

DE JONGEN DIE OPGROEIDE ALS HOND

Bruce D. Perry & Maia Szalavitz

De jongen die opgroeide als hond

*En andere verhalen uit de praktijk
van een kinderpsychiater*

SCRIPTUM

Voor mijn clan:

Barbara, Jay, Emily, Maddie, Elizabeth, Katie, Martha, Robbie

Ter nagedachtenis aan Arlis Dykema Perry (1955–1974)

Maia Szalavitz:

Voor mijn moeder, Nora Staffanell

Eerste druk, augustus 2007

Tweede druk, mei 2009

Derde druk, juli 2010

Vierde druk, maart 2011

Vijfde druk, december 2013

Zesde druk, maart 2014

Zevende druk, april 2015

Achtste gewijzigde druk, september 2016

Negende druk, november 2017

Tiende druk, januari 2019

Elfde geheel herziene druk, februari 2020

Twaalfde druk, februari 2022

Oorspronkelijke titel: *The boy who was raised as a dog and other stories from a child psychiatrist's notebook. What traumatized children can teach us about loss, love, and healing*

Copyright © 2006, 2017 Bruce D. Perry & Maia Szalavitz. Alle rechten voorbehouden.

Uitgegeven door Basic Books, Perseus Books Group, New York

Copyright Nederlandse vertaling © 2007, 2020 Scriptum, Schiedam

Copyright foto cover © Getty Images

Vertaling Marie-Christine Ruijs

Fragment Alexander Pope p. 228 vertaling Peter Verstegen

Vormgeving omslag Joost van de Woestijne

Grafische vormgeving binnenwerk www.igraph.be

This edition published by arrangement with Basic Books, an imprint of Perseus Books, LLC, a subsidiary of Hachette Book Group, Inc., New York, New York, USA. All rights reserved.

Niets van deze uitgave mag worden verveelvoudigd in enige vorm of op enige wijze zonder schriftelijke toestemming met uitzondering van korte citaten als onderdeel van kritieken en boekbesprekingen.

ISBN 978 94 6319 208 8 / NUR 770 Psychologie Algemeen

www.scriptum.nl / info@scriptum.nl

www.twitter.com/scriptumnl / www.facebook.com/uitgeverijscriptum

Inhoud

Opmerking van de auteur	7
Voorwoord bij deze editie	9
Inleiding	14
1 Tina's wereld	19
2 Voor je eigen bestwil	40
3 Trapje naar de hemel	63
4 Huidhonger	84
5 Het kilste hart	100
6 De jongen die opgroeide als hond	122
7 Satanische paniek	148
8 De Raaf	169
9 'Mama liegt. Mama doet me pijn. Bel alsjeblieft de politie.'	190
10 De goedheid van kinderen	200
11 Genezende gemeenschappen	214
12 Een beeld, geen label	228
Appendix	240
Opmerkingen per hoofdstuk bij deze editie	248
Studiegids en opmerkingen voor groepsleiders	281
Opmerkingen voor groepsleiders om te bespreken	291
Dankbetuiging	309
Noten	313
Index	321

Opmerking van de auteur

DE VERHALEN in dit boek zijn allemaal waar, maar gegevens met betrekking tot de identiteit zijn omwille van de privacy gewijzigd. De namen van de kinderen zijn veranderd, en de namen van hun volwassen familieleden zijn veranderd als de identiteit van het kind door die informatie bekend zou kunnen worden. De namen van andere volwassenen zijn hun echte namen, behalve wanneer er een asterisk bij staat.

Afgezien van deze noodzakelijke wijzigingen is elk geval zo nauwkeurig en waarheidsgetrouw mogelijk weergegeven. Zo zijn de gesprekken precies zo weergegeven als ze herinnerd werden en/of vastgelegd op papier, geluidsbanden of beeld.

De droeve werkelijkheid is dat deze verhalen slechts een klein percentage vormen van de vele die we hadden kunnen vertellen. In de afgelopen tien jaar zijn door ons klinische team in de ChildTrauma Academy meer dan honderd kinderen behandeld die getuige zijn geweest van de moord op een ouder. We hebben gewerkt met honderden kinderen die op vroege leeftijd ernstig zijn verwaarloosd in tehuizen of bij hun ouders of pleegouders. We hopen dat de kracht en de pit van de kinderen over wie dit boek gaat, en van de vele anderen die een soortgelijk lot moesten ondergaan, doorklinken op deze bladzijden.

Voorwoord bij deze editie

OP EEN NAMIDDAG IN DE LENTE van 2001 zat ik op het Minneapolis-St. Paul Airport mijn voicemail af te luisteren. Ik had al de hele dag moeten praten; eerst met gemeenschapsleiders bij een ontbijtbespreking, daarna op een eendaagse training voor artsen die met mishandelde kinderen werkten, en tot slot tijdens een vergadering met de collega-academici die mijn bezoek georganiseerd hadden. Na veertien uur praten, had ik helemaal geen zin meer om ook nog telefoontjes te moeten plegen: er waren tientallen berichten. Daarom besloot ik om er maar eentje terug te bellen en de rest later af te handelen.

Maia Szalavitz, wetenschappelijk auteur en journalist, wilde me spreken over een verhaal dat ze aan het schrijven was. Maia en ik hadden elkaar al eerder gesproken. Ik mocht haar; ze was heel nieuwsgierig, goed ingelezen, stelde veel vragen en was in haar uiteindelijke verhaal, voor zover mogelijk binnen de populaire pers, accuraat over zowel de context als de inhoud van onze gesprekken. Anders dan de meeste journalisten die ik was tegengekomen, las ze altijd de wetenschappelijke literatuur die relevant was voor de verhalen die ze schreef en was ze altijd bereid om meer te lezen. Ze had ook een deadline.

Ik weet niet meer waar het gesprek over ging, maar aan het eind zei ze: ‘Je zou een boek moeten schrijven.’

‘Die gedachte is ook al bij me opgekomen,’ antwoordde ik, ‘maar ik heb er gewoon de tijd niet voor. En wetenschappers leven van onderzoeksartikelen en beurzen. Ik schrijf graag, misschien komt het er ooit nog van, maar nu heb ik het gewoon te druk.’

‘Ik kan je helpen, dan schrijven we het boek samen.’ En dat was het begin van een reeks gesprekken die leidden tot onze blijvende samenwerking en tot *De jongen die opgroeide als hond*.

Toen we begonnen met schrijven, hadden we geen idee hoezeer het nieuwe gebied van de traumatologie nog zou veranderen, hoeveel mensen ernaar verlangden om de gevolgen van trauma voor geest en brein te begrijpen en dat er een enorme belangstelling zou ontstaan voor ‘trauma-geïnformeerde’ zorg. Ook wisten we nog niet dat ons boek als studieboek zou worden gebruikt door bachelor- en masterstudenten sociologie, neurowetenschap, psychologie, criminologie en vele andere disciplines.

Hoewel we natuurlijk hoopten impact te maken, hadden we niet verwacht

te worden bedolven onder een stortvloed van reacties van zoveel jongeren en volwassenen die met trauma en verwaarlozing te maken hadden gehad. Ouders, leerkrachten, maatschappelijk werkers, politieagenten, militair personeel, medewerkers van de kinderbescherming, ambtenaren uit het jeugdstrafrechtstelsel, rechters, coaches, psychiaters, verpleegkundigen, psychologen, kinderartsen – en verder zo ongeveer iedereen die samenwoont of werkt met mensen die ooit een trauma of mishandeling hebben meegeemaakt – namen contact op om te vertellen hoe ze begrippen uit ons boek in hun werk toepasten.

De afgelopen tien jaar is het bewustzijn van de grote rol van jeugdtrauma's en ACE's (*Adverse Childhood Experiences*: negatieve ervaringen in de kindertijd) voor de geestelijke, fysieke en zelfs maatschappelijke gezondheid – bijna explosief – gegroeid en heeft het zich uitgebreid van een relatief kleine groep artsen en onderzoekers naar openbare systemen en het lekenpubliek. Binnen publieke en private systemen in onderwijs, jeugdwelzijn, gezondheidszorg, geestelijke gezondheidszorg, jeugdrecht en nog veel meer zijn inmiddels 'trauma-geïnformeerde', 'traumabewuste', 'traumagerichte' en 'ACE-bewuste' initiatieven opgezet. *De jongen die opgroeide als hond* vormde een nuttige introductie tot veel van de kernbegrippen, principes en praktijkelementen voor deze 'traumagerichte' aanpak.

Maar toen we begonnen, wist ik echt niet wat ik deed, althans als schrijver. In tegenstelling tot Maia had ik nog nooit een boek geschreven. Na een aantal gesprekken over hoe we alles bij elkaar konden brengen, besloten we uit te gaan van een reeks klinische verhalen over patiënten, om aan de hand van hun ervaringen een aantal belangrijke begrippen over het brein, ontwikkeling of trauma duidelijk te maken. We zochten een balans tussen de gedetailleerde, persoonlijke verhalen en de wetenschappelijke lessen die daaruit konden worden getrokken; we wilden de lezer boeien en niet overspoelen met allerlei ingewikkeldheden over het brein of de emotionele intensiteit van de pijnlijke geschiedenis van een kind. Het was een dunne scheidslijn, en de intensiteit of de complexiteit bleek voor sommige lezers ook te veel te zijn. Dus als je dit boek voor het eerst leest en je hebt zelf traumatische ervaringen, wees je er dan alsjeblieft bewust van dat er soms extreem verontrustende dingen in staan en bepaal je eigen tempo.

Voor de meeste mensen was de balans wel goed. Als de lezer zich overweligd voelde, had ze de keuze om het boek even weg te leggen en later weer door te lezen. We wilden ritmisch te schrijven; zowel in de structuur als in het proza. Het was onze intentie om de juiste 'doses' van emotionele intensiteit en nieuwigheid te vinden, die voor de lezer beide stress kunnen veroorzaken. Ook hielden we opzettelijk een passend 'tempo' aan voor het

optimale leerproces; we volgden bewust een veerkracht-opbouwend patroon van stressactivering met gematigde, beheersbare en voorspelbare stress. Alleen wisten we toen nog niet zo veel over die begrippen als nu.

We hadden allebei waardering voor het ritme van taal en de kracht van verhalen, maar we gingen op ons gevoel af en ik denk dat we de balans bijna helemaal goed hadden. In de nieuwe delen die ik aan deze editie heb toegevoegd, benadrukken we hoe cruciaal ritme, 'dosering' en timing van ervaringen zijn om veerkracht op te bouwen. De afgelopen tien jaar hebben we veel meer inzicht gekregen in deze begrippen in relatie tot ontwikkeling, leren, therapie, ouderschap en elk andere bewust proces waarbij het brein verandert. Maar daarover later meer...

Een tweede belangrijke keuze in het boek was de volgorde van de klinische verhalen.

We vonden het belangrijk om deze ongeveer chronologisch te presenteren, om de groei van dit gebied en mijn persoonlijke groei als arts en onderzoeker in de loop der tijd te weerspiegelen. Mijn ervaringen met opleidingen in de neurowetenschap, geneeskunde en kinder- en jeugdpsychiatrie liepen parallel met de groei van het algemene veld van de traumatologie. Omdat ik zeer ontwikkelingsgericht ben, wist ik dat het altijd nuttig was om iemands 'geschiedenis' te begrijpen: hoe is deze persoon geworden wie hij is? Hoe is dit vakgebied geworden wat het is? Waar is dit idee vandaan gekomen? Het is altijd gemakkelijker voor me geweest om het heden te begrijpen als ik wist wat er in het verleden is gebeurd.

Toen we *De jongen die opgroeide als hond* schreven, had ik een globaal idee van de kernbegrippen die ik belangrijk vond om trauma's en mishandelde kinderen te begrijpen, en de volgorde waarin ik over deze ideeën en theorieën had geleerd tijdens mijn ontwikkeling als psychiater en onderzoeker. Met deze algemene structuur in gedachten zijn we begonnen met schrijven.

Bij dat proces hoorde een reeks urenlange telefoongesprekken in interviewstijl; ik woonde in Houston en Maia in New York. Ongeveer eens per week zaten we een uur lang aan de telefoon en vertelde ik over het klinische werk dat ik met een cliënt had gedaan of weidde uit over een concept of principe met betrekking tot de ontwikkeling van kinderen of neurowetenschap. Deze interviews werden opgenomen en uitgetypt en Maia bewerkte, verschoof en voegde toe en stuurde me die versie daarna toe. Vervolgens bewerkte ik de tekst weer en voegde ook dingen toe. Met deze communicatie over en weer produceerden we het ene na het andere hoofdstuk. Het proces van schrijven en afronden ging overigens opvallend soepel.

Na de publicatie van het boek kwam er een stroom van positieve kritiek op gang. We kregen e-mails en brieven van lezers, waarin ze schreven over

vaak indringende persoonlijke ervaringen van jeugdtrauma's. Sommigen waren dankbaar dat het boek ze hielp om de verbanden te leggen in hun eigen leven. In de loop der jaren is de populariteit van het boek nog toegenomen. Het is in twaalf talen vertaald en is, zoals opgemerkt, populair geworden als lesmateriaal voor allerlei soorten trainingen en cursussen over de ontwikkeling van kinderen, trauma's en hun invloed op psychologie en fysiologie.

Verder geniet de benadering van de klinische probleemoplossing, zoals beschreven in *De jongen die opgroeide als hond* – het neurosequentieel model van therapie (NMT) – nog steeds grote belangstelling. Zoals we in het laatste hoofdstuk (hoofdstuk 12), *Een beeld, geen label*, in meer detail zullen bespreken, is deze benadering al even explosief gegroeid. Toen we dit boek voor het eerst publiceerden, waren alleen mijn collega's van de ChildTrauma Academy getraind in het gebruik van deze benadering. Tegenwoordig gebruiken meer dan tienduizend artsen een versie van het neurosequentieel model in hun werk, waardoor er meer dan tweehonderdduizend cliënten mee worden bereikt. Wij schatten dat meer dan een miljoen kinderen, jongeren en volwassenen met een aspect van het NMT hebben kennism gemaakt.

We besloten om deze bijgewerkte en geannoteerde versie te schrijven om er zeker van te zijn dat *De jongen die opgroeide als hond* een bruikbare en kloppende bron blijft. De afgelopen tien jaar is er vooruitgang geboekt in onderzoek, toepassing, programma-ontwikkeling en beleid ten aanzien van trauma in de kindertijd. In deze bijgewerkte versie 1) wordt de inhoud van het oorspronkelijke boek gecorrigeerd en verduidelijkt; 2) worden belangrijke begrippen en principes uit het origineel uitgebreid, uitgewerkt en geüpdatet en 3) worden nieuwe en veelbelovende ontwikkelingen op deze gebieden gepresenteerd.

Ook nu weer hebben we discussies gevoerd over de beste aanpak. De overweldigende feedback op het boek was positief; de combinatie van het ritme en de balans van de verhalen en wetenschap werkte goed voor de meeste mensen. De wetenschap was nog steeds zeer accuraat. We besloten elk hoofdstuk intact te laten (met slechts een paar correcties van de feitelijke inhoud waar de gegevens veranderd waren). Aan het eind van het boek is een reeks opmerkingen toegevoegd die verband houden met elk hoofdstuk, om de belangrijkste elementen uit dat hoofdstuk terug te laten komen en van commentaar te voorzien vanuit ons huidige perspectief.

Terwijl we deze aanvullingen schreven, stelden we ons voor dat we bij de lezers zaten en korte gesprekjes voerden over wat ze net hadden gelezen. Soms is het een update over de nieuwste gedachten over een van de gepresenteerde belangrijke neurowetenschappelijke begrippen, een andere keer

een uitweiding over het klinische werk of de vooruitgang van een specifieke casus. In alle gevallen is het onze intentie om te verrijken, updaten en uit te breiden.

Voor de toevoeging van deze kleine onderdelen was het natuurlijk nodig om elk hoofdstuk te herlezen. Hoe raar het ook klinkt, hiervoor had ik het boek nooit meer ingekeken. Toen we aan het schrijven waren – en de correcties over en weer gingen – heb ik elk hoofdstuk uiteraard steeds weer opnieuw gelezen. Maar tegen de tijd dat de laatste versie ter perse ging, kon ik het gewoon niet meer opbrengen om er nog een blik op te werpen. Nadat het boek gepubliceerd was, heb ik het ook nooit meer opgepakt om het nog eens te lezen. Daarom heb ik elk hoofdstuk nu met nieuwe ogen gelezen. Soms was ik onder de indruk van hoe goed we iets hadden uitgelegd, andere keren vond ik het tenenkrommend. Ik weet nu meer, ik heb anderen hierover geleerd, ik heb geleerd van mijn collega's en mijn patiënten, en ik denk dat we dat kunnen gebruiken om de ervaring van de lezer completer te maken.

In overeenstemming met onze sequentiële presentatie hebben we aan het eind van het boek ook een nieuw hoofdstuk toegevoegd en een studiegids. Dit hoofdstuk gaat over het heden. We hopen dat we we nog iets kunnen toevoegen aan de belangrijke kernbegrippen en om toekomstige richtingen in dit gebied aan te kondigen.

De studiegids is een aangepaste versie van een studieboek voor docenten dat ik heb geschreven met mijn collega Steve Graner, een gepensioneerde docent en directeur van ons initiatief, het Neurosequential Model in Education. We hopen dat het nuttig is voor iedereen die behoefte heeft aan een meer gestructureerde bespreking van de sleutelbegrippen uit *De jongen die opgroeide als hond* en om de ideeën die erin staan te gebruiken in de omgang en het werk met kinderen.

Alles bij elkaar zijn de updates, de toevoegingen aan elk hoofdstuk, het nieuwe hoofdstuk en de studiegids bedoeld om ervoor te zorgen dat *De jongen die opgroeide als hond* een waardevolle bron blijft voor iedereen die geïnteresseerd is in – of te maken heeft gehad met – jeugdtrauma's.

Inleiding

HET IS NU MOEILIK voor te stellen maar toen ik begin jaren tachtig medicijnen studeerde, besteedden onderzoekers maar weinig aandacht aan de blijvende schade die het gevolg kan zijn van psychologische trauma's. Er werd zo mogelijk nog minder nagedacht over hoe kinderen beschadigd kunnen worden door een trauma. Het werd niet belangrijk gevonden. Men geloofde dat kinderen van nature veerkrachtig waren en over een aangeboren vermogen beschikten om 'er weer bovenop te komen'.

Toen ik kinderpsychiater en neurowetenschapper werd, was het niet mijn doel om deze misplaatste theorie te weerleggen. Maar als jonge onderzoeker begon ik in het laboratorium waar te nemen dat stressvolle ervaringen – vooral vroeg in het leven – de hersenen van jonge dieren kunnen veranderen. Talrijke onderzoeken naar dieren hebben aangetoond dat ogenschijnlijk geringe stress tijdens de babytijd van blijvende invloed kan zijn op de bouw en de chemie van de hersenen en dus op het gedrag. Ik dacht: waarom zou dat niet gelden voor mensen?

Die vraag werd nog prangender voor me toen ik met probleemkinderen ging werken. Ik kwam er al snel achter dat de levens van de grote meerderheid van mijn patiënten gevuld waren met chaos, verwaarlozing en/of geweld. Deze kinderen kwamen helemaal niet er weer bovenop, anders waren ze niet in een psychiatrische kliniek voor kinderen beland! Ze hadden een trauma meegemaakt – ze waren verkracht of getuige geweest van een moord – waardoor de meeste psychiaters de diagnose posttraumatische stressstoornis (PTSS) zouden overwegen als het om een volwassene met psychische problemen was gegaan. En toch werden deze kinderen behandeld alsof hun traumatische verleden irrelevant was en alsof ze 'toevallig' symptomen als depressie of aandachtsstoornissen hadden ontwikkeld, waarvoor vaak medicijnen werden voorgeschreven.

De diagnose van PTSS werd natuurlijk pas in 1980 in de psychiatrie geïntroduceerd. Eerst werd de aandoening beschouwd als iets zeldzams, een toestand die slechts een groepje soldaten betrof die aan oorlogservaringen waren onderdoor gegaan. Maar al snel werden vergelijkbare symptomen – dwanggedachten over de traumatische gebeurtenis, flashbacks, slaapstoornissen, een gevoel van onwerkelijkheid, een toename van schrikreacties, extreme onrust – herkend bij slachtoffers van verkrachting, natuurrampen en bij mensen die levensbedreigende ongelukken hadden meegemaakt of

ernstig gewond waren geraakt. Tegenwoordig is men ervan overtuigd dat deze toestand bij minstens 7 procent van alle Amerikanen voorkomt¹ en dat een trauma verregaande en blijvende gevolgen kan hebben. Van de verschrikking van de terroristische aanslagen op 11 september 2001 tot de verwoestingen van orkaan Katrina, we begrijpen dat catastrofes een onuitwisbare indruk achterlaten op de geest. We weten nu – zoals mijn onderzoeken en die van vele anderen hebben aangetoond – dat de gevolgen bij kinderen nog veel groter zijn dan bij volwassenen. Ik heb er mijn levenswerk van gemaakt om te begrijpen wat een trauma doet met kinderen en om vernieuwende manieren te ontwikkelen om hen te helpen ermee om te gaan. Ik heb kinderen behandeld en bestudeerd die dingen hadden meegemaakt, die zo verschrikkelijk zijn dat je er bijna geen voorstelling van kunt maken – kinderen die de vuurzee bij de Branch Davidian-sekte in Waco in Texas hadden overleefd, totaal verwaarloosde Oost-Europese weeskinderen en overlevenden van genocide. Ik heb ook rechtbanken geholpen bij het puin ruimen na de onterechte vervolgingen van zogenaamde plegers van ‘satanisch ritueel misbruik’, gebaseerd op de afgedwongen beschuldigingen door gemartelde en doodsbange kinderen. Ik heb mijn best gedaan om kinderen te helpen die hun ouders voor hun ogen vermoord hadden zien worden, en kinderen die jaren aan een ketting hadden gelegen in een kooi of opgesloten waren geweest in een kast.

De meeste kinderen zullen zelden zoiets vreselijks meemaken als wat veel van mijn patiënten hebben moeten ondergaan, toch zullen kinderen zelden helemaal vrij van trauma's zijn. Volgens voorzichtige schattingen zal ongeveer 40 procent van de Amerikaanse kinderen² op achttienjarige leeftijd minstens één mogelijk traumatiserende ervaring hebben gehad: hieronder valt ook de dood van een ouder, broer of zus, herhaaldelijke lichamelijke mishandeling en/of verwaarlozing, seksueel misbruik of het meemaken van een ernstig ongeluk, een natuurramp, huiselijk geweld of een ander geweldsmisdrijf.

In 2004 kwamen er naar schatting drie miljoen officiële meldingen van kindermishandeling of verwaarlozing binnen bij kinderbeschermingsinstanties; ongeveer 872.000 van deze gevallen werden bevestigd.³ Het werkelijke aantal mishandelde en verwaarloosde kinderen ligt natuurlijk veel hoger, omdat de meeste gevallen nooit gemeld worden en omdat sommige gevallen niet voldoende bevestigd kunnen worden om er van overheidswege iets tegen te kunnen ondernemen. Uit een groot onderzoek bleek dat ongeveer een op de acht kinderen onder de leeftijd van zeventien jaar⁴ het afgelopen jaar verklaarde het slachtoffer te zijn geweest van een vorm van ernstige mishandeling door een volwassene, en dat ongeveer 27 procent van de vrouwen en 16 procent van de mannen als volwassene⁵ verklaarde in hun

jeugd slachtoffer te zijn geweest van seksueel misbruik. In een landelijk onderzoek dat werd uitgevoerd in 1995 gaf 6 procent van de moeders en 3 procent van de vaders⁶ zelfs toe hun kinderen minstens één keer lichamelijk te hebben mishandeld.

Verder worden tien miljoen Amerikaanse kinderen jaarlijks blootgesteld aan huiselijk geweld⁷ en overlijdt jaarlijks een ouder van 4 procent van de Amerikaanse kinderen onder de vijftien jaar.⁸ Bovendien brengen ongeveer 800.000 kinderen enige tijd door in een pleeggezin⁹ en zijn er miljoenen het slachtoffer van natuurrampen en ernstige auto-ongelukken. Hoewel ik niet wil suggereren dat al deze kinderen ernstig 'beschadigd' zullen zijn door deze ervaringen blijkt uit de meest voorzichtige schattingen dat, op elk gegeven moment, meer dan acht miljoen Amerikaanse kinderen aan ernstige, te diagnosticeren, traumagerelateerde psychische problemen lijden.¹⁰ Miljoenen meer kampen met minder ernstige, maar nog steeds pijnlijke gevolgen van een trauma.

Ruwweg eenderde van de kinderen die mishandeld worden,¹¹ zal daardoor kampen met enkele, duidelijk psychologische problemen, en uit onderzoeken blijkt steeds weer dat getraumatiseerde kinderen later in hun leven ook meer last hebben van op het oog 'lichamelijke' problemen als hartklachten, zwaarlijvigheid en kanker. De reacties van volwassenen op kinderen tijdens en na een traumatische gebeurtenis kunnen van doorslaggevend belang zijn voor de uiteindelijke gevolgen ervan, zowel in goede als in kwade zin.

In de loop der jaren is er door het onderzoek in mijn lab en dat van vele anderen veel meer inzicht ontstaan in wat een trauma doet met kinderen en hoe we ze kunnen helpen om ervan te genezen. In 1996 heb ik de Child-Trauma Academy opgericht, een interdisciplinaire groep vakkrachten, die zich wijdt aan het verbeteren van het leven van risicokinderen en -gezinnen. We zetten ons klinisch werk voort en hebben nog veel te leren, maar het is ons voornaamste doel om behandelingen te ontwikkelen op basis van onze huidige kennis. We trainen mensen die met kinderen werken, of dat nu ouders, advocaten, politieagenten, rechters, maatschappelijk werkers, artsen, beleidsvormers of politici zijn, zodat ze weten wat de doeltreffendste manieren zijn om de gevolgen van een trauma tot een minimum te beperken en het genezingsproces zo optimaal mogelijk kunnen ondersteunen. We overleggen met regeringsinstanties en andere groepen om deze te helpen met de implementatie van de beste praktijken om met deze kwesties om te gaan. Mijn collega's en ik reizen de hele wereld af om met ouders, dokters, docenten, mensen van de kinderbescherming en ordehandhavers te spreken, en met partijen op hoog niveau zoals wetgevende instanties of

raden en betrokken rechtspersoonlijkheden. Dit boek is een resultaat van onze inspanningen.

In *De jongen die opgroeide als hond* ontmoet je een paar van de kinderen die me de belangrijkste lessen hebben geleerd over wat een trauma doet met jonge mensen. Ook kom je te weten wat zij van ons – hun ouders, voogden, huisartsen, regering – nodig hebben om een gezond leven te kunnen leiden. Je leest hoe kinderen worden getekend door traumatische ervaringen, hoe die van invloed zijn op hun persoonlijkheid en hun vermogen tot lichamelijke en emotionele groei. Je ontmoet mijn eerste patiënt, Tina, die mij door haar ervaring met misbruik leerde inzien welke gevolgen een trauma voor de kinderhersenen kan hebben. Je ontmoet een dapper meisje dat Sandy heet, dat op driejarige leeftijd in een getuigebeschermingsprogramma werd geplaatst, en dat me liet zien hoe belangrijk het is dat een kind bepaalde aspecten van haar therapie zelf kan sturen. Je ontmoet een verbazingwekkende jongen die Justin heet, van wie ik leerde dat kinderen kunnen genezen van onvoorstelbaar wrede deprivatie. Ieder kind met wie ik heb gewerkt – de kinderen van de Branch Davidian-sekte, die er troost uit putten om voor elkaar te zorgen; Laura, die pas weer ging groeien toen ze zich veilig en bemind voelde; Peter, een Russische weesjongen bij wie de klasgenootjes in de eerste klas zijn ‘therapeuten’ werden – heeft mij en mijn collega’s geholpen om een nieuw puzzelstukje op zijn plaats te leggen waardoor we onze behandeling van getraumatiseerde kinderen en hun families konden verbeteren.

Ons werk brengt ons in het leven van mensen wanneer zij het meest wanhopig, eenzaam, verdrietig, bang en gekwetst zijn, maar de verhalen die je hier leest zijn voor het leeuwendeel succesverhalen – verhalen over hoop, overleving en overwinning. Verbazingwekkend genoeg wordt het beste van het menselijk ras pas zichtbaar wanneer je door de emotionele puinhoop waart, die het gevolg is van de wreedste daden van diezelfde mensheid.

Ten slotte, wat bepaalt hoe kinderen trauma’s lichamelijk, emotioneel of geestelijk overleven, is of de mensen om hen heen – en vooral de volwassenen die ze zouden moeten kunnen vertrouwen – hen met liefde, steun en aanmoedigingen bijstaan. Vuur kan verwarmen of verteren, water kan dorst lessen of je doen verdrinken, wind kan strelen of snijden. Hetzelfde geldt voor menselijke relaties: we kunnen scheppen en vernietigen, koesteren en terroriseren, elkaar traumatiseren en genezen.

In dit boek lees je over bijzondere kinderen met verhalen die je helpen de aard en de kracht van menselijke relaties beter te begrijpen. Hoewel deze jongens en meisjes vaak ervaringen hebben die veel extremer zijn dan ze – godzijdank – in de meeste gezinnen voorkomen, kunnen alle ouders lessen trekken uit deze verhalen om hun eigen kinderen te helpen om de onvermijde-

lijke stress en spanningen van het leven beter het hoofd te bieden.

Door mijn werk met getraumatiseerde en mishandelde kinderen ben ik ook voorzichtiger geworden over de aard van de mensheid en het verschil tussen mensheid en menselijkheid. Niet alle mensen zijn menselijk. Een mens moet leren menselijk te worden. Dat proces en hoe het soms vreselijk mis kan gaan, is een ander aspect van waar dit boek over gaat. In de verhalen in dit boek wordt er gezocht naar de noodzakelijke voorwaarden voor de ontwikkeling van inlevingsvermogen – en vergelijkbare voorwaarden, maar dan voor wreedheid of onverschilligheid. Die onthullen hoe de hersenen van kinderen groeien en gevormd worden door de mensen om hen heen. Ze laten ook zien hoe onwetendheid, armoede, geweld, seksueel misbruik, chaos en verwaarlozing nadelig zijn voor de groei van hersenen en ontluikende persoonlijkheden.

Ik interesseer me al heel lang voor de menselijke ontwikkeling en vooral waarom sommige mensen opgroeien tot productieve, verantwoordelijke en vriendelijke volwassenen, terwijl andere hun toevlucht nemen tot mishandeling of misbruik omdat ze dit zelf als kind ook hebben meegemaakt. Door mijn werk ben ik veel te weten gekomen over morele ontwikkeling, over de wortels van het kwaad en hoe genetische aanleg en omgevingsinvloeden belangrijke beslissingen kunnen vormen, die op hun beurt weer van invloed zijn op latere keuzes en uiteindelijk op wie we worden. Ik geloof niet in het 'abuse excuse' voor gewelddadig of kwetsend gedrag, maar ik ben er wel achtergekomen dat er in de vroege jeugd complexe interacties beginnen die van invloed zijn op ons vermogen om keuzes te overzien en die later ons vermogen kunnen beperken om de beste beslissingen te nemen.

Mijn werk heeft me naar het snijpunt tussen brein en geest gevoerd, naar de plaats waar we keuzes maken en waar we invloeden ervaren die bepalen of we menselijk en werkelijk mens worden. In *De jongen die opgroeide als hond* staat iets van wat ik hier heb geleerd. De kinderen in dit boek – en vele anderen met hen – hebben ondanks hun pijn en angst veel moed en menselijkheid aan de dag gelegd, en zij geven mij hoop. Ze hebben me veel geleerd over verlies, liefde en genezing.

De lessen die ik van deze kinderen heb geleerd, zijn belangrijk voor iedereen. Want om het verschijnsel trauma te begrijpen, moeten we snappen hoe het geheugen werkt. Om te begrijpen hoe kinderen genezen, moeten we begrijpen hoe ze leren lief te hebben, hoe ze omgaan met uitdagingen, hoe stress van invloed is op hen. En door de destructieve invloed te zien die geweld en dreiging hebben op het vermogen om lief te hebben en te werken, kunnen we onszelf beter leren kennen en de mensen in onze omgeving, en vooral de kinderen, koesteren.