

## "Ik kan me niet voorstellen dat mensen na TIC nog anders zouden willen"

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, met meer oog voor (de impact van) ingrijpende jeugdervaringen en meer aandacht voor de thuisomgeving, is cruciaal om behandeling van kinderen met psychische en sociale problemen nóg effectiever te maken, zegt dramatherapeut Judith Simons. "Volwassenen zijn zich vaak niet bewust van hun aandeel in het systeem dat voor een kind toxische stress kan opleveren."



We hebben het allemaal wel eens: stress. Vaak zelfs meerdere keren per dag. Het is een onmisbaar onderdeel van ons dagelijks leven. Sterker nog: omgaan met kortstondige stressreacties en een milde stijging van de hartslag is noodzakelijk voor onze gezonde

ontwikkeling. Is stress echter te ingrijpend, te langdurig en zonder sociale buffering, dan spreken we van toxische stress. In dat geval gaat het systeem dat de stress reguleert langdurig op actief. "Zonder steun van andere mensen kun je deze vorm van

extreme spanning eigenlijk niet meer aan", vertelt Judith. "Je voelt aan je lijf dat het niet meer gezond is. Toxische stress maakt je ziek: lichamelijk én geestelijk." Kinderen en gezinnen die Koraal om hulp vragen ervaren vooral toxische stress als gevolg van ingrijpende

jeugdervaringen die ze hebben meegemaakt. "Wanneer er sprake is van toxische stress, dan is het van groot belang dat een kind volwassenen om zich heen heeft die kunnen helpen met reguleren. Als ouders dit, om welke reden dan ook, niet kunnen bieden, dan krijgt de vaardigheid reguleren onvoldoende kans om zich te ontwikkelen omdat deze alleen kan ontstaan binnen SAMEN reguleren (van kind en ouder). En dat terwijl sociaal contact - met name met de ouders - juist in de eerste levensjaren enorm belangrijk is. Hierdoor ontstaat er gedrag dat voor de ouders niet verklaarbaar is. "Ik krijg geen contact met mijn dochter. Mijn zoon reageert zo agressief. Wat moet ik doen?"

### Spiegelen

Trauma Informed Care helpt ons om anders naar gedrag te kijken. Door de vraag 'wat is er mis met jou' te vervangen door 'wat is jou of jullie overkomen' ontstaat er meer oog voor de levensgeschiedenis van kinderen én hun ouders. "Deze nieuwe manier van werken leert ons ook om meer te kijken naar de steun die ouders kunnen gebruiken. Dat vergt veel spiegelen op basisregulaties", legt Judith uit. "Spiegelen vraagt om goed observeren. Welke gewaarwordingen dienen zich aan? Hoe uiten deze gewaarwordingen zich? Welke betekenis geven het kind en de ouders aan deze gewaarwordingen. Pas als er betekenis

verleend is aan de gewaarwording, wordt dit een emotie. Door het leren (h)erkennen en verdragen van gewaarwordingen (en de persoonlijke betekenis hiervan) kan (zelf) regulatie tot stand komen. Dat spiegelen houdt niet op bij de ouders. Tantes, leraren, medewerkers van Koraal: iedereen in directe omgeving van het kind moet zich bewust worden van zijn of haar aandeel in het systeem dat voor een kind toxische stress kan opleveren."

### Investeren

Het behandelen en begeleiden vindt zoveel mogelijk bij gezinnen thuis plaats. Juist dit maakt Trauma Informed Care zo effectief, vindt Judith. "Je kunt een kind individuele begeleiding of behandeling geven, maar dan investeer je niet in de basis waar de stress zich juist opstapelt. Je neemt de directe omgeving niet in de behandeling en oplossing mee, waardoor de thuissituatie ongewijzigd blijft."

### De dialoog aangaan

"Met Trauma Informed Care kunnen er op dit gebied écht stappen worden gezet. We gaan de dialoog met de ouders aan, geven hen uitleg over de mogelijke redenen van hun gedrag en maken hen bewust van het feit dat de omgeving de ontwikkelingskansen van een kind sterk kan beïnvloeden. Deze nieuwe manier van



## 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 Esther van Heeswijk over (het effect van) de neuroplasticiteit van het brein.



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

werken kan voor sommige ouders én collega's even wennen zijn, maar ik denk dat iedereen de positieve verandering snel zal inzien. Ik kan me niet voorstellen dat mensen na Trauma Informed Care nog anders zouden willen." ■