

Handboek familierelaties bij psychotrauma

Diagnostiek en behandeling van kinderen en gezinnen

Mooren, T., Bala, J., de Kok, M., Baars, J., & van Essen, J.
(2021) • Boom uitgevers

Eline Kegels *

Ik heb niet lang getwijfeld om te beslissen of ik dit boek zou lezen (en knopen doorhakken is niet mijn sterkste punt). De titel sprak me aan en de quote op de achterflap raakte me meteen. Daarin vertelt Em. prof. dr. Peter Adriaenssens iets heel herkenbaars: ‘Mijn ervaring is dat ik een tijdlang te laat begreep hoe traumatiserend het is voor een ouder een kind te hebben dat getraumatiseerd werd. En dat goede zorg voor het kind niet zomaar heelt wat bij de ouder leeft.’ In deze korte quote wordt meteen de visie van de schrijvers en het boek neergezet: ‘Wij kiezen voor een duidelijke systeembenadering, ook in het vaak “vertunnelende”, individugerichte werk met trauma.’ Met name in de inleiding en de eerste hoofdstukken word je als hulpverlener regelmatig en op milde wijze herinnerd dat een trauma bij een of meerdere gezinsleden altijd een effect heeft op het hele systeem. Een rimpeleffect als het ware. Ook als systeemtherapeut blijft je aandacht gemakkelijk beperkt tot de klachten van de persoon voor je, en geraken de wederzijdse beïnvloedingen met de omgeving snel op de achtergrond. Je stelt veel vragen rond hoe-was-dat-dan-voor-jou? en laat hierdoor andere vragen niet of minder aan bod komen: hoe was dat dan voor jouw kind? Jouw partner? Jouw ouders? Hoe hebben zij het beleefd

-
- Werkzaam als klinisch psycholoog in het Team voor Jongeren op Transitieleeftijd bij CGG Andante vzw te Merksem.
E-mail: eline.kegels@andante.be

dat jij dit meemaakte? Kon je hiervan iets merken? Werd er over gesproken of niet?

Keer op keer was deze vriendelijke herinnering van de auteurs voor mij welkom, om er doorheen het lezen van de verschillende hoofdstukken helemaal van doordrongen te geraken. Dit wil echter niet zeggen dat het boek voorbijgaat aan individuele klachten, integendeel. Deze effecten worden als zeer reëel en impactvol beschreven én voortdurend in het systemisch geheel van familierelaties geplaatst.

Er wordt doorheen het hele boek gepleit voor maatwerk, en je wordt als lezer uitgenodigd om mee na te denken over welke setting interessant zou kunnen zijn om mee te werken: gezin, partners, ouderpaar, broers en zussen, individueel of een combinatie ervan. Dat laatste wordt nog verder opgesplitst in het gelijktijdig meerdere behandelvormen aanbieden of gefaseerd opeenvolgend werken met verschillende settings. Ook lotgenotengroepen kunnen een deel van de behandeling vormen. Ook al zijn dit strikt genomen geen familierelaties, de auteurs tonen hier dat een systeemvisie verder reikt dan de grenzen van een gezin.

De naam 'handboek' is terecht en de invulling ervan voldoet voor mij absoluut aan de (hoge) verwachtingen. Het boek is doorspekt met wetenschappelijk onderzoek (26 pagina's aan literatuurlijst, om verder in te duiken) zonder dat de opsommingen saai of droog aanvoelen. In een aangename schrijfstijl tonen de schrijvers dat ze weten waar ze het over hebben en doen ze recht aan de claim 'effectieve behandelingen' te bespreken. Ze deinzen er ook niet voor terug om dit onderzoek te nuanceren waar nodig of hiaten aan te halen waar deze zich voordoen. Tegelijk wordt het onderzoek voortdurend in de kader van de praktijk in een reële werksetting met cliënten geplaatst: hoe kan je gebruiken wat onderzoeksresultaten naar voor schuiven? Vele voorbeelden en zowel beknopte als uitgebreide vignetten bij de verschillende onderwerpen helpen om deze kloof tussen theorie en praktijk klein te maken. Er wordt bijvoorbeeld niet alleen beschreven, maar ook getoond welke vragen je kan stellen om bepaalde onderwerpen te introduceren door stukjes gesprek op te nemen in het boek, naast ook vele verschillende methodieken om in verschillende settings op een zorgzame, veilige manier te werken. Het boek staat tjokvol tips en tools, voor zowel taxatie als behandelfase.

Over het algemeen wordt doorheen het boek de brede systeemvisie goed vastgehouden. Dit wil zeggen: er wordt bij 'een systeem' niet alleen aan het gezin gedacht, maar ook aan de effecten van en vele uitwisselingen met andere contexten. Denk maar aan verschillende subsystemen binnen het gezin, grootouders, school en werk, vrienden, buurt, cultuur, sociale status, hulpverlening en de maatschappij in zijn geheel. De focus ligt dan in de eerste plaats op hoe deze vele andere contexten het gezin, het beleven van trauma en het herstel ervan beïnvloeden, eerder dan andersom. Er wordt benadrukt hoe belangrijk de steun van deze anderen is doorheen het behandelproces, en hoe belangrijk deze anderen zijn in het weer opbouwen van een leven na trauma. Hoe anderen buiten het gezin ook op lastige manier geraakt en beïnvloed worden door trauma's valt buiten het bestek van dit boek, dat voornamelijk focust op de relaties binnen het (kern)gezin.

Een recensie zou er echter geen zijn zonder ook een punt van kritiek aan te halen. In deel 2 wordt de brede systeemvisie toch vaak naar de achtergrond teruggedrongen en staat in mijn gevoel vooral het kind sterk op de voorgrond. Volwassenen in het gezin worden plots bijna uitsluitend gezien in hun rol als ouders. Het is uiteraard geen kritiek dat er veel aandacht gaat naar het welzijn van de kinderen, maar hierdoor blijven sommige andere stukken wel onderbelicht. In het stukje 'ouderbegeleiding' wordt gesproken over hoe ouders hun kinderen kunnen begeleiden doorheen het proces, en ik blijf op mijn honger zitten over hoe ouders begeleid worden in hun ouderschap terwijl ze worstelen met eigen traumasymptomen. Of hoe ze kunnen blijven vasthouden aan hun ideeën van 'goed ouderschap' wanneer ze kinderen hebben die post-traumatische klachten vertonen en hiermee het gezin onder druk zetten. De andere rollen van volwassenen binnen een gezin vertroebelen door deze vernauwing. Er wordt geschreven over partnerschap, maar hier wordt wederom snel geschreven over hoe partners ook samen oudertaken te verdelen hebben. Wat natuurlijk klopt! Maar thema's als intimiteit, seksualiteit, vriendschap, financiële interafhankelijkheid, jaloezie, ... worden niet beschreven en lijken me toch zeer relevant binnen het opzet van dit boek. Ook wat er speelt tussen twee partners heeft een effect op heel het gezin, en op het bredere systeem. Er wordt tijdens behandeling logischerwijze sterk ingezet op hoe een ouderpaar opnieuw meer actief betrokken en afgestemd kan geraken op de kinderen, maar ook hier mis ik soms een bredere systeemkijk. Wie is er nog in het

systeem die steunend kan zijn? En op welke manier dan? De rol van burens, leerkrachten, verenigingen ... wordt ergens in de figuurlijke marge vermeld, maar niet verder uitgewerkt.

Ook tijdens de indicatiestellingfase wordt er uitgebreid (en terecht!) aandacht gegeven aan het onderzoeken van draagkracht bij de ouders, hoe zij dit kunnen binnenbrengen in het gezin en hoe dit verstevigd kan worden. Er wordt jammer genoeg niet gesproken over hoe de kinderen ook draagkracht hebben en verstevigende kwaliteiten en vaardigheden hebben die het gezin mee kunnen ondersteunen en helpen gidsen doorheen een behandelproces. Wanneer er gewerkt wordt vanuit of met een hechtingsvisie lijken de schrijvers inzichtelijk wel degelijk te beseffen dat het om een wederkerig proces gaat, maar bij het schrijven over de praktijk komen de kinderen schijnbaar nog gemakkelijk in een 'ontvangende rol' terecht. Er wordt in het stuk over 'ouder-kindrelatie' bijvoorbeeld mooi verteld over hoe ouders (samen met hun achtergrond, cultuur, hun eventuele klachten ...) invloed hebben op de opvoeding van de kinderen, maar er wordt niet gesproken over hoe dit andersom ook effecten heeft. In mijn ervaring voeden de kinderen de ouders net zozeer op als andersom, en brengen ook de kinderen vanuit vele andere contexten invloeden mee binnen in het gezin (vriendjes, leerkrachten en school, media, hobby's ...). Deze 'botom-up'-invloed blijft voor mij wat onderbelicht.

Er wordt niet altijd heel expliciet op ingegaan, maar tussen de regels door lees je een duidelijke visie op traumawerk. Enerzijds wordt een duidelijke regie gehouden waarin gewerkt wordt met afgebakende fases van diagnostiek, indicatiestelling en behandeling. Een duidelijk plan, heldere verwachtingen en van elkaar weten wie met welk traject bezig is of niet, bevordert ook de afstemming tussen gezinsleden onderling om iets opener te kunnen gaan spreken met elkaar. Dit legt meteen de link naar de visie van de auteurs op verwerking: vermijding van het trauma dient tegengegaan te worden, open spreken is the way to go. Zowel binnen het gezin als met de hulpverlening. Gelukkig wordt ook dit basisprincipe af en toe genuanceerd. Kinderen mogen kiezen of ze spreken of zwijgen, wanneer ouders iets bespreken met kinderen dient het op een leeftijdsadequate manier te gebeuren, en er wordt in het bijzonder ook aandacht besteed aan cultuursensitieve redenen om te zwijgen over trauma's.

Lees zeker verder tot op het einde van het boek, want ook in de kortere, laatste hoofdstukken zijn nog mooie parels te vinden. Een uitgebreid stuk over *multifamily therapy* (MFT) geeft veel inspiratie voor mijn werkveld, en hierover wordt er in andere traumaboeken of -artikels niet geschreven. Het is een bewuste keuze voor een systeemgerichte aanpak, en eigen werk en ervaringen met verschillende doelgroepen wordt gedeeld met zowel achterliggende doelen als praktische tips en methodieken die worden uitgeschreven.

De titel van het boek is *Handboek familierelaties* en het is de keuze van de auteurs om de grenzen van het gezin ook als de grenzen van het boek te hanteren. Ik hoop echter dat er een vervolg komt waar ik een gelijkaardige aanpak kan terugvinden, gecombineerd met inhoudelijk meer diepgaande uitwerkingen rond de rol van en samenwerking met andere behandelinstanties, het betrekken van informele netwerken tijdens en na behandeling, en zo meer. Ik ben benieuwd naar welke wederzijdse (lastige of steunende) uitwisselingen er met getraumatiseerde gezinnen kunnen geobserveerd worden, en hoe hier eventueel kan geïntervenieerd worden.

Veel van de voorbeelden tonen het werk aan met complex trauma, maar dit handboek geeft een blikverschuiving en -verruiming die voor alle klinische hulpverleners zinvol is, ook wanneer ze met enkelvoudig trauma te maken krijgen. Ik zal het boek ook in de toekomst nog regelmatig terug uit de kast halen om door te bladeren voor inspiratie of om gericht iets op te zoeken wat bruikbaar kan zijn in een sessie.

