

'Ze gaan me pakken... ze maken me dood'

Traumabril voor Barneveldse kinderwerkers

Veel scholen in en rond Barneveld kregen er de afgelopen jaren een aantal bijzondere leerlingen bij: kinderen uit oorlogslanden, die in Nederland een nieuw thuis vonden. Met sommigen gaat het goed, anderen zijn getraumatiseerd. Hoe ga je als schoolmedewerker of hulpverlener om met deze kinderen - en trouwens ook met hen die 'gewoon' uit Nederland komen, maar iets heel naars hebben meegemaakt? Twee Kootwijkerbroekers en hun Brabantse collega hebben antwoord op die vraag.

We werden overrompeld, maar nu willen we het geregeld hebben." Zo schetst Herman Nugteren van de net opgerichte Trauma Company de houding van mensen die dagelijks met kinderen uit conflictgebieden optrekken.

Een paar jaar geleden kwamen er in korte tijd veel vluchtelingen naar Nederland en ook naar de regio Barneveld: mensen uit -zacht gezegd- onrustige landen als Syrië, Irak en Eritrea. Hoewel ze hier over het algemeen rust vonden, was de oorlog niet zomaar uit hun systeem, bleek al snel. Ook bij veel kinderen zijn de wonden nog niet geheeld.

HOCKEYSTICK „Er is alleen niet veel praktische kennis over hulp bij een trauma”, zegt Nugteren. Want wat doe je als leerkracht wanneer een kind direct een hockeystick wil pakken bij onverwacht tumult op het

schoolplein? Of als een kind zijn hand langs de keel laat gaan - 'ik maak je af' - bij een ruzie met een medeleerling? Of wanneer iemand zich elke dag het lokaal laat uitsturen omdat een volle klas te veel stress oproept? En hij of zij zich daarom maar irritant gaat gedragen?

Nugteren en zijn vrouw Martine hebben zelf gezien hoe trauma's kunnen ontstaan. Nugteren is in 1992 als VN-militair uitgezonden geweest naar Bosnië en ook Martine was tijdens de oorlog regelmatig in de Balkan. Het stel coördineerde verschillende projecten, onder andere via de inmiddels opgeheven Nederlandse stichting Wings of Hope, die hulp boden aan mensen met een oorlogs- of vluchtelingtrauma. Sinds 2002 is Nugteren in de regio Barneveld actief als adviseur in de jeugd- en welzijnssector, Martine volgt een opleiding tot psychodynamisch therapeut. Ze wonen in Kootwijkerbroek.

MOEIZAAM „Vorig jaar ben ik in gesprek gegaan met de gemeenten Barneveld en Ede, omdat we hoorden dat er geregeld problemen waren met vluchtelingen”, vertelt Nugteren. Het aarden in Nederland verliep in nogal wat gevallen moeizaam, begreep hij. „Ik ben aan mijn contacten gaan vragen waar ze dan precies tegen aanliepen. En ik nam een kijkje op basisschool De Bongerd in Ede, waar een schakelklas is voor vluchtelingenkinderen in de basisschoolleeftijd. Ze krijgen daar taallesen, zodat ze vervolgens naar een reguliere school kunnen.”

„Wat ik steeds weer hoorde van mensen die met deze kinderen werken: 'We lopen vast met ze. Ze nemen de stof niet op, ze hebben gedragsproblemen die we niet kunnen plaatsen. Ze worden bijvoorbeeld van het ene op het andere moment agressief en het lukt niet om een gesprekje met hen te houden.' Ook bleek het lastig voor scholen om echt contact te maken met de gezinnen van de kinderen. Dat heeft enerzijds met hun cultuur te maken, maar ook door wat ze hebben meege-



■ Herman en Martine Nugteren tussen de kunst. De Trauma Company geeft ook een bijzondere masterclass in ondersteuning met behulp van kunst.

maakt. Veel gezinnen zijn erg naar binnen gericht.”

TRAUMASENSITIEF Nugteren belde een oud-collega van Wings of Hope met -meer- verstand van zaken: Anne van den Ouwelant, cultureel antropoloog, kunstzinnig therapeut en psychotrauma-consultant. Sinds 2010 werkt zij in conflictgebieden overal ter wereld, als zogeheten 'trainer trauma-sensitieve ondersteuning'. Ofwel: ze leert lokale leerkrachten, zorgverleners en andere beroepskrachten en vrijwilligers in oorlogs- en conflictgebieden wat er gebeurt in de hersenen tijdens heftige, traumatische ervaringen, wat de gevolgen kunnen zijn en hoe je daar 'trauma-sensitief' mee kunt omgaan. Want, zegt ook Van den Ouwelant: die praktische kennis, die direct kan worden ingezet in de klas en in projecten - dus voordat iemand wordt doorverwezen naar de GGZ - ontbreekt vaak. „Toen we zo met z'n drieën in gesprek raakten, zag ik een rode draad in onze levens”, zegt Nugteren. „Eerst hielpen we in Bosnië mensen met een trauma via Wings of Hope en nu wellicht in onze eigen omgeving?”

SUPEREENVOUDIG Vorige week richtten Herman, Martine en Anne de Trauma Company officieel op. Deze week bespraken ze met de gemeente Barneveld en het Centrum voor Jeugd en Gezin in Barneveld hoe ze in de omgeving mensen gaan trainen. Dat traject hebben ze in Ede al achter de rug, vertelt Herman. „De leerkrachten van De Bongerd

hebben inmiddels een driedaagse training trauma-sensitief lesgegeven gevolgd.” Die bestaat uit verschillende onderdelen. De eerste dag staat in het teken van theoretische kennis, „gebracht op een supereenvoudige, speelse en interactieve manier”, zegt Anne van den Ouwelant, die niet alleen in conflictgebieden mensen traint, maar ook in sloppenwijken in bijvoorbeeld Brazilië. „Ik leg uit dat je bij het kijken naar bepaald gedrag een traumabril kunt opzetten: kan deze agressie, of juist de teruggetrokkenheid van dit kind, te maken hebben met een trauma? Kenmerk van de traumabril is dat je die ook weer kunt afzetten. Want niet elk gedrag heeft een oorsprong te hebben in een vreselijke gebeurtenis.”

INGENESTELDE ANGST „De tweede dag van de cursus maken we de praktische omslag: hoe kun je nu trauma-sensitief te werk gaan in jouw klas? Stel, op het schoolplein, met veel lawaai en heel veel kinderen, explodeert een zesjarig knulletje. Het grijpt een hockeystick. Heb je als leerkracht of conciërge geen traumabril op, dan neig je ernaar om dit gedrag te corrigeren en om te buigen. 'Hou op! Leg die hockeystick neer! Niet doen!' Zet je de traumabril op, dan ben je je ervan bewust dat er bepaalde gevoelens en gedachten, overtuigingen en verwachtingen aan het gedrag van het kind ten grondslag kunnen liggen. Misschien gaat er door hem of haar heen: 'Al die mensen... ze gaan me pakken, ze maken me dood.' Deze angst kan compleet ingesteld zitten in een kind. Gebeurt er iets wat

ook maar een beetje anders dan anders is of dat ietwat stress geeft, dan interpreteert het kind dat direct als bedreigend. En dan kan hij of zij automatisch in een stressreactie schieten: vechten, in dit geval met de hockeystick, vluchten of bevriezen.” Wat de volwassen professional dan het beste kan doen? „Blijf erbij. Straal rust en veiligheid uit. Let op je eigen ademhaling en de toon van je stem. Probeer het kind te co-reguleren door jouw rust over te brengen. Je spiegelt zijn emoties door die te benoemen, zodat hij zich langzaam bewust wordt van wat hij voelt en je geeft hem mogelijkheden zijn emoties op een andere manier te uiten en weer - met jou als voorbeeld - onder controle te krijgen. Later, wanneer het zogenaamde alarmbellekje van het kind weer tot rust is gekomen, kun je dan in gesprek gaan over wat er is gebeurd.”

KWARTJES Deze 'trauma-aanpak' is niet alleen van toepassing op vluchtelingenkinderen, zegt Anne. „Cijfers wijzen uit dat in elke schoolklas wel kinderen zitten die een trauma hebben vanwege een nare gebeurtenis, zoals een plots overlijden, een ernstig ongeluk of een scheiding van ouders. Het is dus sowieso goed als je als hulpverlener begrip en inzicht hebt in wat een trauma met iemand kan doen. Toen we de training aan de leerkrachten in Ede gaven, vielen er heel wat kwartjes. En op de terugkombijeenkomst, een paar maanden na de eerste twee opleidingsdagen, vertelde men al heel veel resultaat te zien. Er was meer rust en veiligheid in de klas en boven-

dien: de stress bij de leraren zelf was afgenomen.” „Je kunt op deze manier voorkomen dat iemand naar een psycholoog of maatschappelijk werker moet”, vult Herman Nugteren aan. „En dat is positief, want de wachtlijsten zijn lang en kinderen met een trauma kun je niet even acht maanden parkeren omdat er niemand beschikbaar is.” Ook buiten Barneveld en Ede is er belangstelling voor de training van de Trauma Company, zegt Nugteren. „We gaan die bijvoorbeeld ook op een school in Amsterdam geven. Er is veel vraag naar praktische kennis. Voor onze aanpak hoeft je ook niet hoog opgeleid te zijn: iedereen kan de training volgen.”

MET BEHULP VAN KUNST Ook mensen die van beroep hulpverlener zijn kunnen bij de Trauma Company terecht, vervolgt Nugteren. „We organiseren masterclasses trauma-sensitieve ondersteuning voor professionals.” Die zijn op hetzelfde terrein buiten Kootwijkerbroek als waar het echtpaar woont. Naast hun boerderij staat een serre die gebruikt wordt voor trainingen. Van den Ouwelant wil nog graag kwijt dat de Trauma Company nog een bijzondere cursus in de aanbieding heeft: een masterclass in ondersteuning met behulp van kunst. „Soms helpt praten niet. Dan kun je proberen via non-verbale oefeningen te werken.” Afgelopen donderdag stapte Van den Ouwelant weer in het vliegtuig om haar kennis over te gaan brengen, nu in Srebrenica in Bosnië. Binnenkort dus ook in Barneveld.

Fija Nijenhuis



■ Anne van den Ouwelant tijdens een training in Rio de Janeiro aan ex-drugsbendeleden, die werken met getraumatiseerde kinderen in de gewelddadige, door drugsbendes beheerste sloppenwijken.