

## **Workshop Samen werken aan heling**

**Door:** Carolien Roodvoets, psychotherapeut, gezins- en relatietherapeut en seksuologe

*In de plenaire lezing heeft Carolien over het boek **Niemandskinderen** verteld. Kinderen worden soms gebruikt voor het eigen welzijn van ouders of fungeren als steunpilaren van volwassenen in plaats van dat ze zelf steun ervaren.*

*Eenmaal volwassen kunnen ze vaak hun draai in het leven niet vinden. Ze verdwalen en verdrinken voorgoed in Niemandsland, of ze gaan hun traumatische geschiedenis verwerken. Een verhaal over de gevolgen én de verwerking van een traumatische jeugd.*

De workshop borduurt voort op de plenaire lezing over Niemandskinderen. Carolien wordt n.a.v. de lezing gevraagd of je zonder hulp een trauma kunt verwerken? Het antwoord is niet eenvoudig te geven, maar komt er op neer dat het wel kan. Maar met de kanttekening 'dat een nooit verteld verhaal een dood verhaal is ....'. Het zal dan geen onderdeel gaan uitmaken van het verhaal van iemands leven en leidt tot foute conclusies.

Carolien start de workshop met de vraag aan de zaal wie de regie moet hebben over de behandeling bij trauma? De cliënt of de professional?

### **Stelling over regie**

Carolien stelt dat in de reguliere hulpverlening er nog teveel de neiging is om alles voor de cliënt te bepalen. Reactie uit de zaal is dat protocollen en wettelijke kaders vastliggen maar binnen die kaders de cliënt wel degelijk bepaalt wat zij/hij vertelt. Ook wordt opgemerkt dat er al zo'n 10 jaar een ontwikkeling gaande is in het sociaal domein dat 'de cliënt de hoofdrol krijgt' en dat dat ook steeds beter lukt. De stelling sloot minder aan bij de huidige ontwikkelingen en visie rond sociaal (wijk)teams zoals het benutten van eigen kracht van mensen en te zorgen dat mensen kunnen mee doen in de samenleving. Vanuit de zaal kwam nog de notie om verschil te maken tussen inhoud (gezin leidt) en proces (hulpverlening daarin regie). Cliënt kent zichzelf, hulpverlening kent de weg.

En wat doen we als het voor de kinderen niet veilig genoeg is als een ouder in traumaverwerking zit? Het moet nú veilig genoeg zijn. Als dat niet zo is, moet die situatie niet te lang duren. Als ouders erkennen dat het niet veilig genoeg is heb je een ingang voor het gesprek hoe dan wel.

### **Typen cliënten en wat ze te leren hebben**

Grofweg kan er volgens Carolien onderscheid gemaakt worden in 2 typen cliënten:

1. controlerend: "ik bepaal alles".
2. Passieve: "Zeg jij het maar".

Leren loslaten, vertrouwen op en leren toe te vertrouwen, is voor iemand die de behoefte aan controle heeft de weg. Als je passief bent leer je in behandeling regie te nemen over je eigen leven en ook over de hulpverlening. Voor een kwalitatief goed leven is balans nodig tussen loslaten van controle en op een ander moment juist het heft in handen te nemen. Kern van de therapie is bijdragen aan weer mens worden, menselijke waardigheid, autonomie, zelfbeschikking.

### **Regie en instortingsgevaar**

Op dit moment pakt de zorgverzekeraar de regie en bepaalt bijv. hoe lang een depressie mag duren. Carolien geeft aan dat veel mensen niet weten dat traumahulp vergoed wordt uit de basisverzekering! Cliënt en professional willen werken aan hetzelfde doel, maar volgens Carolien zijn er vele wegen naar Rome! Dat betekent dat maatwerk nodig is. Het komt vaak voor dat bv eerst andere problemen opgelost moeten zijn (rond huisvesting, de kinderen, inkomen etc) voordat behandeling trauma kan starten. "Je kunt je kelder niet opruimen wanneer je huis op instorten staat".

Belangrijke voorwaarde voor verwerking en heling is namelijk **rust** in het behandelings-/begeleidingstraject. Vraag is of de hulpverlening momenteel zo georganiseerd is dat die rust er ook is? Of brengen we door wisselingen van hulpverleners, veelheid aan instanties juist onrust?? Belangrijk om daar waar mogelijk de regie bij de cliënt te laten.

### **Tips**

Duidelijk is dat Carolien heel veel kennis heeft en ze bestookt ons aan het eind van haar workshop in rap tempo met een aantal **tips** (wees transparant en voorspelbaar):

- Leg uit .... Waarom wil ik iets weten?
- Neem de tijd. Je hoeft niet direct alles te weten over iemands verleden. Wat kan later wel... én waarom vraag ik nu niet door .....
- Gevoel van veiligheid en geborgenheid staat voorop.
- Kijk kritisch naar de vragen die je stelt en het effect daarvan. We zijn vaak te intrusief (*opdringerig*).