

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](http://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](http://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](mailto:info@boomamsterdam.nl)  
[www.boomuitgeversamsterdam.nl](http://www.boomuitgeversamsterdam.nl)

# Solvej en de draak

## Gezinstherapeutisch werken met complex trauma

Greet Splingaer

### Samenvatting

Trauma en complex trauma krijgen steeds meer aandacht binnen de hulpverlening aan kinderen en jongeren, en het belang daarvan wordt ondersteund vanuit psychologisch en neurologisch onderzoek (Perry, Pollard, Blakley, Baker & Vigilante, 1995). De impact van trauma op de ontwikkeling en het persoonlijk en relationeel functioneren wordt steeds duidelijker.

Het individueel perspectief domineert in literatuur, onderzoek en opleidingen over psychotrauma. Nochtans is het evident dat een trauma niet op zichzelf bestaat. Het vindt plaats in een welbepaalde context en heeft grote relationele effecten.

In dit artikel plaats ik de kijk op en de behandeling van complex trauma in een breder perspectief. Vanuit mijn praktijk als kindgerichte gezinstherapeut reik ik ideeën en mogelijkheden aan om samen met iedereen die betrokken is op zoek te gaan naar een veiliger verhaal, naar meer stabiele en gedragen relaties waarin kwetsbaarheid een plaats kan krijgen en waarin veerkracht zich kan ontwikkelen. Het sprookje van Solvej en de draak dient als metaforisch raamwerk.

*Bij een koningspaar wordt een zoon geboren in de gedaante van een draak. Voor het ouderpaar is de drakenzoon een zware last en een groot verdriet, want zijn vraatzucht en veeleisendheid zijn onbegrensd. Ze geven hem een plek in een afgelegen vleugel van hun kasteel waar hij wordt bewaakt door een doofstomme knecht.*

De draak is de verpersoonlijking van het traumathema binnen het gezin en zijn context (Splingaer, 2005). Het hele gezin is in nood en de draak geeft vorm aan de pijn die iedereen in zijn greep heeft, het onvermogen van alle betrokkenen, de boosheid, het zwijgen, het doen alsof het er niet is. Het kan gebeuren dat de draak tijdelijk toebedeeld wordt aan een van

de gezinsleden. Het getraumatiseerde kind in nood moet zich noodgedwongen verhouden met zijn verwording tot draak. In dit artikel gebruik ik het sprookje als metafoer en onderzoek ik hoe de veiligheid van de therapeutische ruimte kan helpen de draak te ontbolsteren.

### *Trauma en complex trauma*

We spreken over een psychotrauma wanneer de ervaring van een schokkende gebeurtenis of zich herhalende traumatische incidenten mensen volledig uit balans brengt en zich diep ingraaft in hun lichamelijk, persoonlijk en relationeel functioneren (Baljon & Geuzinge, 2017). Overweldigende stressreacties overspoelen dan lichaam en geest (Van der Kolk, 2016). De mogelijkheid ervaren zelf actief iets te doen aan de bedreigende situatie, het ervaren van steun bij anderen en het samen op verhaal komen, helpen te herstellen van een trauma. Dit zorgt ervoor dat niet iedereen die overweldigende ervaringen meemaakt ook een posttraumatische-stressstoornis (ptss) ontwikkelt, maar sommigen juist in een veerkrachtige ontwikkeling terecht kunnen komen.

Wanneer traumatische ervaringen zich voordoen op zeer jonge leeftijd en binnen de eigen zorgcontext van een kind, spreken we over een complex trauma of ontwikkelingstrauma. Aangezien het trauma zich afspeelt op een moment dat een kind en zijn context werken aan de fundamenten van de ontwikkeling, grijpt het diep in op alle mogelijke domeinen van ontwikkeling: voelen, ervaren, denken en spreken (Splingaer, 2016). De impact op de hersenontwikkeling is groter naarmate de traumatische ervaringen op jongere leeftijd plaatsvinden. Zodoende zal er ook meer gewerkt moeten worden aan een zorgvuldig afgestemd sensomotorisch aanbod (Ogden & Fisher, 2015; Perry et al., 1995).

Vanuit een systemische visie willen we benadrukken dat elk trauma steeds relationeel is en zich afspeelt in een ecosystemische context (Carter & Mc Goldrick, 2004; Govaerts & Splingaer, 2008). 'Onopgeloste traumatische herinneringen voeden de gedrags- en emotionele problemen van kinderen en de gezinsconflicten. Bovendien handhaven of verergeren conflictueuze familie-interacties (relationeel trauma) de pijn van traumatische herinneringen. Trauma is van nature interpersoonlijk en daarom een systemische entiteit' (Sells & Souder, 2018, p. 18).

---

*Kwetsuren van kinderen, kwetsuren van ouders*

*Het koningspaar blijft gedurende lange tijd tot hun grote verdriet kinderloos. Ten einde raad volgt de koningin het advies van een oude vrouw. 's Ochtends vindt ze een schaal met een witte en een rode roos. Eén ervan moet ze opeten, dan zal ze een kind krijgen. Maar ze mag zeker niet de beide rozen opeten, want dan zal groot ongeluk haar en haar volk treffen. De rozen ruiken beide zo heerlijk dat de koningin het advies vergeet en ze toch allebei opeet. Negen maanden later bevalt ze van een kleine draak.*

Een complex trauma is ook een familiaal trauma, een breuk in de relationele gezinscontext. Jonge kinderen kunnen ernstig geschaad worden door de mensen die hen op de wereld hebben gezet of voor hen zorgen. De zorgfiguren van wie ze afhankelijk zijn voor voeding, warmte en steun, verschijnen tegelijk ook als gevaarlijke en beangstigende mensen. Binnen het patroon van de getraumatiseerde of gedesorganiseerde gehechtheid (Van IJzendoorn, 1994) merken we de verwarring van het kind. Bij stress en gevaar is het kind geneigd uit te reiken naar de hechtingsfiguur maar tegelijk is het er bang van.

Wanneer we het verhaal van deze ouders beluisteren, horen we hoe moeilijk het voor sommigen van hen kan zijn zich vanuit hun eigen problematiek goed en rustig te voelen in de aanwezigheid van hun kind, en de hechtingssignalen van hun kind als zodanig waar te nemen. Ze ervaren hun kinderen als extreem veeleisend en lastig. Moeilijker te reguleren gedrag van kinderen interpreteren deze ouders als intentioneel gericht tegen hen. Ze voelen zich vaak compleet uitgeput en leeggezogen. In contact met hun kind laait de stress hoog op en dit vertroebelt hun denken, voelen en handelen als ouder. Daniel Hughes omschrijft dit als 'geblokkeerde zorg' (Baylin & Hughes, 2016). Hij beschrijft hoe opvoedingsgedrag ernstig verstoord kan worden doordat ouders vanuit hun eigen geschiedenis of moeilijke huidige context getriggerd worden door het hechtingsgedrag van hun kinderen. De stress, gelieerd aan de omgang met hun kind, zorgt ervoor dat het snelle afweer- en verdedigingssysteem in de hersenen het wint van het tragere, meer mentaliserende toenaderingssysteem. Ouders richten zich meer en meer op de negatieve interacties met hun kind, en vervallen in zwart-witdenken en -reacties. Angst en verdediging krijgen de overhand.

Vooraf jonge kinderen zijn nog niet in staat zichzelf te reguleren en te organiseren, zeker niet wanneer ze door stress overspoeld dreigen te raken. Bij ouders van wie de zorgsystemen geblokkeerd zijn, krijgen ze steeds minder houvast en hulp in het reguleren van moeilijke sensaties en emoties. Ze ervaren verwerping en afwijzing en komen zodoende

terecht in beangstigende situaties. Het appel van het kind op de ouders via zijn gedrag, zijn wijze van in relatie staan met de ouderfiguren, wordt dan ook steeds meer gedereguleerd, moeilijk te lezen, complex en wanhopig. De relatie tussen ouders en kind komt meer en meer onder druk te staan. Beide partijen dreigen steeds meer verstrikt te raken in defensieve en destructieve dynamieken.

Om aan herstel te kunnen werken hebben ouders en zorgfiguren van kinderen met complex trauma nood aan sterke reflectieve vaardigheden. Deze moeten hen in staat stellen steeds opnieuw de gekwetste gedrags- en overlevingspatronen te herkennen, te reguleren en betekenis te geven, bij zowel hun kind als zichzelf, om zo een veiliger, meer relationeel gericht en constructief patroon ernaast te ontwikkelen (Vliegen, Tang & Meurs, 2017). Maar hoe doe je dat?

#### *Oog voor de bredere context*

*De drakenzoon groeit op en wordt veeleisender en gevaarlijker. Hij wordt opgesloten in een verre hoek van het kasteel. Als hij volwassen is, eist hij de mooiste prinses als bruid. Zijn vader, de koning, is erg bezorgd om het lot van de prinses, maar durft deze eis niet te negeren. Aldus trouwt de draak met een prinses, maar na de bruidsnacht is ze verdwenen. Dit gebeurt tot driemaal toe.*

Vanuit een systemisch perspectief plaatsen we dit interactiepatroon tussen ouders en kinderen in een bredere context. We stellen ons de vraag welke invloed deze context heeft op het traumatische interactiepatroon en hoe de context kan bijdragen aan herstel. Richard Kagan (Kagan & Schlosberg, 1989) werkte een omvattend model uit waarin hij beschrijft hoe traumatische ervaringen transgeneratieel doorwerken en hun weg zoeken in de interactiepatronen, in het non-verbale samenleven van families. Voor zwaar beschadigde families is het te beangstigend en bedreigend om de intergenerationele trauma's aan de oppervlakte te brengen en ze correctief en inspirerend mee te nemen in hun familie-verhaal. Het familietrauma kan niet doordacht of gevoeld worden. De spanningen, breuken en pijn blijven zich ophopen in families met zoveel onveiligheid. Wanneer de emotionele spanning in de familie te groot wordt en een innerlijke drempel overschrijdt, ontstaat er acting-outgedrag dat bijna dient als een soort van ventiel waarlangs de opgebouwde spanning kan ontsnappen. Metaforisch draagt de acting-out vaak de thema's van de onderliggende oude onverwerkte trauma's. Acting-out betekent letterlijk naar buiten in scène zetten wat binnenin niet gezegd of gevoeld kan worden (Ausloos, 2002, p. 42). De neurobiolo-

.....

gie leert ons dat deze actiesystemen gericht zijn op verdediging, bescherming en overleving en snel de regie kunnen overnemen (Van der Hart, Nijenhuis & Steele, 2013).

Anna groeide op in een zeer instabiele gezinssituatie. Haar moeder was onvoorspelbaar, had woedeaanvallen en kon soms voor dagen verdwijnen. Thuis vertoonde ze sterk depressieve reacties. Haar vader deinde mee met de buien van zijn toenmalige partner en trachtte toch nog iets van draagvlak te behouden in het gezin door hard te werken en ervoor te zorgen dat er inkomen was. Als jong kind vluchtte Anna soms 's nachts uit huis uit angst voor wat er kon gebeuren. Ze werd dan opgepikt door burens en naar de politie gebracht. Vanaf haar puberteit liep het steeds moeilijker met Anna. Ze deed meer en meer *fugues*, kwam terecht in het drugsmilieu en werd op haar negentiende zelf moeder van een dochter, Froukje. Moeder leek helemaal van de aardbodem verdwenen en vader bleef pogingen doen zijn dochter weer naar huis te halen. Tegelijk groeide de wanhoop en woede naar zijn vrouw en naar Anna die steeds dezelfde fouten maakte en op haar moeder ging lijken. De geboorte van Froukje leidde tot momenten van verzoening maar ook tot ontgoocheling, verwijten en spanning. Froukje verbleef haar eerste levensjaar op wisselende plekken met haar moeder. Haar vader was onbekend, men vermoedde dat hij een Afrikaanse vluchteling was. De situatie was precair en zorgwekkend. Toen ze uiteindelijk ondervoed en ernstig ziek naar het ziekenhuis werd gebracht, werd ze toegewezen aan de zorg van grootvader.

In deze casus lezen we hoe verschillende vormen van acting-out leiden tot meer verwerping en onveiligheid. Het betrokken gezinslid wordt gestraft, uitgespuugd en geïsoleerd, waardoor de onveiligheid en de kwetsbaarheid van deze cliënt toenemen. De gedesorganiseerde gezinshechtingspatronen escaleren en de gezinsbasis wordt daardoor steeds verder uitgehold en instabiel.

Het acting-outgedrag van een gezinslid (een kind dat 's nachts wegloopt, een adolescent die drugs gebruikt of een volwassene die geweld pleegt) wordt opgemerkt door de omgeving en brengt meestal een vorm van controle in het gezin. De interventies van de samenleving - de politie, de hulpverlening - zijn erop gericht het probleemgedrag te stoppen en opnieuw rust en veiligheid te installeren. Er komen crisisinterventies in huis, kinderen worden opgenomen of gaan naar een pleeggezin, volwassenen worden geïnterneerd of dienen een individuele behandeling te volgen. Meestal focust de hulpverlening enkel op de zichtbare acting-out gedragsmodus. De onderliggende emotionele spanning die vaak geregu-

leerd wordt via acting-ingedrag en die goed wordt afgeschermd, blijft buiten beeld. De ingezette controle of hulp kan ongewild tot hertraumatisering leiden. Immers, de interventies van de samenleving brengen nieuwe breuken, pijn en verlies, wat de onderliggende emotionele spanning voedt. Deze opgebouwde spanning leidt tot een volgende acting-out, eventueel via een ander gezinslid, en de cirkel is rond (Kagan, 1996).

*Het opbouwen van een systemisch werkkader – werken aan een veilige niche*

*De koning besluit geen nieuwe prinsessen meer te offeren. In zijn wanhoop komt hij terecht bij Solvej, de dochter van een kruidengenezer. 's Nachts wordt ze in haar droom bezocht door een oude vrouw die haar vertelt dat ze niet onbeschermd de kamer van de draak mag betreden. 'Zorg ervoor dat je eigen kled, het eerste dat je lichaam bedekt, smetteloos wit is. Daaroverheen moet je negen mantels dragen, en elke mantel moet je geschonken zijn door een liefhebbend mens. Drie dingen moet je verlangen: een vat met bijtend loog, een vaatje zoete melk en een scherpe roede van taaie twijgen.'*

Systemisch werken met relationeel trauma betekent in de eerste plaats werken aan een veilige niche, aan een beschermmantel voor alle betrokken partijen, zodat er veilige ruimte komt om te spreken, om de gevaarlijke kamer binnen te gaan, om de trauma's te benoemen en ermee aan de slag te gaan. Meestal betekent dit dat we bij aanvang het kader moeten verruimen, dat we andere betrokken partijen (nieuwe partners, stiefbroers en -zussen, bredere familie, vertrouwensfiguren) een plaats moeten geven in de therapie, dat we samenwerkingsverbanden met andere functies en diensten moeten opbouwen (psychiater, huisarts, leerkrachten, leefgroep).

De pleegouders van Froukje (op het moment van therapie zeven jaar) zitten met hun handen in het haar rond de aanpak van Froukje. Ze lopen vast op koppig en weerbarstig gedrag. Daarnaast kan Froukje extreem angstig reageren en laat ze zich niet troosten. De school vertelt dat Froukje in de klas vaak blokkeert en niet tot leren komt.

Als gezintherapeut neem ik ruim de tijd om kennis te maken met alle betrokkenen. Ik zorg ervoor dat iedereen zich gezien voelt en erkend wordt in zijn inzet en betrokkenheid. Vanaf het begin benadruk ik dat ik hen nodig heb. Zo werken we samen aan een eerste laag van een veilige niche, een binnenkring. We werken aan een kader waarbinnen het kind voelt dat het gedragen en beschermd wordt in zijn kwetsbare verhaal, dat

zijn noden opgevangen en gelezen worden, dat gedrag betekenis krijgt binnen de context van een ruimer verhaal (Olthof & Gelissen, 2017). Een plek waarin we ook groeikansen voor ouders creëren, waarin ze voeling kunnen krijgen met eigen kwetsuren zonder overspoeld te raken. Zo worden ze meer beschikbaar voor hun kind.

Daarnaast werk ik aan de toestemming van het gezin om ook met de hen omringende hulpverleningscontext aan de slag te gaan: de huisarts, kinderpsychiater, school, enzovoort. Door in overleg te gaan met de betrokken hulpverlening vormen we een tweede niche, een structurende en beschermende buitenkring. Verschillende invalshoeken, rollen en posities worden verhelderd en er ontstaat een veilige ruimte voor diversiteit in aanpak. Hoe kunnen we de context rond dit gezin zo organiseren dat er hulp en bescherming komt zonder dreiging, veroordeling en afstraffing?

Zo was het belangrijk dat pleegzorg in samenspraak met de jeugdrechtter voldoende duidelijkheid kon geven over de duur en stabiliteit van de pleeggezinplaatsing. We konden geen heikele thema's aanpakken zonder de zekerheid dat Froukje langdurig bij haar grootvader kon verblijven en dat de pleegouders bereid bleven om samen te werken met pleegzorg.

Zo creëren we een dubbele niche waarbinnen de bakens van veilige groei en exploratie worden uitgezet, waarin verwachtingen worden geëxpliciteerd, waarin tijd wordt gegeven om met vallen en opstaan het proces aan te gaan. Het werken aan de stevige opbouw van zo'n niche zorgt ervoor dat er ruimte ontstaat zorgwekkend gedrag te melden binnen een hulpverlenend kader en niet binnen een bestraffend kader, dat er meer preventief ingezet kan worden, dat de draagkracht wordt verhoogd en splitsingsmechanismen worden tegengegaan.

Later in het traject is het belangrijk te werken aan de vorming van een meer mentaliserend overleg waarin we hulpverleners uitnodigen niet enkel te spreken over de aanpak van gedrag en het komen tot werkafspraken, maar ook stil te staan bij wat bepaalde interacties, spanningen en uitspraken bij hen oproepen, hoe ze die zin en betekenis geven vanuit hun eigen aanvoelen. Deze mentaliserende reacties van de verschillende hulpverleners kunnen we inzetten om het systeem beter te begrijpen, om dichter te komen bij wat het traumaverhaal allemaal oproept, om preventief na te denken over de innerlijke drempels van het systeem, om op zoek te gaan naar antwoorden vanuit veilige hechting in plaats van dat er reactief op het gedrag wordt ingegaan.



In het schooloverleg met de pleegouders van Froukje liepen de spanningen over de gepaste aanpak in de klas hoog op. Er was grote verdeeldheid tussen mensen die stonden voor een strenge en verplichtende aanpak en anderen die haar meer begripvol en steunend wilden benaderen. Ingaand op achterliggende motieven van deze of gene aanpak klonk een gedeelde zorg over wat er nodig was om haar een goede toekomst te geven. Er zat ook een verschil in de persoonlijke beleving van momenten van hoogspanning en het aanvoelen van wat iemand dan nodig heeft. Sommigen voelden sterk aan dat structuur en duidelijkheid dan helpen, anderen beklemtoonden dat je je dan juist begrepen en gedragen moet voelen. Hoe kunnen we samen werken aan een begripvolle en dragende structuur voor Froukje die haar toekomst veiligstelt?

#### *Het afleggen van de mantels en de huiden*

*Na de bruiloft betreedt Solvej gehuld in haar negen mantels de kamer van de draak. Hij staat al klaar haar te ontvangen, zijn bek kwijlt van hebzucht en begeerte. Maar omdat de vrouw Solvej had ingelicht, voelt zij geen angst of afschuw voor het monster. Veel meer voelt zij een diep mededogen voor hem. Ze weet dat de draak een huid van negen lagen heeft die als een ui gepeld kan worden. 'Trek je mantel uit!' brult de draak haar gebiedend toe. 'Ja,' antwoordt Solvej, 'ik zal het doen, nadat jij je huid hebt uitgetrokken.' Omdat de draak zeker van zijn overwinning is, doet hij wat zij vraagt, en hij verschijnt in zijn tweede huid. Nu doet Solvej haar buitenste mantel af. 'Trek ook dat andere uit!' brult de draak woedend. Rustig geeft Solvej hem hetzelfde antwoord, en of de draak wil of niet, hij moet gehoorzamen. Negen malen herhaalt zich dit, en de draak schrompelt steeds meer ineen tot er niets meer van hem overblijft dan een onbehouwen klomp.*

In de hedendaagse literatuur over relationeel trauma (Van der Hart et al., 2013; Struik, 2010) wordt beklemtoond dat er pas met traumabehandeling gestart kan worden als het individu zich in een voldoende stabiele en veilige situatie bevindt. Maar in het werk met kinderen met complex trauma is dat helemaal niet zo evident. We beschreven eerder al hoe deze kinderen vaak opgroeien in families waar herhalende transgenerationale trauma's zich invreten in het dagelijks leven. Pleeg- en adoptieouders en opvoeders kunnen terecht komen in verwerpende en geblokkeerde zorgpatronen, omringende contextfiguren kunnen vast geraken in zwart-witdenken en verzanden in negatieve oordelen over het gezin.

We dienen dus niet alleen het kind te helpen – om de traumatische ervaringen te integreren in zijn zelfbeeld, in zijn herinneringen en zijn leven – maar ook diegenen die het kind omringen. Behandeling van het kind gaat samen met behandeling van de opvoedingscontext. We nodigen ouders en zorgfiguren uit om samen met ons zoekend mee in te voelen, mee te beleven, te reflecteren, mee woorden te geven over wat dit kan vertellen over de innerlijke wereld van het kind.

Door dit te doen komen we echter ook dicht bij onze eigen innerlijke wereld, onze eigen hechtingsnaden, angsten en kwetsbaarheden van nu en vroeger. Resoneren op dezelfde golflengte van de gezinsleden betekent dat er ook in jezelf iets aan het trillen gaat. Eigen hechtingsverhalen komen los, waarbij we tegelijk het pijnlijke en het waardevolle ervan zullen voelen.

Andolfi (2012) stelt krachtig: ‘Het openen van de wonde is tegelijk helend.’ Door de pijn van de familie onder ogen te zien zijn we aan het verzorgen en helen. Want het samen kunnen beleven binnen een draaglijke context geeft mogelijkheden tot groei en nieuwe connecties.

Sisay, een negenjarige adoptiejongen, reageert afwijzend en vaak agressief op zijn jongere zus, waarop zijn ouders hem straffen. Sisay voelt zich dan vreselijk slecht en schuldig, krimpt letterlijk in elkaar en rolt zich als een baby op tegen vader aan.

Ik geef iets terug van zijn houding, het zich klein maken, de angst in zijn ogen, en vraag de ouders naar hun eerste ontmoeting met hun zoon. Sisay was een jaar oud en zwaar ondervoed toen ze hem ophaalden in het weeshuis in Ethiopië. Hij verbleef de eerste maanden bij zijn moeder, maar toen die opnieuw zwanger was, bracht zij hem weg naar een vrouw in het dorp. Ze haalde haar baby nooit meer op.

De vraag hangt in de ruimte: hoe zou het zijn als je moeder je achterlaat voor een ander kind, hoeveel rivaliteit is dan draaglijk, wanneer durf je er dan zeker van te zijn dat je ouders je niet zullen wegdoen als je moeilijk doet? Vader is geraakt door de parallelle koppeling en de resonantie van de beide verhalen. Hij huilt maar is ook boos op zichzelf, afwijzend naar zijn eigen strengheid. Wat resoneert bij hem? Hij vertelt over zijn eigen strenge opvoeding. Je braaf en gedeisd houden in de kinderrij, vooral geen verschil maken was de enige weg om er zonder lijfstraffen onderuit te komen. Hoe graag wou hij een veilige plek maken waar ieder kind ruimte had zijn eigenheid te ontwikkelen. Nu beseft hij dat Sisay nog helemaal niet toe is aan verschil verdragen en rivaliteit hanteren, maar dat hij nog worstelt met zijn eigen bestaansrecht.

In de therapie willen we verder gaan dan het gekende verhaal. Kan het verhaal in zijn akelige felheid en ruwheid verteld worden zonder dat het iedereen omverblaast? Hoe kan het een doorleefd verhaal worden dat binnen de *window of tolerance* kan worden opgevangen (Siegel, 1999)? En hoe kunnen we de emoties die loskomen dragen en reguleren, zodat de familieleden gesterkt worden, zodat ze samen het pad naar een veerkrachtiger ontwikkeling kunnen inslaan en er opnieuw hoop kan groeien (Walsh, 2012)?

*Het aanbieden van nieuwe relationele ervaringen als cocreaties binnen de niche van het gezinstherapeutisch werken*

*Moedig volgt Solvej de verdere instructies van de oude vrouw. Ze neemt de lange scherpe roede van taaie twijgen, doopt die in het vat met loog en slaat net zo lang met kracht op wat overblijft van de draak, tot ook het laatste bolster breekt en een klein rood hart zichtbaar wordt. Ze neemt het in haar handen en laat het hart voorzichtig in de zoete melk glijden. Als het avond wordt neemt zij het kleine rode hart uit de zoete melk en windt de negen mantels die zij eerder heeft afgelegd, eromheen. Liefdevol neemt zij de bundel in haar armen en slaapt een lange nacht.*

Het sprookje neemt ons mee naar een meer actie- en lichaamsgerichte fase in de benadering van trauma. Het gaat niet enkel over anders denken en spreken, maar ook over opnieuw vertrouwd worden met gewaarwordingen in het lichaam en weer veiligheid en vertrouwen kunnen ervaren in aanraking en troost (Van der Kolk, 2016, p. 145). Om die reden pleit Ogden voor het toevoegen van sensomotorisch werk aan de behandeling van trauma (Ogden & Fisher, 2015). Het is helend om opnieuw aan den lijve te ervaren dat het mogelijk is afgestemd op elkaar in samenspel te zijn, dat je synchroon met je omgeving kunt bewegen, dat het veilig is je te laten verzorgen en koesteren, dat anderen regie mogen nemen zonder dat het jou in gevaar brengt, dat elkaar loslaten en op exploratie gaan mogelijk is zonder de veilige basis in gevaar te brengen. Het is werken aan een veilige ruimte voor kleine ik en grote ik in het hier-en-nu, door samen andere helende ervaringen op te doen (Spingaer, 2016). Tijdens gerichte interactie- en spelmomenten laat ik mij graag inspireren door elementen uit de Theraplay-behandeling (Booth & Jernberg, 2010).

**Emotionele betrokkenheid** Tijdens de sessies zijn we erop gericht kinderen en ouders opnieuw veilige ervaringen aan te bieden waarin ze samen een brede waaier van emoties kunnen delen en beleven en hun

interacties kunnen synchroniseren. We helpen gezinnen opnieuw plezier en vreugde te beleven in het samenzijn, en ondersteunen hen bij het herkennen, opvangen en dragen van relationele spanningen en moeilijkere emoties.

Bij Froukje herkennen we zeer veel wantrouwen en gekwetstheid ten aanzien van emotionele nabijheid. Vooral in contact met (stief)oma is er veel chaos en verwarring. Oma heeft moeite met het 'aandachtzoekende gedrag' en reageert vaak afwijzend en hard. In de resonantie met het verhaal van oma horen we dat zij zichzelf in veiligheid gebracht heeft ten aanzien van haar destructieve vader door ervoor te zorgen dat ze alles alleen kon en niemand meer nodig had. Ze maakt zich grote zorgen om Froukje die zo afhankelijk blijft. Hoe moet het ooit goed komen met haar? Door oma erkenning te geven voor de grote investering die ze al gedaan heeft, voor haar toewijding en zorg die maakt dat Froukje nu al staat waar ze staat, kan ze wat meer zachtheid en ruimte voor de kwetsbaarheid van Froukje toelaten (Splingaer, 2016).

We installeren spelletjes die aanraking en synchroniciteit bevorderen en het afgestemd zijn op elkaar, waarin oma en Froukje ervaren dat het prettig kan zijn in contact te zijn. Na een gesprekje waarin we aan de hand van een bepaalde situatie de verschillende emoties in kaart brachten middels een tekening met zonnetjes, wind, regen en onweer, tekenen we 'een weerbericht' op de rug. We staan in een kringetje en tekenen al vertellende het weerbericht met de hand op elkaars rug. Bij dit spelletje is er geen oogcontact maar wel aanraking, gedeelde spanning en plezier. Dit sensomotorisch spelletje nemen ze mee als ritueel bij het slapengaan. Zo kan er verteld worden over het 'weer' van de voorbije dag.

**Sensitieve emotionele structurering** Op deze dimensie zoeken we samen naar diverse vormen van houvast en regie die voor het kind, met zijn temperament en karakter, draaglijk en afgestemd zijn. Het is belangrijk ouders in voeling te brengen met de grenzen die een kind nodig heeft om zich veiliger te voelen, met hoe ze een vasthoudende vorm van afgrenzing kunnen aanbieden zonder in overdrijving te gaan en met hoe er tegelijk ook ruimte kan komen voor het ontwikkelen van eigenheid. We trachten kinderen te helpen ervaren dat volwassenen een hulpbron kunnen zijn in het ordenen van de wereld en dat ze daardoor zorgen voor veiligheid.

Froukje is angstig zich over te geven en houdt stevig zelf de controle. Ze weet steeds te ontsnappen aan de regie van haar zorgfiguren. Ook binnen de therapie aanvaardt Froukje de structuur moeizaam. Op een keer, als ze samen met opa naar de therapie komt, weigert ze binnen te komen. Opa gaat achter haar aan, maakt zich boos en tracht haar naar binnen te sleuren. Ik benoem hoe moeilijk het voor opa moet zijn dat ze zo in de weigering gaat en dat ik zie dat het hem boos maakt. Ik nodig opa uit om alvast binnen te komen en geef Froukje de boodschap dat wij en haar lievelingspop Mauro uit de therapiekamer, op haar wachten. Ik help opa opnieuw tot rust te komen en denk met hem na over wat de gepaste afstand is waarop Froukje nabijheid kan verdragen. Froukje verschijnt achter het raam van de therapieruimte. Opa steekt zijn hand op en wuift. Froukje wuift terug. Even nadien komt ze rustig de kamer binnen, zet de pop op haar schoot en stapt mee in de sessie. We spreken af dat vanaf dan de pop Mauro haar altijd zal verwelkomen aan de deur en haar ook telkens zal uitzwaaien.

**Verzorging** Kinderen met complex relationeel trauma hebben te weinig ervaren dat verzorging en aanraking, gewiegd en gekoesterd worden, helpen om weer rustig te worden en jezelf te reguleren. Vaak is aangeraakt worden voor hen een beangstigende ervaring geworden, iets wat uiteindelijk altijd fout afloopt. Het existentieel gevoel het waard te zijn dat er goed voor je gezorgd wordt, dat je waardevol genoeg bent om van te houden, is geschaad. Ouders die niet meer mogen of kunnen troosten en knuffelen kunnen ook een diep gevoel van falen en tekortschieten in zich dragen.

Froukje heeft als baby zorg moeten missen. Haar moeder was vaak feitelijk en emotioneel niet beschikbaar. Froukje werd ziek door slechte voeding of ondervoeding.

Tijdens de individuele spelsessies zit ze graag in een kleine zetel in de vorm van een schelp die ze helemaal kan dichtklappen en wegdraaien. Ze zit met pop Mauro in de afgesloten zetel en zegt me dat pop ziek is en buikpijn heeft. Ik ben de dokter die voor pop moet zorgen. Als medicijn geef ik haar koekjes voor pop. Ze is verschillende sessies met dit thema bezig, en geleidelijk aan komt er evolutie. Het zeteltje gaat meer open en ik mag zien wat er zich afspeelt. Het is niet meer pop maar zichzelf die ziek is. Ik mag de koekjes rechtstreeks in haar hand leggen. In de laatste stap mag ik de koekjes als dokter in haar mond steken.

Tijdens een gezinsspelsessie, voorbereid in een oudergesprek, komt

het thema opnieuw naar boven. Ik vertel opa en oma dat Froukje heel erg ziek is en goed verzorgd moet worden. Ik rol haar in een dekentje en leg haar zo in de schoot van opa en oma. Als dokter geef ik de medicijnkoekjes aan hen en zij steken ze in de mond van Froukje.

**Uitdaging** In een veilige ouder-kindinteractie stimuleren ouders het exploratieve gedrag van hun kinderen. Ze helpen de angsten, onzekerheden en frustraties te overwinnen zodat het kind zich verder kan ontwikkelen en groeien naar meer autonomie. Kinderen met complex trauma kennen deze veilige uitvalsbasis meestal niet. Ze konden niet bijtanken wanneer het nieuwe toch te overweldigend was. Ze zijn vooral op zichzelf aangewezen en ervaren ‘nog niet kunnen’ vaak als falen, mislukken, er niet mogen zijn. Dit kan ertoe leiden dat hun autonome zelfontwikkeling sterk ingeperkt wordt. Nieuwe dingen roepen angst op. Of ze worden juist erg roekeloos omdat ze de contouren van hun eigen kunnen te weinig in kaart hebben kunnen brengen. Ouders en zorgfiguren ervaren veel machteloosheid wanneer ze het kind in iets nieuws willen betrekken, het iets willen leren. Ze komen snel terecht in afwijzende en destructieve interacties die hun het gevoel geven dat het kind hen helemaal niet nodig heeft.

Tijdens een gezinsspelsessie experimenteert Froukje met pijl en boog, maar het lukt haar niet zo goed. Opa tracht haar vanaf een afstand bij te sturen. Hij geeft veel instructies maar het werkt niet. Zowel Froukje als opa raakt steeds meer overstuur en geïrriteerd. Ik stel opa voor dichterbij naar zijn kleinkind toe te gaan en haar te helpen een goede starthouding te vinden bij het schieten. Opa gaat naast haar staan en doet voor hoe het moet. Hij schiet zijn pijl recht in de roos. Froukje probeert het ook, maar het lukt weer niet. Ze wordt boos, gooit alles op de grond en wil weglopen. Ik nodig opa uit om Froukje bij zich te nemen en het samen te doen. Hij knielt neer en neemt Froukje tussen zijn armen en benen in (als een schelp). Het voelt voor beiden wat vreemd, er is gefriemel en ongemakkelijk gelach. Samen richten ze de pijl en boog. Nu lukt het wel. Beiden ontspannen ze en genieten ze van het samen oefenen. Froukje slaagt erin te luisteren naar de raad van opa en haar pijlen steeds beter te richten. Opa kan haar meer en meer waardering geven en laat haar dan geleidelijk aan los zodat ze zelf kan schieten.

Al deze kleine momenten van interactie en spel bouwen aan een veiliger en betrouwbaarder exploratieve basis tussen het kind en zijn zorgfiguren. De ervaringen binnen de therapie geven eilandjes van vertrouwen

dat er misschien toch een aangenaam contact mogelijk is. Deze momenten kunnen inspireren en moed geven om zich ook thuis meer open te stellen voor elkaar en op zoek te gaan naar beter afgestemde interacties. Tijdens de sessies krijgen ouders en zorgfiguren ondersteuning bij het zelf in een rustiger modus blijven waarin mentaliseren mogelijk blijft. Dit helpt hen om ook thuis op kritieke momenten anders naar het gedrag van hun kind te kijken.

*De onttovering en het echt in verbinding kunnen gaan: het hanteren van de therapeutische relatie*

*Die nacht voltrok zich het wonder waarop de goede vrouw had gezinspeeld. Toen Solvej de volgende morgen ontwaakte, stond voor haar de edelste prins die zij ooit had aanschouwd. De betovering was gebroken en geweken door haar liefdevolle opoffering, haar moed en standvastigheid.*

De slotpassage van het sprookje komen we helaas binnen de therapeutische praktijk weinig tegen. We slagen er zelden in de draak volledig uit het kasteel te krijgen en er een mooie prins van te maken. Gezinnen of bepaalde gezinsleden haken af, een kind moet opgenomen worden, de druk van de samenleving wordt te groot. Toch is deze passage mij niet helemaal vreemd binnen mijn therapeutisch werk. De kleine momenten waarop ik iets nieuws, helends en verbindends zie gebeuren binnen gezinnen, tussen mij en hen of binnen hun context, zijn voor mij episodes van onttovering. Ze geven een glimp te zien van een wereld zonder draak. Als therapeut vind ik het belangrijk verbonden te blijven met die positieve verhalen waarin de hoop, de toewijding, moed en standvastigheid die we samen ontwikkelen binnen een therapeutische context, tot kleine maar toch betekenisvolle resultaten leiden. Mogelijk is er een klein opstapje gebouwd dat voor een volgende generatie echt verschil kan maken.

Het vraagt moed en deemoed als therapeut steeds opnieuw de confrontatie met de draak aan te gaan. Het zoekend falen en herbeginnen doet ook iets met ons. Hoe kunnen we ons blijven openstellen en verbinden, zodat we mee kunnen resoneren en mentaliseren? Maar hoe kunnen we ons in het werken met complex trauma ook beschermen? Hoe kunnen we ons door een beschermmantel laten omhullen en helpen? We hebben geen negen huiden zoals de draak, maar vanuit het besef van onze eigen kwetsbaarheid kunnen we wel op zoek gaan naar negen mantels. Het leren kennen van onze unieke krachten, mogelijkheden en beperkingen als therapeut (de roede met bijtend loog en het vaatje zoete melk) geeft ons het materiaal de draak tegemoet te treden.

Samenwerken in een team, kunnen terugvallen op veilige plekken van de eigen professionele niche waar we kunnen bijtanken, zijn geen luxe maar noodzaak.

### Tot slot

In dit artikel tracht ik de lezer mee te nemen in de praktijk van kind-gerichte gezinstherapie waarin we aan de slag gaan met complex trauma. Een complex trauma is per definitie relationeel van aard en raakt alle betrokkenen. Het strekt zich uit over de tijdsdimensies van heden, verleden en toekomst. Ook de behandelcontext kan worden meegesleurd in wanhoop, angst en destructieve controlerende patronen. Een meer systemische benadering van complex trauma geeft ons de mogelijkheid de bredere relationele effecten in kaart te brengen en de behandeling te richten op de verschillende actoren in het proces. Gezinstherapie biedt de mogelijkheid te werken met de meer effectieve interacties tussen de gezinsleden. Samen leren lezen van gedrag en emoties, de achterliggende noden en angsten leren kennen, dragen en verdragen van akelige emoties in een veilige context en het samen opbouwen van nieuwe helende ervaringen leiden tot herstel en geven ruimte om door te groeien naar een veerkrachtiger ontwikkeling voor zowel het kind, zijn zorgfiguren als de context eromheen.

**Greet Spilingaer** is psycholoog en orthopedagoog, gezinstherapeut, opleider en supervisor. Zij werkt als coördinator en opleider in VZW Rapunzel en als gezinstherapeut in Therapiecentrum Rapunzel te Diest. E-mail: greet.splingaer@rapunzelvzw.be.

### Literatuur

- Andolfi, M. (2012). *Teacher at the school of life* [Dvd]. Soesterberg: Molemann.
- Ausloos, G. (2002). *De competenties van families – Tijd, chaos en proces*. Leuven: Garant.
- Baljon, M., & Geuzinge, R. (2017). *Echo's van trauma – Slachtoffers als daders, daders als slachtoffers*. Amsterdam: Boom.
- Baylin, J., & Hughes, D. (2016). *The neurobiology of attachment-focused therapy*. New York: Norton & Co.
- Booth, P., & Jernberg, A. (2010) *Theraplay – Gehechtheid tussen ouders en kinderen versterken door spel*. Amsterdam: Hogrefe.
- Carter, B., & McGoldrick, M. (2004). *The expanded family life cycle – Individual, family, and social perspectives*. Boston: Allyn and Bacon.
- Govaerts, J.M., & Spilingaer, G. (2008). Gezinsontwikkelingsperspectief. In A. Savenijne, M.J. van Lawyck, & E.T.M. Reijmers (red.), *Handboek Systeemtherapie* (pp. 295-308). Utrecht: De Tijdstroom.



- Hart, O. van der, Nijenhuis, E., & Steele, K. (2013). *Het belaagde zelf – Structurele dissociatie en de behandeling van chronische traumatisering*. Amsterdam: Boom.
- IJzendoorn, M.H. van (1994). *Gehechtheid van ouders en kinderen*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Kagan, R. (1996). *Turmoil to turning points – Building hope for children in crisis placements*. New York: Norton & Co.
- Kagan, R., & Schlosberg, S. (1989). *Families in perpetual crisis*. New York: Norton & Co.
- Kolk, B. van der (2016). *Traumasporen – Het herstel van lichaam, brein en geest na overweldigende ervaringen*. Eeserveen: Uitgeverij Mens!
- Ogden, P., & Fisher, J. (2015). *Sensorimotor psychotherapy – Interventions for trauma and attachment (Norton series on interpersonal neurobiology)*. New York: Norton & Co.
- Olthof, J., & Gelissen, G. (2017). Het boek met drie hoofdstukken – Een narratieve traumabehandeling. *Systeemtherapie*, 29(1), 24-38.
- Perry, B.D., Pollard, R.A., Blakley, T.L., Baker, W.L., & Vigilante, D. (1995). Childhood trauma, the neurobiology of adaptation, and 'use-dependent' development of the brain – How 'states' become 'trait'. *Infant Mental Health Journal*, 16(4), 271-291.
- Sells, S.P., & Souder, E. (2018). *Treating the traumatized child – A step-by-step family systems approach*. New York: Springer Publishing Company.
- Siegel, D.J. (1999). *The developing mind*. New York: Guilford.
- Splingaer, G. (2005.) Een gezinstherapeut in sprookjesland. *Tijdschrift voor Familietherapie*, 11(2), 87-108.
- Splingaer, G. (2016). Werken aan hechting en binding in gezinstherapie – de zoektocht van Kleine Ik en Grote Ik. *Systeemtheoretisch Bulletin*, 34(3), 327-347.
- Struik, A. (2010). *Slapende honden? Wakker maken! Een stabilisatiemethode voor chronisch getraumatiseerde kinderen*. Amsterdam: Pearson.
- Vliegen, N., Tang, E., & Meurs, P. (2017). *Van kwetsuur naar litteken – Hulpverlening aan kinderen met complex trauma*. Kalmthout: Pelckmans Pro.
- Walsh, F. (2012). *Normal family processes – Growing diversity and complexity*. New York: The Guilford Press.