



Trauma Stabilisatie motivatie & cultuursenstiefzorg

Saphinah Batuusa-Gedragwetenschapper 26-09-2023



• Een project van entrea linden hout

Disclosure belangen spreker

(potentiële) belangenverstrengeling	Geen
Voor bijeenkomst mogelijk relevante relaties met bedrijven	Geen
<ul style="list-style-type: none">• Sponsoring of onderzoeksgeld• Honorarium of andere (financiële) vergoeding• Aandeelhouder• Andere relatie, namelijk ...	<ul style="list-style-type: none">••••

Wie cultuursensitief is:

- weet dat zijn eigen normen niet voor iedereen gelden maar dat waarden universeel zijn (geluk, vrijheid etc.)
- weet dat je anders tegen een situatie aan kunt kijken
- en zegt niet onmiddellijk “dat hoort niet”



Het begrip cultuur



Echt contact maken, hoe doe je dat?

- Je spreekt helemaal eerlijk, je bent kwetsbaar. Dat kan als je ruimte hebt en durft te improviseren.
- Je opent je voor datgene wat je nog niet wist. Je hebt geen agenda/alles is bruikbaar.
- Alleen wie bereid is als een ander mens uit een gesprek te komen, kan een goed gesprek voeren.
- Je moet het andere in de ander kunnen aanvaarden ook al staat het ver van je af.

Interculturele dialoog

- Ken je eigen historische en culturele bagage: jouw (cultuurgebonden) normen en waarden
- Kennis van je eigen “heilige huisjes” : dominante opvattingen/waarheden
- Kennis van de historische en culturele bagage van de ander
- En: beschouw de ander als individu, spreek iemand niet aan als vertegenwoordiger van zijn cultuur
- Dus: Beschouw alle ‘culturele informatie’ als hypothesen die je elke keer, bij elke ontmoeting moet toetsen
- Kunnen wisselen van perspectief
- Bewust zijn van en alert zijn op de aanwezigheid van blinde vlekken

Cultuursenstief werken

Bedenk voor jezelf wat je eigen heilige huisje is?

Professionele nabijheid

- Hoe geef jij jouzelf en wat geeft je van jezelf?
- Inhoud vs betrekking
- Onderdeel zijn van het systeem

IK

- Individualistisch/stads: wie ben je?
- Zwakkere sociale controle
- Assertiviteit
- Gelijkheid
- Openheid
- Onafhankelijkheid belangrijk
- Zelfstandigheid hoog
- Mondigheid hoog
- Eigen individuele mening eerst
- Schuldgevoel tov zichzelf
- Vrijheid belangrijker
- Eigen belang

WIJ

- Collectivistisch/dorps: van wie ben je er een?
- Sterke sociale controle
- Bescheidenheid
- Gehoorzaamheid
- Geslotenheid
- Loyaliteit aan de groep belangrijker
- Afhankelijkheid hoog
- Mondigheid laag
- Eigen groepsmenting eerst
- Schaamte dat de regel overtreden is
- Broederschap belangrijker
- Algemeen belang

Trauma stabilisatie & motivatie

- Doelgroep
- Waarom stabilisatie ipv gelijk trauma verwerking?
- Wat zijn de werkzaamfactoren?

Welke traumatische gebeurtenissen?

- Vlucht en verhuizingen van ene AZC naar de andere
- Besnijdenis
- Voodoo
- Doodangst
- Opgesloten zijn
- Seksuele misbruik
- Homofobie
- Geheimen

Psychologische reacties op trauma:

- Spanning- en angstklachten
- Lichamelijke klachten
- Herbelevingen
- Vermijding
- Schaamte
- Dissociatie
- Boosheid/ agressie
- Geheugenproblematiek en fragmentatie
- Suïcidaliteit

Hoe zorgen we ervoor dat de motivatie voor hulp groter wordt dan de angst voor hulp?

1. **Wijzelf** en het netwerk zijn verantwoordelijk dat het kind op de afspraak komt: niet het kind zelf!
2. Lange adem, **volhouden**, afspraken kunnen niet doorgaan/vergeten worden, dat hoort erbij
3. We hebben ruim de tijd, houd er rekening mee dat iemand te laat **kan komen** en langer de tijd nodig heeft.
4. **We gaan thuis langs als dat nodig is, doen het met wat er is**
5. We stellen de eerste keren geen vragen. We leggen uit: wat gaan we doen, waarom, hoe, psycho-educatie op trauma en stress
6. We leggen elke keer opnieuw uit wat we gaan doen: herhalen, herhalen, herhalen
7. We zitten niet achter onze laptop en hebben geen papieren, hooguit iets om op te tekenen
8. Samenwerking intercultural mediator
9. Beroepsgeheim goed uitleggen: overheid, IND, politie mag ons niets vragen
10. We bespreken het leven en daar horen ook de goede dingen bij
11. Aansluiten bij eigen verklaringen en oplossingen

Wat zien we in de praktijk?

- Moeite met voelen: geen honger voelen, niet in contact met lichaam
- Niet geleerd hebben te praten over gevoelens, geen taal hebben voor wat je gebeurt
- Emotie-regulatieproblemen: snel boos
- Denken dat praten niet helpt omdat je je dan verdrietig gaat voelen. Het idee hebben dat het dan erger wordt
- Hertraumatisering door social media
- Geen eerdere goede ervaring met therapie wegens gebrek aan aansluiting/ geen klik met therapeut/slechte timing en wantrouw

Trauma vs coping

Bijvoorbeeld:

Vecht gedrag kan zijn:

- Overlevingsgedrag, aangeleerd en zinvol tijdens oorlog en vlucht
- Reactie op traumatriggers, reflex en voortkomend uit hyperarousel

Vechtgedrag

➤ Oog voor de oorzaak van 'ongepast' gedrag

➤ Begrip en erkenning voor de heftige emoties:

'je moet wel een goede reden hebben om zo heftig te reageren',

➤ En het overlevingsgedrag:

'het heeft je vast geholpen onderweg dat je goed kunt vechten'

Overlevingsstrategieën

- Confrontatie
- Afstand nemen
- Zelfcontrole
- Sociale steun zoeken
- Verantwoordelijkheid accepteren
- Vlucht of vermijdingsgedrag
- Planmatig werken aan de oplossing van het probleem of verandering van de situatie
- Positieve herwaardering van de situatie

Wat helpt?

- Goed dag- en nachtritme
- Goed eten
- Oefenen met voelen
- Ontspanningsoefeningen
- Ondertiteling aan
- Voorspelbaar zijn
- Geruststelling: het is een normale reactie op een abnormale situatie
- Van betekenis zijn
- Af en toe verwennen

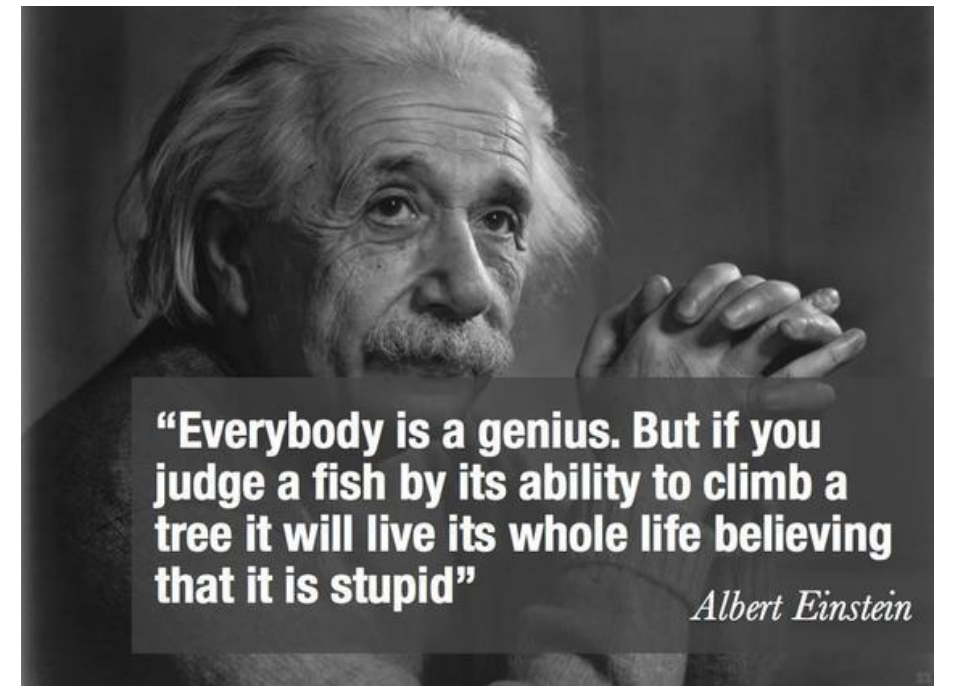
Loop je vast, waar kan je op letten?

- Vind je het leuk om met dit kind/gezin te werken?
- Spreek je de juiste leden van de familie?
- Levensfase overgang: waar zit iedereen?
- Welke beschermende en risicofactoren zijn er?
- Welk overlevingsgedrag zie je
- Welke traumaklachten zie je?
- Op school: Zorg voor controle, voorspelbaarheid en betrouwbaarheid
- Zorg ook voor elkaar!

Diversiteitsensitive jeugdhulp werkt! | KIS

Afronding

- Wat ga je morgen anders doen?
- Wie/wat gaat jou daarbij helpen?
- Waar merken de kinderen en hun familie dat aan?



Thank you!!

- Saphinah Batuusa

S.batuusa@entrealindhout.nl

yoin.nl