



Interview: Lidy Peters

Bekijk probleemgedrag eens door een traumabril

Een onverwachte, ingrijpende gebeurtenis, zoals ziekte, verlies, huiselijk geweld, seksueel misbruik of oorlog kan een trauma veroorzaken. Anne van den Ouwelant leert professionals, vrijwilligers en families omgaan met getraumatiseerde kinderen, jongeren en volwassenen. Voor het onderwijs heeft ze een boodschap: vraag je bij probleemgedrag af wat de leerling heeft meegemaakt.

Interview

Wat heeft ertoe geleid dat je dit trainingswerk bent gaan doen?

'Als 14-, 15-jarig meisje zat ik begin jaren negentig thuis op de bank in een dorp in Brabant. Op tv was een reclamefilmpje van War Child met dat liedje van Marco Borsato. Ze lieten beelden zien van kinderen uit de Bosnië-oorlog. Ineens viel bij mij het kwartje: wat heb ik een geluk dat ik hier geboren ben. Ik had net zo goed dáár geboren kunnen zijn. Toen ben ik gaan nadenken: hoe zou ik mijn geluk kunnen inzetten voor kinderen die minder geluk hebben gehad? Deze gedachte is allesbepalend geweest voor mijn studiekeuze. Ik ging Culturele Antropologie en Ontwikkelingssociologie studeren in Leiden om wat van andere culturen te leren en met het idee dat ik later naar het buitenland, naar oorlogsgebieden zou gaan. Toen ik klaar was, belde

ik War Child: ik was er helemaal klaar voor! Maar War Child zei: "Misschien is het handig als je ook nog iets praktisch gaat studeren. Dat je bijvoorbeeld een vaktherapie kunt aanbieden." Ik koos voor Kunstzinnige Therapie en ging naar een weeshuis in Nicaragua met zo'n 235 kinderen. Het waren niet allemaal weeskinderen, wel hadden ze allemaal een trauma. Een meisje van twaalf met een stiefvader die haar wilde vermoorden, veel kindermishandeling, seksueel misbruik en armoede.'

Is daar je interesse voor trauma ontstaan?

'Die interesse is er eigenlijk altijd geweest, in wat heftige dingen met een mens kunnen doen. In Nicaragua zag ik voor de eerste keer heel veel kinderen bij elkaar die allemaal een heftig verhaal hadden. Daar ben ik

creatieve activiteiten gaan aanbieden. Na anderhalf jaar keerde ik terug naar Nederland, waar ik de studie Kunstzinnige Therapie afmaakte en ondertussen op zoek ging naar het moeilijkste van het moeilijkste qua doelgroepen. Ik werd vanuit een specialistisch uitzendbureau gedetacheerd naar teams waar crisis was. Zo kwam ik terecht in jeugd-tbs-klinieken, jeugdgevangnissen, kinder- en jeugdpsychiatrie, drugsverslavingsklinieken voor jongeren en asielzoekerscentra. Vervolgens ben ik naar Rio de Janeiro gegaan, waar ik twee en een half jaar heb gewerkt. Daar werd mij voor het eerst gevraagd een training te ontwikkelen op het gebied van trauma voor sociaal werkers, die in de krottenwijken – de favela's – tienermoeders opvangen, jongens uit drugsbendes proberen te halen en sociale projecten voor kinderen opzetten.

Ik mocht eerst een jaar onderzoek doen en heb heel veel gesprekken met mensen gevoerd. Zo kon ik in kaart brengen: Welk gedrag van de kinderen vind je ingewikkeld? Waar loop je tegenaan in je werk? Ik kwam erachter dat de sociaal werkers die ik interviewde net zoveel heftige dingen hadden meegemaakt als de kinderen met wie ze werkten, of zelf ook getraumatiseerd waren. Zoals een trainer die met zijn dochtertje op een middag de pionnetjes op het voetbalveld aan het uitzetten was, toen er opeens een tank van de politie de wijk kwam binnenrijden. Dan moet je dus wegduiken, want de politie maakt deel uit van de oorlog tussen drugsbendes. Het dochtertje van de trainer kreeg een kogel door haar hoofd. In Rio heb ik vooral gezien wat voor heftige dingen mensen mee kunnen maken én hoe ze zich ook staande kunnen houden. Ze gaan door, proberen er wat van te maken, gaan zich inzetten voor de kinderen in die wijken.

Eenmaal terug in Nederland wilde ik het liefst naar oorlogsgebieden, zoals Irak of Afghanistan. Via Wings of Hope Duitsland belandde ik toch weer in Brazilië om daar een drie-en-een-half-jarige opleiding Psychotraumatologie te coördineren. Voorwaarde was wel dat ik zelf ook de opleiding Psychotraumatologie ging doen. Deze heb ik in Duitsland gevolgd bij Lutz Besser van het ZPTN, Zentrum für Psychotraumatologie und Traumatherapie Niedersachsen.'

En weer keerde je daarna terug naar Nederland.

'Herman Nugteren, een Bosnië-veteraan, vroeg mij naar Nederland terug te komen. Hij was bezig iets op te zetten in de zorg. Hij zat met scholen en gemeenten om de tafel naar aanleiding van problemen met vluchtelingenkinderen. Ze zouden niet mee kunnen komen, laagbegaafd zijn; er was van alles en nog wat met ze aan de hand. Herman en ik kennen elkaar al langer en hij dacht: "Volgens mij ken ik iemand die hier iets mee kan". In juni 2018 zijn we Trauma Company gestart. Hiermee proberen we praktische traumakennis te verspreiden in Nederland (zie kader Wat is trauma

Tip! Beluister ook het interview van Scherpschutters met Anne van den Ouwelant in de podcast 'Soft side for tough guys' (aflevering 34).

en hoe werkt het? op pagina 8, red.). We leiden zoveel mogelijk mensen op, zoals leraren, pleegouders, adoptieouders, therapeuten en psychologen. Tegelijkertijd draai ik nog steeds projecten in het buitenland, zoals in Griekenland, Irak, Bosnië-Herzegovina en in 2020 ook in Palestina, Libanon en Jordanië. Ook daar gaat het om het trainen van mensen die met getraumatiseerde kinderen, jongeren en volwassenen werken. Dus zonder dat je per se therapie hoeft te geven, want ook in Libanon geldt: Wat kan de leraar met Syrische vluchtelingenkinderen? Wat werkt niet en wat wel?'



Anne van den Ouwelant tijdens een training

Wat is trauma en hoe werkt het?

Soorten trauma

Volgens de moderne psychotraumatologie zijn er verschillende soorten trauma:

1. *Mono trauma*: een enkele traumatische ervaring.
2. *Multi trauma*: meerdere traumatische ervaringen zonder onderlinge samenhang.
3. *Chronisch trauma*: zich herhalende traumatische ervaringen die wel met elkaar te maken hebben.
4. *Complex trauma*: chronisch trauma dat al in de kindertijd is gestart. Hoe jonger het kind, hoe complexer de uitwerking op de ontwikkeling van de persoonlijkheid en de hersenen kan zijn.

Elke ingrijpende gebeurtenis is een subjectieve beleving. Voor buitenstaanders hoeft er niets zichtbaar te zijn of lijkt de schade op het eerste gezicht mee te vallen. Ook getuigen van een ingrijpende gebeurtenis kunnen een trauma oplopen.

Risico op een trauma

Niet elke heftige, stressvolle of spannende gebeurtenis is een traumatische ervaring. Een ervaring is sneller traumatisch wanneer het gaat over interpersoonlijk geweld. De impact is vaak nóg negatiever wanneer dit geweld aangedaan wordt door iemand die het kind eigenlijk zou moeten beschermen (bijvoorbeeld een ouder of verzorger). Het risico op trauma is groter wanneer het slachtoffer jong(er) is, een veilige en betrouwbare

hechtingsfiguur ontbreekt, en er gebrek is aan steun direct na de heftige ervaring. Deze factoren kun je dus ook 'andersom' inzetten: een veilige, betrouwbare en ondersteunende volwassene kan als een buffer werken voor het kind.

Hoe kan trauma probleemgedrag veroorzaken?

Zintuiglijke waarnemingen – bijvoorbeeld het geluid van een explosie, het beeld van bloed, de geur van zweet, de smaak van zout (zeewater) of het gevoel van een hand op je arm – kunnen tijdens de ingrijpende gebeurtenis in de hersenen als losse puzzelstukjes worden opgeslagen, gekoppeld aan een inwendig alarmsignaal. Dit signaal kan later opnieuw afgaan (getriggerd worden) als er iets lijkt op zo'n puzzelstukje, bijvoorbeeld de bons van een duif die tegen het raam vliegt. De alarmbel leidt direct tot een reactie van vechten, vluchten of bevriezen, wat als onvoorspelbaar probleemgedrag gezien kan worden.

De kern van traumasensitief werken

Of er werkelijk sprake is van een trauma kan alleen gediagnosticeerd worden door een psycholoog. Doordat een leraar kennis heeft van de achtergrond van een leerling, bijvoorbeeld over geweld in de thuissituatie, een verkeersongeluk of een overlijden in het gezin, kan hij wel een vermoeden hebben van een trauma. De kern van traumasensitief werken is dat problematisch gedrag niet op een stoornis hoeft te wijzen en dat een traumasensitieve werkwijze het problematische gedrag kan verminderen of doen oplossen.

Een eyeopener voor het onderwijs is dat het gedrag van een getraumatiseerd kind veel kan lijken op bijvoorbeeld ADHD of autisme. Jij zegt: geef een leerling niet gelijk een label, maar zet je traumabril eens op. Vraag je af wat het kind heeft meegemaakt.

'Klopt. De traumabril betekent voor mij: zodra je iets meer kennis hebt op het gebied van trauma, kun je

bepaald opvallend gedrag veel beter begrijpen. En als jij dat gedrag beter begrijpt, wordt de interactie tussen jou en het kind vaak meteen een stuk handiger. Omdat je weet en begrijpt wat er precies gebeurt. Door het traumaverhaal op een praktische manier te vertalen, zie ik de houding van bijvoorbeeld leraren, intern begeleiders en therapeuten veranderen. Ze worden zelf een stuk rustiger, omdat ze ineens zien waar het gedrag

van het kind – drukte, zich niet kunnen concentreren, moeilijk in verbinding komen – weleens vandaan zou kunnen komen. En met dat ontbrekende puzzelstukje, kun je er ook wat mee zonder dat je per se een etiket op het kind hoeft te plakken met de daarbij behorende medicatie. Want zo gaat dat vaak. Ik heb ook de intentie om te voorkomen dat het kind de rest van zijn leven gebukt gaat onder het label autisme of ADHD, terwijl het opvallende gedrag eigenlijk wordt veroorzaakt door traumatische ervaringen. Versta me goed, ik zeg niet dat het nooit om een stoornis gaat, maar het hoeft het niet altijd te zijn.

Ik vind het interessant om bijvoorbeeld de vraag te stellen: waarom is Dylan (fictieve naam, red.), een jongen van tien die acht jaar lang huiselijk geweld heeft meegemaakt, zoals hij is? Ik kan daar allerlei stoornissen op plakken, van ODD tot PDDNOS of laagbegaafdheid. Maar als je weet of erachter komt dat er acht jaar huiselijk geweld heeft gespeeld, dan kunnen we voor Dylan nog wat betekenen.’

Het doet me denken aan het interview dat je gaf aan Scherpschutters (zie Tip! op pagina 7), waarin je het hebt over repareren aan de achterkant versus investeren aan de voorkant. Oftewel, signalen herkennen, zodat je probleemgedrag kunt voorkomen. Je gaf aan dat met de eerste benadering het lijden in stand gehouden wordt en dat je met de andere benadering investeert in leven.

‘Ja kijk, acht jaar huiselijk geweld kan ik niet meer voorkomen. Dat is gebeurd. Maar ik zie nog wel heel veel mogelijkheden, ook in het onderwijs. Kinderen als Dylan zitten vijf dagen in de week op school! Los van de ouders en het systeem die daar ook, júíst iets mee moeten – die zetten wij ook aan de gang –, liggen er gouden kansen op school. Deze kinderen hebben het heel vaak ontzettend moeilijk op school. Dylan is zo’n jongen die bijvoorbeeld elke dag op school door volwassenen letterlijk naar de grond gewerkt wordt. Hij wordt vastgepakt en neergedrukt, omdat elke dag wel een keer zijn alarmbel afgaat en hij “eruit knalt” (zie kader Signalen van een posttraumatisch stresssyndroom (PTSS) als gevolg van een trauma, red.). Als er geen traumakennis is op school, en we hebben het hier vaak al over speciaal basisonderwijs en cluster vier van het speciaal onderwijs, dan is dat ontzettend jammer. Het is cruciaal om iets meer te weten over wat zo’n kind meemaakt: de alarmbel die zijn gedrag triggert, wat hij ervaart als hij “eruit knalt”, wat moeder thuis inzet en wat er in de therapie gedaan wordt. Van zo’n jongetje breekt mijn hart. Want dat hij elke dag naar de grond toegewerkt wordt, dat kent Dylan wel. Dat heeft hij acht

Tip! In de materialenbank op lbbo.nl vind je verschillende gerelateerde artikelen: ‘Trauma in de klas, tijd heelt niet alle wonden’ (maart 2016), ‘Hoe begeleid je een getraumatiseerd kind?’ (maart 2017), ‘Schoolbrede aandacht voor het getraumatiseerde kind’ (september 2018), ‘Schooltrauma, wat is het en hoe ga je ermee om?’ (september 2019).

jaar lang thuis meegemaakt en dat doet niks nieuws in zijn hersenen: het legt geen nieuwe weggetjes aan, het gaat door op het patroon dat hij kent. En als Dylan dan straks zestien is, dan is er misschien nog maar één club die hem vastpakt en dat is de politie.’

Dylan is dus agressief en vertoont grensoverschrijdend gedrag, maar met praktische basis-kennis over trauma zouden onder andere leraren en begeleiders hem anders kunnen benaderen?

‘Ik weet dat het makkelijk praten is, ik sta niet voor die klas. Maar als zij inderdaad weten dat bij een leerling

Signalen van een posttraumatisch stresssyndroom (PTSS) als gevolg van een trauma

- *Intrusie: terugkerende indringende herinneringen (herbelevingen, flashbacks, nachtmerries).*
- *Vermijding: bijvoorbeeld verslaving om herinneringen te vermijden of te verdoven, maar ook het vermijden van een specifieke plaats, mensen of situaties.*
- *Hyper-arousal: hoge spanning, opgefokt zijn (slaapproblemen, concentratieproblemen, sneller schrikken, licht ontvlambaar, roekelozer, agressief gedrag).*
- *Negatieve verandering in gedachten en emoties: lager zelfbeeld, verliezen van interesse, zich vervreemd voelen.*

Traumasensitief werken in het onderwijs: zo doe je dat!

- *Zet je 'traumabril' op: door meer praktische kennis over trauma te vergaren, kun je bepaald opvallend gedrag beter begrijpen.*
- *Ontwikkel een stabiele relatie met het kind, geef vertrouwen.*
- *Leer triggers herkennen en kinderen kalmeren als alarmbellen afgaan.*
- *Pas co-regulatie toe, en daarbij: 'connect before correct' (lees hiernaast Annes uitleg daarover).*
- *Stimuleer en faciliteer samenwerking tussen alle volwassenen die om het kind heen staan (leraren, familieleden, hulpverleners, voogden enzovoort).*
- *Reik nieuwe, positieve ervaringen aan, zodat het kind nieuwe weggetjes in de hersenen kan aanleggen.*
- *Geef de controle (terug) aan het kind.*
- *Zorg voor een goede basishouding in de klas en in de school: straal betrouwbaarheid en rust uit en bied veiligheid.*
- *En niet te vergeten: zorg goed voor jezelf! Dan ben je als leraar beter in staat om anderen te helpen.*

als Dylan een knoerdharde alarmbel afgaat als reactie op wat hij ziet, hoort, ruikt, voelt en proeft, dan zullen ze begrijpen dat ...' (Anne verheft haar stem) 'DIE HARDERE STEM DIE WE NU GAAN OPZETTEN TEGEN DYLAN, OMDAT HIJ ECHT MOET OPHOUDEN, niks doet. Dylan gaat alleen maar harder "aan". Verplaats je eens in een kind dat huiselijk geweld heeft meegemaakt met volwassenen en nu drie mannen op zich af ziet komen in plaats van iemand die rustig naast hem gaat zitten. Ja, dan gaat het nog wel eens mis. Ik weet dat dit ontzettend ingewikkeld kan zijn, maar ik weet ook dat het anders kan en dat de huidige interventie Dylan niet verder brengt.'

In je training hamer je op connect before correct. Een leraar, begeleider, onderwijsassistent of conciërge is misschien wel de eerste betrouwbare en veilige volwassene in het leven van het kind. Zij kunnen volgens jou het verschil maken.

'Afgelopen week was ik binnen het Samenwerkingsverband Rijn en Gelderse Vallei (zie kader Expertisetraumateam, red.) aan het trainen. We zaten in de laatste module en het ging over sociaal engagement. Over "connecten" of contact maken, wat heel handig is en waarvan de waarde ook wetenschappelijk is bewezen. Daar vroeg een leraar: "Kun je dat ook aan de onderwijsinspectie vertellen?" Ik realiseerde me dat ik daar nog nooit contact mee heb gehad, dat zou ook nog interessant zijn! Deze leraar vertelde dat ze de ochtend begint met even inchecken: dus ieder kind even gedag zeggen, vragen hoe zit je erbij enzovoort. Zij werd door de onderwijsinspecteur op de vingers getikt, want hier-



mee verloor zij instructietijd. Deze onderwijsinspecteur leek zich niet te realiseren dat contact maken veiligheid betekent. Zeker voor een jongetje als Dylan geldt dat als je niet investeert in het creëren van veiligheid, hij zich niet ontwikkelt en zijn prestaties omlaag gaan. Traumasensitief werken is niet alleen voor kinderen als Dylan van groot belang, maar biedt álle kinderen veiligheid. Het gaat er uiteindelijk om het probleemgedrag beter te begrijpen en kinderen veiligheid te bieden.'

Meer informatie over Annes werk

trauma-company.nl
trauma-international.nl

Trauma tijdens corona

Sommige leerlingen en leraren kunnen de coronacrisis als stressvol, onrustig, onvoorspelbaar of bedreigend hebben ervaren, terwijl het voor anderen juist een fijne en ontspannen tijd was. Anne adviseert: 'Neem als team en als leraar de tijd om alle ervaringen en emoties te (h)erkennen en een plekje te geven. Pas wanneer de stress – over wat er is gebeurd, nieuwe gebeurtenissen en omgangsvormen – is afgenomen en er rust is, kunnen leerlingen zich goed ontwikkelen en leren. Voor (mogelijk) getraumatiseerde kinderen is het ontzettend belangrijk dat de leraar rustig, veilig en betrouwbaar is én blijft, en de tijd voor hen neemt. Ga de verbinding met hen aan; vanuit jouw rust en betrokkenheid kunnen ze weer veiligheid gaan ervaren.'

Expertise-traumateam

Samenwerkingsverband Rijn en Gelderse Vallei beschikt over een expertise-traumateam met ongeveer twaalf traumasensitieve coaches. Anne van den Ouwelant heeft deze coaches opgeleid, is hun supervisor en geeft hun maandelijks bijscholing. Door deze werkwijze komen leerlingen met het meest opvallende gedrag over het algemeen snel in beeld.

De traumacoaches beschikken allemaal over een hbo- of universitaire opleiding, zijn gespecialiseerd in een bepaald thema, en begeleiden nu in totaal zo'n 150 leerlingen. Wanneer een leraar een aanvraag doet voor expertise op het gebied van trauma, komt er een traumacoach voor maximaal zestien uur de klas in. Deze coaching is helemaal gericht op de (ondersteuning van de) leraar. De coach kan indien nodig de leerling ook extra ondersteunen in de thuissituatie. Dat wordt bekostigd vanuit de Jeugdwet (gemeente). De coach biedt traumasensitieve begeleiding, bijvoorbeeld in de vorm van tips met betrekking tot co-regulatie. Ook onderhoudt de coach (die zelf geen behandelaar is) nauw contact met de eventuele (trauma)behandelaar. Dit is bij voorkeur een therapeut, psycholoog of psychiater met een specialisatie op het gebied van trauma.



Lidy Peters

Lidy Peters is redactielid van 'Beter Begeleiden' en werkt als ib'er en als leesspecialist dyslexie in het basisonderwijs.