

## **Cursus Cognitief Systeemgerichte traumabehandeling bij kinderen en jeugdigen**

### **Inhoud**

In deze cursus leert de cursist werken met een aantal uiteenlopende cognitieve gedragstherapeutische methoden en technieken voor de behandeling van trauma's bij kinderen en/of andere systeemleden. Het gaat hierbij om trauma van zowel type 1 (een eenmalige schokkende gebeurtenis zoals een ongeval of het overlijden van een gezinslid) als type 2 (terugkerend trauma zoals herhaald misbruik of mishandeling). De cursist leert werken met systeembehandelingen en gezinsleden actief betrekken bij de behandeling. Via genogrammen ontdekt de cursist de invloed van traumatische ervaringen door de generaties heen. Ook wordt er geoefend met de toepassing van diverse exposure varianten in fantasie en met oplossingsgerichte technieken bij trauma. Aan de hand van het Writejunior protocol leert de cursist de praktische toepassing van schrijftherapie met deze kinderen. Onderdelen van het protocol zijn onder meer exposure, cognitieve herstructurering, coping en social sharing.

### **Docenten**

Drs. F.N.B. (Frieda) Aelen, klinisch psycholoog, gedrags- en gezinstherapeut, supervisor VGCT, lid NVRG (hoofddocent), werkt in eigen praktijk.

Drs. D.M. (Denise) Beuvers, GZ-psycholoog, kinder- en jeugdpsycholoog NIP, cognitief gedragstherapeut VGCT, werkzaam in Kwadrant Psychologenpraktijk in Zaandam.

Drs. M. (Meike) van Veggel, GZ-psycholoog, kinder- en jeugdpsycholoog NIP, supervisor VGCT, werkzaam in Kwadrant Psychologenpraktijk in Zaandam.

Mevr. Jose van den Heuvel

### **Voor wie**

Psychologen, (ortho) pedagogen, psychotherapeuten die in de praktijk werkzaam zijn in de hulpverlening aan kinderen, jeugdigen en hun ouders. Voor deelname is het vereist dat de cursist de Basis cursus Cognitieve gedragstherapie (100 uur) heeft afgerond.

### **Doel**

Na afloop van de cursus heb je kennis en vaardigheden opgedaan voor de toepassing van een aantal cognitief-gedragstherapeutische technieken voor de behandeling van trauma bij kinderen en/of andere systeemleden. De cursus is tevens bedoeld als onderdeel van het opleidingstraject tot cognitief gedragstherapeut VGCT (vervolgcursus 50 uur).

### **Werkwijze**

In de cursus wordt gebruik gemaakt van literatuurbespreking, discussie, rollenspel, praktisch huiswerk en het bekijken en bespreken van therapiezittingen op video. Tussen de cursusbijeenkomsten door bestudeer je literatuur, werk je aan huiswerkopdrachten, oefen je praktische vaardigheden en bereid je rollenspelen voor.

### **Opzet cursusdagen**

- **Toelichting bij de cursusinhoud**

*Basisbegrippen en protocollaire behandelingen; traumaverwerking binnen de cognitieve systeemtherapie met inzet van genogrammen (sessie 1, 2,7,8)*

In dit deel van de cursus worden allereerst de basisbegrippen behandeld en komen de protocollaire behandelingen van angst en trauma bij kinderen en jeugdigen aan bod. Vervolgens wordt geleerd hoe in verschillende levensfasen traumaverwerking binnen de context van cognitieve systeemtherapie kan worden ingezet voor individuele problemen, voor relatieproblemen voor opvoedingsproblemen en bij problemen met een pijnlijke of stroeve echtscheiding. We zien hoe, na traumaverwerking, cliënten minder negatief reactief worden ten aanzien van anderen in het algemeen en objectiever denken (Knudsen, 2007). We zien hoe negatief reactieve ouders, na verwerking van ervaringen uit de interactionele betekenisanalyse, aan het werk kunnen met als doel de klachten van hun kind op te heffen (Aelen, 2008). We lezen hoe ouders schade bij hun kinderen kunnen voorkomen door samen of alleen, middels o.m. EMDR, te zorgen voor een "kalm brein" ondanks de pijn en stress van echtscheiding (Garcia). Onder een kalm brein als opvoeder wordt verstaan het vermogen van de volwassene het waarnemen van en beantwoorden aan de behoeften van de kinderen centraal te stellen, ontvankelijk te zijn ondanks interne en externe druk. De behandeling van nieuw oudertrauma heeft ruimschoots dienst bewezen bij het helpen van ouders een "kalm brein" te verwerven of te behouden (Aelen 2011).

Het genogram is een grafische weergave van de samenstelling van een familie van tenminste drie generaties (McGoldrick e.a., 1999). Hierin wordt zichtbaar hoe patronen en overtuigingen in gezinnen worden doorgegeven, en worden trauma's opgespoord. Het maken van een genogram biedt de therapeut de gelegenheid vragen te stellen over feitelijke maar ook moeilijke en beladen onderwerpen uit de familiegeschiedenis. Dit helpt de ouder zichzelf en het eigen onvermogen in de opvoeding te begrijpen. Zoals een beeld duizend woorden waard is, toont het genogram van een ouderpaar veel van hun geschiedenis, emotionele levens en huidige kwesties. Net als in een stamboom toont het genogram de biologische banden van de familie. Daarnaast kan het de sociale verbanden tonen van familieleden, en de kwaliteit van de relaties tussen hen. Verder toont het data van belangrijke familiegebeurtenissen en kenmerken van individuele 'sleutel'-familieleden. Het genogram wordt door therapeuten gebruikt om in te voegen, om samen met de cliënten familiepatronen vast te stellen en om emotioneel geladen kwesties in een ander kader te plaatsen, te 'ontgiftigen' of te normaliseren (McGoldrick e.a., 1999; Hillewaere e.a., 2006). Een genogram helpt de therapeut om hypothesen op te stellen over de aard van de verbanden tussen huidige symptomen en vroegere gebeurtenissen in de familie en bij het bepalen van behandel mogelijkheden. Het genogram helpt ook bij het ontdekken van historische gebeurtenissen die nog steeds doorspelen in het leven van paren, het helpt bij het ontwikkelen van therapiedoelen, het biedt interpretaties die voor de cliënten betekenisvol zijn (White, 1990) en faciliteert besluitvorming over interventievormen. Door het genogram-interview worden (onafgemaakte) rouw, traumata en noodlottige gebeurtenissen ontdekt, evenals de reactie van de cliënten hierop. In het genogram worden zowel gegevens verzameld over veerkracht als over disfunctionaliteiten in interacties of omgang met life-events. Daardoor kan de therapeut in de verschillende fases van de therapie de ene keer gebruik maken van een sterke kant van een gezinslid om een ander gezinslid te ondersteunen, en een andere keer omgekeerd een kwetsbaarheid van het eerste gezinslid aanpakken. Het genogram leent zich op die manier als bron voor groei vanuit veerkracht en als bron van kwetsbaarheid om werkpunten voor het gezin van te maken. Gedurende het maken van het genogram met het gezin worden werkhypothesen in vijf kolommen opgeschreven/geformuleerd : systeemkenmerken, negatieve kerncognities, thema's , trauma's en veerkracht.

### *Cognitief gedragstherapeutische schrijftherapie voor kinderen met PTSS (sessie 5 en 6)*

Kinderen en adolescenten die een schokkende gebeurtenis hebben meegemaakt zijn in vergelijking tot volwassenen verhoogd kwetsbaar voor het ontwikkelen van allerlei klachten op cognitief, sociaal en emotioneel gebied. Soms zijn de klachten zo ernstig en langdurig dat er zelfs sprake is van een posttraumatische stressstoornis (PTSS). De traumatische gebeurtenis kan dan zo heftig zijn dat kinderen deze niet goed in hun geheugen kunnen 'opslaan'. Bij PTSS is er sprake van het weer terugkomen van beelden, gevoelens en gedachten over de gebeurtenis en het vermijden van plekken, personen en dingen die doen denken aan de gebeurtenis. Het lichaam is in een verhoogde staat van paraatheid. Het is van groot belang om kinderen en adolescenten te behandelen voor deze klachten, anders kunnen deze chronisch worden en leiden tot een ernstige verstoring van de ontwikkeling met alle problemen van dien - thuis, op school en voor het kind zelf.

Sacha Lucassen heeft een behandeling ontwikkeld waarbij de kinderen het verhaal van hun traumatische ervaring opschrijven met behulp van de computer: het Writejunior protocol. Het is een cognitief-gedragstherapeutische behandeling, geschikt voor kinderen die eenmalig een schokkende gebeurtenis hebben meegemaakt (type I-trauma) of een aaneenschakeling van trauma's (type II).

De veronderstelde werkzame onderdelen van de behandeling zijn:

- > exposure (kinderen de traumatische gebeurtenis laten herbeleven, maar nu op een veilige plek)
- > cognitieve herstructurering (kinderen op zo'n manier tegen de gebeurtenis aan laten kijken dat hun gedachten erover veranderen)
- > coping (hoe verder te gaan na de traumatische gebeurtenis en toekomstperspectief)
- > social sharing (het delen van de ervaring met belangrijke anderen)

Het protocol is een heldere leidraad voor therapeuten die veel met kinderen met PTSS werken en geeft veel praktische uitgewerkte voorbeelden. Afhankelijk van de leeftijd van het kind kan de therapeut de manier van schrijven (en tekenen) aanpassen. Er zijn specifieke secties voor kinderen die seksueel misbruikt zijn, een dierbare hebben verloren, of een ouder met een psychiatrische stoornis hebben. Het protocol is onderwerp van wetenschappelijk onderzoek (Universiteit van Amsterdam) en uit de eerste resultaten blijken goede aanwijzingen voor de effectiviteit en de praktische toepasbaarheid van deze behandelmethodes (Van der Oord, Lucassen, Van Emmerik, Emmelkamp (2009), Treatment of Post-Traumatic Stress Disorder in Children Using Cognitive Behavioural Writing Therapy, in Clinical Psychology and Psychotherapy)

In dit deel van de cursus krijgt u inzicht in het protocol en leert u hoe u deze nieuwe behandelvorm kunt integreren in uw eigen praktijksituatie.

#### *Contraconditionering en imaginaire exposure (sessie 3 en 4)*

De behandeling van PTSS bij kinderen dient exposure te bevatten, angsthanteringsstrategieën en cognitieve herstructurering. De ouders dienen bij de behandeling te worden betrokken. De beste resultaatvoorspeller voor getraumatiseerde kinderen is het vermogen van ouders om steun te geven en zelf met het trauma om te gaan. Bij acuut trauma zijn de voorkeursmethoden voor adolescenten de implosieve desensitizatie of dubbele dissociatie. (Cladder et al (red.), Cognitieve gedragstherapie bij kinderen en jeugdigen, 2009). Ook zal CLAS worden besproken. Contextuele leer- en behandelgroepen en individuele trajecten voor alle betrokkenen bij seksueel misbruik. CLAS kan worden ingezet bij gezinnen waar seksueel misbruik voorkomt.

#### **Literatuur**

>Lange, A. (2006), *Gedragsverandering in gezinnen*. Cognitieve gedrags- en systeemtherapie. Achtste druk. Groningen: Wolters-Noordhoff, ISBN 978 90 689 05861.

>Lucassen, S., Oord, S. van der (2008), *WRITEjunior. Protocol schrijftherapie voor getraumatiseerde kinderen en adolescenten 4-18 jaar*. Boek met DVD. Amsterdam: SWP, ISBN 9789066659421.

>Reader met aanvullende literatuur. Deze wordt verzorgd door King nascholing