

Het Trauma Fenotypen Model (TFM): Een Systematische Reis naar Herkenning en Heling

1. Missie en Visie

“A journey into understanding trauma and systematically healing it.”

De kern van het Trauma Fenotypen Model ligt in het fundamentele onderscheid tussen een traumatische gebeurtenis en de resulterende wonde: de gebeurtenis is onomkeerbaar, maar de wonde kan helen. Wij gaan ervan uit dat een groot deel van de bevolking in meer of mindere mate getraumatiseerd is. Dit vormt niet alleen onze persoonlijkheid, maar bepaalt ook de mate waarin we in staat zijn een stabiel, harmonieus en gelukkig leven te leiden.

Vaak manifesteren deze wonden zich pas op latere leeftijd. Waar een kind nog kan vluchten in de illusie van narcisme of maatschappelijk succes, loopt de volwassene uiteindelijk vast. Het TFM is ontwikkeld om deze patronen te doorbreken door mensen bewust te maken van de oorsprong van hun gedrag: wat heb je als kind wel, en vooral niet, gekregen?

2. Theoretische Onderbouwing: Trauma Type X

In de huidige literatuur bestaat er een versnipperd beeld van traumadefinities (Type II, III, IV, A, etc.). Om consistentie te bieden, introduceert dit model **'Trauma Type X'**. Dit is een overkoepelend concept voor alle vormen van vroegkinderlijke, chronische traumatisering die buiten de eenvoudige incidenten (Type I) vallen.

Het Fenotype-concept (AZ09)

Het model benadert trauma systematisch en rationeel als een 'fenotype' – een herkenbare vorm die doet denken aan een streepjescode of QR-code. Deze vorm wordt bepaald door 36 variabelen:

- **De Letters (A-Z):** Representeren specifieke traumatische ervaringen uit de vroege jeugd.
- **De Cijfers (0-9):** Representeren de huidige manifestaties, symptomen en copingmechanismen.

Door trauma op deze wijze te coderen, verplaatsen we het individu van 'onbewust onbekwaam' naar 'bewust onbekwaam', wat de eerste noodzakelijke stap is naar heling en preventie.

3. Kernwaarden en Doelstellingen

Wij ambiëren niet om het wiel opnieuw uit te vinden. Het TFM fungeert als een platform of *stepping stone* dat aansluit bij bestaande kennis en therapievormen.

Onze hoofddoelen zijn:

- **Bewustzijnsvergroting:** Het vergroten van het begrip van de impact van vroege trauma's op de huidige fysieke en psychische gezondheid (hormonen, stressrespons, darmflora).
- **Meetbaarheid:** Het ontwikkelen van methodieken om de mate van affectieve verwaarlozing en de 'draagkracht' van primaire verzorgers objectief vast te stellen.
- **Preventie bij kinderen:** Jongeren inzicht geven in hun aangeleerde copingmechanismen voordat deze vastlijten in de volwassenheid.
- **Correlatie-onderzoek:** Het leggen van verbanden tussen specifieke fenotypen en somatische (fysieke) klachten.

4. Praktische Toepassing en Roadmap

Het TFM wordt ontwikkeld als een **open-source systematiek**. De ontwikkeling vindt plaats binnen een community-gedreven structuur onder toezicht van een stichting.

Stappenplan naar een betere wereld:

1. **Validatie:** Toetsing van de levensvatbaarheid van het model.
2. **Platformontwikkeling:** Realisatie van de Trauma Fenotypen website en een centrale kennisbank (Wiki).
3. **Consensus:** Het perfectioneren van de AZ09-codering door middel van een 'Raad van Wijzen'. Hierbij streven we naar betrokkenheid van experts uit verschillende echelons, zoals Gabor Maté, Bessel van der Kolk, Jan Bommerz, Bram Bakker (tier 1) en andere trauma enthousiastelingen (tiers 2 en 3).
4. **Technologie:** Ontwikkeling van een toegankelijke Trauma Fenotypen App en bijbehorende toolboxes voor herkenning en behandeling.

Noot: Hoewel het model streeft naar een rationele en systematische benadering, blijft het een hulpmiddel. Het doel is altijd de verbinding met de menselijke ervaring en het faciliteren van het helingsproces.

Stand van zaken (voorjaar 2026)

Stap	Fase/activiteit	Status: Nog niet gestart	Status: In uitvoering	Status: Volbracht
1	Idee toetsen & Levensvatbaarheid			
2	Website bouwen			
3	Wikipedia site			
4	Perfectioneren AZ09 (Community)			
5	Vaststellen 'Best Effort' AZ09 (Versie 1.0)			
6	Consensus 'Raad van Wijzen' (Tiers 1, 2, 3)			
7	Ontwikkeling Trauma Fenotype App			
8	Ontwikkeling Toolboxes			

Meer informatie: info@hajotheunissen.nl