

HET VEILIGE EILAND

- over leren & overleven -

Een beeldende methode voor uitleg en inzicht over:

- De zone van naaste ontwikkeling
- Het veilige eiland, leer- en stresszone
 - Hechting



BEELDENDE WERKMETHODE

Dit materiaal is ontstaan vanuit de behoefte om cliënten op een beeldende, eenvoudige en overzichtelijke manier uitleg te geven over veiligheid, leren, stress en hechting. Het kan worden gebruikt bij zowel jeugdigen als ouders en volwassenen.

Met behulp van dit materiaal krijgen cliënten inzicht in hun eigen 'veilige eiland', de zone waarin groei en ontwikkeling mogelijk zijn en de zone van stress waarin ons systeem overspoeld kan raken.

Het beeldende materiaal helpt om:

- Psycho-educatie op een toegankelijke manier te geven
- Veiligheid, groei en spanning/ stress in beeld te brengen
- Hechtingspatronen te herkennen en te begrijpen
- Innerlijke ervaringen en gevoelens zichtbaar en bespreekbaar te maken

Beelden hebben de kracht om afstand én nabijheid tegelijk te creëren. Ze maken het mogelijk om naar pijnlijke thema's te kijken zonder er volledig door overspoeld te worden.

Het werken met deze methode omvat geen vast protocol. Het materiaal vraagt om afstemming, sensitiviteit en professionele intuïtie.

VOOR WIE IS DEZE METHODE ONTWIKKELD?

Deze methode is ontwikkeld voor professionals in (jeugd)zorg en onderwijs die graag beeldend werken met jeugdigen, ouder(s), gezinnen en volwassenen. Denk aan therapeuten, psychologen, maatschappelijk werkers, ambulante behandelaren, orthopedagogen, gedragsdeskundigen, coaches, intern begeleiders en docenten.

BIJ WELKE DOELGROEP KUN JE DEZE METHODE INZETTEN?

Deze methode kan worden ingezet bij kinderen vanaf ongeveer 6 jaar, jongeren, volwassenen en gezinnen.

WELK MATERIAAL KRIJG JE BIJ DE METHODE?

- Handleiding
- Het groene eiland, puzzelstukken eerste ring water, puzzelstukken tweede ring water
- Poppetjes: vader, moeder, zoon, dochter
- Woordenkaartjes per zone A6 (veilige-, leer- en stresszone)
- Hechtingkaartjes A6 (veilig, angstig, vermijdend, hechtingsbehoeften)
- Veilige hechting kaartjes A7 (5x) (om mee te geven aan ouders)
- Mini-eiland met water (5x) (om mee te geven aan de cliënt)

HOE GA JE AAN DE SLAG MET HET MATERIAAL?

Het werkt het prettigst als je kennis hebt van:

- De metafoor van het veilige eiland en het licht- en donkerblauwe water
- De theorie van de zone van naaste ontwikkeling
- De hechtingstheorie

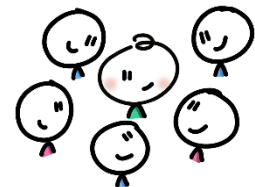
Deze theorie staat uitgewerkt in de bijgeleverde handleiding.



Vervolgens kun je met de vier bijgeleverde poppetjes aan de slag. Je kunt oefenen hoe je de theorie beeldend maakt met de poppetjes op het eiland en de wateren. Je kunt hierbij natuurlijk nog veel meer materialen gebruiken.

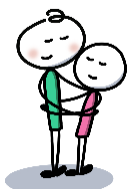
DE METAFOOR VAN HET VEILIGE EILAND EN HET WATER

Stel je voor dat je op een **groen eiland** staat. Op dit eiland voel je je veilig, vertrouwd en thuis. Het is een rustpunt waar je je kunt opladen en reguleren. Op het eiland staan de mensen en dieren bij wie jij je prettig voelt.



Rondom het eiland ligt **lichtblauw** water. Dit is het gebied waarin je kunt leren zwemmen. Het water voelt misschien nog een beetje spannend, maar het is niet onveilig. Hier probeer je nieuwe dingen uit, met steun, uitleg of oefening. Soms lukt het meteen, soms moet je het een paar keer proberen. Dit is de plek waar ontwikkeling plaatsvindt: de zone van naaste ontwikkeling.

Verder van het eiland wordt het water **donkerblauw**. In dit water kom je terecht wanneer iets te moeilijk, te nieuw of te spannend is. Je hebt dan nog niet de vaardigheden of ondersteuning om te blijven drijven. In plaats van leren ontstaat er stress en heb je het gevoel dat je 'verdrinkt'. Je lichaam en hoofd zijn dan vooral bezig met overleven.



Leren en groeien gebeuren dus meestal niet op het groene eiland, maar ook niet in het donkerblauwe water. Ze gebeuren in het lichtblauwe water: naast het eiland, waar je nog kunt terugkeren naar veiligheid en waar er genoeg steun is om nieuwe vaardigheden te oefenen.