

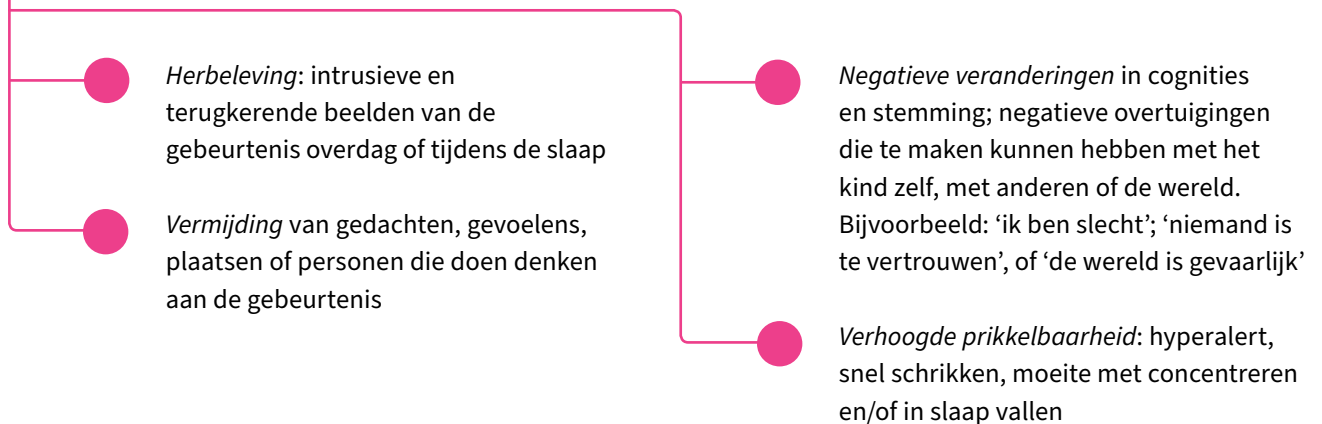
## Cognitieve gedragstherapie bij kinderen met trauma-gerelateerde klachten



Als kinderen traumatische gebeurtenissen hebben meegemaakt, zoals bijvoorbeeld een (verkeers-)ongeval, ernstige ziekte, geweld in het gezin, seksueel misbruik of een vlucht naar een ander land vanwege oorlogsgeweld, kunnen ze last krijgen van posttraumatische stressreacties. De meeste kinderen en jongeren herstellen daarvan op eigen kracht, maar soms is hiervoor hulp nodig. Dit is het geval als de klachten het dagelijks leven ontwrichten, langdurig aanhouden of de ontwikkeling van het kind in de weg staan.

### Hoe herken je trauma-gerelateerde klachten bij kinderen?

De DSM-5 onderscheidt symptomen in vier clusters:



### Daarnaast laten kinderen uiteenlopende reacties zien op verschillende leeftijden:

Peuters en kleuters 	Schoolkinderen 6-12 jaar 	Pubers en adolescenten 	Trauma-reacties in verschillende ontwikkelingsfasen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• hulpeloosheid en angst (o.a. moeite met separatie van de ouders)</li> <li>• regressief, agressief of destructief gedrag</li> <li>• slaapproblemen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• aanhoudend piekeren over veiligheid of over verantwoordelijkheid voor de nare gebeurtenis</li> <li>• schuldgevoelens</li> <li>• slechte schoolprestaties</li> <li>• agressieve en angst-inducerende fantasieën</li> <li>• eindeloos herhalen wat ze hebben meegemaakt (in spel, tekening, gesprek)</li> <li>• slaapproblemen, nachtmerries</li> <li>• hoofdpijn, buikpijn</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• schaamte en schuldgevoelens ten aanzien van de gebeurtenis</li> <li>• angst om anders of abnormaal te worden gevonden</li> <li>• fantasieën over wraak of boete</li> <li>• risicovol gedrag</li> <li>• (toename) conflicten met ouders</li> <li>• sociaal isolement</li> <li>• beperkt toekomstperspectief</li> </ul>	

### Feiten

- 25 tot 60% van alle kinderen maakt een traumatische gebeurtenis mee voor het 18e levensjaar
- Volgens de Nationale Prevalentie Studie Mishandeling van Kinderen en Jeugdigen zijn in 2017 tussen de 26 en 37 per 1000 kinderen in Nederland mishandeld, misbruikt, verwaarloosd of getuige geweest van huiselijk geweld
- Van de kinderen die een traumatische gebeurtenis meemaken, ontwikkelt ongeveer 16 procent PTSS
- Ook wanneer de klachten niet voldoen aan deze diagnose, kan het zijn dat behandeling noodzakelijk is
- De kans op traumaklachten is significant groter na interpersoonlijke traumatisering, vooral bij meisjes



cgf levert goede resultaten op die stabiel blijven over een jaar met een gemiddeld tot grote effectgrootte

## Cognitieve gedragstherapie (cgf) bij traumagerelateerde klachten

- is gericht op het verwerken van herinneringen aan traumatische gebeurtenis(sen) door exposure aan de herinneringen, waarbij verandering van betekenisgeving een rol kan spelen
- wordt aangepast aan het ontwikkelings-niveau van het kind
- betreft ouders actief bij de behandeling en bevordert dat het kind en de ouders met elkaar kunnen praten over wat het kind heeft meegemaakt
- duurt gemiddeld 12 tot 16 sessies
- leidt niet alleen tot klachtreductie, maar verlaagt - door het tevens aanleren van relevante vaardigheden - ook de kans op ontwikkelingsstagnatie, comorbiditeit of revictimisatie.

### EMDR

Naast traumagerichte CGT is ook EMDR een aanbevolen behandeling volgens internationale richtlijnen.



## Hoe motiveer je een jeugdige voor traumagerichte CGT?

Leg uit dat het normaal is om sterke reacties te vertonen op schokkende gebeurtenissen, dat vermijden van situaties echter geen oplossing biedt, en dat klachten goed te behandelen zijn.

### Comorbiditeit

Traumagerelateerde klachten bij jeugdigen gaan vaak gepaard met andere psychische klachten. Kinderen bij wie dit aan de orde is, kunnen verschillende diagnoses krijgen, bijvoorbeeld: depressieve stemmingsstoornis, angststoornis,

gedragsstoornis, borderline persoonlijkheidsstoornis. Door de comorbide problematiek lopen deze kinderen het risico dat ze niet een behandeling krijgen die gericht is op traumaverwerking.

### Wie behandelt traumaklachten?

Verwijs je cliënt bij voorkeur naar een behandelaar met ervaring in het behandelen van *traumaklachten bij kinderen en jongeren* of naar een instelling die hierin gespecialiseerd is. Therapeuten met een registratie bij de VGCT hebben een opleiding gevolgd in cognitieve gedragstherapie en hebben vaak ook een BIG-registratie. VGCT-leden zijn te vinden via de website [vgct.nl](http://vgct.nl) → Vind een therapeut. Niet alle VGCT-leden hebben echter ervaring in het behandelen van traumaklachten. Vraag daarom specifiek naar een behandelaar die opgeleid is in behandeling van traumaklachten.

*Tot stand gekomen door Annemariëk Sepers namens ARQ Centrum '45 en Renee Beer en met medewerking van Trauma experts.*

