

INTERVIEW: in gesprek met docent Julia Bala

De kracht van vluchtelingen weer naar boven halen

De hoogspecialistische expertise die Centrum '45 sinds de jaren zeventig heeft opgebouwd met de behandeling van mensen met trauma's als gevolg van de Tweede Wereldoorlog is vandaag heel relevant voor vluchtelingen. Klinisch psycholoog en psychotherapeut Julia Bala werkt met vluchtelingenkinderen en -gezinnen en ontwikkelt daarover samen met Gz-psycholoog Marloes de Kok een lesmodule voor de GZ-opleiding van de RINO Groep en een cursus in het open aanbod.



© Julia Bala

Getuige of slachtoffer zijn van oorlogsgeweld of vervolging, noodgedwongen je hele vertrouwde omgeving achter moeten laten, een reis vol gevaren, de aankomst en aanpassing in een vreemd land, vaak gevolgd door lange onzekerheid over de asielprocedure: het is een opeenstapeling van stressvolle ervaringen die typerend is voor kinderen en volwassenen die gevlucht zijn uit oorlogsgebied. 'Gelukkig is het merendeel in staat om op eigen kracht om te gaan met wat ze hebben meegemaakt en een betekenisvol leven op te bouwen,' vertelt Julia Bala. 'Maar sommige mensen hebben daar hulp bij nodig. Kinderen en gezinnen met complexe problematiek kunnen daarvoor bij ons terecht.'

Invloed op het hele gezin

Die complexiteit toont zich op allerlei manieren. Vaak hebben bijvoorbeeld meerdere gezinsleden traumatische gebeurtenissen meegemaakt. Maar ook wanneer één gezinslid getraumatiseerd is, heeft dat invloed op het hele gezin. 'Zo kan een ouder door eigen posttraumatische klachten verminderd sensitief en emotioneel beschikbaar zijn voor een kind, juist in een situatie waarin dat zo belangrijk is. Kinderen kunnen daardoor internaliserende en externaliserende problemen ontwikkelen.'

Context in kaart

De problematiek vereist een specifieke aanpak van diagnose en behandeling. Voor de diagnose is het bijvoorbeeld heel belangrijk om een goed inzicht te krijgen in de socioculturele en sociopolitieke context van het gezin zowel voor als na

de vlucht. 'Op basis daarvan maak je een inventarisatie van risico- en beschermende factoren die ontwikkeling van de kinderen in de weg staan of faciliteren.' Daarnaast besteedt Bala veel aandacht aan hoe het gezin nu omgaat met traumatische ervaringen. 'Praten ze erover of niet? Hoe leggen de ouders uit wat er gebeurd is? Maar ook: hoe reageren de gezinsleden op elkaar? Als een kind bijvoorbeeld bang is, wat doet de vader dan? En hoe beïnvloeden de traumatische ervaringen de ouder-kindrelatie en de partnerrelatie?'

werken die ouders en kinderen in staat stelt weer plezier te ervaren en hun hulpbronnen te activeren.'

Competent ouderschap

De behoefte van het kind staat steeds voorop. Het belangrijkste doel van de gezinsbehandeling is dan ook herstel van competent ouderschap en verbetering van de ouder-kindrelatie. 'Van slachtoffers van de Tweede Wereldoorlog weten we dat ouderlijke traumatisering op meerdere

EEN OUDER KAN DOOR EIGEN POSTTRAUMATISCHE KLACHTEN VERMINDERD SENSITIEF EN EMOTIONEEL BESCHIKBAAR ZIJN VOOR EEN KIND

Elkaar versterken

De ervaring leert dat de behandeling de beste resultaten geeft als traumatherapie voor ouders en kinderen individueel gecombineerd wordt met gezinsbegeleiding of Multi Family Therapy. 'Dat laatste is een combinatie van systeem- en groeps-therapie waarbij meerdere gezinnen elkaar kunnen helpen en versterken. Een krachtige manier van

generaties van invloed is. Daarom is het belangrijk dat we tijdig interventies doen en waar mogelijk preventief werken. We helpen de ouders om ondanks alles weer goed voor hun kinderen te zorgen. Als dat lukt, geeft dat alle gezinsleden hernieuwde kracht. Die kracht, die vluchtelingen vaak denken kwijt te zijn, proberen wij weer naar boven te halen.'