



Wat als je er anders naar zou kijken?

*Een trauma-sensitieve bril voor ouders
van kinderen en volwassenen met 22q*



"Ouders vragen mij vaak: is dit de 22q, of is dit gewoon wie mijn kind is? Mijn antwoord is altijd hetzelfde. De oorzaak doet ertoe, maar het verandert niets aan wat we doen. Als iets je kind in de weg staat, moeten we het begrijpen en helpen."

Dr Sasja Duijff, 22qMinded

Er is een oorzaak dat vaak vaak over het hoofd wordt gezien. Niet in plaats van 22q, maar ernaast.

Deze gids gaat over anders kijken. Veel ouders merken dat zodra ze deze 'bril' hebben, er iets verschuift. Niet in het gedrag van hun kind meteen, maar in hoe ze verklaren wat ze zien. En met die nieuwe bril en het nieuwe begrip verandert alles aan hoe je reageert.

Wat je misschien ziet

Veel kinderen met 22q hebben een medische geschiedenis die al heel vroeg begon. Ziekenhuisopnames, operaties, ingrepen in de eerste weken en maanden van het leven. Dit alles gebeurt voordat een kind er woorden voor heeft.

Maar het lichaam vergeet niet. Wat er wordt opgeslagen is geen herinnering in de gewone zin. Het lijkt meer op een gevoel. Een alertheid die later getriggerd kan worden door iets dat niets met de oorspronkelijke ervaring lijkt te maken te hebben. Een geur. Een geluid. Een bepaalde ruimte.

Dit is wat we preverbaal trauma noemen. In 22q, waar vroege medische ervaringen vaak voorkomen, is het meer dan de meeste mensen beseffen.

In medische situaties

- Het kind ... dat bij de tandarts volledig in paniek raakt, maar overal elders prima functioneert. Of dat bevriest zodra een dokter dichterbij komt.
- ... dat bij elk afspraak charmant en meegaand is, nooit klaagt, altijd goed doet. Iedereen zegt hoe goed het gaat. En je voelt trots, maar ook, stilletjes, een licht ongemak. Het klopt altijd net niet helemaal, maar het is moeilijk te benoemen als iedereen om je heen zegt hoe goed het gaat.
- ... dat na elk medisch afspraak uitgeput is, op een manier die niet in verhouding staat tot wat er is gebeurd.

Thuis en op school

- De 'meltdown' die uit het niets komt en lang duurt om te kalmeren. Achteraf kunnen jullie allebei niet zeggen wat er gebeurde.
- De behoefte om alles te controleren. De tiener die stilvalt rond alles wat met medisch te maken heeft. De jongvolwassene die moe is op een manier die rust niet oplost. School die zegt dat ze het niet herkennen.

In het lijf

- Voedingsproblemen die lang aanhielden, ook nadat er geen medische reden meer was. Gevoeligheid voor aanraking of geluid die buiten proportie lijkt. Weerstand tegen tanden poetsen. Slaap die nooit echt rustig wordt.

Anders kijken

Je hoeft niet alles anders te doen. Begin een met een andere vraag te stellen.

In plaats van:

Waarom doet mijn kind dit nou weer?

Probeer:

Wat probeert hij of zij mij te vertellen met dit gedrag?

In plaats van:

Mijn kind moet hier gewoon aan wennen.

Probeer:

Het lichaam van mijn kind reageert op iets wat het zich herinnert. Hoe kan ik het nu veiliger laten voelen?

In plaats van:

Dit zal wel de 22e zijn.

Probeer:

Is er iets anders aan de hand dat ik nog niet heb gezien?

Deze vragen hoeven niet meteen beantwoord te worden. Ze hebben alleen een moment van nieuwsgierigheid nodig voordat je reageert.

Als je het gedrag begint te snappen, verandert er iets. Niet bij je kind. Maar wel bij jou. Je reageert anders. En je kind voelt dat, nog voordat er iets is behandeld.

Dit gaat niet over schuld. Vroege medische ingrepen zijn vaak noodzakelijk en levensreddend. Niemand heeft hiervoor gekozen. Maar als je begrijpt wat het lichaam misschien nog steeds draagt, kijk je naar je kind op een andere manier.



Wat nu?

Wil je er dieper in duiken? Hier kun je beginnen.

Om dit beter te begrijpen

We hebben een webinar gemaakt over preverbaal trauma bij 22q met Laura Maats-Klein. Laura is psychotherapeut en traumatherapeut, en moeder van een dochter met 22q. Ze kent dit van twee kanten.

Zes korte hoofdstukken. Kijk in je eigen tijd. Voor ouders en professionals.

Preverbal Trauma in 22q: Tiny Signs, Big Needs



www.22qminded.com/product/on-demand-webinar-preverbal-trauma-in-22q

Behandeling verkennen

EMDR en de Lovett-methode zijn de meest gebruikte benaderingen. Een therapeut met deze specifieke training vinden is niet altijd eenvoudig. Maar weten waarnaar je op zoek bent, is een begin. De webinar gaat hier verder op in.

"Vanaf het moment dat ik preverbaal trauma begreep, werd alles gemakkelijker te dragen met geduld en compassie. Niet omdat het gedrag meteen veranderde, maar omdat het klopte."

Laura Maats-Klein, psychotherapeut, trauma therapeut and moeder van een dochter met 22q

Je hoeft vandaag niet alle antwoorden te hebben. Even een moment nemen voordat je reageert, en nieuwsgierig blijven naar wat je kind je probeert te vertellen, dat is altijd een goed begin.