

KLEINE K KLEUTERS:

THERAPEUTISCH AANBOD OUDER-KIND:
een kennismaking



2022-2023

Inhoudstafel

Ons team stelt zich voor	3
Dagplanning maandag (ouder-kind dag)	6
Ouder-kind beweging: Sherborne Samenspel	7
Ouder-kind samenspel	7
Sensopathisch ouder-kindspel.....	9
Oudergroep	10
Nestelen – Downregulatie ouder en kind.....	11
Therapeutisch aanbod doorheen de week	13
Griefelen	15
Spelsessies in groep	16
Bewegingstherapie.....	17
Rustmoment.....	18
EMDR	19
Leefgroepwerking.....	20
De ziekenhuisschool	21
Video-interactiebegeleiding	22
Psychodynamisch belevingsonderzoek	23
Sensorische informatieverwerking/.....	24
Ervaringsleren.....	25

Ons team stelt zich voor

Dr. Kristel Lauwers

Kinderpsychiater



Anneleen Heirman

Hoofdverpleegkundige



Steven Vleminckx

Leefgroepbegeleiding



Sofie Luyten

Leefgroepbegeleiding



Alexandra Charels

Leefgroepbegeleiding



Evelien Vandendriessche

Leefgroepbegeleiding



Tine Missinne

Master orthopedagoge



Lara Mandonx

Master kinderpsychologe



Ilse Theys

Master kinderpsychologe



Sien Nackaerts

Maatschappelijk Werk



Daarnaast wordt ons team steeds **ondersteund** door een arts in opleiding tot kinder- en jeugdpsychiater en een stagiair psychologie. Ook zijn er regelmatig stagiairs vanuit de opleiding geneeskunde/ verpleegkunde/ sociale readaptatiewetenschappen aanwezig. Er zijn ook twee vrijwilligers (op dit moment de “oma en opa van de afdeling”), die ons regelmatig ondersteunen.

Onze kleuters gaan naar het **klasje** in de ziekenhuisschool bij de volgende juffen:



Dagplanning maandag (ouder-kind dag)

Op maandagen houden we een **ouder-kind dag**, waarbij elke kleuter met één ouder een volledig dag op de afdeling doorbrengt. Het programma op maandag verschilt daarom van de andere dagen, en ziet er als volgt uit.

Voormiddag

09.00 - 09.15u: dagopening; we starten stipt.

09.15 - 09:45u: fruitje eten

09.45 - 11.40u: therapie in drie groepen, groepjes wisselen.

09.45 - 10.20u *groep 1* *Sherborne bij Tine*

10.25 - 11.00u *groep 1* *Ouder-kindspel bij Lara*

11.05 - 11.40u *groep 1* *Sensopathisch spel bij Ilse*

Middag

11.45 - 12.30u: samen eten (wij voorzien eten voor de kleuters, ouders nemen lunch mee voor zichzelf)

Namiddag

In de namiddag wordt er aan de ouders en de kleuters een verschillend programma aangeboden. Op het einde van de dag komen ouder en kind opnieuw samen in het nestje.

Ouders

12.30 - 13.30u: oudergroep

13.30 - 14.00u: informeel moment/pauze

14.00 - 14.30u: downregulatie

14.30 - 15.00u: nestje maken

Kleuters

12.30 - 13.00u: in leefgroep/even buiten

13.00 - 14.00u: klas (*als niet*: wandelen)

14.00 - 14.30u: buitenspelen/koek

14.30 - 15.00u: nestje maken

Op de volgende pagina's vindt u wat **meer uitleg** over de verschillende **therapieën op maandag**.

Ouder-kind beweging: Sherborne Samenspel

Tine Missinne en leefgroepbegeleiding



De Bewegingspedagogiek van Veronica Sherborne is een “bewegingsmethode”, en heeft als uitgangspunt **samen bewegen, spelen, contact maken** en **welbevinden**. Tijdens de ouder-kind-bewegingsessies worden aan ouder en kind bewegingservaringen aangeboden die bijdragen tot het zelfbewustzijn en het bewustzijn van de interactie met de ander. De Bewegingspedagogiek beoogt naast de motorische en cognitieve ontwikkeling voornamelijk dan ook doelstellingen op sociaal en affectief-emotioneel vlak. **Zelfvertrouwen**, en **vertrouwen in de ander** zijn twee centrale begrippen binnen deze methode. Tijdens de groepssessies Sherborne gaan we bewegen, rollen, wiegen, genieten... Samen, alleen, met en tegen elkaar om zo ons hele zelf beter te leren kennen. Het is een leuke mix van bijna-acrobatische spelletjes, maar ook veel rustige momenten met ouder en kind. Doorheen de sessies maak je kennis met een **lichaamsgerichte manier om verbinding te maken** met je kind en krijg je ideeën mee naar huis om samen mee te experimenteren. Soms gaan we ook met één ouder-kind dyade aan de slag met **Sherborne Samenspel**, en werken we samen aan een aantal specifieke therapeutische doelstellingen.

Deze basale benadering met de lichaamsgerichte oefeningen kan ondersteunend werken bij jonge kinderen met **diverse ondersteuningsnoden**. Beweging en aanraking worden als fundamenteel van belang beschouwd voor de ontwikkeling van de hersenen, bij de ondersteuning van regulatieproblemen, bij trauma-behandeling en bij de versterking van de verbinding tussen ouder en kind. Wanneer we individueel werken, maken we gebruik van de bewegingsspele, het “bouwstenenmodel” van Truus Bakker, de neurobiologische visie en de basisprincipes van Video-interactiebegeleiding.

Ouder-kind samenspel gebaseerd op FloorPlay van Dr. Greenspan

Lara Mandonx



Ouder-kind samenspel is een manier om als ouder spelenderwijs in interactie met je kind te gaan. FloorPlay betekent letterlijk “**op de grond spelen**”. Het kind laat door te spelen zien hoe het zich voelt. Spelen is belangrijk voor de ontwikkeling van het kind en de relatie met de ouder: kinderspel zorgt voor groei in zelfvertrouwen van de kleuter. Bovendien communiceren kinderen via hun spel emotionele en relationele boodschappen (Vliegen & Van Lier, in *Een spel voor twee spelers*, 2007). Het samenspel tussen ouder en kind bevordert de opbouw van een veilige hechting.

We baseren ons op bovenstaande principes en nodigen je als ouder uit om een **actieve speelkameraad** te zijn van je kind door

- het voetspoor van je kind te volgen en te spelen met datgene wat je kind interesseert,
- te zoeken naar de juiste toon op een manier die je kind stimuleert om in interactie met jou te treden,
- in te gaan op de interesses van je kind en geleidelijk meer contact te maken met elkaar. Je volgt het spoor van je kind, die zijn eigen regisseur is.

Sensopathisch ouder-kindspel

Ilse Theys



Via onze **zintuigen** komen er verschillende prikkels naar binnen. Anderzijds kunnen onze zintuigen ons helpen om met ervaringen en gevoelens om te gaan. Daarom vinden we het heel belangrijk om de kindjes en hun ouders te laten experimenteren met allerlei verschillende prikkels zoals het voelen aan klei, het ervaren van verschillen tussen harde en zachte materialen in de natuur of het luisteren naar muziek en kijken naar verschillende kleuren...

Kleuters en hun ouders kunnen samen ontdekken welke dingen fijn aanvoelen, welke minder goed passen bij hun lijfje. Ze kunnen hun grenzen verleggen door eens iets te ervaren wat ze nooit eerder geprobeerd hebben. De **prikkelverwerking** kan in beweging worden gezet op verschillende manieren. Contact met de natuurelementen, zoals bijvoorbeeld de wind, de aarde en het water, kan daar een belangrijke rol in spelen. Het sensopathische spel is ook een verbindende activiteit tussen ouders en hun kindje.

Oudergroep

Dr. Kristel Lauwers en arts-assistent



De oudergroep is een **plek voor ouders onder elkaar**, in **aanwezigheid** van één of **twee van de stafleden** (meestal de kinderpsychiater en de assistent). Het is een uur voor jezelf als ouder om na te denken over hoe het met je gaat, wat jou bezig houdt en wat je nodig hebt. Soms zetten we zelf een thema op de agenda, waarvan we denken dat het voor veel ouders een meerwaarde is om te bespreken. Alles wat gedeeld wordt in de oudergroep, blijft binnen “kleine K” (je kan dus wel je niet aanwezige partner op de hoogte brengen, maar ruimer wordt dit niet gedeeld).

Je mag graag op elkaar inpikken, jullie kunnen tips vanuit eigen ervaringen met elkaar delen. Wees wel voorzichtig met “goede raad van tante Kaat” en wees er je alleszins van bewust dat alle ouders, net zoals jijzelf, al heel veel geprobeerd hebben. Als het probleem evident was op te lossen, waren jullie hier niet! De begeleiding zal vaker inpikken op thema’s vanuit kennis van de ontwikkeling van kinderen en vanuit onderzoek. Het is niet de bedoeling uitvoerig te spreken over één ouder of één kind, dat komt aan bod in de gesprekken met de trajectbegeleiding.

We beginnen een oudergroep steeds met aan iedereen de vraag te stellen “Hoe is het met jou en wat heb je nu nodig?”. We eindigen opnieuw met een vragenronde : “Hoe ga je hier buiten (1 woord) en wat neem je mee (1 zin)? ”.

Nestelen – Downregulatie ouder en kind

Dr. Kristel Lauwers en Lara Mandonx



Tijdens de downregulatie of “nestelen” krijgen ouders en kinderen de kans om tot rust te komen via **relaxatieoefeningen**. Door middel van rustige muziek, lekkere geurtjes, veertjes waarmee je elkaar kunt strelen en het dempen van de lichten, sluiten van gordijnen creëren we een ontspannen sfeer. Ouders maken hun nestje klaar en komen dan tot rust middels:

Mindfulness: Met Mindfulness train je jezelf om ieder moment bewust in het “hier en nu” te leven en niet te piekeren over het verleden of de toekomst. We hebben ook aandacht voor onze ademhaling.

Visualisatie: Bij visualisatie roep je een ontspannen gevoel op door je een beeld of situatie voor te stellen waarvan je tot rust komt (bv. een dobberend bootje op zee, een zonnig strand).

Vlinderknuffel: We gebruiken ook versterkende technieken vanuit de EMDR.

Na ongeveer 30 min. brengen we de **kindjes** één voor één **tot bij de ouders** in het nestje. We nemen nog een half uurtje de tijd om te ontspannen en het brein van het kind en de ouder tot rust te laten komen. We helpen ouders om zich zowel lichamelijk als emotioneel te ontspannen. We weten dat de rust bij de ouder zelf zal helpen om het kind zijn/haar eigen rust te laten vinden. Het is niet de bedoeling te slapen; het is eerder: in een “zijn”-modus gaan i.p.v. “doe”- modus. We willen graag dat een kind samen met zijn ouder kan ervaren dat samen knuffelend tot rust komen, masseren, zacht een liedje zingen, samen ademhalen... een fijne en deugddoende manier van samen zijn en zelfzorg is. Het is goed om verschillende manieren uit te proberen en te zoeken naar meerdere dingen waarbij jullie samen rust kunnen vinden. We zullen ook altijd proberen of dat lukt zonder materiaal, omdat dat overal toepasbaar is. We willen ook dingen zoeken die verder gaan dan “afleiding” (zoals een boekje): we willen heel graag **via een lichamelijke ingangspoort “rust in het lijf”** vinden. Zeker bij prikkelgevoelige kinderen is daar vaak toch aangepast materiaal voor nodig. Het is vaak een hele zoektocht, die we samen met jullie willen aangaan.

Op het einde mag elk ouder-kind paar om de beurt bij pop “Ka” langsgaan om af te ronden. Het kind mag met zijn duim aangeven hoe de dag was en ouders geven hun kind een concreet compliment. Daarna kunnen ouder en kind samen in rust vertrekken.

Therapeutisch aanbod doorheen de week

De overige weekdays komen de kleuters een hele dag naar de afdeling zonder de ouders. Voor de ouders worden er gesprekken met een trajectbegeleider en eventuele andere therapeutische activiteiten (met de kleuter) voorzien.

Een traject op Kleine K bestaat standaard uit een **diagnostische fase** van 4 tot 6 weken, en een **therapeutische fase** van 8 tot 10 weken.

Gedurende de **diagnostische fase** ziet het aanbod voor de ouders er als volgt uit:

- Oudergesprekken met een trajectbegeleider (1u per week).
- Kindbespreking op de teamvergadering.
- Adviesgesprek met de kinderpsychiater, de arts-assistent, de trajectbegeleider en eventueel een leefgroepbegeleider.

Gedurende de **therapeutische fase** ziet het aanbod voor de ouders er als volgt uit:

- Oudergesprek met een trajectbegeleider (1u per week).
- Óf individueel therapeutisch aanbod (1u per week, samen met de kleuter).
Dit kan bestaan uit ouder-kind sessies van ons bestaande aanbod (griefelen, Sherborne, spel...) of meer specifieke therapie zoals één van onderstaande:
 - Video-interactiebegeleiding
 - Belevingsonderzoek
 - Opstellen van een sensorisch profiel
 - Ervaringsleren
 - EMDR

Het aanbod voor de kleuters is gelijkaardig in de **diagnostische** en **therapeutische fase**, en ziet er als volgt uit:

- Griefelen
- Spelsessies in groep (in de diagnostische fase organiseren we ook twee individuele spelobservaties).
- Bewegingstherapie
- Rustmoment
- EMDR
- Leefgroepwerking
- Ziekenhuisschool

Een klein aantal kleuters verwijzen we in samenspraak met ouders voor onderzoek naar het **Centrum voor Ontwikkelingsstoornissen** of het **Expertisecentrum Autisme**.

Eerder uitzonderlijk stellen we in de therapeutische fase medicamenteuze therapie voor.

Op de volgende pagina's vindt u wat **meer uitleg** over het **therapeutisch aanbod** doorheen de week.

Griefelen

Tine Missinne en leefgroepbegeleiding



Griefelen is het proces om van spanning tot ontspanning, en van een ontregeling naar een (hernieuwd) evenwicht te komen. Het Griefelprogramma ondersteunt kinderen hierbij. Het programma biedt handreikingen om het **vermogen tot zelfregulatie** op alle gebieden te **ondersteunen**; denk aan gedrag, emotie en hechting. Jonge kinderen (2,5-7jaar) kunnen op deze manier leren om de stress van alledag beter aan te kunnen.

Jonge kinderen weten zich soms geen raad met wat ze gewaarworden in hun lichaam, wat het doet met hun energieniveau en ze hebben vaak nog onvoldoende taal om op een adequate manier te kunnen communiceren. Dat kan invloed hebben op hun cognitieve, sociale en de emotionele ontwikkeling. Het Griefelprogramma geeft hen **handvatten** om de gewaarwordingen te leren (her)kennen, hiervoor taal te ontwikkelen en om van de (bij de gewaarwordingen behorende) spanning tot ontspanning te komen. Dit alles met een voor hen vertrouwde volwassene, waardoor de hechting versterkt wordt. Een belangrijke rol in het leerproces is weggelegd voor:

- Het leren (h)erkennen van de zintuigen
- Het leren (h)erkennen van de gewaarwordingen, namelijk de signalen die het lichaam geeft
- De vertaling maken van gewaarwordingen in gevoelens en lichaamssensaties, m.a.w. de betekenisgeving
- Het leren om de gewaarwordingen toe te laten en te verdragen
- Het leren dat gewaarwordingen en emoties veranderen, niet hetzelfde blijven
- Het verkrijgen van taal voor al het bovenstaande
- Actieve manieren aanleren om zelfstandig van spanning naar ontspanning te komen

Spelsessies in groep

Ilse Theys, Lara Mandonx en leefgroepbegeleiding



Voor de ontwikkeling van een kind is het spelen met speelgoed en het spelen met elkaar erg belangrijk. Kleuters **drukken uit wat er in hun leefwereld omgaat** en ze leren samenwerken en delen. Via het samenspel met zorgende volwassenen bouwen kinderen een beeld op van veilige hechtingsfiguren, die hen echt willen leren kennen.

In de spelsessies in groep geven we de 'ruimte' aan de kleuter om zelf te kiezen welk spel er gespeeld zal worden. Als speltherapeut gaan we enerzijds mee in de speldynamiek, maar anderzijds beïnvloeden we het spel mee. Bijvoorbeeld: een kindje dat weinig sociaal contact aangaat, zal door de speltherapeut voorzichtig aangehaald worden. Er wordt steeds gezocht naar een goede afstemming, naar een goed evenwicht in afstand en nabijheid. Bij kindjes die het moeilijk hebben met samenwerking met andere kindjes kan de speltherapeut helpen in het bemiddelen of in het ontvouwen van een beginnend samenspel. Er wordt ook ingespeeld op spelinhouden, om zo de opbouw van vertrouwen en zelfvertrouwen te versterken.

Bewegingstherapie

Ilse Theys en leefgroepbegeleiding



Via de bewegingssessies willen we voornamelijk het **lichaamsbewustzijn** van de kleuter stimuleren en diens vaardigheden (**motorische competenties**) ontwikkelen. Dit gebeurt binnen uitnodigende en in veilige omstandigheden, waarin het bewegen en zelfregulatie centraal staat. Bovendien draagt het in voldoende mate bewegen bij tot het ontwikkelen van een gezonde en veilige levensstijl. Tijdens deze sessies wordt de kleuter ook gestimuleerd in de ontwikkeling van zelfredzaamheid (zelfstandigheid) en de sociaal-emotionele ontwikkeling (zelfconcept en sociaal functioneren).

Rustmoment

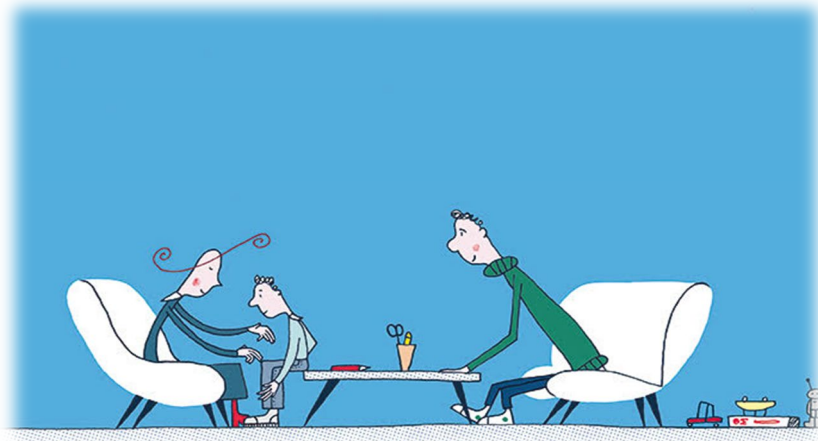
Leefgroepbegeleiding



Elke middag organiseren we een rustig moment gedurende een veertigtal minuten. Het is voor kleuters geen evidente ontwikkelingstaak om **op zichzelf** te leren spelen/bij zichzelf rust te vinden. We willen dit samen met hen oefenen. Afhankelijk van hun noden kan dit rustmoment ook een echt “dutje” worden, dat dan wat langer kan duren. De kleuters die niet meer slapen, begeleiden we stapsgewijs in het leren wat meer op zichzelf zijn, en zoeken we samen wat ze hiervoor nodig hebben (hun tutje/knuffel, mate van nabijheid tot ons, spelmateriaal).

EMDR

Dr. Kristel Lauwers en Lara Mandonx



EMDR is een behandeling die vaak in gezet wordt bij **traumaverwerking**. Voor meer informatie zie eventueel: <https://emdr-belgium.be/info-voor-kinderen-en-jongeren/>.

Het wordt steeds duidelijker dat EMDR ook helpend is om allerlei “heftige” gebeurtenissen te verwerken. Veel van onze kleuters ervaren heel heftige emoties bij voor hen nog niet “verwerkte” gebeurtenissen. Wanneer we dit zien tijdens dagdagelijkse spelmomenten in de leefgroep, kan het zijn dat een EMDR-therapeut een heel korte uitleg aan de kleuter geeft en dan kort gaat tikken links-rechts op knieën/schouders... Dit kan het ontwikkelingsproces terug op gang helpen. Wanneer een intensiever behandelingsproces op dit vlak nodig is, wordt dit vanzelfsprekend met elk ouder-kind paar apart besproken en gepland.

Leefgroepwerking

Leefgroepbegeleiding



Als leefgroepbegeleiding gaan we samen met de kinderen en de ouders op zoek naar datgene wat helpend kan zijn om een vastgelopen ontwikkeling terug op gang te krijgen. We creëren een **oefenruimte** waarin kinderen kunnen experimenteren met de dagdagelijkse realiteit. Kaderend en koesterend helpen we hen zoeken naar een optimale regulatie met leefgroep-pop " Ka " als rode draad doorheen de dag.

De ziekenhuisschool



In de ziekenhuisschool wordt **onderwijs-op-maat** aangeboden voor gehospitaliseerde kinderen en jongeren, dagelijks één tot twee lessen. De leerinhouden en methode worden in overleg met de thuishouders bepaald. De leerkrachten in de ziekenhuisschool houden nauw contact met het behandelings-team. Op deze manier proberen ze de leerachterstand te beperken en de maatschappelijke re-integratie van het (zieke) kind te bevorderen.

Ook de kleuters mogen naar het klasje in het ziekenhuis. Er worden verschillende activiteiten aangeboden binnen een wisselend thema. Na een gezamenlijk onthaal- en vertelmoment, worden de kinderen verdeeld in kleinere groepjes. Hierdoor kan ieder kind gemakkelijker individueel begeleid worden, waardoor de ontwikkelingskansen optimaal zijn. Toch worden er ook groepsmomenten voorzien om de sociale ontwikkeling te bevorderen: poppenkast en groepslessen in de namiddag waarbij er samen geknutseld, geturnd of gekookt wordt.

Het **programma** van de kleuters ziet er als volgt uit:

- Verwelkoming in de onthaalhoek met Jules
- Kringgesprek met Ko de micro
- Verhaal, liedje of versje
- Naar de werkhoecken met een klein groepje
- Poppenkast
- Kookactiviteit
- Bewegingsopvoeding
- Manuele expressie
- Spel met keuzemateriaal
- Schrijfdans

Video-interactiebegeleiding

Tine Missinne



Aan de hand van beelden zoeken we samen naar wat **goed** loopt **in de interactie** met je kind, zodat je als ouder terug krachten kan ontwikkelen. Beelden geven weer wat er zich voordoet aan gedrag: gezichtsuitdrukkingen, kleine bewegingen, oogcontact, ... Met beelden zien we de **kleinste signalen** en zoeken we samen naar wat uw kind nodig heeft.

Video-interactiebegeleiding of VIB is een werkwijze die wordt ingezet om gezinnen te ondersteunen met vragen omtrent opvoeding en interacties met hun kind. Bij VIB worden **video-opnames** gemaakt van de alledaagse contacten tussen ouders en kinderen. Deze beelden worden **achteraf besproken** en **geanalyseerd**. Er wordt gekeken naar de interactie. Dit wil zeggen naar het contact, de communicatie tussen de ouders en hun kind. Voel je je onzeker over je manier van opvoeden? Heb je soms het gevoel dat je je kind niet begrijpt? Heb je het gevoel dat je kind veel moeilijk gedrag vertoont of vraagt je kind vaak negatieve aandacht? Wil je beter communiceren met je kind(eren)? Dan is VIB mogelijk een goede methodiek voor jullie gezin.

Psychodynamisch belevingsonderzoek

Ilse Theys en Lara Mandonx



Een belevingsonderzoek is een vorm van psychologisch onderzoek waarin we de **beleving van je kind** (gedachten, gevoelens, ervaringen, herinneringen,...) in beeld brengen.

Hoe voelt je kind zich? Waar is je kind mee bezig? Hoe gaat je kind om met emotionele gebeurtenissen en spanningen? Met gevoelens van verdriet, boosheid, angst? Hoe gaat je kind om met positieve gevoelens, bijvoorbeeld hoe maakt je kind plezier? Hoe ervaart je kind jullie gezin, zijn school, zijn omgeving....

Naargelang de leeftijd van je kind, gebruiken we tekeningen, opdrachtjes, (spel-)observaties,... Zo komen we in contact met onderliggende verlangens, fantasieën, gevoelens en spanningen van je kind, en zien we hoe je kind hiermee omgaat.

Sensorische informatieverwerking/ Sensorisch profiel

Trajectbegeleiders



Naast sociaal emotionele en cognitieve theorieën kan ook kennis rond **sensorische informatieverwerking** (ook wel 'prikkelverwerking') gebruikt worden om gedrag te verklaren. Sensorische informatieverwerking (SI) betreft het verwerken van zintuiglijke informatie van het lichaam en van de omgeving, en het selecteren van een passende reactie daarop.

Aan de hand van de Sensory Profile – NL(SP-NL) verkorte vragenlijst en observaties in de leefgroep wordt een overzicht gemaakt van de sensorische informatieverwerking van het kind.

Ervaringsleren

Leefgroepbegeleiding



Samen zijn we op zoek naar groei en ontwikkeling, naar afstemming tussen onszelf (ouder) en de ander (kind). Het ervaringsleren is een middel/methodiek om hieraan te werken. Samen met jullie formuleren we een duidelijke doelstelling waarmee we aan de slag willen gaan. We geven jullie een **opdracht** waarbij de focus ligt op de **reflectie achteraf** in plaats van op het resultaat. De opdrachten kunnen erg uiteenlopend zijn, afhankelijk van de hulpvraag. Vaak zullen we de rust van de natuur opzoeken en het helende van de frisse lucht. Als leefgroepbegeleiding staan we aan de zijlijn en geven we instructies, terwijl we trachten zelf minimaal te interfereren. We laten gebeuren wat er gebeurt, zonder oordeel over goed of fout.

De reflectie gebeurt regelmatig ook a.d.h.v. video-interactiebegeleiding. We **filmen** de opdrachten en de interacties en kijken samen met jullie terug. Hierbij focussen we op de **positieve momenten** waar jullie als gezin afstemming vinden. Op deze manier trachten we deze positieve momenten te versterken.