



# De kracht van Trauma Informed Care

Samenvatting

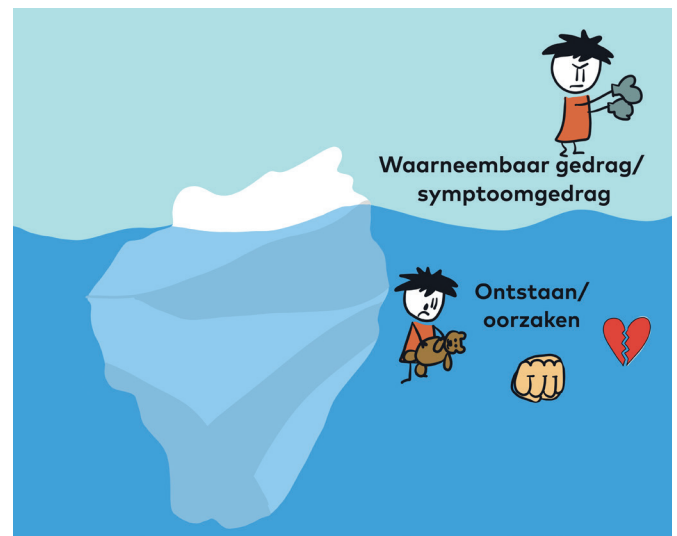


# De kracht van Trauma Informed Care



**Waarom heeft deze leerling zoveel moeite met leren op school? Waarom ligt mijn dochter de hele dag in bed? Waarom reageert deze jongen zo gepikeerd als ik iets van hem vraag? Waarom is mijn partner soms zo agressief naar de kinderen? En waarom vermijdt mijn collega bepaalde situaties?**

Soms vertoont een kind gedrag dat voor een ouder, een leerkracht of een begeleider moeilijk te verklaren is: van extreem druk tot depressief en van vijandelijk tot angstig. Ook kan het zijn dat een ouder of collega anders reageert dan je verwacht of zou wensen. Er is dan mogelijk sprake van ontregeling. De basis van deze "ontregeling" ligt mogelijk in ervaringen uit het verleden – ervaringen die ingrijpend zijn geweest, langdurige en toxische stress hebben veroorzaakt en die vandaag de dag misschien nog steeds stress opleveren. Het zichtbare gedrag is slechts het topje van de ijsberg, daar waar de daadwerkelijke oorzaak van het gedrag niet met het blote oog te zien is. Wat maakt dat deze persoon zich zo gedraagt? En wat zijn onderliggende behoeften?



• *Oorzaak van gedrag is niet met het blote oog te zien.*



# Communicatie begrijpen



**Dit kind is zo irritant en doet alsof hij de baas is**



**Dit kind heeft verbinding nodig, wil gezien en gehoord worden. Wat mis ik hier?**

**Dit kind lokt mij altijd uit de tent**



**Wat is mijn stressniveau? Heb ik gelet op de signalen van mijn lichaam? Heb ik een kalm brein? Lukt het mijzelf te reguleren?**



**Dit kind is zo respectloos**



**Geef ik dit kind het respect wat hij nodig heeft en verdient? Dit kind voelt zich niet veilig of verbonden met mij op dit moment.**

**Dit kind luistert nooit**



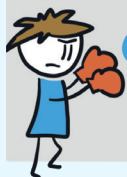
**Dit kind is zo ontregeld dat het niet in staat is om te luisteren. Dit kind heeft ruimte, tijd, iets of iemand anders dan ik nodig. Iets dat een veilig en kalm gevoel geeft. Misschien heeft dit kind het nodig om zich gehoord te voelen en erkend te worden.**



**Dit kind zal nooit iets leren**



**Ik voel me ontregeld en zal eerst mijn eigen emoties moeten reguleren voordat ik problemen ga oplossen of met iemand praat.**



**Dit kind wordt alleen maar agressief**

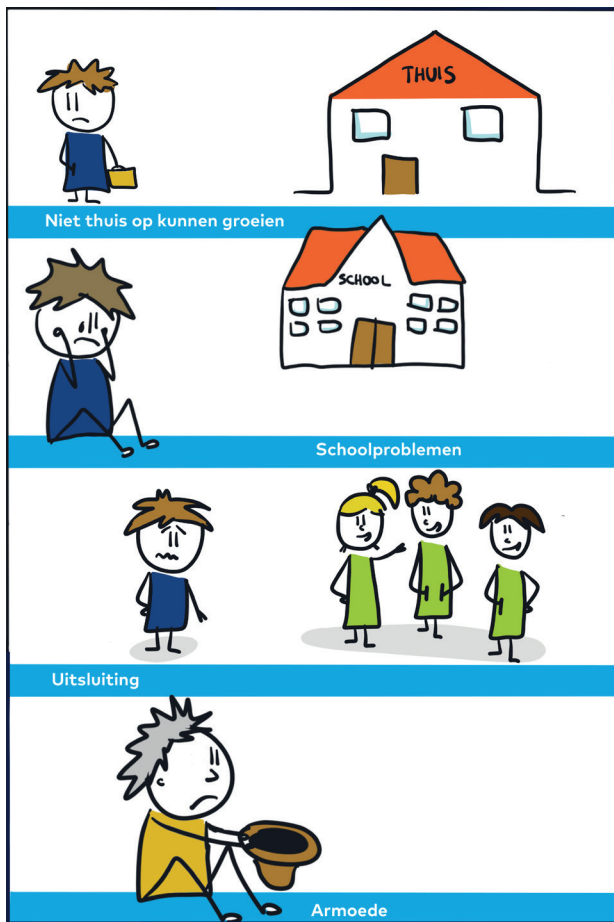


**Dit kind heeft een verhoogde stressrespons. Hij beschermt zichzelf (onbewust) omdat hij zich bedreigd of onveilig voelt. Ik ga naar dit kind toe. Welke ruimte, mensen of ervaringen maken hem kalm? Als we beiden kalmer zijn, kan ik aanbieden naar hem te luisteren en hiervan leren.**

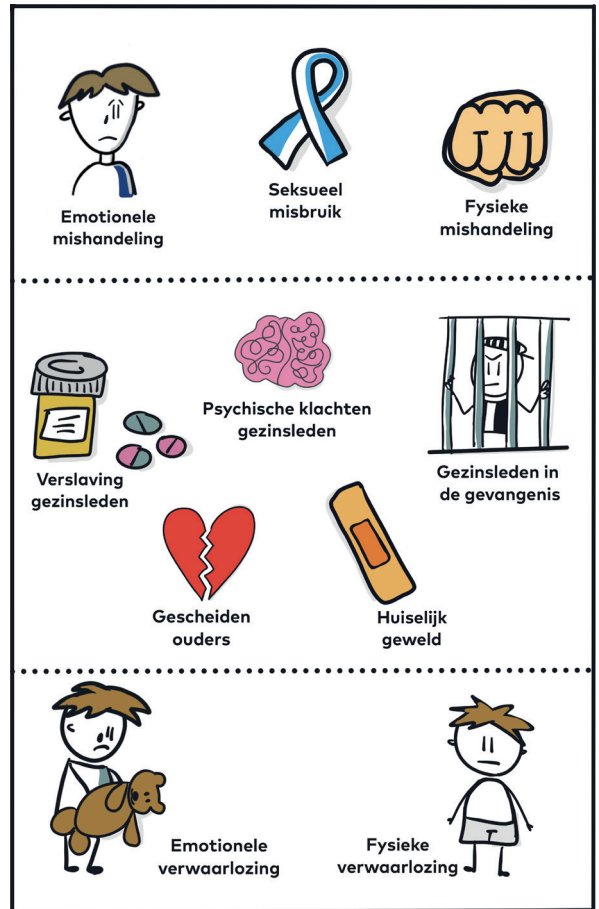


## Ingrijpende (jeugd)ervaringen

Koraal Jeugd biedt hulp aan jeugdigen met cognitieve en/of adaptieve beperkingen en hun gezinnen. Deze jeugdigen en hun gezinnen hebben allemaal in meer of mindere mate te maken gehad met ingrijpende (jeugd)ervaringen en tegenslag. Onderzoek leert dat ruim tachtig procent van de jeugdigen met cognitieve en adaptieve beperkingen die tijdelijk of langdurig in een residentiële setting verblijven ingrijpende jeugdervaringen hebben opgedaan (bijvoorbeeld emotionele verwaarlozing, fysieke mishandeling of psychische klachten bij verzorgers). Of zijn opgegroeid in een gezin waar het gezinsfunctioneren (hevig) was verstoord. Ook is bekend dat mensen die werken in de jeugdhulp relatief vaker ingrijpende ervaringen hebben meegemaakt.



• *Mogelijke maatschappelijke ingrijpende jeugdervaringen.*

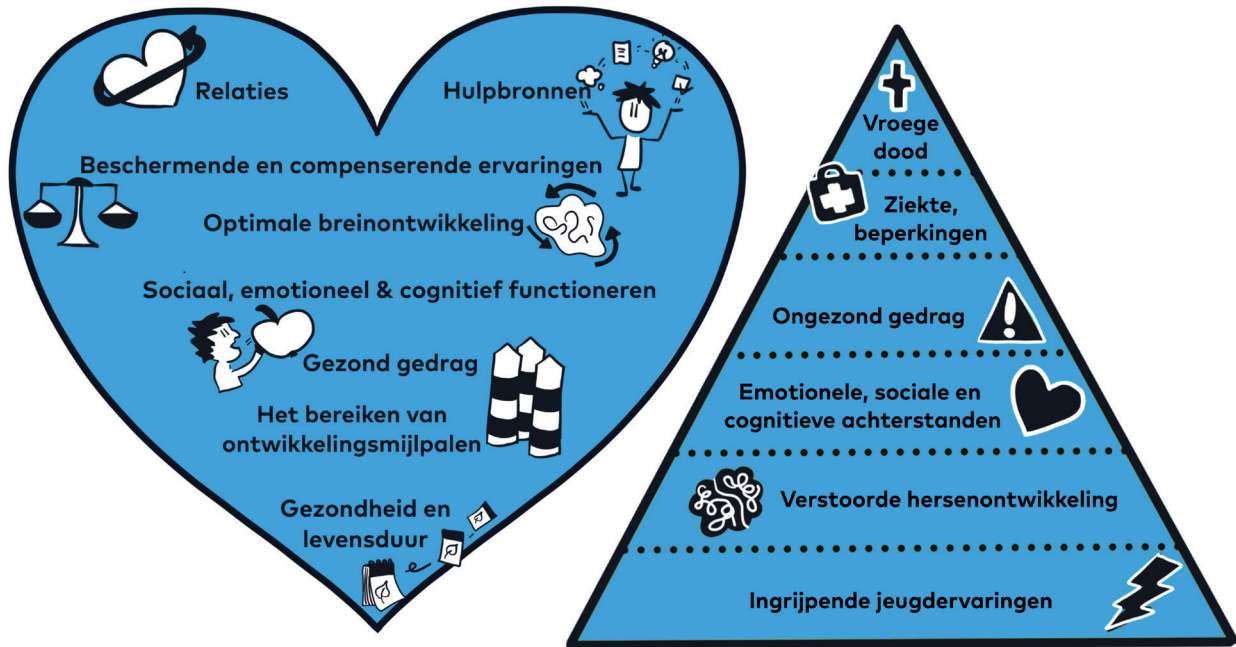


• *Mogelijke ingrijpende jeugdervaringen binnen het gezin.*

Bron: Vrij vertaald naar Centers for Disease Control and Prevention. What are Adverse Childhood Experiences? ([https://www.cdc.gov/injury/pdfs/priority/ACEs-Strategic-Plan\\_Final\\_508.pdf](https://www.cdc.gov/injury/pdfs/priority/ACEs-Strategic-Plan_Final_508.pdf)). In het publieke domein.

## Brede aandacht

Naast dat deze jeugdigen kwetsbaarder zijn voor het meemaken van ingrijpende (jeugd) ervaringen, zijn ze waarschijnlijk ook kwetsbaarder voor de onregelende gevolgen hiervan. Het is dan ook cruciaal dat gekeken wordt naar onderliggende redenen achter zichtbaar gedrag. Deze aandacht richt zich niet alleen op het kind, maar op het hele gezin om zo de juiste hulp aan een kind en het gezin te kunnen bieden; wat één treft, treft immers alle gezinsleden.



- *Beschermdende en compenserende ervaringen kunnen positieve gevolgen hebben voor hersenontwikkeling, gezondheid en gedrag.*

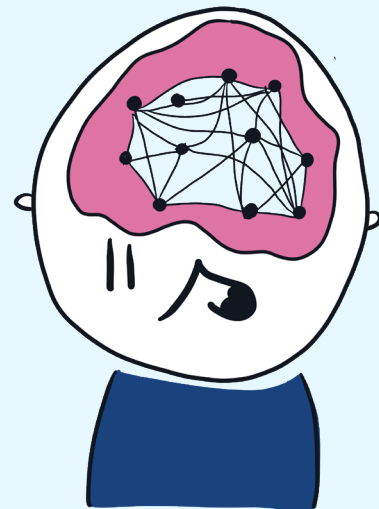
Bron hartmodel: Vrij vertaald naar Morris, A. S., Hays-Grudo, J., Kerr, K. L., & Beasley, L. O. (2021). The heart of the matter: Developing the whole child through community resources and caregiver relationships. *Development and Psychopathology*, 33(2), 533-544. Met toestemming van de auteurs.

- *Ingrijpende ervaringen kunnen negatieve gevolgen hebben voor hersenontwikkeling, gezondheid en gedrag.*

Bron ACE piramide: Vrij vertaald naar Centers for Disease Control and Prevention. The ACE Pyramid (<https://www.cdc.gov/violenceprevention/aces/about.html>). In het publieke domein.

### **Gevolgen van ingrijpende (jeugd)ervaringen op de (brein)ontwikkeling**

Deze ervaringen kunnen ernstige gevolgen hebben voor de ontwikkeling van de hersenen. Zijn de hersenen van een kind onder stressvolle ervaringen gevormd, dan kan het stresssysteem sneller 'aan' slaan en ook langer actief blijven. En is het kind gestrest, dan bepalen de dieper gelegen delen van de hersenen het gedrag en reageert hij of zij meer op de automatische piloot, waardoor bewust sturen van het gedrag veel moeilijker wordt. Het kind kan overgaan op een overlevingsmechanisme door anderen bijvoorbeeld van zich af te duwen of zich terug te trekken in zijn of haar eigen bubbel.



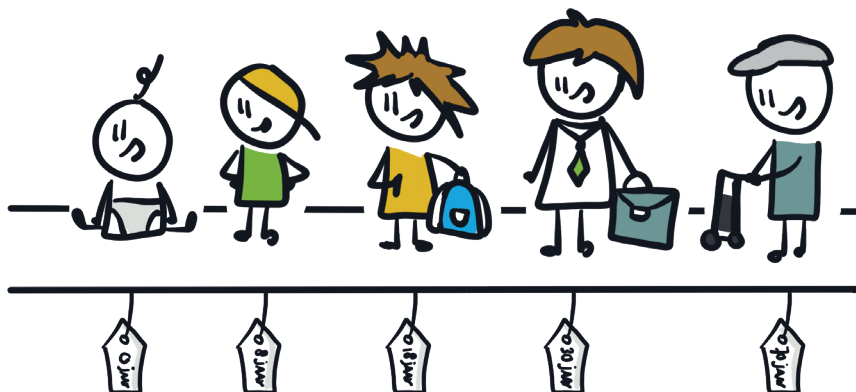
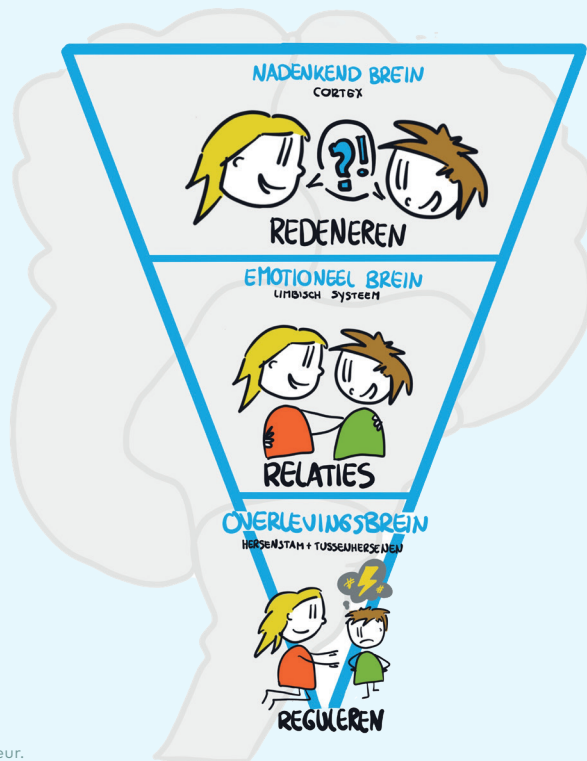
- *Ervaringen beïnvloeden de ontwikkeling van de hersenen.*

## Het belang van een kalm brein

Traditionele manieren van opvoeden doen een beroep op het nadenkend brein, maar deze heeft niet de controle bij stress. Alleen met een kalm brein kan een kind leren, ontwikkelingsmijlpalen behalen en gezonde gedragingen ontwikkelen. Veilige, ondersteunende en warme relaties, bijvoorbeeld die tussen kinderen en ouders of leerlingen en leraren, zijn hierbij cruciaal. Volwassenen - ouders, maar bijvoorbeeld ook burens, jeugdhulpverleners en leerkrachten - kunnen het kind namelijk helpen op een kalme manier om te leren gaan met veranderingen en emoties. Veel ervaringen van coregulatie door een afgestemde en ontvankelijke volwassene dragen namelijk bij aan de ontwikkeling van zelfregulatiemogelijkheden.

- *Eerst kalmeren, dan weer contact maken en daarna pas er over praten.*

Bron: Alle rechten voorbehouden © 2002-2022 Bruce D. Perry. Met toestemming van de auteur.



- *Wat is jullie levensverhaal?*

## Wat is jou of jullie overkomen?

Koraal Jeugd kiest voor een nieuwe manier van werken om jeugdigen en hun gezinnen zo goed mogelijk te helpen bij het verwerken of voorkomen van ingrijpende ervaringen: Trauma Informed Care. Dit behandelkader focust zich niet alleen op het kind, maar op het volledige

gezin, omdat alle gezinsleden kunnen bijdragen aan een basis voor langdurig herstel en perspectief. We kijken verder dan het zichtbare gedrag en verleggen de focus van 'wat is mis met jou?' naar 'wat is jullie levensverhaal?'.

# Ingrijpende jeugdervaringen

1

Ingrijpende jeugdervaringen kunnen ernstige gevolgen hebben voor de ontwikkeling van de hersenen en het lichaam.



2

De hersenen bestaan uit veel verschillende gebieden, maar met name het voorste gebied is betrokken bij het bewust sturen van je eigen gedrag.



3

Wanneer de hersenen van een kind zijn gevormd onder vroege stressvolle ervaringen, slaat hun stresssysteem sneller 'aan' en kan het langer 'aan' blijven.

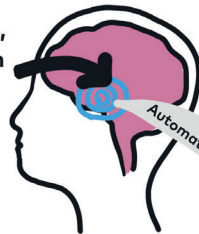


dit zorgt ervoor dat ze gemakkelijk vechten, vluchten en bevriezen.



4

Als je meer gestresst bent, bepalen de dieper gelegen delen van je hersenen je gedrag.



5

Bewust sturen van je gedrag wordt dan moeilijker. Je reageert meer op de automatische piloot.



6

Traditionele gedragsstrategieën doen een beroep op het nadenkend brein. En dat is juist niet het gebied dat de controle heeft bij stress.



7

Om te kunnen leren en ongewenst gedrag te voorkomen, is het dus belangrijk dat het brein kalm blijft. We kunnen het kind helpen kalm te blijven bij veranderingen en emoties door te co-reguleren. Een vertouwende volwassene kan dit het beste.



8

De impact van ingrijpende of traumatische jeugdervaringen gaat niet zomaar voorbij;



een herstelondersteunende omgeving en passende behandeling zijn belangrijk!

Bron: Vrij vertaald naar Grant, S. (2018). Infographic: A look at neurodevelopmental trauma. Met toestemming van de auteur.

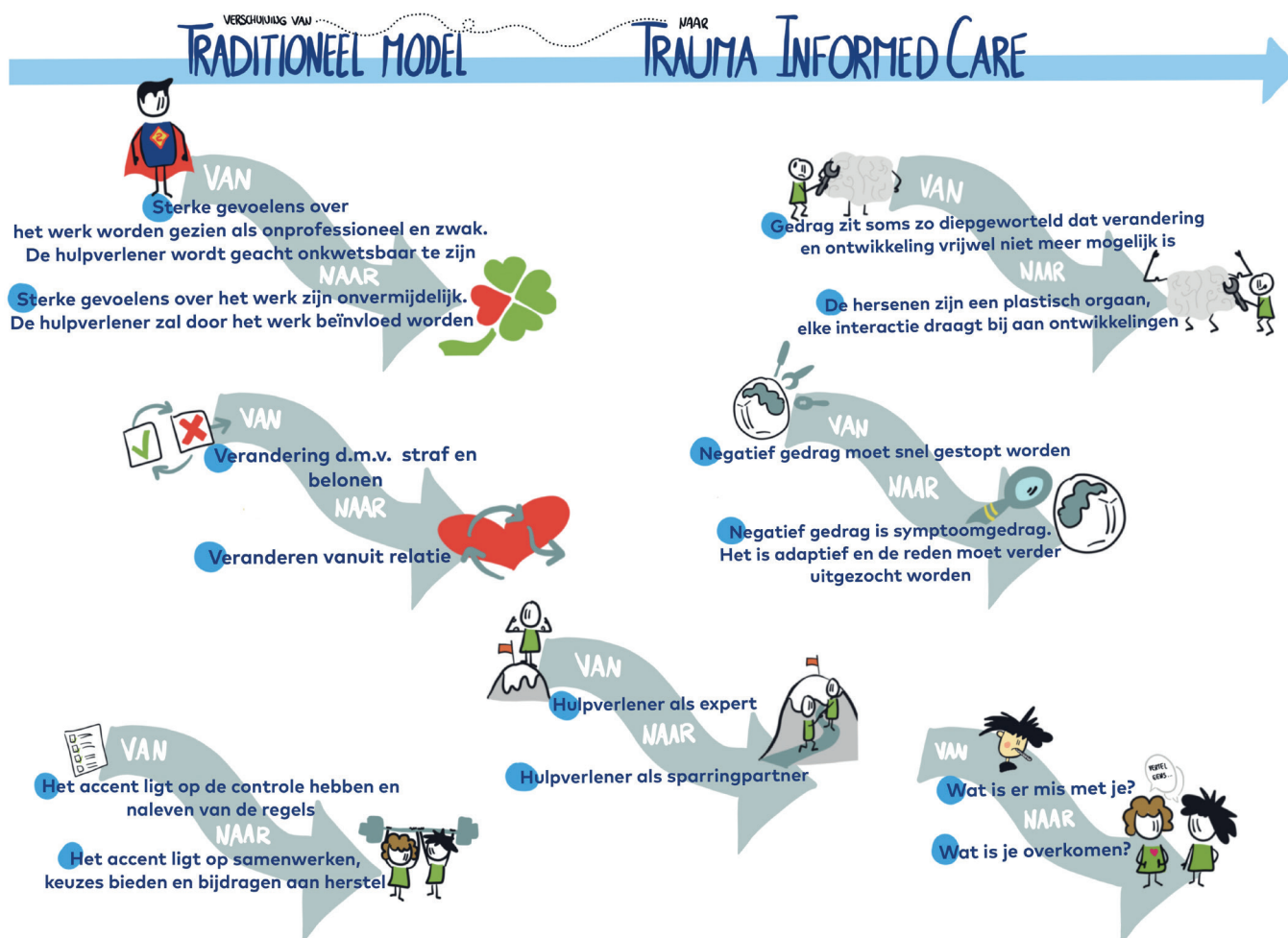
## Trauma Informed Bril

Kijken door een *trauma informed* bril geeft ons niet alleen meer oog voor de impact van ingrijpende jeugdervaringen, maar ook voor beschermende en compenserende ervaringen. Hierbij achterhalen wij samen met het gezin en de voor hen belangrijke anderen wat de oorzaak van de ontregelingen is, wat beschermende en compenserende factoren zijn en hoe ontregelingen in de toekomst kunnen worden voorkomen. Wat zijn ieders krachten? Waar zitten kwetsbaarheden? Waar willen jullie naartoe? Wat is hiervoor nodig? En wat kunnen wij hieraan bijdragen?



- Een andere manier van denken en kijken.

Bron: van Os, J. (2017). *De DSM-5 voorbij: persoonlijke diagnostiek in een nieuwe GGZ*. Springer.





## Beschermende en compenserende ervaringen



Bron: Vrij vertaald naar Crandall, A., Miller, J. R., Cheung, A., Novilla, L. K., Glade, R., Novilla, M. L. B., ... & Hanson, C. L. (2019). ACEs and counter-ACEs: How positive and negative childhood experiences influence adult health. *Child Abuse & Neglect*, 96, 104089; Hays-Grudo, J., & Morris, A. S. (2020). *Adverse and protective childhood experiences: A developmental perspective*. American Psychological Association.

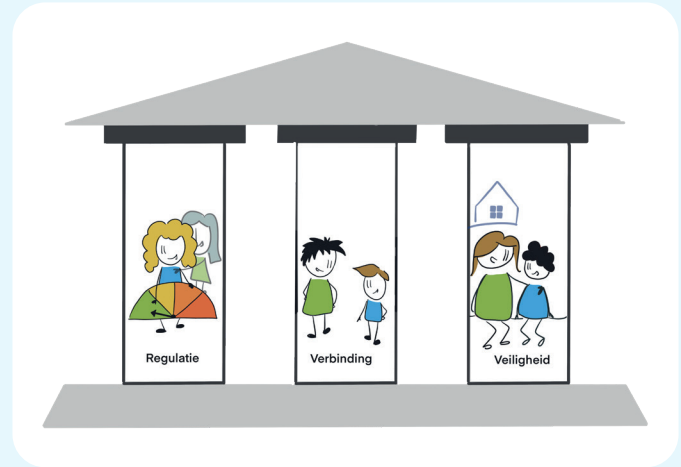
### Beschermende en compenserende ervaringen

De focus van Trauma Informed Care ligt dus niet alleen op ingrijpende jeugdervaringen, maar voor een groot deel óók op (de kracht van) beschermende en compenserende jeugdervaringen. Onvoorwaardelijke liefde van een ouder, een leraar die in moeilijke tijden steunt en een vertrouwenspersoon waar je je gevoelens mee kunt delen: allemaal ervaringen die de gevolgen van negatieve gebeurtenissen helpen te compenseren en bijdragen aan het veerkrachtig functioneren van het kind.



## Regulatie, verbinding en veiligheid

Regulatie, verbinding en veiligheid zijn stuk voor stuk onmisbaar in de ontwikkeling van ieder kind, ongeacht het feit of er zorgen over de ontwikkeling en gedrag zijn of niet. Relaties, een gevoel van veiligheid en ervaringen van coregulatie helpen namelijk om de hoeveelheid stress te verlagen en elkaars gedrag beter te begrijpen. Wanneer het stresssysteem regelmatig of langdurig op 'aan' gaat, is er weinig ruimte voor welbevinden, ontwikkeling en leren, en staat gezondheid onder druk. Regulatie, verbinding en veiligheid vormen daarom de basis voor een ontwikkelingsgerichte en herstelbevorderende omgeving voor iedereen.



- 3 pijlers als basis voor een ontwikkelingsgerichte en herstelbevorderende omgeving.

Bron: Vrij vertaald naar Bath, H. (2008). The three pillars of trauma-informed care. *Reclaiming Children and Youth*, 17(3), 17-21. Met toestemming van de auteur.



- Het model van Trauma Informed Care.

Bron: Vrij vertaald naar Substance Abuse and Mental Health Services Administrations. SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach. HHS Publication No. (SMA) 14-4884. Rockville, MD: Substance Abuse and Mental Health Services Administration, 2014. In het publieke domein.

## Beseffen, herkennen, handelen, voorkomen

Samen kunnen wij als volwassenen in vier stappen bijdragen aan een positieve, compenserende, herstelgerichte en veerkrachtbevorderende omgeving:

1. Wij beseffen wat de impact van de ingrijpende (jeugd)ervaringen op het kind of

op diens ouders of begeleiders is.

2. Wij herkennen op tijd de signalen en symptomen van deze ervaringen.
3. Wij handelen adequaat door deze inzichten in al ons handelen door te voeren.
4. Wij zetten ons proactief in om nieuwe ingrijpende (jeugd)ervaringen voor alle betrokkenen te voorkomen.

# Waarden & Uitgangspunten Trauma Informed Care



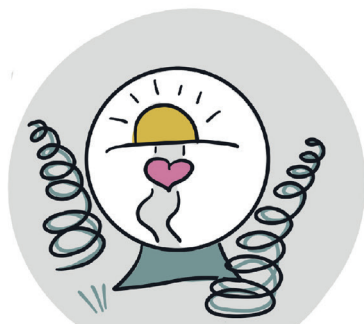
**S**amen werken we aan een veilig gevoel en aan vertrouwen in elkaar



**S**amen bouwen we aan een goede band met elkaar en we gaan respectvol met elkaar om



**W**e hebben oprechte interesse in jou en begrip voor je situatie. Samen kijken we regelmatig of onze hulp nog bij jou past



**S**amen kijken we naar jouw toekomst en naar wat je kracht en hoop geeft in het leven



**W**ij hebben respect voor wie je bent, jouw cultuur, jouw verleden en of jij je man, vrouw of non-binair voelt



**S**amen kijken we waar jij goed in bent. We luisteren naar wat jij denkt en vindt, zodat de hulp zo goed mogelijk bij jou pas'



**S**amen zorgen we ervoor dat we elkaar begrijpen, we zijn eerlijk naar elkaar en we werken samen



**W**e steunen elkaar

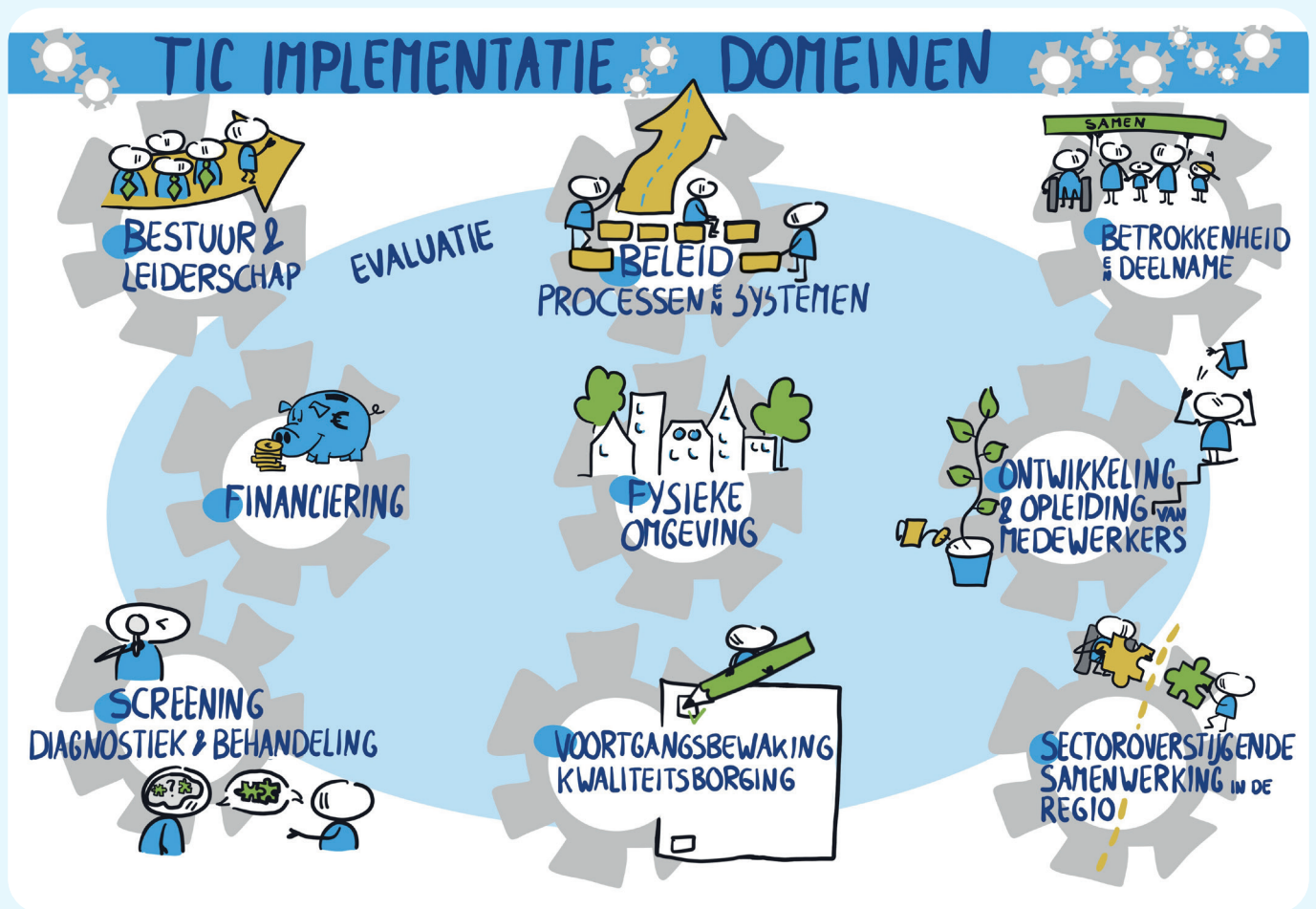
## TIC voor medewerkers

Met TIC is er oog voor alle betrokken mensen, dus ook voor de medewerkers. Werken met kinderen en ouders die veel hebben meegemaakt vraagt om empathische betrokkenheid, deskundigheid, alertheid en een lange adem. Dit kan naast voldoening, betekenisgeving en groei ook leiden tot verhoogde stressniveaus en burn-out klachten. Medewerkers en teams zijn hun eigen instrument en hun eigen levenservaringen hebben invloed op hun interactie met kinderen en ouders. Het is belangrijk dat medewerkers voldoende ruimte en steun ervaren voor reflectie, ontwikkeling en leren.



## TIC Implementatiedomeinen

Het implementeren van Trauma Informed Care vraagt om doorgaande ontwikkeling van alle aspecten van een organisatie, met een belangrijke rol voor traumasensitief leiderschap vanuit het bestuur, de directie en andere leidinggevenden. Hieronder een voorbeeld van verschillende implementatiedomeinen.



Bron: Vrij vertaald naar Substance Abuse and Mental Health Services Administrations. SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach. HHS Publication No. (SMA) 14-4884. Rockville, MD: Substance Abuse and Mental Health Services Administration, 2014. In het publieke domein.

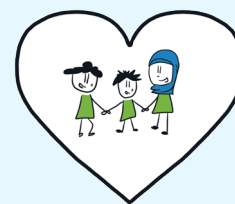
# Trauma Informed Care; een organisatiebreed raamwerk

In Nederland is in verschillende organisaties (zoals jeugdhulp, zorg en onderwijs) een ontwikkeling gaande naar een traumasensitieve manier van werken, zoals trauma-sensitief onderwijs (TSO), maar er is nog een weg te gaan. Er is vaak al wel aandacht voor het aanbieden van therapeutische trauma-behandeling en er is een toename in bewustwording waarom traumasensitieve interacties belangrijk zijn, maar aandacht voor een traumasensitief klimaat binnen de organisatie als geheel blijft vaak achter.

Er zijn al volop positieve effecten van TIC zichtbaar voor degenen die deze hulp of het onderwijs ontvangen én degenen die dit bieden. Onderzoek toont een afname van gedragsproblemen, psychische klachten en PTSS-symptomen, terwijl hulpvragers én hulpverleners meer tevreden zijn over de geboden hulp. Zowel de zwaarte van

behandelingen als behandeltijden nemen af, terwijl er beter wordt samengewerkt met álle betrokkenen, zoals het gezin van een kind. Trauma Informed Care leidt bovendien tot een verhoogd gevoel van veiligheid bij alle betrokkenen en een verminderde inzet van vrijheidsbeperkende maatregelen.

Medewerkers ervaren niet alleen een kennistoename en een attitude- en gedragsverandering, maar ze ervaren zelf ook minder stress, minder secundaire traumatisering, betere zelfzorg en meer samenwerking en werkplezier, terwijl verzuim en verloop afnemen. Op scholen kan Trauma Informed Care bijdragen aan een hogere kwaliteit van hulp, begeleiding en behandeling, en kan het ertoe leiden dat jeugdigen minder vaak specialistische hulp nodig hebben of meer gerichte specialistische hulp ontvangen door betere signalering.



Meer weten over Trauma Informed Care? Bezoek dan deze pagina op de website van Koraal!



