



Studiedag
Trauma en veerkracht bij gevluchte kinderen en gezinnen
7 november 2017 - Schaarbeek

Verslag workshops

Naam workshop: Trauma en weerbaarheid bij NBMV + Minor Ndako

Verslaggever: Margarita

UITDAGINGEN

Beschrijf in bulletpoints de belangrijkste uitdagingen en problemen die tijdens de workshop naar voor kwamen. Waar wringt het schoentje? Je moet de namen niet vermelden van de personen die de uitdagingen formuleren.

- Controleverlies
- Trauma
- Relatie met begeleider
- Eigen netwerk
- Pleeggezin
- School
- Therapie

PISTES VOOR DE TOEKOMST

Beschrijf in bulletpoints de voorstellen en ideeën die de deelnemers en de sprekers aangeven voor de toekomst. Je kan hier eventueel de namen weergeven van de personen die de voorstellen formuleren, zeker als ze getuigen van een good practise.

Controleverlies

- Werken rond de relaties van jongeren. Bijvoorbeeld door aandacht te hebben voor de verjaardagen van familieleden, feestdag. Op bepaalde dagen worden er thema's in de leefgroepen besproken. Een imam kan uitgenodigd worden om uitleg te geven (herkenbare figuren).
- Jongeren stimuleren om over familie, land en cultuur te spreken in alle gelegenheden, hoe was dat thuis? Wie ben jij? Vooral gaan kijken wie is het kind is, de vluchtelingenbril durven afzetten. Als ze zich daar altijd op voelen aangesproken, ervaren ze weer controleverlies
- Vragen naar gevoelens. Gevoelens zoals verlies, boosheid bespreekbaar maken. Begeleiders zijn daar vaak bang voor, maar dan geraakt het kind nog meer geïsoleerd. Vaak voelt het goed om erover te praten. Dit kan de band met de begeleider zelfs versterken. Ook accessoires zoals nachtlamp of knuffel kunnen gebruikt worden.

- Krachtgericht werken (competenties), wat kennen zij? Zij hebben vaak andere vaardigheden verworven zoals het opmaken van een bed. Het is goed om deze vaardigheden zeker te blijven stimuleren, dat geeft hen een geruststelling (dat ken ik en ik mag dat doen). Daarnaast ook nieuwe vaardigheden aanleren om op die manier zoveel mogelijk controle leren te nemen.
- Het blijft belangrijk om stressoren te verminderen en beschermende factoren te stimuleren.

Trauma

- Basiskennis over trauma is zeker nuttig, het geeft bril om naar het gedrag van de jongere te kijken. Sommige reacties zijn heel normaal, men kan bepaald gedrag normaliseren. Het is zeker niet de bedoeling om alles vanuit trauma te interpreteren, maar wel nuttig
- Hoe kunnen we voor rust en adempauzes zorgen? Altijd over problemen praten, kan het best wel heftig zijn. Men kan bijvoorbeeld een wandelingen op voorhand installeren.
- Actief op zoek gaan naar bestaande coping mechanismen die de jongere zelf al ontwikkeld heeft en die hij kan toepassen of nieuwe coping strategieën ontwikkelen.
- Religie kan heel helend zijn. Men kan bijvoorbeeld matjes voorzien.

Relatie met begeleider

- Beleving in kaart brengen. Relatie met begeleiders loopt vaak stuk op goede bedoelingen die verkeerd worden geïnterpreteerd. Achteraf analyseren a.h.v. een tekening wat er gebeurd is, kan heel verbindend werken. Er zijn niet altijd tolken aanwezig. Bovendien gaat de aandacht volledig naar de tekening op het blad. Omdat men niet rechtstreeks face-to-face communiceert, hebben kinderen sneller de neiging om te praten.
- Er kunnen traumareacties bij mogelijke gevaren ontstaan. Er is dan vaak agressie en boosheid. Deze mogen er zijn, maar er moeten duidelijke grenzen en regels gesteld worden. Kennis hierover biedt hen veiligheid, ze weten namelijk wat ze mogen. Men zou bijvoorbeeld met brieven kunnen werken als geweldloos verzet.
- Tijdens de reis zitten deze jongeren vaak in vechtmodus en ze blijven vaak in deze zitten. Dit zorgt vaak voor agressief gedrag. Ze moeten er anders mee leren omgaan. Maar het is belangrijk te benadrukken dat ze hun best hebben gedaan om tot hier te geraken, maar men moet hen aanleren om dingen op een constructieve manier te doen.

Eigen netwerk

- Deze jongeren hebben meestal te maken met verlies van familie en er is soms veel onwetendheid en onzekerheid m.b.t. de situatie van hun familie. Men kan de familie toch een plekje geven door bijvoorbeeld genogrammen op te stellen, tekeningen te maken, veel interesse tonen in de familie, melden aan de jongeren dat er geprobeerd wordt om contact te houden met de familie. Als het kind weet dat de ouders op de hoogte zijn, dan is het kind rustiger omdat die weet dat het voor de ouders O.K. is.
- Netwerk rond het kind trachten te behouden om warmte en steun te ervaren. Niet alleen hulpverleningsrelaties, maar ook spontane relaties bijvoorbeeld met steunfiguren en steungezinnen die de kinderen om de twee weken halen om iets te gaan doen.
- Hulpbronnen zoeken met de jongeren, visueel werken met een netwerk met poppetjes bijvoorbeeld.
- Bij trauma met tunnelvisie ga je die visie opentrekken door visualisering. Een begeleider kan bijvoorbeeld een oom in Duitsland contacteren. Dit kan een geruststelling zijn: "Ik ben toch niet alleen op de wereld".

Pleeggezin

- Als er een match is met een pleeggezin, weigeren veel jongeren omdat er een conflict is met de loyaliteit tegenover de ouders. Als de ouders op de hoogte zijn, gaat dat gemakkelijker. Het is belangrijk om hen gerust te stellen dat ze niet de plaats van de ouders innemen.

School

- Men houdt best rekening met onderwijs in land van herkomst. Er zijn ook grote verschillen tussen het platteland en de steden. Soms geven deze niveauverschillen wrijving, hun zelfbeeld kan daardoor worden aangetast. Zeker wanneer ze zien dat jongeren mogen overgaan en zij niet.
- Het is nuttig om informatie te geven over het Belgisch schoolsysteem. Dit kan hun droom blijven stimuleren. Misschien kan men geen dokter worden, maar wel een verpleger. Zo kunnen ze verbinding naar de toekomst toe maken.
- Bewust zijn van de impact van trauma en stress op concentratie en geheugen. Soms kunnen ze niet goed volgen en dwalen ze af. Dit vergt vaak extra ondersteuning op schoolvlak. Er is vaak schoolverzuim en prestatiedrang, deze kinderen worden soms gestuurd met een mandaat (bv. Inkomsten sturen naar de familie). Dit bezorgt hen stress. Om dit aan te pakken, betreft men best de school.
- Vrije tijd en sport zijn heel belangrijk. Het zijn momenten die ofwel veel voldoening geven ofwel zorgen voor extra stress (vb. piekeren). Kinderen moeten kind kunnen zijn, zorg voor afleiding en de mogelijkheid om te genieten.
- Tijdens degelijke activiteiten zijn ze niet meer het kwetsbare kind of de lastige tiener, maar bijvoorbeeld een goede voetballer. Zorg voor concrete projecten zoals sprotoprojecten (bv. voetbalploegen, tennistornooi, cricketteam). Bij MinorNdako bestaat er "de serre". Dit is een plaats voor de jongeren waar ze kunnen tuinieren of andere dingen doen zoals broodbakken, meubels maken. Vaak is dit een goede plaats om een gesprek te doen in plaats van in de therapie zaal.
- Bij schoolverzuim moet men vaak eerst aan verschillende facetten werken vooraleer dat dat aangepakt kan worden. Erkenning dat het hier heel moeilijk is, is belangrijk.

Therapie

- Leefgroepwerking is vaak niet voldoende. Soms is het nodig om jongeren te motiveren om naar de psycholoog gaan. Dit kan men best geleidelijk aan voorbereiden en het is belangrijk om na te gaan hoe therapie binnen hun cultuur gezien wordt. Psycho-educatie en lichaamsgericht werken (bv. mindfulness) kan hierbij helpen. Deze jongeren hebben vaak slaapproblemen. Men kan hen psycho-educatie geven over slaap en piekerproblemen a.h.v. relaxatieoefeningen.
- Bij therapie kan men beroep doen op tolken. Men kan eventueel visualiseren, schilderen en kleien als het moeilijk is om te praten.
- Groepstherapie door rond een thema werken is ook mogelijk. Een apart gesprek is vaak te bedreigend.
- Niet alle jongeren hebben nood aan therapie, maar psycho-educatie is wel nuttig om gevoelens en gedrag te normaliseren.
- Als praten moeilijk is, kan men (zie PowerPoint):
 - o Erkennen dat hun situatie niet simpel is door met foto's werken;

- Trauma voorstellen als tekening van een wonde en een litteken en daarnaast een trapje tekenen waar de jongere zit;
 - Window of tolerance: te veel en te weinig;
 - Heel veel visualiseren;
 - Werken met metaforen en verhalen om dingen die men niet kan zeggen via een verhaal uit te drukken;
 - Taartmodel met de verschillende levensdomeinen in beeld brengen en hoe groot is elk stuk is. Met het kind verkennen en het kind laten kiezen om zelf te spreken, stap voor stap moeilijkere thema's aansnijden;
 - Levenslijn, alles is opnieuw beginnen, visueel levensloop maken, samenkomen in de "wereldburger".
- Het is belangrijk om zich niet verliezen in tools en methodieken. Contact, erkenning, nieuwsgierigheid naar het kind (wie is dat kind) blijven belangrijk.

IDEEN EN WEETJES

VRAGEN EN DISCUSSIE

Vragen & Discussie (1)

- Zitten alle vluchtelingen samen? Ja.
- Wat zijn de verschillen tussen opvangcentra en jullie? Wij zijn hulpverleners. Opvangcentra hebben veel te weinig middelen. Bij kinderen die uit heel drukke groepen komen uit asielen, is de stress heel groot.
- Hoe omgaan met jongeren die een negatief advies krijgen, hoe motiveren? Veel erkenning geven: "Ik begrijp dat je niet gemotiveerd bent." Soms versterken jongeren elkaar daarin. We proberen hen gerust te stellen door te zeggen dat dit niet van de ene dag op de andere gebeurt en dat er andere mogelijkheden gezocht kunnen worden. Heel stapsgewijs werken, bv. Door een begeleidster van begeleid wonen uit te nodigen of een ex-bewoner laten spreken. Hen perspectief bieden. Na een bepaalde tijd als ze zich ermee verzoend hebben, werken rond zijn vrijwillige terugkeer, maar pas vanaf dat ze zich hebben opgesteld.
- Wat gebeurt er met de jongeren meerderjarig worden? Er wordt eerst feest gevierd, ook als ze een positief hebben verkregen. Ze worden niet plots alleen gelaten, ze kunnen beroep blijven doen op hulpverleners, maar minder intensief, via andere netwerken vb. CAW.
- Er is veel focus op jongere kinderen, wordt er iets speciaal gedaan voor pubers? Veel is gelijklopend, je past je manier van werken op de leeftijd van de jongeren aan en er zijn verschillen tussen jongeren van dezelfde leeftijd, de puberteit is soms vervroegd soms vertraagd. Die thema's dringen zich soms ook op en daar is het zoeken wat puberteit is in hun land betekent, hoe kan je 't hier beleven. Het is voor hen mogelijk om uit te gaan bestaat. De emotionele leeftijd is heel verschillend.
- Is 8 jaar het jongste leeftijd? Neen, 4 jaar, dit kind werd in de kindergroep geplaatst. Leeftijd is arbitrair omdat er veel meer kinderen van die leeftijd zijn toegekomen.

Vragen en discussie (2)

- Maken jullie nooit het tegenovergestelde mee? Dat ouders niet willen dat de kinderen in een pleeggezin gaan wonen? Ja, maar dan proberen met de ouders samen te werken, duidelijk maken hoe de maatschappij hier werkt.
- Schoolverzuim, leerkracht die zelf leerlingen gaat zoeken in leefgroep: soms gaat er in de leefgroep te laks mee om. Hoe kan het dat ik ze wel kan motiveren, maar niet de begeleiders. Het betekent niet dat ze niet naar school gaan, dat er niet aan gewerkt wordt. Vb. een kind die een zware slaapproblemen heeft. Niet naar school gaan is geen oplossing, school doet hen ook andere dingen leren. Er wordt geprobeerd om het blijven in de leefgroep onaantrekkelijk te maken (vb. gsm afpakken). Misschien heeft een leerkracht meer impact omdat die net iets moeite moet doen en omdat een begeleider is er altijd, het is hun job.
- Niet altijd mogelijk om gepaste school te vinden voor jongeren, verhuis na verhuis. Altijd opnieuw herbeginnen, veel redenen om af te haken zoals een leerkracht of vrienden die ze missen, weeral rouw en verlies. Het stopt niet als ze hier aangekomen, dan begint er een moeilijke weg.