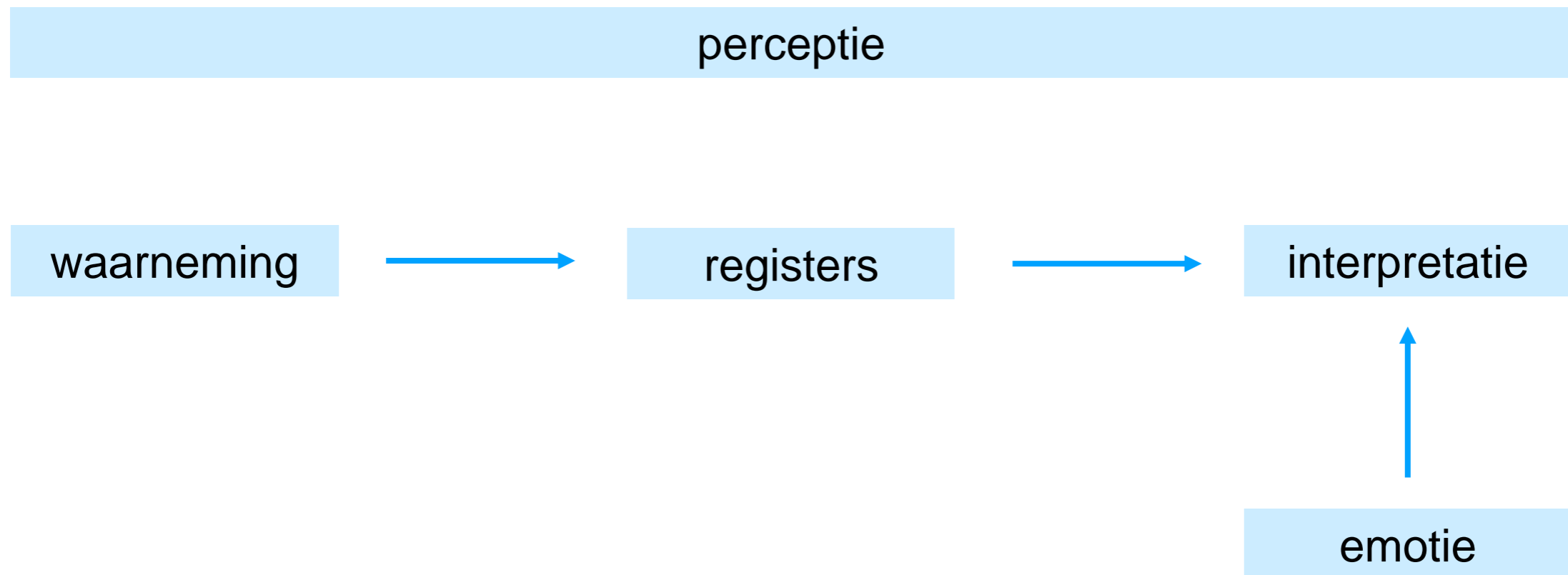
Papez



Limbische systeem

onze hersenen:

het belang van breed scala aan registers



Molyneux's dilemma: de blinde die weer gaat zien ziet geen betekenisvolle vormen!

• onze hersenen

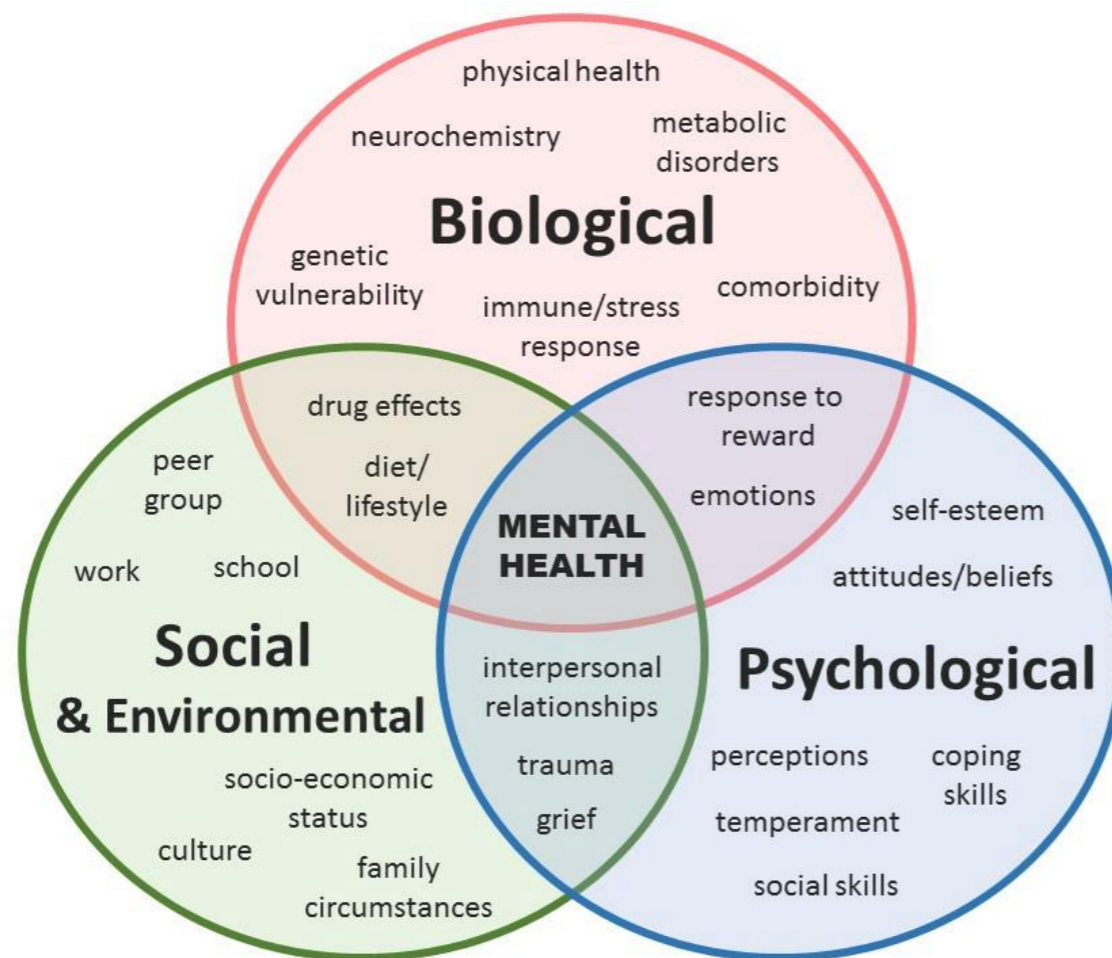
het belang van stress reductie

- Geloof niet in reptielenbrein en rationele brein!
- Hogere functies als sociale perspectiefname en logisch redeneren gaan **sterk achteruit** in stress condities!



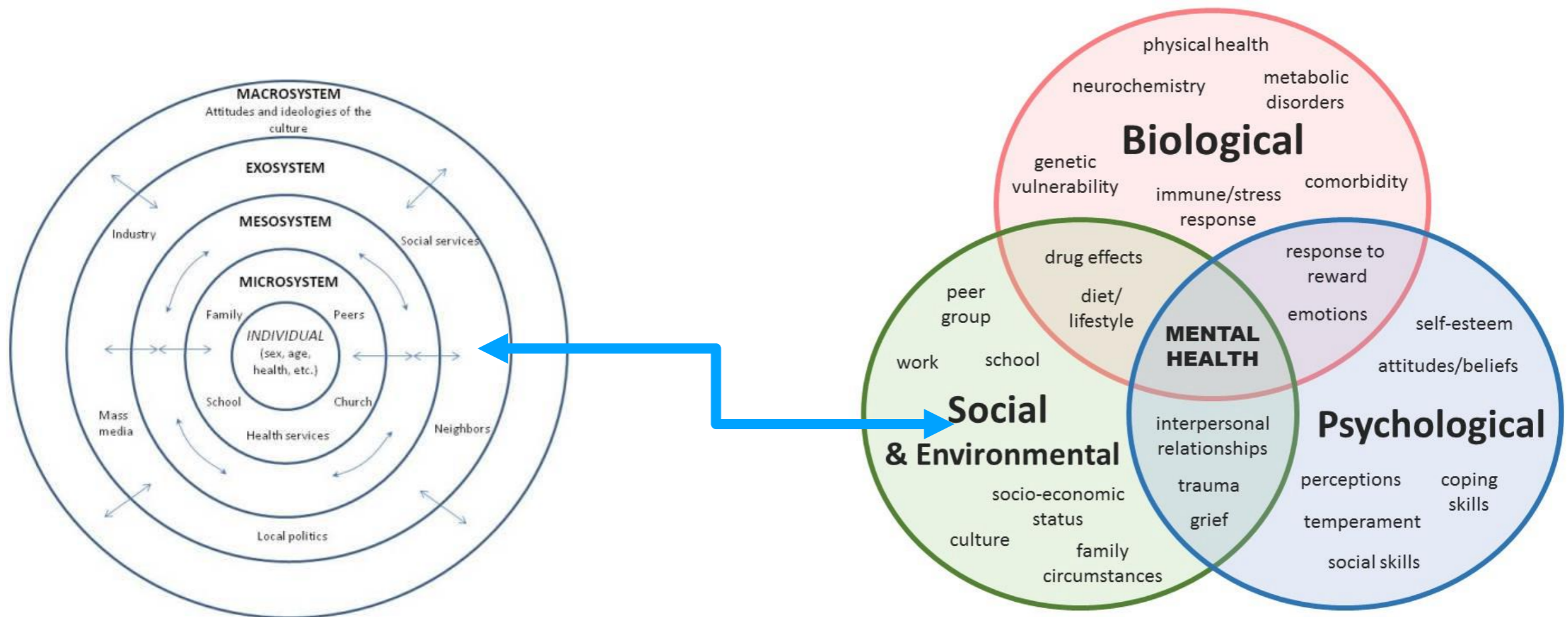
- Het substraat is een circuit, effecten te verwachten van uit meerdere betrokken structuren.
- Onder stress **generieke** reacties

• het bio-psycho-sociaal model



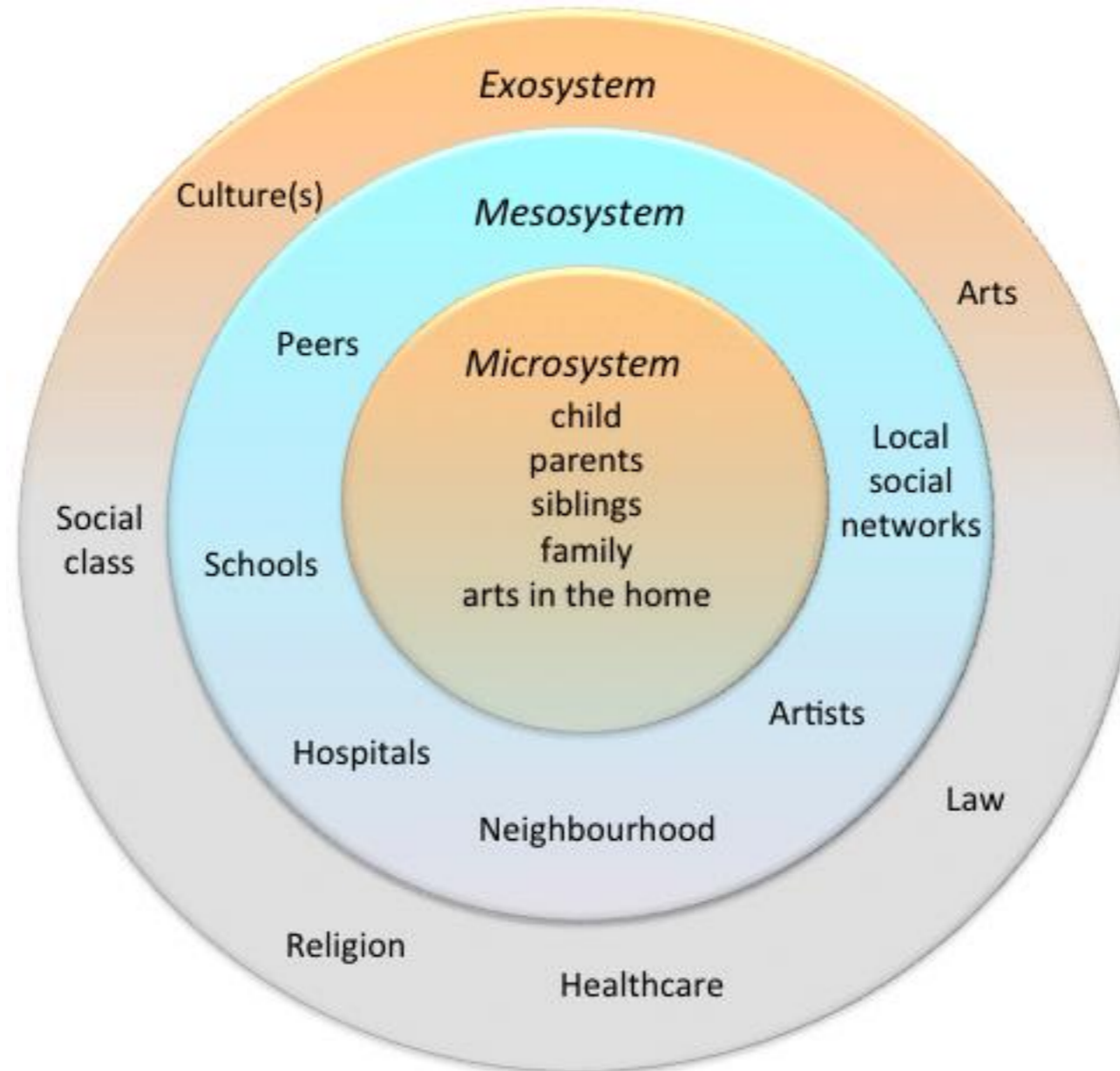
- ook hier integratie!
- perspectief vaak slechts vanuit een enkel domein

• het bio-psycho-sociaal model



Urie Bronfenbrenner (April 29, 1917 – September 25, 2005)

social ecological systems



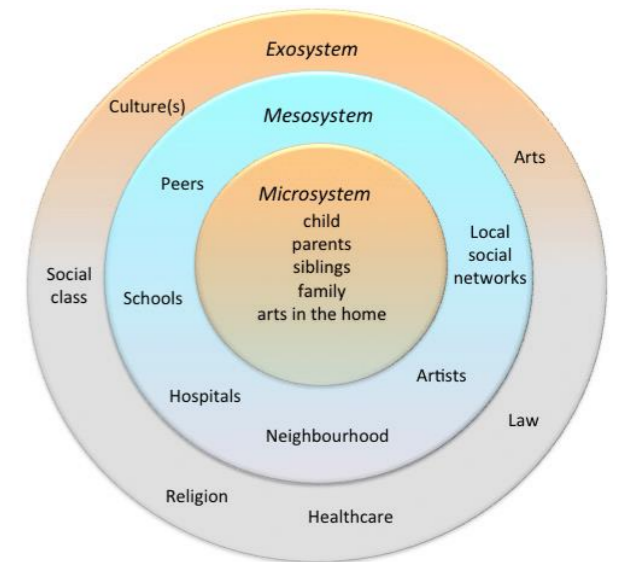
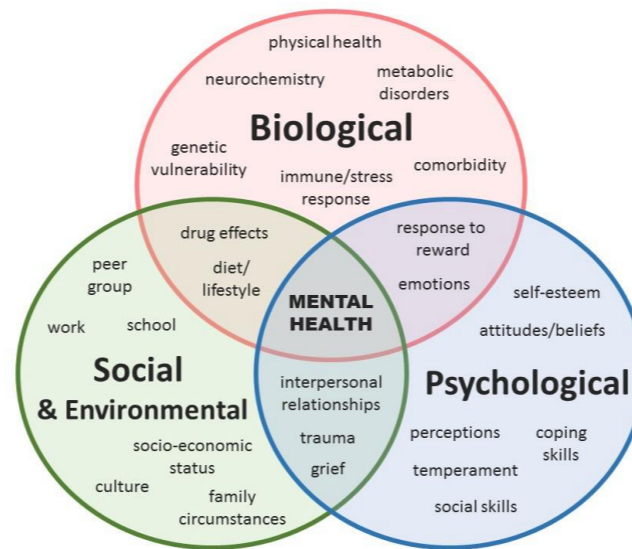
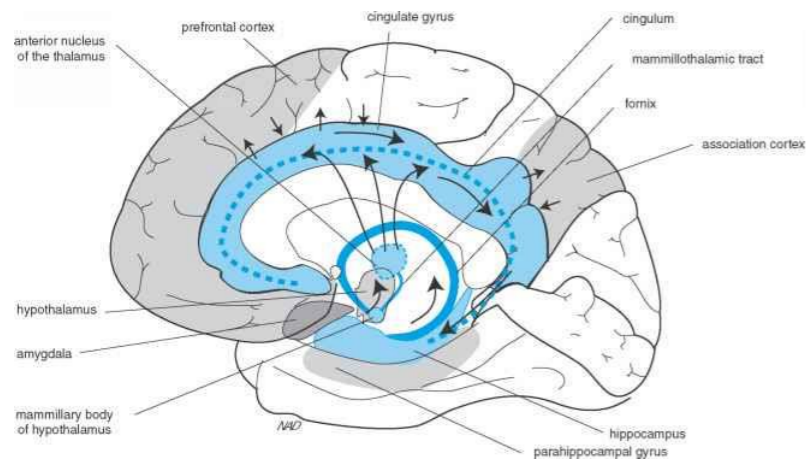
sociaal ecologische systemen

Macro systemische opvattingen die effect hebben op kinderen en jongeren:

Hoe hoger hoe beter, je moet renderen, kinderen en jongeren
in KPI (kritieke prestatie indicator) model

De huidige generatie is minder gedisciplineerd, denken dat
alles vanzelf komt

Deze generatie heeft alle mogelijkheden en alles wat erin zit
moet eruit gehaald worden



Psychische gesteldheid



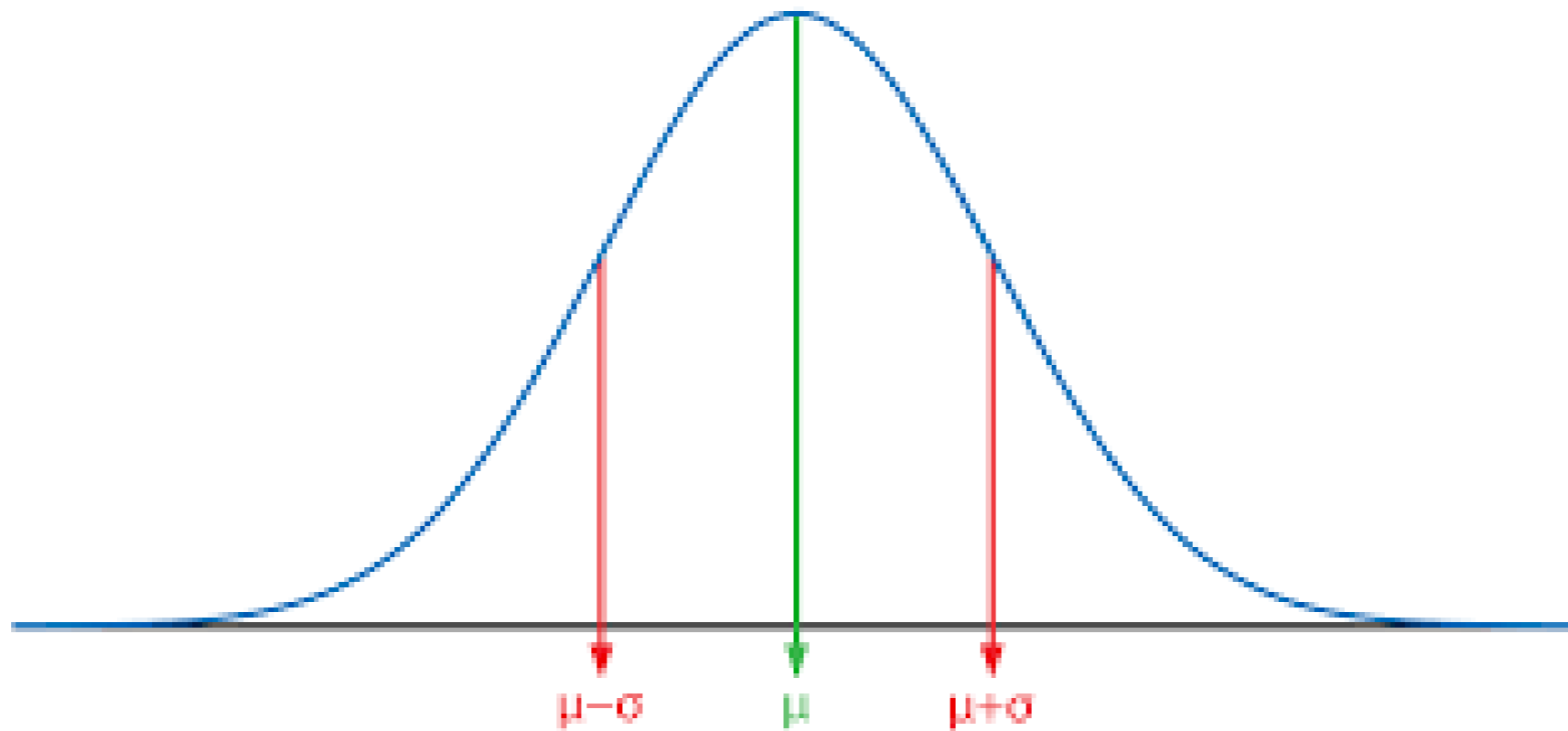
Nauwelijks kwetsbaar
en zeer veerkrachtig



Zeer kwetsbaar
en nauwelijks veerkrachtig

Psychische gesteldheid varieert tussen mensen!

Psychische gesteldheid

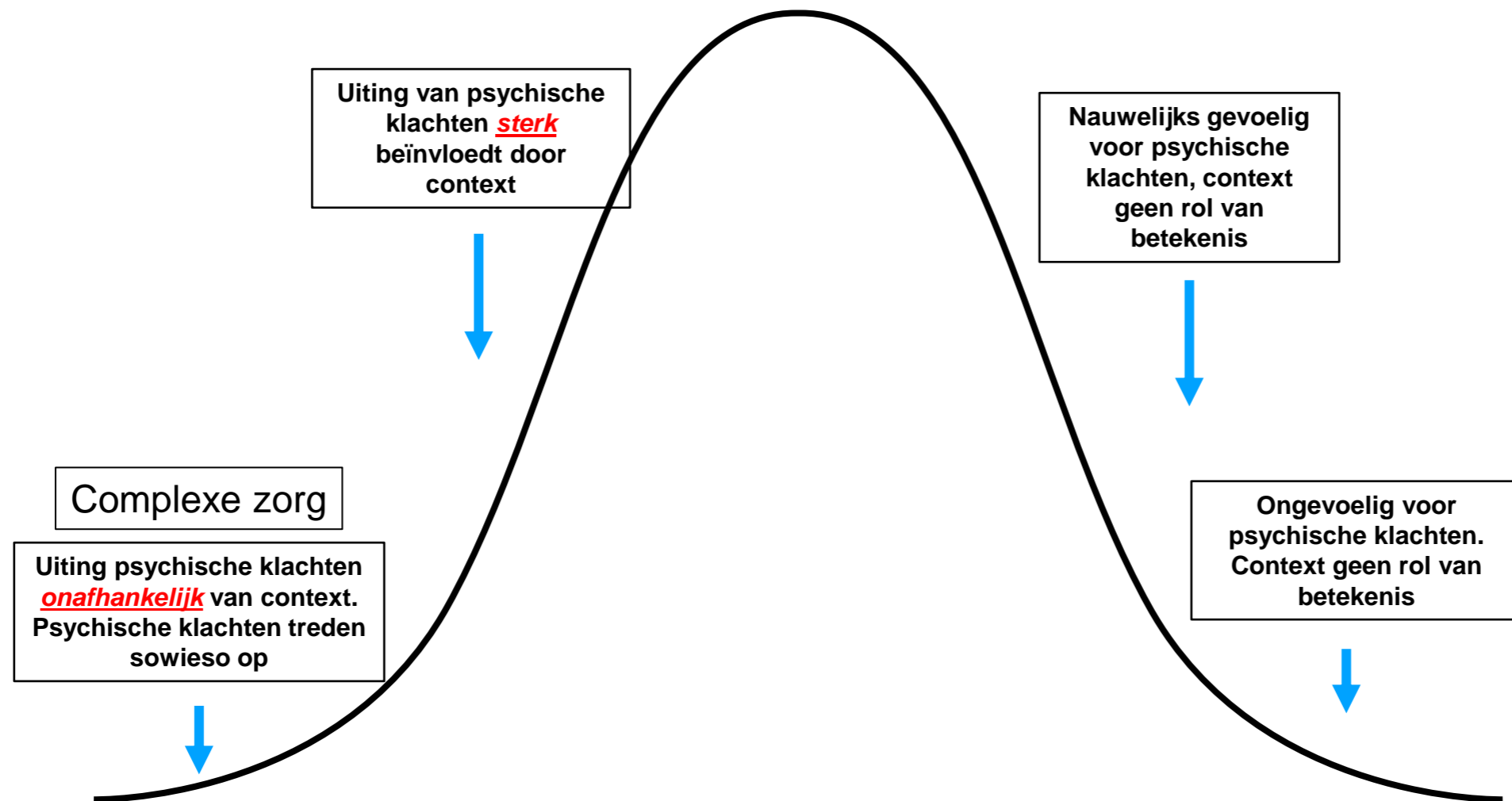


sterk

Psychische gesteldheid

Niet sterk

• Psychische gesteldheid



Wat is hier aan de hand?



Psychische gesteldheid

- *variatie is de norm*

Forse bandbreedte

Kritische periodes

- Cognitieve ontwikkeling (>25jaar)
- Sociaal-emotionele ontwikkeling (levenslang)
- Zintuiglijke en sensomotorische ontwikkeling (>18 jaar)
 - Taal-spraakontwikkeling (>25 jaar)
 - Lichamelijke ontwikkeling (>25 jaar)

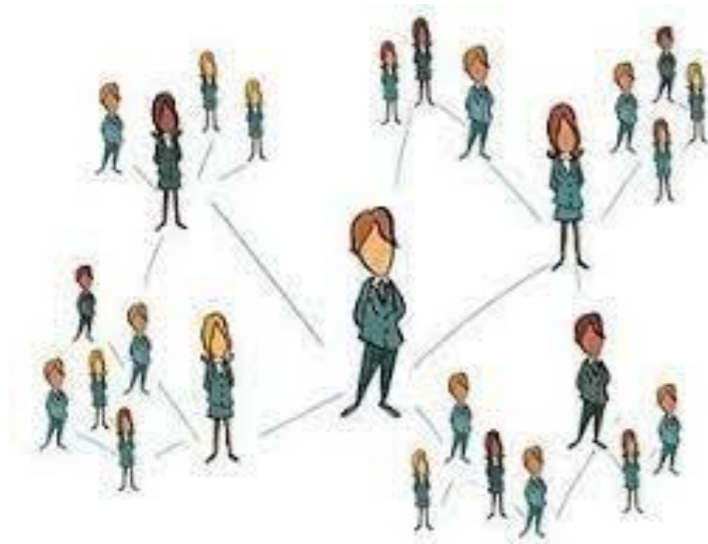
Niet lineair

Lastig voorspelbaar

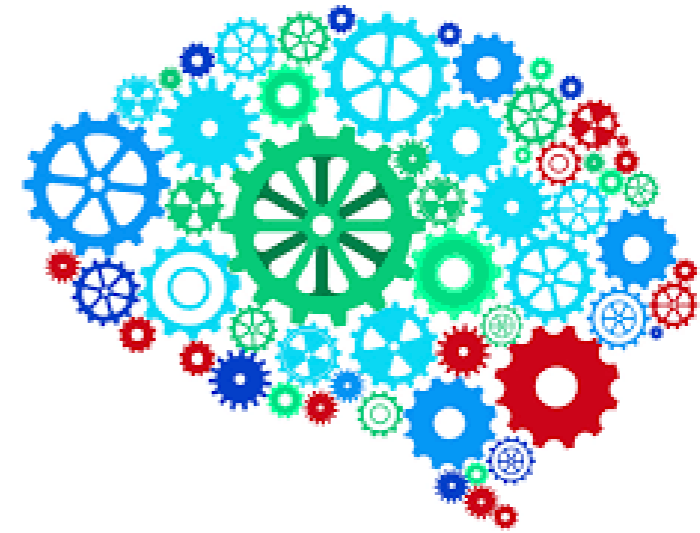
Wat is dan nodig?

Check bij jongeren in problemen altijd:

Sociale netwerken



Vaardigheden cognitief en sociaal emotioneel



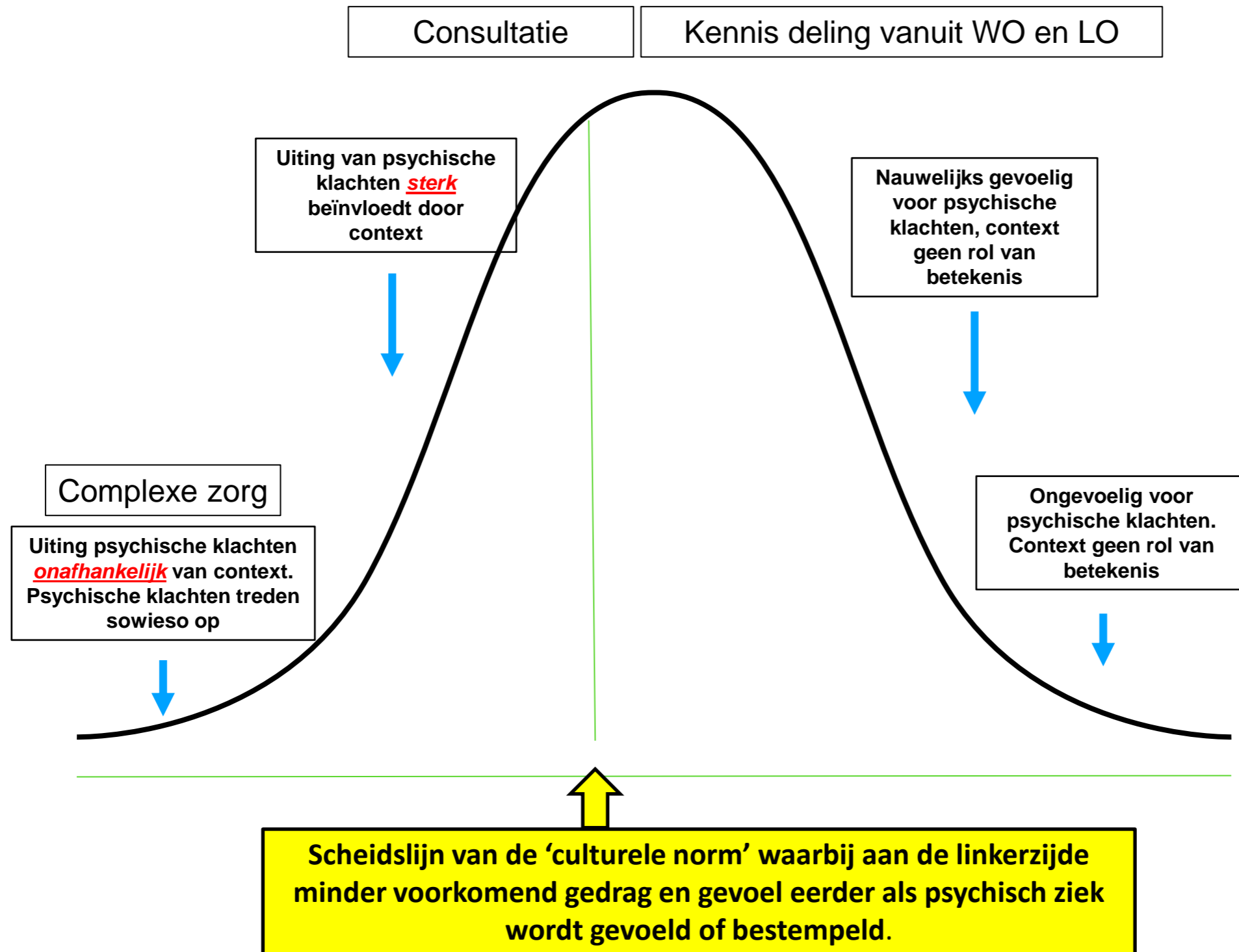
lichamelijke aspecten



toekomstperspectief

emotieregulatie

• Zet in op consultatie en kennisdeling vanuit JGZ



- **zet in op verbeteren emotie regulatie (ouders, kind, school, hulpverleners)**

- Perspectief name trainen!
- Perceptie (registers) daardoor verbreden
- Voorkomt $6+4=10$ denken

KIJK EENS
DOOR EEN
ANDERE



bevorder sociaal ecologische sterkte

- Breng sociale netwerk in kaart en ontwikkelen manieren om te versterken, positief te laten beleven
- Pas op met psychologische modellen die nadruk op defect leggen, dat kan verbinding in de weg zitten.
- Bij kwetsbare groep: altijd een medische check, hoe kort ook!

bevorder sociaal ecologische sterkte

- aanpak kwetsbare jongeren moet gericht zijn op terugkeer in geschikte sociaal ecologische omgeving (“enriched environment” versus betonnen woestijn)
- Stop met de term normaliseren, spreek over variatie omarmen
- Stop met de term medicaliseren, het probleem is eerder psychologiseren, maar gebruik dat ook niet
- Zeg niet “beter worden” bij hoge kwetsbaarheid (curatieve illusie)
- Bedenk dat ontwikkeling echt lastig te voorspellen is, maar dat kan ook hoop geven

Veerkracht



**Het is geen “easy fix”
Het is niet het
omgekeerde van
kwetsbaarheid
Er ontbreekt een
scherpe definitie**

Veerkracht

- Fluctueert over de levensloop, gedurende de dag....
- Multifactorieel bepaald....
- Beleefde veerkracht is wellicht anders dan werkelijke veerkracht..

Veerkracht: onderliggers

Vermogen om te denken over betere toekomst



Vermogen om in crisis emotie te reguleren



Beschikken over *positief* sociaal netwerk



Bewustzijn van innerlijke bronnen



Lerend concept!

veerkracht meten?:

neem een minuut om dit eens voor jezelf te bepalen

b.v. rapport cijfer per item en totaal berekenen (max 40 punten)

Vermogen om in crisis emotie te reguleren

Beschikken over *positief* sociaal netwerk

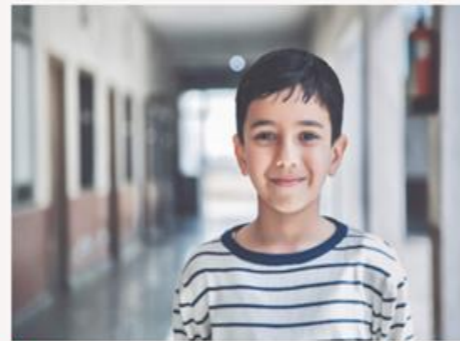
Vermogen om te denken over betere toekomst

Bewustzijn van innerlijke bronnen

Dank voor jullie aandacht!

Impactvol werken aan mentale veerkracht in het onderwijs

In deze incompany training voor het primair en voortgezet onderwijs krijg je een visie aangereikt die je helpt om in je dagelijkse werk met een andere bril te kijken naar het gedrag van kinderen en jongeren. Wat is normaal gedrag en wanneer spreek je van afwijkend gedrag? Hierbij wordt gebruik gemaakt van de principes van normaliserend werken en veerkracht.



Training impactvol werken aan mentale veerkracht ook gericht op wijkteams!

Meer geaccrediteerde scholingen volgen? Bekijk ons aanbod via onderstaande QR code:



Vragen? Neem contact met ons op via:



Academie@karakter.com



Karakter.com/scholingen



Karakter kinder- en jeugdpsychiatrie