

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

Trauma en geheugen - Hoe brein en lichaam traumatische ervaringen levend houden

herinneringen. Of het om waargebeurde feiten gaat of niet, de essentie is te helpen de gigantische hoeveelheid aan levensenergie te bevrijden die vastzit in het lichaam. Vertrekkende vanuit de moleculaire biologie van herinneringen, benadrukt hij ook het wezenlijke belang van timing teneinde corrigerende ervaringen te bekomen. Tot slot komt het transgenerationale effect van trauma aan bod. Het is niet ondenkbaar dat een rechtstreekse overdracht van procedurele herinneringen een evolutionaire functie kan hebben om te overleven in noodsituaties. Levine biedt het aan als een fascinerende mogelijkheid die we niet kunnen negeren.

Voor therapeuten die zoeken naar inclusie van lichaamsgerichte elementen in het klinisch werken met trauma, is dit boek een absolute aanrader. Het opent mogelijkheden zowel voor individuele therapie, voor koppels of gezinnen als voor groepsessies. Levine's manier van werken vraagt dat het vertrouwde van gesprekstherapie

wordt verrijkt met een andere taal. Het boek vormt evenwel geen vervanging voor een opleiding, en gezien de delicateit van therapeutische interventies in het werken met trauma, is het belangrijk een somatische benadering voldoende in te bedden in een betrouwbaar kader. Hoewel de succesverhalen van de therapeut in het boek een intimiderend effect kunnen hebben, is vooral zijn passie voelbaar. Ze zijn dan ook een weerspiegeling van vijfenveertig jaar ervaring en zoektocht in afstemming. Het resultaat is een inspirerend voorbeeld voor het inzetten van onze intuïtie, ervaring, kennis en creativiteit als therapeut bij het ondersteunen van mensen in hun capaciteit tot zelfheling.

Joke Houthuys is psycholoog en gezinstherapeut. Ze werkt in het Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg in Brussel en heeft een eigen praktijk in Opwijk. E-mail: joke.houthuys@gmail.com.

Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen - Een praktisch handboek voor het basisonderwijs

Leony Coppens, Marthe Schneijderberg & Carina van Kregten (2018). 4de druk. Amsterdam: Uitgeverij SWP. 270 pp. € 39,00. ISBN 978 90 8850 562 1.

Zorgen voor getraumatiseerde kinderen - Een training voor opvoeders. Handleiding voor trainers

Leony Coppens & Carina van Kregten (2018). 2de druk. Houten: Bohn Stafleu van Loghum. 262 pp. € 42,99. ISBN 978 90 368 1879 7.

Deze boeken behandelen de enorme impact die vroegkinderlijke chronische traumatisering heeft op de ontwikkeling en het gedrag van kinderen. Ze zijn geschreven om opvoeders en onderwijsmedewerkers sensitief te maken voor de effecten en signalen van trauma. Uitgangspunt is dat het herkennen en erkennen van dat er bij een kind sprake is van trauma, kan helpen het gedrag en de emoties beter te begrijpen en te hanteren (D' Andrea, Ford, Stolbach, Spinazzola & Van der Kolk (2012). Opvoeders en onderwijsmedewerkers zijn mensen die herstel kunnen bevorderen door in te zetten op het bieden van een veilige en betrouwbare relatie.

Leony Coppens is orthopedagoog, klinisch psycholoog, psychotraumattherapeut,

Liesbet Monballiu

Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen & Zorgen voor getraumatiseerde kinderen

emdr-practitioner en -supervisor in Nederland. Ze was jarenlang hoofd behandeling van een topreferent traumacentrum voor kinderen en jongeren. Ze geeft therapie, training en supervisie. Carina van Kregten is psycholoog, cognitief gedragstherapeut en emdr-practitioner. Zij werkt met kinderen in gezinstehuizen aan herstel van de gevolgen van traumatische gebeurtenissen. Marthe Schneijderberg is orthopedagoog en werkzaam binnen een topreferent traumacentrum. Ze is gespecialiseerd in diagnostiek bij kinderen met chronisch trauma en hechtingsproblematiek. Ook zij geeft trainingen om ouders, opvoeders en leerkrachten te ondersteunen in het zorgen voor getraumatiseerde kinderen.

Het eerste boek *Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen* is bedoeld voor onderwijsmedewerkers van het basisonderwijs. De auteurs stellen dat het gedrag van getraumatiseerde kinderen voor leerkrachten vaak moeilijk te begrijpen is en kan leiden tot gevoelens van machteloosheid en frustratie. Als de focus te veel ligt op de correctie van gedragsproblemen komen deze kinderen op school gemakkelijk in een negatieve spiraal terecht die de traumaproblematiek versterkt. Het boek biedt kennis en handvatten om die negatieve spiraal te doorbreken. Doorheen het boek zijn verschillende herkenbare praktijkvoorbeelden toegevoegd die de theorie levend maken. Er zijn ook bijlagen opgenomen met activiteiten voor in de klas en er is een verwijzing naar websites om werkbladen te downloaden.

Het eerste deel van het boek beschrijft helder wat trauma is en hoe trauma negatief inwerkt op cognitieve, sociale en emotionele vaardigheden. De hersenen van getraumatiseerde kinderen hebben zich ontwikkeld om te overleven in stressvolle situaties. Hierdoor gedragen deze kinderen zich soms op een ogenschijnlijk

onbegrijpelijke en uitdagende manier en komen ze moeilijker tot leren. De gebruikelijke pedagogische aanpak is minder effectief. Er kunnen zich problemen ontwikkelen op het vlak van een gebrekkige mentalisatie, zelfregulatie, aandacht en bewustzijn, aangaan en onderhouden van relaties, en overtuigingen over zichzelf, anderen en de wereld om zich heen. De auteurs hanteren de metafoer van 'de onzichtbare koffer' voor de pijnlijke ervaringen die het kind meebrengt. Door de ervaringen die een kind opdoet, vormt het overtuigingen en verwachtingen over zichzelf, de ander en de wereld om zich heen. Overtuigingen zoals: 'Ik moet voor mezelf zorgen' en 'anderen zijn niet te vertrouwen' beïnvloeden het gedrag. Leerkrachten kunnen de kinderen herstellende ervaringen aanbieden. Hiermee vergroten ze de ontwikkelingsmogelijkheden en het toekomstperspectief van getraumatiseerde kinderen, ook al vraagt dit veel tijd en herhaling.

De auteurs verwijzen naar de *adverse childhood experiences* (ace-)studie, een longitudinaal onderzoek waarin een significant verband gevonden werd tussen traumatische ervaringen op jonge leeftijd en problemen op het gebied van gezondheid en het sociaal en maatschappelijk functioneren op latere leeftijd (Felitti et al., 1998). Het voorkomen van trauma en het tijdig signaleren en behandelen kan dus veel leed en geld besparen.

In het tweede deel van het boek passen de auteurs de theorie toe en vertalen deze naar het proces van traumasensitief lesgeven. Ze zetten vooral in op het vergroten van het gevoel van veiligheid en veerkracht van het kind. Hoe de kinderen zich uiten beschouwen ze als het topje van de ijsberg. Onder het wateroppervlak liggen de gevolgen van trauma die de gedragingen veroorzaken: de chronisch verhoogde stress, het snel getriggerde stresssysteem en de ver-

stoorde hersenontwikkeling, waardoor deze kinderen sneller en vaker buiten hun *window of tolerance* (Siegel, 2012) raken. Met de *window of tolerance*, ook wel het stress-raampje genoemd, wordt het spanningsniveau bedoeld waarop gedachten en gevoelens goed kunnen samenwerken, zodat er voldoende ruimte is voor het opnemen van informatie. Is de spanning te hoog, dan komt men in een alarmfase. De cognitieve reflectieve hersengebieden worden dan overruled door het limbisch alarmsysteem, waardoor men gaat overreageren om te overleven. Het ervaren van een overdosis aan stress vormt dus een grote belemmering bij het leren.

Kinderen met vroegkinderlijke chronische traumatische ervaringen zijn enorm stressgevoelig. Ze reageren vaak snel en automatisch met boos of storend gedrag. Dit overkomt hen en kan begrepen worden als een signaal dat het gevoel van onveiligheid is toegenomen. De auteurs benadrukken dat het helpend is om als opvoeder of leerkracht vanuit empathie en begrip te reageren, ook al roept het gedrag van het kind in eerste instantie mogelijk frustratie en machteloosheid op. Kinderen hebben dan anderen nodig die hen helpen te reguleren vanuit rust en voorspelbaarheid. *Connect before correct*, zo wordt geadviseerd (McVittie, 2014). Leerkrachten staan voor de lastige opdracht zelf rustig te blijven, de eigen stress te reguleren en tegelijkertijd zicht te houden op hun eigen onzichtbare traumakoffer. Verderop in het boek wordt daarom een apart hoofdstuk besteed aan zelfzorg.

De auteurs reiken een aantal concrete suggesties aan om het gevoel van veiligheid en het leervermogen van het kind te bevorderen, zoals het installeren van een veilige plek in de klas, en zo een 'time-in' te installeren in plaats van een 'time-out'. Bij het stellen van grenzen raden ze aan de

strijd om controle te vermijden door bijvoorbeeld keuzes aan te reiken. Verder suggereren ze op zoek te gaan naar triggers als onbewuste reactie van het overprikkelde stresssysteem. Ze stellen voor een plan te maken met het kind waarin staat wat het kan doen en wat anderen kunnen doen op momenten waarop het getriggerd wordt. Deze kinderen hebben immers meer behoefte aan controle, geruststelling en informatie om zich veilig te kunnen voelen. De basishouding die men aanneemt is: 'Kijk met een onvoorwaardelijke positieve blik naar kinderen en ga niet mee met de negatieve overtuigingen in de onzichtbare koffer van het kind. Laat kinderen merken dat ze goed zijn zoals ze zijn. Laat ook merken dat je hen niet veroordeelt om wat ze hebben meegemaakt en dat je er vertrouwen in hebt dat het goed komt' (p. 125; Wolpow, Johnson, Hertel & Kincaid, 2011).

Ten slotte wordt een hoofdstuk besteed aan het belang van een goede samenwerking tussen alle betrokken partijen rond het kind. Trauma kan op zo veel aspecten van het leven inwerken dat er een team van mensen en instanties nodig is om herstel te bewerkstelligen.

Het tweede boek *Een training voor opvoeders* is bedoeld voor opvoeders die werken met getraumatiseerde kinderen, in het bijzonder pleegouders en adoptieouders. Trauma is een belangrijk onderwerp voor deze opvoeders omdat veel kinderen die in een pleeggezin, gezinsvervangend tehuis of adoptiegezin wonen, trauma meebrengen. Posttraumatische-stressreacties en andere reacties op trauma kunnen ertoe leiden dat kinderen zich gedragen op een manier die opvoeders uit balans brengt. De reacties van deze kinderen kunnen zo heftig zijn dat de plaatsing in gevaar komt. Met elke nieuwe plaatsing zal de belasting door nieuw verlies alleen maar toenemen.

Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen & Zorgen voor getraumatiseerde kinderen

Als de opvoeders rustige, consistente en liefdevolle zorg bieden, kan het kind leren gevoelens te herkennen, benoemen, uiten en beheersen.

Het boek beschrijft een training die bestaat uit acht modules en is ontwikkeld door de Amerikaanse organisatie National Child Traumatic Stress Network (NCTSN). De auteurs vertaalden en bewerkten het naar het Nederlandse model. Doorheen de modules, vooral weergegeven aan de hand van uitgewerkte PowerPointdia's, staan verwijzingen naar websites waar opvoeders meer kunnen lezen over de verschillende onderwerpen en waar PowerPointdia's, werkbladen en filmpjes te consulteren zijn. De training is opgebouwd rond negen casussen die de impact van trauma op kinderen, families en opvoeders illustreren. De verhalen gaan over kinderen van verschillende leeftijden die verschillende typen trauma hebben ervaren. Er staat onder andere beschreven hoe traumatische ervaringen van een kind de opvoeders kunnen belasten en tot secundaire traumatische stress kunnen leiden. Er staan verder veel voorbeelden in die opvoeders zullen herkennen, zoals hoe eten geassocieerd kan zijn met negatief beladen herinneringen, waardoor het kind een bijzonder eetpatroon kan vertonen. Of hoe het naar bed gaan en alleen zijn bijzonder moeilijk kunnen zijn.

Als systeemtherapeut besef ik dat er een valkuil verbonden is aan het te veel kijken door een traumabril. Het risico is dat kinderen dan alleen maar als slachtoffer gezien worden. Gelukkig wordt er in deze boeken ook veel aandacht besteed aan het ontwikkelen van veerkracht. De auteurs moedigen aan oog te hebben voor sterktes en de ruimere identiteit, zodat kinderen ervaren dat ze meer zijn dan hun trauma-verleden. Ze raden aan met de kinderen een levensverhaal te ontwikkelen dat niet

alleen gebaseerd is op de traumageschiedenis maar ook op veerkracht, waarbij verbinding met het verleden een plaats krijgt en waarbij er ook ruimte is voor nieuw ervaringen. Zo wordt de traumageschiedenis in een breder perspectief geplaatst en worden de kinderen geholpen te onderkennen dat ze ertoe doen en de moeite waard zijn. Hier kunnen systeemtherapeuten een belangrijke bijdrage toe leveren.

De twee boeken vullen elkaar mooi aan. Het boek *Zorgen voor getraumatiseerde kinderen – Een training voor opvoeders* lijkt een gedrukte diapresentatie te zijn die geïnspireerd is door het boek *Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen – Een praktisch handboek voor het basisonderwijs*. De beide boeken zijn een waardevolle bron van kennis en informatie over trauma voor opvoeders en onderwijsmedewerkers. Voor systeemtherapeuten en contextueel werkers zijn ze als inspiratie bruikbaar bij het werken met ouders, leerkrachten en opvoeders rond omgang met traumaklachten bij kinderen. Hoewel de impact van vroegkindelijke chronische stresservaringen zwaar kan zijn, geven de auteurs een hoopvolle boodschap. Het belang van een veilige, dragende en structurerende gezins- en schoolcontext wordt daarbij als voorwaarde voor herstel beschouwd. De toestroom van vluchtelingenkinderen en de huidige inclusiehervormingen in het Vlaamse onderwijslandschap maken dit thema erg actueel.

Liesbet Monballiu is psycholoog en gezinstherapeut. Ze is werkzaam in groepspraktijk Jaspis te Dilbeek en als gezinsbegeleider bij Bamboe, vzw Resonans. Ze is verbonden aan Rapunzel in Diest als junior-opleider. E-mail: liesbetmon@hotmail.com.

Literatuur

D' Andrea, W., Ford, J., Stolbach, J., Spinazzola, J., & Kolk, B.A. van der (2012). Understanding interpersonal trauma in children – Why we need a developmentally appropriate trauma diagnosis. *American Journal of Orthopsychiatry*, 82, 187-200.

Felitti, V., Anda, R., Nordenberg, D., Williamson, D.F., Spitz, A.M., Edwards, V., ... Marks, J.S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults – The adverse childhood experiences (ace) study. *American Journal of Preventive Medicine*, 14(4), 245-258.

Treating the traumatized child – A step-by-step family systems approach

Scott Sells & Ellen Souder (2018). New York: Springer Publishing Company. 371 pp.

€ 61,99.

ISBN 978 0 8261 7187 0

Shari Jansegers
.....

Met dit boek bieden Scott Sells en Ellen Souder een gids om stap voor stap de familie-systemen van het getraumatiseerde kind te betrekken in de therapeutische behandeling van het trauma. De doelgroep voor het voorgeschreven model zijn kinderen tussen tien en achttien jaar oud die slachtoffer zijn van een traumatische gebeurtenis of een interactioneel trauma (chronische conflict-situatie tussen ouder en kind) voor een periode langer dan een maand. De auteurs zijn ervan overtuigd dat als men probeert om een familie te herstructureren of gedragsproblemen te verminderen zonder de onderliggende trauma's aan te pakken, een familie veel meer risico heeft om terug te vallen in oude patronen en de therapie geen kans van slagen heeft. Zij geloven dat

McVittie, J. (2014). *How to teach self-regulation and why you should*. Interview by J. Beem at the Attachment & Trauma Network Educating Traumatized Children Summit 2014.

National Child Traumatic Stress Network (NCTSN). Geraadpleegd op www.nctsn.org

Siegel, D.J. (2012). *The developing mind – How relationships and the brain interact to shape who we are* (2nd ed.). New York: The Guilford Press.

Wolpow, R., Johnson, M.M., Hertel, R., & Kincaid, S.O. (2011). *The heart of learning and teaching – Compassion, resiliency, and academic success*. Washington: Washington State Office of Superintendent of Public Instruction (OSPI) Compassionate Schools.

de familieleden niet alleen steun kunnen bieden aan het getraumatiseerde kind, maar ook als deugddoend antidotum voor het trauma kunnen fungeren. Bijkomend stellen ze dat doorheen de fase van het herstelproces van het kind, ook de andere familieleden een vorm van 'genezing' doormaken.

Sells en Souder hebben een zeer gedetailleerde methode uitgeschreven waarin ze stap voor stap uitleggen wat wanneer in het proces moet gebeuren, en vooral hoe de hulpverlener te werk dient te gaan om de onderliggende destructieve patronen binnen de familie aan te pakken. De auteurs wensen op deze manier hun methodiek beschikbaar te maken voor alle hulpverleners, ook voor leken in de systeemtherapie.

De methode bestaat erin om een *wound playbook* uit te schrijven. Een *wound playbook* is een bundeling van strategische richtlijnen of taken die door de familie aangewend worden om het onopgeloste trauma in het hier-en-nu actief te genezen. Het wordt gebruikt om de vastgelopen interactiepatronen van de familie te herstructureren. Zo wordt aan de zestien jaar oude Matt, die enig kind is en de positie van tiran binnen het gezin inneemt, voorgesteld om