

Addendum bij *Tem je Draak*

Voor kinderen die huiselijk geweld hebben meegemaakt

Nathalie Schlattmann, Marjolijn Fuchs-van Dijk,
Melissa Goris, Samantha Regoli-Bakker en
Ramón Lindauer

Deze huiselijk-geweldvignetten zijn gemaakt in samenwerking met Manon Willemsen, Priscilla Veen, Linda Korrel en Miranda Tong Sang van Yousense

Illustraties: Marcel Jurriëns, Boxtel

Het boek *Tem je draak* is te bestellen via de webshop www.bsl.nl:
<https://www.bsl.nl/shop/versterkende-groepstraining-voor-getraumatiseerde-pleegkinderen-9789036828833>




media & learning

Houten 2025

Vignetten voor kinderen die huiselijk geweld hebben meegemaakt

Inleiding



In de Tem je Draak-training wordt in bijeenkomsten 2, 4 en 7 een verhaal voorgelezen over drie kinderen, die verschillende soorten trauma's hebben meegemaakt. Door de verhalende vorm wordt niet alleen op een heldere en toegankelijke manier psycho-educatie gegeven over trauma, maar wordt ook besproken hoe trauma- en stressorgerelateerde klachten, zoals posttraumatische stressklachten, gehechtheidsproblemen en loyaliteitsproblemen, er bij kinderen uit kunnen zien.

De vignetten die in de Tem je Draak-handleiding worden gebruikt, gaan over getraumatiseerde pleegkinderen. In de Tem Je Draak-handleiding vind je een uitgebreide beschrijving voor het gebruik van deze vignetten (p. 23, 26, 52, 53).

We hebben gemerkt dat pleegkinderen zeer veel herkenning vinden in de vignetten en hebben daarom de Tem je Draak-training uitgebreid voor een bredere doelgroep. Bijgaand vind je drie nieuwe vignetten voor kinderen die huiselijk geweld hebben meegemaakt. We bieden deze vignetten ter introductie aan of indien je de Tem Je Draak handleiding al hebt, ter aanvulling.

Onderstaand een overzicht van de te gebruiken afbeeldingen bij de huiselijk-geweldvignetten.

Daan (nr. 2 in bijlage 11 van de handleiding)
Zaira (nr. 2 in bijlage 11 van de handleiding)
Yaro (nr. 2 in bijlage 11 van de handleiding)
Daan Klachten en Triggers: (nr. 2 in bijlage 11 van de handleiding)
Zaira Klachten en Triggers: toegevoegd in huidig addendum (zie miniatuur afbeelding naast het verhaal)
Yaro Klachten en Triggers: (nr. 2 in bijlage 11 van de handleiding)
Daan Hechting: toegevoegd in huidig addendum (zie miniatuur afbeelding naast het verhaal)
Zaira Hechting: toegevoegd in huidig addendum (zie miniatuur afbeelding naast het verhaal)
Yaro Hechting: (nr. 4 in bijlage 11 van de handleiding)
Daan Loyaliteit: toegevoegd in huidig addendum (zie miniatuur afbeelding naast het verhaal)
Zaira Loyaliteit: toegevoegd in huidig addendum (zie miniatuur afbeelding naast het verhaal)
Yaro Loyaliteit: toegevoegd in huidig addendum (zie miniatuur afbeelding naast het verhaal)

Bijeenkomst 2 (hoofdstuk 4 van de handleiding)

Thema: psycho-educatie; de link tussen trauma, klachten en triggers

Vorbereiding

In de tweede bijeenkomst van de Tem je Draak-training (p. 53-55) worden drie kinderen (Daan, Zaira en Yaro) geïntroduceerd en wordt het eerste deel, 'de link tussen trauma, klachten en triggers', voorgelezen.

Ben je benieuwd hoe we de vignetten introduceren? Blader dan naar p. 52 van de Tem je Draak-handleiding om jezelf voor te bereiden. Daar staan aanwijzingen voor het introduceren van de vignetten.

In bijlage 11 van de Tem je Draak-handleiding vind je twee afbeeldingen van Daan, twee afbeeldingen van Zaira en twee afbeeldingen van Yaro behorende bij bijeenkomst 2. Op één afbeelding na zijn al deze illustraties ook bruikbaar bij deze vignetten over huiselijk geweld. De afbeelding van Zaira in bed kan vervangen worden door de afbeelding die als miniatuur naast de tekst wordt weergegeven. Achter in het addendum is deze afbeelding in groot formaat beschikbaar.

Zie p. 53 voor aanwijzingen om kinderen het concept van triggers uit te leggen.

Introductie van de drie kinderen

Je hoort nu een verhaal over drie kinderen die ook huiselijk geweld hebben meegemaakt, zodat je van hen kunt leren. Het verhaal gaat over Daan (*verbaal geweld tussen ouders en betrokkenen*), Zaira (*fysiek geweld tussen ouders*) en Yaro (*geweld naar kind*). Daan is 11 jaar, Zaira is 9 jaar, haar zusje Lola is 5 jaar en Yaro is 7 jaar. Daans ouders maakten vroeger veel ruzie. Ook zijn opa en tante bemoeiden zich er soms mee. Daan hoorde hen dan nare dingen tegen elkaar schreeuwen of ruziemaken als hij in bed lag. Zaira's ouders hadden vaak ruzie, zij schreeuwden dan naar elkaar en konden elkaar schoppen en slaan. Zaira nam haar zusje dan mee naar boven om haar te beschermen. De ruzies waren zo erg dat de politie soms gebeld werd door de bureu. Zaira woont nu met haar zusje in een pleeggezin. Yaro werd vroeger geslagen door zijn ouders en is uit huis geplaatst. Hij woont nu bij zijn pleegouders. De kinderen hebben alle drie op verschillende manieren last van hun draak.

De link tussen trauma, klachten en triggers

DAAN

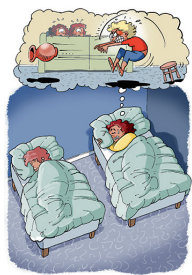
Daan zit in groep 7 en heeft een meester en een juf. Zijn meester is best streng en heeft als hij praat een harde stem. Als de klas van Daan onrustig is, dan praat zijn meester weleens met een heel harde stem. Hij zegt dan: 'Nu is het klaar!' Dit zorgt ervoor dat alle kinderen stoppen met praten en weer verdergaan met hun werk.

Maar Daan... Daan niet. De harde stem van meester heeft Daan bang en verdrietig gemaakt. In Daans hoofd komen plots allemaal herinneringen terug van de ruzies die papa en mama hadden. Er werd toen hard geschreeuwd en gescholden. Papa en mama zeiden dan vaak nare dingen tegen elkaar. Soms waren oom Peter en oma Suus hier ook bij, zij schreeuwden dan ook tegen papa en mama. Soms bonkten de bureu dan op de muur, omdat er te veel herrie was.

Daan heeft het gevoel dat wanneer de meester met een harde stem praat, al die nare dingen weer opnieuw kunnen gebeuren. Hij kan zich niet meer concentreren en voelt zich boos en verdrietig tegelijk. De meester ziet dat Daan niet aan het werk is en een rood gezicht heeft. De meester snapt niet goed wat er met Daan aan de hand is en zegt tegen Daan dat hij zijn werk moet afmaken. In de pauze mogen de kinderen naar buiten. Daan is blij dat het pauze is, want het lukte niet goed om zich te concentreren. Buiten spelen de kinderen voetbal met elkaar. Iedereen wil graag winnen en als Daan de bal heeft en die afgepakt wordt, wordt Daan heel boos. Hij gaat schreeuwen en schelden en maakt ruzie met het kind dat de bal heeft afgepakt. Daan vindt het niet eerlijk en gaat vechten. De meester en juf stoppen het gevecht en Daan moet even naar binnen om af te koelen. Als de juf en de meester hem vragen waarom hij nou zo boos en agressief was buiten, weet Daan het niet. Hij voelt zich boos, maar waardoor dit komt weet Daan niet goed.

Na het lezen van het verhaal van Daan kunnen er vragen aan de kinderen gesteld worden (zie p. 54 van de Tem je Draak-handleiding).

ZAIRA



Zaira zit in groep 6 en heeft twee juffen. De juffen zien dat Zaira op school vaak moe is. Ze moet vaak gapen en heeft niet zoveel energie als de andere kinderen. Dit komt omdat Zaira slecht slaapt. Ze droomt veel, soms over leuke dingen, maar vaak heeft ze nachtmerries. Ze droomt dan over haar papa en mama die ruzie hebben en elkaar slaan en stompen. Vaak droomt ze over die ene keer dat mama met een vaas gooide. Ze kon nog net op tijd haar zusje achter de bank trekken. De politie kwam en nam haar en haar zusje mee. Zaira wordt na deze dromen huilend wakker en zou het liefst bij haar zusje in bed kruipen. Maar dat doet ze niet, ze wil niet dat haar zusje wakker wordt en merkt dat Zaira bang is. Papa wil ze ook niet wakker maken, dan krijgt hij misschien nog meer zorgen. Zaira vindt dat papa er vaak al zo verdrietig uitziet. Zaira was vroeger een vrolijk meisje, dat hield van dansen en liedjes zingen. Nu is ze vaak moe, voelt zich somber en heeft nergens zin in. Hoewel ze het vroeger gezellig vond om met andere kinderen en mensen te kletsen, is ze nu liever alleen en is ze bang om mee te doen met andere kinderen. Ze blijft het liefst in de buurt van een volwassene die ze kent. Zaira heeft op haar kamer een fotoboek van haar zusje en papa en mama, met foto's van vroeger, toen ze nog samen waren. Ze heeft dat boek onder haar bed verstopt. Ze wil er niet naar kijken, want als ze het wel doet, krijgt ze nog meer nachtmerries en krijgt ze er een naar gevoel van, en dat wil ze niet! Zaira wil een gewoon meisje zijn en niet meer denken aan de ruzies die vroeger thuis gebeurden. Dit is best moeilijk voor haar, want de hele dag komen er herinneringen en plaatjes van vroeger in haar hoofd op, bijvoorbeeld als na school de papa's en mama's van de andere kinderen op het speelplein staan om hen op te halen. Zaira wil helemaal niet steeds aan vroeger denken.

Na het lezen van het verhaal van Zaira kunnen er vragen aan de kinderen gesteld worden (zie p. 54 van de Tem je Draak-handleiding).

YARO

Yaro is net 7 jaar geworden en zit nu in groep 3. Yaro gaat naar een speciale school met kleine klassen. In Yaro zijn klas zitten acht kinderen. Yaro krijgt op deze school wat meer hulp. Yaro is vaak aan het dagdromen. Hij staart dan voor zich uit, en als de juf tegen hem praat, hoort hij het niet. Yaro weet vaak niet wat hij op een dag gedaan heeft; hij vergeet het gewoon. Het is niet zo dat Yaro expres niet luistert; het gebeurt gewoon. Het is alsof hij in zijn hoofd even weg is, naar een andere plek.

Op andere momenten voelt Yaro zich heel erg opgejaagd, hij heeft dan het gevoel dat hij op alles moet letten en schrikt snel van onverwachtse bewegingen. Toen hij nog bij zijn ouders woonde en hij geslagen werd, ging hij ook altijd even weg in zijn hoofd. Alsof hij even wegzweefde uit zijn lichaam, alsof hij even uitging of er even niet was. Nu woont hij bij zijn pleegouders en daar is het veilig, maar toch gebeurt het vaak dat hij er niet bij is, even weg is.

Na het lezen van het verhaal van Yaro kunnen er vragen aan de kinderen gesteld worden (zie p. 55 van de Tem je Draak-handleiding).

Bijeenkomst 4 (hoofdstuk 6 van de handleiding)

Thema: hechting

Introductie

Op p. 70 van de Tem je Draak-handleiding vind je aanwijzingen voor de manier waarop je het thema hechting kunt introduceren. Gebruik de afbeelding van Yaro nr. 4 uit bijlage 11 en voor Daan en Zaira de afbeeldingen die hieronder als miniatuur naast de tekst staan weergegeven. Achter in het addendum zijn deze afbeeldingen in groot formaat beschikbaar.

Hechting

DAAN



Omdat papa en mama zoveel ruzie hadden zijn ze uit elkaar gegaan. Papa en mama zijn allebei verhuisd naar een ander huis. Daan woont nu bij zijn moeder in een heel klein huis. Papa woont bij zijn nieuwe vriendin, Daan ziet hem om de week in het weekend. Daan moest erg wennen aan zijn nieuwe kamer, alles is hier anders. Hoewel er nu geen ruzies meer zijn, was hij liever in het oude huis blijven wonen. Dat kon niet omdat het huis te duur was voor mama. Als Daan alleen op zijn kamer is en hij even niets te doen heeft, raakt zijn hoofd soms ineens heel vol. Dan mist Daan papa, en zou hij willen dat papa en mama weer samen waren, dan hoefde hij zijn oude kamer en zijn vrienden niet zo te missen. Soms piekert hij over hoe het zou zijn geweest als papa en mama niet uit elkaar zouden zijn gegaan. Hij voelt zich schuldig omdat hij denkt dat hij liever had moeten zijn, misschien hadden papa en mama dan minder ruziegemaakt. Als hij dan ook nog de geluiden en de stemmen van de ruzies weer in zijn hoofd hoort, zou hij het liefst willen schreeuwen en op de muur willen bonken met zijn vuist. Soms voelt hij zich ineens heel bang of moet hij heel hard huilen. Als mama dat merkt, neemt ze hem mee naar beneden en gaan ze samen op de bank zitten en dan troost zij hem. Dat is fijn en daar wordt Daan rustig van. Het helpt om met mama te knuffelen en samen een spelletje te doen, zodat Daan weer kan voelen dat in dit huis geen grote ruzies meer zijn en hij niet meer bang hoeft te zijn.

De vragen op p. 70 van de Tem je Draak-handleiding zijn niet van toepassing op bovenstaand vignet en kunnen vervangen worden door onderstaande vragen:

- Denken jullie dat Daan weleens bang is dat de ruzies tussen papa en mama nog een keer zullen gebeuren?
- Waarom voelt Daan zich schuldig over de ruzies tussen papa en mama? En vinden jullie dat terecht?

- Wat zou Daan kunnen bedenken om zijn vader minder te missen als hij bij mama is, en zijn mama minder te missen als hij bij papa is?
- Hoe zou het voor Daan zijn dat zijn moeder hem helpt om rustiger te worden en hem knuffelt en een spelletje met hem doet?

ZAIRA



Zaira woont samen met haar zusje bij papa. Eén keer per twee weken gaan ze een middag naar mama toe. Soms zijn deze middagen heel gezellig en bakken ze samen koekjes. Haar zusje doet meestal een beetje gek en plast soms ineens in haar broek. Zaira zorgt er dan voor dat mama dit niet ziet, want mama kan daar erg boos van worden. Eigenlijk is Zaira altijd een beetje aan het opletten dat alles fijn gaat en dat mama niet boos hoeft te worden. Ze ruimt ook altijd netjes de keuken op als ze klaar zijn met bakken. Samen de koekjes opeten is vaak gezellig, maar soms is mama ineens moe en gaat ze op de bank liggen. Zaira raakt hiervan in de war, ze weet nooit zo goed wat ze van mama kan verwachten.

Ook bij papa weet Zaira niet zo goed wat ze kan verwachten. Papa moet veel werken om het huis en het eten te kunnen betalen. Hij is vaak moe en afwezig als hij thuiskomt uit zijn werk. Zaira probeert dan te helpen door alvast de tafel te dekken. Soms brengt ze haar zusje ook naar bed, ze hoopt dan dat papa daardoor iets vrolijker is als hij haar naar bed brengt. Soms komt papa weleens voor het slapengaan bij haar op bed zitten, dan vertelt hij over zijn werk en hoe trots hij op haar is. Hoewel Zaira de verhalen niet altijd begrijpt, zijn dat de fijnste momenten, omdat ze zich dan even heel dicht bij papa voelt. Ze durft dan niet te vertellen over het bezoekje bij mama, omdat ze het fijne moment niet wil verpesten. Wanneer Zaira ergens mee zit of een probleem heeft, dan probeert ze dat altijd zelf op te lossen. Ze wil haar vader daar niet mee belasten.

Stel na het lezen van het verhaal van Zaira de tweede en de vierde vraag zoals genoemd in de Tem je Draak-handleiding (p. 71) aan de kinderen.

Daarnaast kunnen de onderstaande meer specifieke vragen nog gesteld worden:

- Hoe komt het, denken jullie, dat Zaira niet aan haar ouders laat zien hoe ze zich voelt?
- Hoe zou Zaira zich voelen als papa bij het slapengaan even bij haar komt zitten, terwijl hij diezelfde middag helemaal geen tijd voor Zaira en haar zusje had?

YARO

Yaro woont in een pleeggezin en heeft elke maand een bezoeksregeling met zijn ouders. Met zijn vader gaat hij dan vaak voetballen. Maar het bezoek van Yaro aan zijn mama gaat vaak niet door, omdat ze niet komt opdagen of op het laatste moment afzegt. Hij vraagt zich soms af of mama wel van hem houdt, terwijl de bezoeken met mama vaak zo fijn zijn. Hier raakt Yaro van in de war. Als zijn pleegouders Yaro dan weer komen ophalen, is hij onderweg naar huis vaak erg stil, staart hij uit het raam en hoort hij eigenlijk helemaal niet wat zijn pleegouders zeggen of aan hem vragen. Hij voelt zich dan erg in de war. Hij mist zijn moeder heel erg, maar krijgt tegelijkertijd het gevoel dat zijn moeder hem niet belangrijk genoeg vindt. Thuis zegt Yaro dat alles goed met hem gaat, maar hij blijft opvallend stil en staart vaak voor zich uit. De pleegouders zien aan Yaro dat het niet echt goed met hem gaat. Ze denken dat hij waarschijnlijk heel verdrietig en teleurgesteld is dat het bezoek niet is doorgegaan. Zij willen hem graag troosten en helpen, en geven hem dan een knuffel en een kus. Ze zeggen dan lieve dingen tegen Yaro zoals: 'We snappen dat je verdrietig bent. Het is ook helemaal niet leuk als je mama graag wilt zien en het niet doorgaat. Hopelijk komt ze de volgende keer wel. Het komt vast goed. We gaan vanmiddag wat leuke dingen doen, zodat je je weer wat fijner voelt.' Yaro vindt het wel fijn dat ze deze dingen tegen

hem zeggen, maar raakt van al die lieve woorden en knuffels ook in de war. Yaro is al die liefde die zijn pleegouders hem geven, niet echt gewend, en dat maakt hem bang. Dit maakt dat hij wanneer zijn pleegouders hem een knuffel willen geven of hem troosten, als een standbeeld stil blijft staan en niet weet wat hij moet zeggen of doen. Hij voelt zich dan ook schuldig naar mama. Het komt ook weleens voor dat de verwarring bij hem zo groot is dat hij van zijn (pleeg)ouders wegloopt of wegrent.

Stel na het lezen van het verhaal van Yaro de eerste twee vragen zoals genoemd op p. 72 van de Tem je Draak-handleiding. Aanvullend kunnen onderstaande vragen gesteld worden:

- Wat zouden jullie tegen Yaro willen zeggen als hij zich dom en schuldig voelt?
- Voelen jullie je ook weleens in de war door dingen die papa en mama doen of zeggen?
- Als zijn pleegouders Yaro troosten of hem willen knuffelen of helpen, dan blijft Yaro soms als een standbeeld staan of rent hij weg. Hoe komt dat?

Bijeenkomst 7 (hoofdstuk 9 van de handleiding)

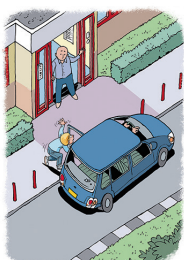
Thema: loyaliteit

Introductie

Op p. 88 van de Tem je Draak-handleiding vind je aanwijzingen voor de manier waarop je het thema loyaliteit kunt introduceren. Gebruik de afbeeldingen die als miniatuur naast de tekst worden weergegeven. Achter in het addendum zijn deze afbeeldingen in groot formaat beschikbaar.

Loyaliteit

DAAN



Het is fijn dat mama en Daan een nieuwe, rustige plek hebben gevonden. Daan voelt dat hij minder op zijn hoede is en minder vaak schrikt van harde geluiden. Hij slaapt beter en heeft minder last van nare dromen. Als hij bij mama is, mist hij papa en zou hij het liefst elke dag even met hem bellen. Hij weet dat mama dat niet leuk vindt, maar ze zegt dat hij zo vaak met papa mag bellen als hij wil. Het liefst belt hij op zijn kamer met de deur dicht, dan hoeft hij het gezicht van mama niet te zien. De weekenden bij papa zijn vaak gezellig, ze doen leuke dingen. Maar Daan maakt zich soms wel zorgen over mama; zou zij het ook fijn hebben thuis? Als hij zondag weer naar huis komt na het weekend, heeft hij vaak buikpijn. Papa en mama hebben beloofd om niet meer te schreeuwen, maar hij voelt dat papa en mama het moeilijk vinden om rustig tegen elkaar te doen. Vaak geeft hij papa zo snel mogelijk een kus en springt dan achter in de auto bij mama, zodat het afscheid zo kort mogelijk duurt. In de auto zet mama dan een muziekje op; als Daan extra hard meezingt, raakt hij het nare gevoel in zijn buik sneller kwijt. Als Daan en mama weer bij mama thuis zijn, zegt zij tegen Daan dat ze snapt dat hij verdrietig is omdat hij óók van papa houdt! De tekening die hij samen met papa gemaakt heeft, hangt hij op in zijn kamer.

De vragen op p. 89 van de Tem je Draak-handleiding zijn niet van toepassing op bovenstaand vignet en kunnen vervangen worden door onderstaande vragen:

- Daan heeft vaak last van buikpijn, hoe komt dat denken jullie?
- Zou Daan bang zijn dat papa en mama toch weer ruzie gaan maken, ondanks de goede afspraken?

- Door mee te zingen met de muziek raakt Daan het nare gevoel sneller kwijt. Wat kan Daan nog meer doen om zijn nare gevoel na het afscheid nemen kwijt te raken?
- Denken jullie dat Daan lang verdrietig blijft na het afscheid?
- Zou de moeder van Daan weten hoe hij zich voelt?
- Hoe is het voor Daan dat papa en mama afspraken hebben gemaakt over het afscheid en dat ze niet meer tegen elkaar zullen schreeuwen?

ZAIRA

Als Zaira met haar zusje bij mama op bezoek is, dan ziet Zaira er vanbuiten vaak blij uit. Maar vanbinnen voelt ze zich vaak veel minder fijn. Aan de ene kant is ze blij om mama te zien, aan de andere kant wil ze niet altijd maar op haar zusje moeten letten. Zaira probeert altijd dapper en vrolijk te zijn, zodat haar zusje zich geen zorgen hoeft te maken en het zo gezellig mogelijk is tijdens een bezoek. Aan het eind van zo'n bezoek merkt ze soms ineens dat ze buikpijn heeft en zich misselijk voelt. Dat geeft haar een naar gevoel. Soms is ze boos op zichzelf: waarom kan ze niet gewoon genieten van de bezoeken aan mama?



Als ze weer thuis zijn en papa vraagt hoe het is geweest, zegt Zaira altijd dat het oké was. Ze denkt dat papa het niet leuk zal vinden om te horen dat mama soms op de bank ligt. Ze is bang dat papa misschien boos wordt en misschien weer gaat schreeuwen of zegt dat ze mama niet meer mogen zien. Zaira vertelt daarom maar liever niets en gaat naar haar kamer. Als ze alleen op haar kamer is, huilt ze stilletjes in haar bed. Zaira laat bijna nooit aan iemand zien hoe zij zich vanbinnen voelt. Als de juf op school aan haar vraagt hoe het gaat, dan glimlacht ze en zegt ze dat het goed gaat. Maar vanbinnen voelt ze zich eigenlijk helemaal niet zo fijn.

De vragen op p. 90 van de Tem je Draak-handleiding zijn niet van toepassing op bovenstaand vignet en kunnen vervangen worden door onderstaande vragen:

- Waarom krijgt Zaira buikpijn en voelt ze zich misselijk aan het eind van een bezoek bij mama?
- Zaira zegt na een bezoek aan mama dat ze zich oké voelt tegen papa, klopt dit? Hoe denken jullie dat Zaira zich echt voelt?
- Wat zou Zaira denken als ze in haar bed ligt en stilletjes huilt?

YARO



De mama van Yaro heeft veel eigen problemen. Ze heeft vaak geen geld, gebruikt weleens drugs of is een tijdje weg en dan weet niemand waar ze is. Yaro ziet zijn moeder één keer in de zes weken, op het kantoor van pleegzorg. Yaro wordt dan door een van zijn pleegouders gebracht. Yaro vindt het altijd fijn om zijn moeder te zien, maar tegelijk is het ook spannend voor hem. Komt mama vandaag wel? Hoe zal het met haar gaan? Is ze vrolijk of is ze verdrietig? Heeft ze een cadeautje mee? Hij heeft veel vragen in zijn hoofd. Het wachten op mama duurt altijd erg lang. Als mama er dan is, spelen ze vaak een spelletje, maken samen een tekening en eten en drinken samen wat. Dat zijn fijne momenten; zeker als mama weer eens gek doet, moeten Yaro en zij samen hard lachen, net als vroeger. Als het bezoek afgelopen is en Yaro opgehaald wordt door zijn pleegouders, heeft hij vaak een gek gevoel in zijn buik. Aan de ene kant wil hij graag nog langer bij mama blijven en haar niet missen, aan de andere kant zijn zijn pleegouders heel lief voor hem en vindt hij zijn nieuwe kamer erg fijn. Yaro voelt zich vaak in de war door deze gevoelens. Hij wordt dan stil en trekt zich het liefst terug op zijn nieuwe kamer samen met zijn grote knuffelbeer.

Stel na het lezen van het verhaal van Yaro de vragen zoals genoemd op p. 90 van de Tem je Draak-handleiding.

Huiselijk Geweld	
Oefeningen	
Bijeenkomst 1	
3.4 Kennismakingsspel	✓
3.5 Opstellen groepsregels	✓
3.6 Intro beloningssysteem	✓
3.7 Doel van de training	✓
3.8 De draak, de prinses, de trainer	✓
3.9 Introductie kistje	✓
3.10 Ontspanningsoefening	✓
Bijeenkomst 2	
4.4 Welkom	✓
4.5 Psycho-educatie	zie addendum verhaal
4.6 Mindfulness	✓
4.7 Gereedschapskistjes knutselen	✓
4.8 Gevoelens	✓
Bijeenkomst 3	
5.4 Welkom	✓
5.5 Reacties op stress	✓
5.6 Ladekastje	✓
5.7 Psycho-educatiegesprek	✓
5.8 Ontspanningsoefening Spaghetti	✓
Bijeenkomst 4	
6.4 Welkom	✓
6.5 Veiligheid	✓
6.6 Bronnen van steun	✓
6.7 Geleide visualisatieoefening	✓
6.8 Vlinderknuffel	✓
6.9 Hechting	zie addendum verhaal
Bijeenkomst 5	
7.4 Welkom	✓
7.5 Waar zit welk gevoel?	✓
7.6 De ijsberg van gevoelens en gedachten	✓
7.7 Gedachten en gevoelens	✓
7.8 Ontspanningsoefening Zoek de verschillen	✓
Bijeenkomst 6	
8.4 Welkom	✓
8.5 Helpende en niet helpende gedachten	✓
8.6 Onzichtbare koffer	✓
8.7 Ontspanningsoefening Aardbei	✓
8.8 Complimententikkertje	✓

Huiselijk Geweld	
Bijeenkomst 7	
9.4 Welkom en complimenten	✓
9.5 De cognitieve driehoek	✓
9.6 Loyaliteit	zie addendum verhaal
9.7 Aanvullende oefening	✓
9.8 Ontspanningsoefening Citroen	✓
Bijeenkomst 8	
10.5 Herhaling ontspanningsoefeningen	✓
10.6 Positieve eigenschappen	✓
10.7 Nametingslijsten invullen	✓
10.8 Spelletjes en traktatie	✓
10.9 Afsluiting en uitreiking diploma	✓
Drakengesprekje	

Legenda

✓ = passend voor de doelgroep

⌘ = kan maar dan aangepast/korter/simpeler

