

# Kennis van trauma voor pleeg- en adoptieouders - en voor professionals

*De neurobioloog en kinderpsychiater Perry schreef met hulp van wetenschapsjournalist Maia Szalavitz een inspirerend boek voor ieder die professioneel of als ouder (of vervangouder) te maken heeft met getraumatiseerde kinderen en jongeren. Aan de hand van gevalstudies en in een levendige stijl bieden zij nieuwe kennis over de effecten van trauma op kinderen en over benaderingen die wel of niet helpen. Vanwege de vakinhoudelijke diepgang en de brede relevantie lijkt een uitvoerige bespreking op zijn plaats.*

*De jongen die opgroeide als hond en andere verhalen uit het dagboek van een kinderpsychiater. Bruce D. Perry en Maia Szalavitz (2007). Schiedam: Scriptum. (SBN 978 9055945290, 293 pp. 19,95 Euro).*

Oorspronkelijke titel: *The boy who was raised as a dog and other stories from a psychiatrist's notebook. What traumatised children can teach us about life, loss and healing.*

## De auteur en de opzet van het boek

Perry is bekroond vanwege wetenschappelijk neurobiologisch werk, maar zijn deskundigheid heeft ook handen en voeten in de praktijk. Hij is onderzoeker en behandelaar, en geeft leiding aan een specialistisch team. In zijn voorwoord verwijst hij naar de traumadeskundige, therapeut en getuigedeskundige Leonore Terr, en evenals zij, houdt hij zich ook bezig met forensisch werk.

Dit boek mengt consequent de perspectieven van de insider – vakinhoudelijke specialist en direct betrokkene - met die van de belangstellende buitenstaander en de gemeenschap. Theorie en praktijk wisselen elkaar af, en keer op keer blijkt hoe niet therapie maar vooral steunende volwassenen en leeftijdgenoten voor getraumatiseerde kinderen een wereld van verschil kunnen maken. Het boek is dan ook op meerdere niveaus te lezen.

In dagboekstijl beschrijft Perry bijvoorbeeld de achtergrond en de therapie van een jongen die in een kooi opgroeide en als hond behandeld werd, van een meisje dat door haar stiefvader werd misbruikt, van het jongetje dat zijn eerste jaren in een kil Russisch kinderkuis verbleef, en van het ernstig ziek gemaakte kind wier moeder leed aan Münchhausen by Proxy. Hun ouders waren soms zelf slachtoffer van geweld, soms dader; vaak vroegen ouders, pleeg- of adoptieouders consult als ze ten einde raad waren met het kind dat zij groot brachten. Het boek is dan ook toegesneden op de problemen die de verzorgers van deze kinderen ervaren - en daarmee uitermate leerzaam voor ouderbegeleiders.

## Enkele praktijkvoorbeelden

Een korte samenvatting van vier voorbeelden uit het boek moge een indruk geven van de zwaarte van de problemen die Perry en zijn staf behandelen en waarover zij adviseren.

De zesjarige *Sandy* was er als driejarige thuis getuige van dat de keel van haar moeder werd doorgesneden. Ze was elf uur alleen met haar dode moeder voordat ze werd gevonden. Na opname in een ziekenhuis werd zij via de kinderbescherming in een pleeggezin geplaatst. Niemand dacht echter aan therapie, hoewel ze angstig was, teruggetrokken, en slecht sliep. Toen zij als getuige bij de rechtbank werd opgeroepen, schakelde men Perry in en kwam zij in therapie. Na een fase van kleurige tekeningen, nam Sandy de regie en speelde ze elementen van de moord na. Zij hield daarbij de touwtjes stevig in handen en Perry leerde van haar hoe belangrijk het is dat getraumatiseerde kinderen controle krijgen over het proces van verwerking van de angstige gebeurtenissen.

*Laura* is een emotioneel verwaarloosd meisje dat niet groeit. Haar moeder had een moeilijk leven, groeide op in pleeggezinnen en werd al jong zwanger. Ze deed haar best, maar was niet in staat om de baby te koesteren, aan te raken, vast te houden en te wiegen. Laura lijdt aan het *failure to thrive*-syndroom: ze groeit niet. Ze weet niet of ze gewenst is en ze lijdt aan 'huidhonger'.

Dat doet ook de zevenjarige *Robert* met zijn twaalf diagnoses, die onhandelbaar heet en regelmatig in razernij uitbarst. Zijn pleegmoeder noemt hem haar baby: ze wiegt en masseert hem vaak. Aanvankelijk vond het behandelteam haar 'overbeschermend', maar gaandeweg zag men de waarde van de koestering die zij Robert gaf.

*Leon* heeft als tiener in koelen bloede een jong meisje vermoord en toont geen berouw. Perry veronderstelt dat bij Leon geen bedrading is aangelegd voor plezier in contact en dat dit waarschijnlijk het gevolg is van vroege verwaarlozing. Leon haat mensen. Van de ouders hoort Perry dat hij een huilbaby was en dat zijn verstandelijk beperkte moeder zich geen raad met hem wist. Wel met zijn wat oudere broertje, maar niemand steunde haar bij de aanpak van de steeds maar huilende Leon. Uiteindelijk gaf Leon het huilen op en ontwikkelde hij zich tot een berekenende, kleine manipulator met alleen belangstelling voor materiële zaken. Zijn moeder had nooit het gevoel dat ze vat op hem had; anderen evenmin.

## Trauma en hersenontwikkeling

Perry legt in eenvoudige bewoordingen uit wat er in de hersenen van een kind gebeurt wanneer het op jonge leeftijd wordt blootgesteld aan traumatische ervaringen. De werking en ontwikkeling van het brein veranderen er namelijk door. Letterlijk: stress doet specifieke neurale verbindingen ontstaan, terwijl andere verbindingen niet worden aangelegd. Dit alles leidt tot een overmatig reageren op elke vorm van stress. Het kind wordt gespannen, angstig, impulsief, en vaak wantrouwig. Er is een imprint van de negatieve

ervaringen in het geheugen ontstaan, en dergelijke 'geheugensjablonen' sturen het handelen. Ze brengen het kind ook in de problemen. Kortom: trauma kan leiden tot een versplinterde ontwikkeling en uit zich in allerlei vormen van 'afwijkend' gedrag.

Onze hersenen zijn 'relationeel': hun spiegelende werking heeft positieve en negatieve consequenties. 'Om een kind vriendelijk, gul en invoelend te laten worden, moet hij zo worden behandeld' (p. 261) - maar probleemgedrag van kinderen verergert wanneer zij tussen andere probleemkinderen worden gezet (p. 127). Het verklaart tevens dat een aandachtige (pleeg)ouder, professional of therapeut de eigen houding overdraagt op het getraumatiseerde kind. Perry onderstreept dan ook het belang van 'simpelweg' de tijd nemen voor aandachtig kijken en luisteren.

Zeker: erfelijkheid en biologie spelen een hoofdrol in de etiologie van psychische aandoeningen, en een vroeg jeugdtrauma brengt misschien een onderliggende genetische kwetsbaarheid naar boven. Maar misbruik en trauma kunnen ook zelf tot symptomen leiden. Deze lijken vaak op klassieke psychische stoornissen, en getraumatiseerde kinderen krijgen dan ook vaak psychiatrische etiketten opgeplakt. In feite zijn hun symptomen echter het gevolg van 'hyperarousal' of 'dissociatie' (p. 226). Het is echter niet aan de leek, maar aan de kinderpsychiater om het verschil te zien tussen psychiatrische aandoeningen en stoornissen door vroege mishandeling of verwaarlozing.

### **Verfijning van het inzicht in traumabehandeling**

Voor professionals die in hun praktijk van doen hebben met gezinnen waar geweld speelt, of waar een getraumatiseerd kind wordt grootgebracht of verzorgd, biedt dit boek stof voor studie en reflectie, en inzicht in wat er aan behandeling van getraumatiseerde kinderen mogelijk is. Perry windt er geen doekjes om: de meeste kinderen die in dit boek ter sprake komen liepen ernstige schade op door mishandeling, verwaarlozing en seksueel misbruik. Maar soms werd de schade vergroot door onoordeelkundige professionals. Hij geeft voorbeelden van goedgelovigheid van therapeuten, van vage en omvangrijke vragenlijsten die niet bijdragen aan de behandeling, en van schade door de zogenaamde 'holding therapy' waarbij een kind gedwongen en langdurig wordt vastgehouden. Ook nadruk op herbeleving richt schade aan, stelt hij, omdat je daardoor schadelijke herinneringen niet kwijt raakt. Hoewel met bepaalde therapieën resultaten worden geboekt, kan het effect daarvan niet op tegen herstel in het gewone leven. Duurzame en zorgzame contacten, en geduldige zorg, helpen méér dan uitsluitend medicijnen en therapie. Herhaaldelijk benadrukt hij: veel liefde en geduld, en nogmaals liefde en geduld, zijn nodig om schade door trauma te helen.

Nog één voorbeeld om dit te illustreren.

Peter belandt als baby in een Russisch kindershuis, woont daar tot zijn derde en is ernstig verwaarloosd als hij bij adoptieouders komt. Zij kunnen hem de daaropvolgende jaren goed helpen, maar zijn ontwikkeling stagneert als hij zeven jaar oud is. Klasgenoten vinden hem vreemd en sluiten hem buiten. Perry realiseert zich dan dat juist leeftijdgenoten van cruciaal belang zijn voor Peters ontwikkeling en geeft psycho-educatie aan zijn

klas. Hij legt uit hoe baby's gewiegd worden, hoe Peter als baby niet werd aangeraakt en gekoesterd, dat hij zichzelf heen en weer schommelde, hoe geweldig het was dat hij toch leerde praten en hoe belangrijk dat de klasgenoten hem helpen om verder te groeien. Deze les slaat aan. Perry schrijft dat de kinderen milder werden. Ze zagen het niet langer als kwetsend of een persoonlijke aanval wanneer Peter iets afpakte of voor zijn beurt sprak, maar als een restant uit zijn verleden dat ze moesten respecteren. Zo zorgden een betrokken buitenstaander en de zorgzaamheid van zijn klas ervoor dat Peter weer een gewone jongen werd.

### **Kwetsbaarheid benoemen en moed tonen**

Zoals een van zijn supervisors hem adviseerde: 'Onderzoek hun leven', zo maakt Perry kinderen en ouders inderdaad niet louter tot patiënt. Hij portretteert hen als mensen van vlees en bloed, en dat geeft dit boek zijn waarachtigheid en karakter. Wel beschrijft hij het succes uitvoeriger dan de tobberij, maar bij de casuïstiek is ook te merken dat hij altijd bereid is om nieuwe ervaringen op te doen, en dat hij van zijn ervaringen wil leren.

Zo ontdekt hij hoeveel moeite het een alleenstaande moeder met drie kinderen kost om elke week haar dochter naar de therapie te brengen. Soms ziet hij haar uren na hun afspraak op de bus staan wachten en hij geneert zich. Op een dag besluit hij, tegen de regels in, te stoppen en biedt hij haar een lift aan naar huis. Ze gaan eerst nog langs de supermarkt en rijden dan de achterbuurt in. Perry helpt moeder met de kinderen en brengt de boodschappen naar de flat. Hij spaart zichzelf niet en beschrijft ook zijn ongemak als hij uit de veilige doktersrol stapt - maar schakelt hij een ouderbegeleider in om met moeder na te gaan of zij dit volhoudt en hoe ze haar aandacht verdeelt tussen haar kinderen? In ieder geval maakt hij de lezer erop attent dat 'een kind in therapie' voor ouders een hoop gedoe meebrengt.

In een andere casus komt een vijfjarig meisje bij hem in therapie, begint te spelen, gaat bij hem op schoot zitten en ritst dan al snel zijn gulp open. Zij is seksueel misbruikt en laat zien hoe dat toeging - en Perry laat de lezer weten hoe provocatief seksueel misbruikte kinderen kunnen zijn, en dat verbazing of verontwaardiging niet aan de orde zijn. Perry haalt haar hand weg, zachtjes uiteraard, en het verdrietige voorval zet hem aan het denken over *hoe* haar nieuw gedrag aan te leren, en haar oude script te veranderen.

### **Verborgen kennis aan het licht brengen**

De specifieke kenmerken van getraumatiseerde kinderen vereisen supervisie, uitvoerig teamoverleg, en alert zijn op tegenoverdrachtsreacties. Deze laatste worden niet met zoveel woorden in het boek besproken, maar Perry beschrijft ze bij zichzelf. De impliciete boodschap is: zo gaat dat in professioneel werk met deze kinderen en hun ouders.

Een sterk punt is dat de auteurs hun ervaringen met getraumatiseerde kinderen, met (pleeg) ouders, andere betrokkenen en hulpverleners nauwlettend volgen. Daarbij komt onbekende kennis aan het licht over de omgang met deze kinderen en hoe je hen en

hun verzorgers sterker kunt maken. Het is 'tacit knowledge': een persoonsgebonden vorm van weten die maar gedeeltelijk uit te leggen is, gebaseerd op ervaring, vaardigheid en houding, en een bron van invallen, goede ideeën en heldere inzichten, aldus Bron en Bos (2008)<sup>1</sup>. Ik heb de ervaringskennis van medewerkers in de vrouwenopvang eerder aangeduid als een professionele schatkamer met nauwelijks deuren of vensters. Inderdaad gaat het over vaak niet-bewuste en onvoldoende op waarde geschatte kennis die zelden op papier wordt vastgelegd - dit in tegenstelling tot de expliciete kennis met zijn schriftelijke neerslag in regels, beleid en protocollen.

Perry geeft er voorbeelden van, en hieronder geef ik tien, door mij uit het boek gedestilleerde aandachtspunten. Ik meen dat ze de kern van het boek weergeven, en woorden geven aan impliciete kennis die ik aanwezig vermoed bij veel professionals in het veld van geweld en trauma. Ze willen vooral geen checklist zijn, maar een handreiking voor professionals én anderen die nauw betrokken zijn bij getraumatiseerde kinderen en hun ouders of verzorgers:

1. *Breng stress-systemen waar mogelijk tot rust: wees als hulpverlener of (pleeg)ouder voorspelbaar, vriendelijk en bied veiligheid.*
2. *Een vriendelijke en rustige therapeut (begeleider, ouder) is als een spiegel voor het brein van onrustige kinderen.*
3. *Door veel herhaling en routine ontstaan nieuwe patronen en kan een geheugensjabloon mogelijk worden aangepast.*
4. *Getraumatiseerde kinderen zijn snel overprikkeld, angstig, van streek; ze zijn dan moeilijk te kalmeren, impulsief en wantrouwig. Alleen inlevingsvermogen, consequent handelen, training in sociale vaardigheden en geduld helpen dan.*
5. *Ze hebben veiligheid nodig om te kunnen leren; dwang is contraproductief.*
6. *Greep op de gang van zaken en in contact met anderen vergroot het gevoel van veiligheid.*
7. *Door herhaaldelijk nabootsen van elementen van de traumatische ervaring kan het kind leren om beter met de overweldigende herinnering daaraan om te gaan. Belangrijk is dat het daarbij zelf de touwtjes in handen heeft, en: het gaat niet om herbeleving. Die is schadelijk. Het gaat wel om het bespreken en begrijpen van herinneringen die zich opdringen.*
8. *Non-verbale en lichaamsgerichte therapievormen kalmeren en dragen bij aan het herstel van een overspannen stress-reactiesysteem: kleuren, muziek maken, bewegen op muziek, massage, ontspanningsoefeningen, en naspelen van elementen van het trauma.*
9. *De belangrijkste therapie vindt buiten de spreekkamer plaats. Getraumatiseerde kinderen kunnen niet zonder begripvolle en steunende leeftijdgenoten en betrouwbare volwassenen.*
10. *Ook een helende en zorgzame gemeenschap is voor hen van levensbelang. Daarom dienen hulpverleners als bruggenbouwers dit steeds op verschillende niveaus uit te leggen en daarom tonen zij respect voor wat de ouders van deze kinderen dagelijks opbrengen.*

Sommige van deze punten zijn gericht op hoe interactie stress vermindert en nieuwe ervaringen mogelijk maakt (1,2 en 3). Een tweede cluster heeft betrekking op voorspelbaarheid door het vergroten van controle bij deze kinderen (4,5, en 6). De derde groep clustert begrip, steun, aanraking en veiligheid in therapie en verzorging.

## Hèt aandachtspunt voor professionals: de omgeving

Met al zijn therapeutische ervaring en vakkennis concludeert Perry dat het vooral de context is die voor deze kinderen de gewenste wereld van verschil kan maken: mensen die met tijd en geduld het verdriet en het verlies verzachten die het trauma heeft veroorzaakt, en die kinderen aan helende ervaringen helpen. Daarmee raakt zijn werk aan het elders in dit nummer door Van der Pas besproken werk van Werner & Smith (zie p. 123-138), en aan hun bevinding dat kinderen de effecten van trauma in de kindertijd kunnen ontgroeien door veilige verzorgers, later, en door persoonlijke betrokkenheid van mensen in hun omgeving.

Psychoëducatie over trauma voor èn professionals zoals ouderbegeleiders en groepsleiders, èn al dan niet biologische ouders, is echter de eerste voorwaarde. Wie in ons land brengt het geduld op om ouders van een getraumatiseerd kind te begeleiden? Wie helpt hen om hun kinderen te helpen, en wie helpt ze bij meningverschillen? Welke ouderbegeleiders met verstand van traumatisering bij kinderen gaan met dit boek in de hand hun ervaringen verder uitwerken?

### Noot

- 1 Bron, R. en J. Bos (2008). Op zoek naar impliciete kennis over grootschalig politietoetreden. *Het tijdschrift voor de Politie*, 6, 17-21.

# LEKKERKERKER LECTURE 2010

Lieve Cottyn

*Interactie Academie Antwerpen*

zet u een hele dag aan het denken over:

**aandacht voor lastige emoties bij 'lastige' ouders**

reserveer de dag alvast in uw agenda: maandag 22 maart 2010

plaats: De Eenhoorn, tegenover station Amersfoort

geef u alvast op via [lekkerkerker2010@xs4all](mailto:lekkerkerker2010@xs4all) dan krijgt u persoonlijk nadere informatie tijdig toegestuurd