

# Rudy de Rugzak

Een methodiek voor het uitbouwen van een traumasensitieve omgeving voor mensen met een verstandelijke beperking

## Motivatie

De afgelopen 5 jaar hebben wij ons met het team van Ampel verdiept in complex trauma bij mensen met een verstandelijke beperking en de impact hiervan op het brein en het lichaam. We hebben een vorming ontwikkeld om bewustzijn te vergroten rond de verhoogde kwetsbaarheid van mensen met een verstandelijke beperking voor trauma enerzijds en om handvatten aan te reiken bij de uitbouw van een traumasensitieve context anderzijds. We werkten hierbij een intervisiemethodiek uit waarmee begeleiders, ouders en andere betrokkenen ondersteund worden in traumasensitief werken. De verschillende elementen van dit pakket zijn verzameld in een fysieke rugzak, die we omdoopten tot Rudy de Rugzak, waarbij de allitererende R verwijst naar de pijlers Regulate, Relate, en Reason in het traumasensitief werken (Perry, 20091) en de rugzak verwijst naar de levenservaringen en ACE's die onze cliënten vaak meedragen.

In Rudy de Rugzak zitten vraagkaartjes en stellingen om gesprek en discussie te stimuleren en concrete opdrachten zoals oa. een levenslijn opmaken, het stresstolerantievenster in kaart brengen, zowel van de cliënt als van zichzelf. Op deze manier maken we contextfiguren alert voor het risico op trauma, leggen we nadruk op het belang van het kennen van de (vaak moeilijke) levensgeschiedenis van mensen met een verstandelijke beperking en bieden we tegelijkertijd een positief perspectief op herstel.

In de afgelopen jaren zijn we met Rudy de Rugzak op pad gegaan en hebben we met verschillende teams en groepen gewerkt. De feedback was telkens erg positief. We krijgen hierbij vaak de vraag of men de materialen kan aankopen. We zouden dan ook graag Rudy de Rugzak breder beschikbaar maken. Hiervoor is een verfijning en uitwerking van de methodiek nodig. Een toekenning van de Anton Došen Prijs zou hierbij een mooie 'duw in de rug' betekenen.

Wij geloven dat deze intervisiemethodiek een waardevolle bijdrage kan leveren aan de geestelijke gezondheid van een groep die extra kwetsbaar is: mensen met een verstandelijke beperking die een verhoogd risico lopen op trauma door verschillende factoren, zoals breuken in het levensverhaal en moeilijkheden binnen de hechting.

Het werken met Rudy de Rugzak helpt om de kwetsbaarheid voor en aanwezigheid van complex trauma beter te herkennen en begrijpen. Zo kunnen moeilijkheden met emotieregulatie en relatieopbouw vanuit een nieuw perspectief worden bekeken en aangepakt. Traumasensitief werken bevordert niet alleen herstel, maar heeft ook een belangrijke preventieve meerwaarde: door de omgeving af te stemmen op wat de persoon nodig heeft (bijvoorbeeld reguleren) in plaats van zich enkel te richten op het voorkomen of oplossen van moeilijk gedrag, proberen we een vastlopen van cliënt en zijn omgeving te voorkomen.

Rudy de Rugzak gaat verder dan de individuele ondersteuning van de persoon met een verstandelijke beperking door ook de bredere omgeving te betrekken. Met de aandacht voor de uitbouw van een

therapeutisch web, moedigen we contextfiguren aan om breed op zoek te gaan naar contacten die helpend en helend kunnen zijn. De oefeningen in Rudy de Rugzak – zoals het opstellen van een levenslijn– helpen bovendien om een holistisch en genuanceerd beeld te krijgen van de persoon en zo de ondersteuning af te stemmen op zijn/haar unieke ervaringen en (emotionele) behoeften. We proberen daarnaast in te zetten op het sterker maken van de context rond de persoon, door expliciet aandacht te geven aan de vraag ‘wat hebben jullie nodig?’ ‘hoe houden jullie het vol?’.

Met Rudy de Rugzak verleggen we de focus van de vraag ‘wat is er mis met deze persoon?’ naar ‘wat heeft deze persoon meegemaakt?’. Door het persoonlijke verhaal en de ervaringen van de persoon met een verstandelijke beperking centraal te stellen, proberen we bij te dragen aan de humanisering van de zorg. De persoon wordt als ‘mens’ gezien in zijn totale context en wordt niet herleid tot de problemen die er zijn.

## Contactgegevens

Ampel (CGG Prisma) Reigerlostraat 59-61 8370 Beernem 050/781577

1 Perry, B.D. (2009). Examining child maltreatment through a neurodevelopmental lens: clinical application of the Neurosequential Model of Therapeutics. *Journal of Loss and Trauma*, 14, 240-255.