

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.cedar.nl/pro).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

info@boomamsterdam.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

De Praktijk

Trauma in het gezin

Ellen de Graaf

Omdat kinderen nog volop in ontwikkeling zijn en zij voor hun veiligheid en stabiliteit afhankelijk zijn van hun ouders en gezin, kan de behandeling van traumatische ervaringen van kinderen niet los gezien worden van het gezin en de context. Regelmatig komt bij de behandeling van het trauma van het kind ook trauma bij andere gezinsleden naar voren. Wanneer er noodzaak is deze ook te behandelen kunnen verschillende ingewikkelde overwegingen ontstaan. In de hierna te bespreken casus stuitte ik met name op twee dilemma's: Behandel ik een ouder in de kinderpsychiatrie wanneer deze niet doorverwezen wil worden naar de zorg voor volwassenen? En: als een van de ouders niet aanwezig kan zijn, ga ik dan toch behandelen of wacht ik tot deze ouder wel aansluit?

Binnen onze kinderpsychiatrische polikliniek wordt mij gevraagd traumabehandeling te geven aan de twaalfjarige Milo, enig kind uit een tweeoudergezin, en tevens te kijken naar mogelijke effecten van de dynamiek in het systeem op de angsten van Milo. Ik nodig Milo en zijn ouders uit voor een inventariserend gesprek. Moeder vertelt aan het begin van ons gesprek dat vader graag was meegekomen, maar dat hij net een nieuwe baan heeft en nog geen vrij wil vragen. We staan stil bij hoe vader betrokken kan worden bij de behandeling. Moeder stelt voor dat ze haar man uitgebreid informeert over het verloop van onze contacten en ze vraagt of haar man mij mag bellen als hij nog vragen heeft. Hoewel ik het altijd belangrijk vind om alle gezinsleden te zien, ga ik akkoord met het voorstel van moeder. Ik benadruk dat vader bij latere afspraken altijd welkom is en dat ik het prettig vind wanneer ik hem telefonisch kan spreken.

Nadat Milo een rondje door mijn kamer heeft gelopen en wat positieve opmerkingen maakt over het speelgoed dat hij ziet liggen, gaat hij uit zichzelf naast moeder aan de ronde tafel zitten. We praten wat over Milo's hobby's en de clubjes waar hij op zit voordat we stilstaan bij zijn angsten. Moeder trekt wit weg als ik Milo vraag in het kort te vertellen over zijn nare ziekenhuiservaring in Hongarije op achtjarige leeftijd. Terwijl hij

geëmotioneerd maar rustig vertelt, hou ik moeder goed in de gaten. Zij lijkt met moeite haar emoties onder controle te houden. Milo vertelt hoe hij met hersenvliesontsteking in het Hongaarse ziekenhuis terechtkwam. Zijn ouders werden weggestuurd terwijl de onverstaanbare artsen in paniek leken en hij bang was dat hij dood zou gaan. Ik zie hoe er steeds meer kleur uit moeders gezicht verdwijnt en er pareltjes zweeft op haar voorhoofd verschijnen. Milo vertelt dat hij sinds die tijd langzamerhand steeds banger geworden is voor alles wat met ziekte en besmetting te maken heeft en dat hij steeds meer situaties is gaan vermijden.

Terwijl ik moeders worsteling zie, vraag ik me af of ik haar emoties op dit moment ter sprake zal brengen of dat ik dat beter in een apart gesprek kan doen. Hoewel Milo op dit moment geen aandacht heeft voor moeders emoties, realiseer ik me dat deze onderdrukte gevoelens waarschijnlijk al veel invloed op moeder en daarmee ook op Milo hebben gehad. Daarom kies ik ervoor het nu open te bespreken. Ik bedank Milo voor het delen van zijn verhaal en vraag aan moeder hoe het voor haar is om bij deze ervaring stil te staan. Moeder barst in huilen uit en zegt dat ze overvallen wordt door paniekgevoelens nu Milo zijn verhaal vertelt. Zij ziet weer voor zich hoe ze weggestuurd wordt door de Hongaarse arts terwijl ze doodsbang is haar zoon te verliezen. 'Maar dat is toch niet gebeurd?' zegt Milo. 'Ben je daarom altijd zo bezorgd over mij?' We bespreken dat de situatie voor zowel Milo als moeder heel traumatisch is geweest en dat zij daar beiden, op hun eigen manier, waarschijnlijk nog last van ondervinden. Dat het heel goed is dat Milo emdr wil ondergaan in de hoop dat zijn angstklachten zullen verminderen, maar dat het ook belangrijk is dat zijn moeder zich sterk genoeg voelt om Milo te kunnen ondersteunen. En dat ik graag met zijn moeder wil kijken naar hoe zij daarin gesteund kan worden. We maken een extra afspraak voor moeder en ik vraag haar te proberen haar man ter ondersteuning mee te nemen.

Moeder verschijnt alleen op de afspraak. Haar man durft in zijn proeftijd echt geen vrij te nemen, zegt ze. Dat maakt volgens haar niet dat hij niet belangstellend is. Ze staan thuis uitgebreid stil bij wat er op de polikliniek besproken is. Het vorige gesprek blijkt veel bij moeder losge maakt te hebben. Ze heeft de afgelopen week een aantal keren nachtmerries gehad over situaties waarin Milo nare dingen overkomt. Ze merkt dat ze Milo nu nog meer dan anders in de gaten houdt en het eigenlijk wel prima vindt dat Milo geregeld thuisblijft van school.

De ouders komen uit eerder gezins- en contextonderzoek naar voren als liefdevolle en pedagogisch vaardige ouders, met weinig bijzonderheden in hun eigen voorgeschiedenis. Maar nu ik de kwetsbaarheid van

moeder ervaar, merk ik dat ik toch nog meer wil weten over haar achtergrond. Wanneer het een enkelvoudig trauma betreft rondom de ziekenhuiservaring, dan zou ik kunnen overwegen ook moeder emdr te geven. Ik zou dat dan doen voorafgaand aan de emdr van Milo, zodat moeder haar zoon meer ondersteuning kan bieden, mocht de behandeling veel bij hem losmaken.

Ik vraag moeder of ze haar verhaal rondom de ziekenhuisopname wil vertellen. Tijdens haar verhaal ervaart zij veel verdriet en angst, maar vooral ook veel boosheid. Ik vraag haar waar ze die emoties in haar lichaam voelt. Ze grijpt meteen naar haar maagstreek en zegt dat ze zich misselijk voelt. Ik vraag haar of er nog andere ingrijpende ervaringen in haar leven hebben plaatsgevonden. Ik zie moeder als het ware zoeken in haar hoofd, en op een gegeven moment zie ik een verbijsterde uitdrukking op haar gezicht verschijnen. Ik besluit niet door te vragen maar af te wachten. Na een aantal minuten zegt moeder: 'Er komt ineens een afschuwelijke herinnering naar boven, maar ik weet niet of ik daarover kan praten.' Ik zeg tegen moeder dat ze daar goed over na moet denken. Ze besluit haar herinnering te delen en vertelt een zeer gedetailleerd verhaal over zichzelf op twaalfjarige leeftijd, waarin zij door de dominee, na de zondagclub, werd meegenomen naar de consistorie van de kerk om hem te helpen met de voorbereiding voor de volgende zondagclub. Zeer overstuur vertelt zij hoe zij vervolgens gedwongen werd hem seksueel te bevredigen. Haar verbijstering bij het herbeleven van deze herinnering grijpt me aan, maar ondertussen merk ik dat ik ook praktisch bedenk dat mijn plastic prullenbak binnen handbereik staat, omdat ze vertelt nu echt 'kotsmisselijk' te zijn. Als ik doorvraag naar eventuele andere nare ervaringen, denkt ze deze niet meer te hebben. Ze vertelt nooit over de ervaring met de dominee te hebben kunnen praten, omdat deze dominee een zeer geliefd persoon binnen de gemeente was. 'De kerkleden, maar ook mijn familie, zouden me nooit geloofd hebben.' Haar eigen man heeft veel steun van deze dominee gehad toen hij als jongeman problemen had. We bespreken hoe we in de huidige therapie met deze herinnering moeten omgaan. Ik geef moeder voorlichting over traumabehandeling en vertel haar dat ik haar daarvoor graag doorverwijs naar een traumatherapeut in de volwassenenzorg. Dan raken wij in een ingewikkeld gesprek. Moeder wil graag traumabehandeling, maar zegt absoluut niet naar een andere hulpverlener te willen. En ook nog: ze wil niet dat haar man iets te weten komt over de traumatische ervaring. We besluiten er beiden over na te denken. Moeder gaat ermee akkoord dat ik overleg met mijn team.

Ik vind het vervelend om moeder na deze heftige sessie alleen naar huis te laten gaan. Nadat ik haar heb voorgesteld iemand te vragen haar op te halen, stelt ze me gerust door te zeggen: 'Je hoeft je over mij geen zorgen te maken, ik voel me weer rustig en vreemd genoeg zelfs een beetje opgelucht.' Deze opmerking stelt me gerust. Ze belooft contact met me op te nemen als ze op korte termijn behoefte heeft aan een extra gesprek.

Voorafgaand aan de volgende afspraak met moeder sta ik met teamleden stil bij mijn gedachten over hoe om te gaan met deze situatie. Mijn voorkeur gaat uit naar traumabehandeling voor moeder bij een therapeut in de volwassenenzorg. Mocht moeder echter bij haar standpunt blijven om niet naar een andere therapeut te willen gaan, dan zou ik bereid zijn de traumatherapie te doen. Maar ik wil een goed vangnet creëren, aangezien wij op de polikliniek niet zijn ingericht op acute zorg voor een volwassene ingeval dit nodig zou zijn. Mijn teamgenoten kunnen zich daarin vinden. Ze raden mij aan pas aan de traumabehandeling van Milo te beginnen als moeders nare ervaringen behandeld zijn en zij zich sterk genoeg voelt haar zoon te ondersteunen bij zijn proces. Daarnaast adviseren ze mij vader zo veel mogelijk bij de behandeling te betrekken en moeder en Milo te laten ondersteunen, maar daarbij ook rekening te houden met de grenzen die moeder daarbij aangeeft.

Bij de volgende afspraak blijkt moeder veel bezig te zijn geweest met het incident met de dominee. Ze wordt geregeld overvallen door herbelevingen van het incident en snapt niet dat ze deze herinnering zo lang heeft kunnen wegdrukken. Ze vraagt zich af of haar moeite met het uiten van intimiteit, zelfs naar haar kind toe, te maken kan hebben met deze ervaring. Ik geef uitleg over hoe onderdrukte trauma's soms kunnen doorwerken in iemands leven. Moeder geeft aan dat ze mijn aarzeling bij de vorige afspraak duidelijk voelde, maar ze hoopt toch dat ik haar traumabehandeling wil bieden omdat ze denkt niet zo snel weer vertrouwen te zullen krijgen in een andere therapeut. Ik sta met moeder stil bij mijn aarzelingen en vertel hoe ik deze met mijn teamgenoten heb besproken. Er ontstaat een mooi gesprek waarin we met elkaar meedenken over het waarborgen van de veiligheid voor ons allebei. We komen op het volgende uit. Ik geef moeder voorlichting over emdr, daarna zal ik haar eerst traumabehandeling geven voor het seksuele trauma met de dominee en daarna voor de traumatische ervaring in het Hongaarse ziekenhuis. Moeder zal haar huisarts hierover inlichten zodat deze op de hoogte is, mocht moeder tijdens het verwerkingsproces acute klachten krijgen. Ze zal ook haar beste vriendin inlichten over de situatie.

Tot nu toe heeft de ervaring geleerd dat haar vriendin er altijd voor haar is wanneer ze iemand nodig heeft. Moeder zal aan vader vragen of hij tijdens de traumabehandeling aanwezig wil zijn in de wachtkamer. Ze wil hem vertellen dat zij, naast de ziekenhuiservaring, last heeft van een trauma uit haar kindertijd. Dat ze daar misschien ooit met hem over wil praten, maar op dit moment nog niet. Maar dat zij het wel fijn vindt als hij haar wil steunen door haar naar therapie en daarna naar huis te brengen. Ik kan me hierin vinden. Desgevraagd zegt moeder dat vader het ziekenhuisincident goed verwerkt heeft. Hij is vooral steeds heel dankbaar dat Milo, dankzij de ziekenhuisopname destijds, weer helemaal gezond is. Deze informatie stelt me gerust; vader behoeft op dit moment geen extra zorg.

We spreken af dat ik pas met haar zal starten met de emdr wanneer het vader daadwerkelijk lukt om in de wachtkamer aanwezig te zijn. Wanneer de traumabehandeling van moeder is afgerond en zij zich sterk genoeg voelt, zal de behandeling van Milo starten.

De behandeling verloopt volgens het van tevoren bedachte plan. De traumabehandeling van moeder is heftig maar blijkt een groot effect te hebben op het verminderen van de angst bij de herinneringen en op huidige situaties. Daarnaast valt ook een positief effect op ten aanzien van moeders zelfbeeld. Anderen zeiden al vaak over haar dat ze een zorgzame vrouw was, maar nu merkt ze ook echt dat ze het fijn vindt wat voor een ander te kunnen betekenen. Het wordt makkelijker voor haar om positieve dingen over zichzelf, maar ook lieve dingen tegen anderen te zeggen. Aansluitend aan moeders emdr-sessies voeren we nog een paar gesprekken rondom het thema intimiteit; van complimentjes geven en knuffelen met Milo tot aan seksualiteit met haar man. Moeder merkt dat deze uitingen van intimiteit steeds fijner en spontaner verlopen en daar is ze heel gelukkig mee, zeker nu ze ziet hoe blij dit Milo en haar man maakt. Ze merkt ook dat ze minder angst heeft voor allerlei onheil dat Milo kan overkomen. Ze koppelt dit aan de goed verlopen verwerking van zijn trauma door middel van emdr, waarbij ze aanwezig was. Daarnaast is moeder erg geraakt door de toewijding van haar man, die elke keer vrij neemt van zijn werk om haar naar therapie te brengen, zonder vragen te stellen.

Bij de evaluatie van de behandeling is vader aanwezig. Hij blijkt inmiddels uitgebreid geïnformeerd te zijn over het verloop en de inhoud van de therapie. Hij is heel trots op moeder en Milo en blij met de toegenomen gezelligheid en luchtigheid in het gezin. We kijken allemaal tevreden terug op het traject en sluiten het af.

Ellen de Graaf

Een half jaar nadat de behandeling is afgesloten, heb ik telefonisch contact met moeder. Het gaat heel goed met alle gezinsleden. 'Wat ben ik blij dat jij de behandeling toen met mij aandurfde,' zegt moeder, 'anders zou ik er zeker niet mee verder zijn gegaan en dat zou heel jammer zijn geweest. Want nu ik mijn persoonlijke trauma's heb verwerkt blijkt dit een positief effect te hebben op ons hele gezin.' Moeder heeft met Milo, nadat de behandeling was afgerond, een rondvlucht boven de Waddeneilanden gemaakt. 'En dat terwijl we na de vakantie in Hongarije allebei niet meer durfden te vliegen.' Ze ziet de rondvlucht als een bekroning op het overwinnen van hun gezamenlijke angst. Na dit telefoongesprek denk ik na over de dilemma's die ik ben tegengekomen bij deze behandeling. Door goed in te voegen en aan te sluiten bij moeder gaf ik haar de ruimte om zich in vertrouwen over te geven aan de behandeling. Als therapeut durfde ik te vertrouwen op haar keuzes doordat ik merkte dat ze goed nadacht over de stappen binnen de behandeling en doordat zij haar best deed vader, ook al was het indirect, betrokken te houden. Door de dilemma's open met elkaar en met mijn team te bespreken ontstond er vertrouwen om het proces met elkaar aan te gaan.

Ik bedenk me dat ik dankbaar ben voor de ouders die ons therapeuten toe durven te laten bij hun eigen achtergrond en ervaringen. Problemen die zich aandienen als kindproblemen kunnen soms door een bredere en diepgaande aanpak van meeresonerende ervaringen van andere gezinsleden, leiden tot een fundamentele positieve verandering waar alle gezinsleden van profiteren.

Ellen de Graaf is systeemtherapeut. Ze werkt op de kinderpsychiatrische polikliniek van Intermetzo/Pluryn te Zeist. E-mail: de_graaf_ellen@hotmail.com.