

"Trauma Informed Care sluit aan bij hoe ik altijd al heb willen werken"

Niet meer de vraag 'wat is er mis met jou', maar de vraag 'wat is jou of jullie overkomen en hoe kunnen wij hierbij helpen'. Deze nieuwe benadering, waarin veiligheid én verbinding centraal staan, is cruciaal om begeleiding en behandeling van kinderen met psychische en sociale problemen nóg effectiever te maken, zegt regiebehandelaar Daniëlle Sales. "De jeugdige bepaalt wat we gaan bouwen met welke blokjes. Samen leggen we daar eerst een stevige fundering voor aan."



Veiligheid is een begrip dat op verschillende manieren kan worden ingevuld. Voor de één is veiligheid een afgesloten omgeving, voor de ander zijn het armen om in te schuilen of ruimte voelen om te vertellen wat je dwars zit. Daniëlle Sales heeft in de

tien jaar dat ze bij Koraal werkt ervaren hoe iedereen de term veiligheid op zijn eigen manier invult. "Ik ook. Toen ik nog op de behandelgroep werkte, definieerde ik het vooral als fysieke veiligheid en omgevingsveiligheid.

Nu ik als regiebehandelaar ondersteunend werk aan collega's op die groepen en help om behandelingen verder uit te rollen, zie ik veiligheid op een andere manier. Voor mij is het nu het gevoel dat ik door mijn team word gesteund, gehoord en erkend."

Welke definitie je er ook aan geeft, veiligheid is binnen Trauma Informed Care (TIC) cruciaal. "Het is een voorwaarde", zegt Daniëlle. "Als je je structureel onveilig voelt, dan gaat je brein op slot. Neem je deze onveiligheid niet weg, dan blijft stress een onderdeel in de dialoog, wat nooit de beste oplossing oplevert."

"Sterker nog, het leidt vaak tot een voortzetting van ongezonde, oude patronen. Als we kunnen erkennen dat er een bepaalde mate van onveiligheid is, dan kunnen we hieraan werken en de vervolgvraag stellen: mag ik met jou in verbinding komen en met jou gaan samenwerken aan herstel?"

Fundament

Dat samenwerken verloopt intensief en wederkerig. Er wordt vooral gekeken naar wat iets bij de ander doet. Wat gebeurt er? Waar komt het vandaan? En wat heeft iemand nodig om uit dit patroon te groeien? Daniëlle: "We nemen niet meer de regie uit handen, maar werken samen met de jeugdige en mensen uit het netwerk die een belangrijke rol spelen. Vroeger zag ik mijn werk als het bereiden van een ingewikkeld recept: ik moest en zou de juiste ingrediënten op elkaar afstemmen om tot een samenhangend gerecht te komen. Nu zie ik het meer als het samen bouwen van een LEGO-huis.

De jeugdige bepaalt wat we gaan bouwen met welke blokjes. Samen leggen we daar eerst een stevige fundering voor aan."

Zelfzorg

Daniëlle ziet in TIC een aantal verschillen ten opzichte van hoe er voorheen werd gewerkt. Tegelijkertijd merkt ze dat het heel erg aansluit bij hoe ze werkt en altijd al had willen werken. "We zijn steevast op zoek gegaan naar de beleving en de ervaringen van de hulpvrager, maar nu gaan we dat ook bij het netwerk en elkaar doen. We worden ons nog bewuster van ons eigen verhaal en de invloed van onze manier van werken."

Niet alleen zelfreflectie, maar ook zelfzorg speelt volgens Daniëlle een belangrijke rol. "Werken met jongeren is en blijft complex; het is een marathon waarin wij als medewerker ook veel zelfzorg moeten toepassen om het goed vol te kunnen houden."

"Er ontstaat nu meer ruimte. Het doet mij denken aan de zuurstofmaskers in een vliegtuig: je zet eerst het masker bij jezelf op voordat je je om degenen naast je kunt bekommeren. We verrichten goede zelfzorg, zodat we er kunnen zijn voor onze hulpvragers. Daarom word ik zo blij van Trauma Informed Care!" ■



De kracht van Trauma Informed Care

Dit artikel maakt deel uit van de 10-delige reeks 'De kracht van Trauma Informed Care'. In het volgende deel vertelt gedragswetenschapper Gina Hofman over risico en beschermende factoren.



Klik hier om naar de overzichtspagina van de reeks te gaan.