

De neurobioloog en kinderpsychiater Bruce Perry schreef met de hulp van de wetenschapsjournalist Maia Szalavitz een inspirerend boek over trauma-behandeling. Het verscheen in 2007 onder de titel: 'De jongen die opgroeide als hond en andere verhalen uit het dagboek van een kinderpsychiater'. Het boek is relevant voor alle ouders en opvoeders vanwege de vernieuwende kennis over getraumatiseerde kinderen. Ouderbegeleiders geeft het voorbeelden van de wijze waarop volwassenen mishandelde en verwaarloosde kinderen kunnen helpen groeien.

SIETSKA DIJKSTRA



De jongen die opgroeide als hond

Het boek mengt consequent de perspectieven van de insider en de outsider, die van de theorie met die van de praktijk en het toont het belang van de sociale omgeving, waarin ondersteunende volwassenen en leeftijdsgenoten voor getraumatiseerde kinderen een wereld van verschil kunnen maken. In dagboekstijl wordt de achtergrond en het therapieverloop beschreven van een jongen die in een kooi opgroeide en als hond behandeld werd, een meisje dat door haar stiefvader werd misbruikt, een jongetje dat zonder koestering als baby opgroeide in een Russisch kindertehuis en een ernstig ziek gemaakt kind wier moeder leed aan Münchhausen by Proxy. Van de spreekwoordelijke kloof tussen theorie en praktijk is in dit boek nauwelijks sprake. Ze lopen voortdurend samen op.

Perry becijfert dat 40% van de kinderen in de Amerikaanse samenleving een trauma meemaakt en dat depressie bij kinderen wereldwijd toeneemt. Hij verhaalt welke behandelingen hij met vallen en opstaan samen uitstippelde met de kinderen, hun ouders, pleeg- of adoptieouders en zijn klinische staf⁽¹⁾, waar hij dat op baseerde en welk effect dat op iedereen had. Tegelijkertijd kijkt de lezer mee over de schouder van de professionals en wordt deelgenoot van hoe het vakmanschap en de gespecialiseerde kennis van het team zich ontwikkelt en in praktijk wordt gebracht.

Verfijning van inzicht

Voor professionals die van doen hebben met gezinnen waarin geweld speelt, biedt dit boek veel stof voor studie en reflectie. Tevens

biedt het 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. De schade werd soms nog vergroot door onoordeelkundig handelen in de praktijk. Voorbeelden die hij noemt zijn hulpverleners die geloofden in satanisch misbruik, vage en omvangrijke vragenlijsten die niet bijdragen aan de behandeling en de schadelijke werking van de zogenaamde 'holding therapy' waarbij een kind gedwongen en langdurig wordt vastgehouden. Ook de nadruk op herbeleving richt volgens Perry schade aan, aangezien je op deze wijze geen schadelijke herinneringen kwijt kunt raken. Herhaaldelijk maakt

Perry duidelijk dat er veel liefde, geduld en herhalen nodig is om de aangedane schade te verminderen. Hoewel je met specifieke therapie resultaten kunt boeken, kan dit niet op tegen herstel in het gewone leven.

Trauma en hersenontwikkeling

Perry weet als geen ander uit te leggen wat er in de hersenen gebeurt wanneer een kind wordt blootgesteld aan traumatische ervaringen. Het levert vaak een versplinterde ontwikkeling op en dit uit zich in allerlei soorten van 'afwijkend'

gedrag. Er ontstaan bepaalde neurale verbindingen in de hersenen, terwijl andere verbindingen niet tot stand komen. Het brein reageert volgens het principe 'use it or lose it'. De ontwikkeling en werking verandert door trauma. Dit leidt verder tot overreactieve stress-reacties, gespannen, angstige, impulsieve en vaak wantrouwende kinderen en tot een imprint van de negatieve ervaringen in het geheugen. Dergelijke geheugen-sjablonen sturen het handelen van de kinderen en brengen hen dikwijls in de problemen.

Bijzonder is dat de hersenen volgens Perry relationeel zijn. Hun spiegelende werking heeft positieve en negatieve consequenties. Goed voorbeeldgedrag is daarom belangrijk. 'Om een kind vriendelijk, gul en invoelend te laten worden, moet hij zo worden behandeld' (pag. 261). Het verklaart het ervaringsfeit dat probleemgedrag van kinderen vaak verergert wanneer zij tussen andere probleemkinderen worden gezet (pag. 127). Elders in het boek: 'Probleemkinderen hebben pijn en door pijn worden mensen prikkelbaar, onrustig en agressief' (pag. 262). Het spiegelende effect van de hersenen verklaart tevens dat een rustige en aandachtige (pleeg) ouder, beroepskracht of therapeut zijn houding overdraagt op getraumatiseerde kinderen.

Tien aandachtspunten uit het boek:

1. Breng stress-systemen zoveel mogelijk tot rust: wees voorspelbaar, vriendelijk en biedt veiligheid.
2. Een vriendelijke en rustige therapeut (begeleider, ouder) spiegelt het brein voor onrustige kinderen. Deze 'spiegelneuronen' zijn van belang bij wederkerig contact en spelen een rol bij hechting.
3. Controle vergroot het gevoel van veiligheid bij getraumatiseerde kinderen.
4. Veiligheid is bij getraumatiseerde kinderen noodzakelijk om te kunnen leren; dwang is contra-productief.
5. Getraumatiseerde kinderen zijn vaak overprikkeld, angstig, snel van streek, moeilijk te kalmeren, impulsief en wantrouwend. Zij vragen veel inlevingsvermogen, tijd, consistent handelen, training in sociale vaardigheden en geduld.
6. Willen positieve ervaringen kunnen beklijven of oude pijnlijke ervaringen hanteerbaar worden, dan vraagt dat veel herhaling, routine en een (nieuw) patroon. Op deze wijze kan een getraumatiseerd kind mogelijk worden aangepast.
7. Het herhaaldelijk nabootsen van elementen van de traumatische ervaring op initiatief van het kind kan het leren om beter met deze ervaring om te gaan. Belangrijk is dat het kind de touwtjes in handen heeft. Het gaat hier duidelijk niet om herbeleving, deze is schadelijk. Wel heeft het zin om herinneringen die zich opdringen, te bespreken en te begrijpen.
8. Non-verbale en lichaamsgerichte therapievormen kalmeren en dragen bij aan het herstel van het overspannen stress-reactiesysteem: kleuren, muziek maken, bewegen op muziek, masseren, ontspanningsoefeningen, liefdevol aanraken, wiegen, naspelen van elementen van het trauma. Gezonde aanraking is een deel van onze 'biologie'.
9. De belangrijkste therapie vindt buiten de spreekkamer plaats in oprecht, eerlijk, belangstellend én dus liefdevol contact met anderen: voor de ontwikkelingskansen van getraumatiseerde kinderen zijn vooral begripvolle en ondersteunende leeftijdgenoten en betrouwbare volwassenen van groot belang.
10. Relaties en een helende en zorgzame gemeenschap zijn voor (getraumatiseerde) kinderen van levensbelang. Daarom dienen hulpverleners als bruggenbouwers dit steeds op verschillende niveaus uit te leggen. Dit is een pleidooi voor training van diverse groepen beroepskrachten, van psycho-educatie en ouderbegeleiding en voor een respectvolle benadering van ouders en wat zij dagelijks opbrengen.

Aandachtspunten

Veiligheid, heldere regels, aandacht en geduld zijn voor Perry belangrijke peilers in de omgang met een getraumatiseerd kind en de sociale omgeving. Het is zijn missie om de kwaliteit van professioneel handelen door kennis van trauma te vergroten om daarmee schade te verminderen. <

¹⁾ www.childtrauma.org

Sietske Dijkstra is lector vrouwenopvang en huiselijk geweld van Avans en heeft een eigen praktijk: Bureau Dijkstra, www.sietske-dijkstra.nl.



'De jongen die opgroeide als hond' door Bruce Perry en Maia Szalavitz. Uitgeverij Scriptum. ISBN 9789055945290, € 19,95.