

TIPS VAN WAR CHILD:

HOE STEUN JE KINDEREN MET EEN VLUCHTELINGEN ACHTERGROND

Veel vluchtelingen, waaronder kinderen, zoeken op dit moment veiligheid in Nederland. Mensen proberen hen op allerlei manieren te steunen; sommigen verwelkomen gezinnen in hun eigen huis, anderen doen bijvoorbeeld vrijwilligerswerk.

Om vluchtelingen en kinderen in het bijzonder zo goed mogelijk bij te kunnen staan in hun herstel en welzijn, hebben wij (War Child) vanuit onze ervaring en kennis een aantal praktische adviezen & tips opgesteld. Deze adviezen gaan specifiek over de omgang met kinderen die enorm stressvolle situaties hebben meegemaakt.

ONTHOUD

- Kinderen hebben een innerlijke veerkracht en zijn weerbaar dit helpt hen om te gaan met of te herstellen van stressvolle en traumatische ervaringen.
- Deze weerbaarheid van kinderen kan worden vergroot door hen bijvoorbeeld te laten spelen of omgaan met leeftijdsgenoten.
- Kinderen kunnen zich anders voelen, uren of gedragen na een crisis/noodtoestand. Dit is een normale reactie op een abnormale situatie.
- Kinderen ervaren angst en stress wanneer zij uit hun bekende omgeving worden weggehaald. Hun huis, speeltuin, huisdieren, school, buurt en alles wat zij kenden hebben ze achter moeten laten. In plaats daarvan worden ze nu omringd met onbekende plekken, andere talen, routines en mensen.
- Elk kind is uniek, en daarmee ook hun reacties op de crisis of noodtoestand.
- Een kind dat een traumatische gebeurtenis heeft meegemaakt is niet per sé een getraumatiseerd kind. Trauma kan alleen worden vastgesteld door een gekwalificeerde professional.

- Voor de meeste kinderen is het hebben van een veilige omgeving, stabiliteit en enig gevoel van normaliteit genoeg om op de lange termijn de gezonde ontwikkeling te herstellen.
- Een klein percentage van de kinderen zal hiernaast extra gespecialiseerde hulp nodig hebben.

DOEN

Mocht je er ook over denken om een vluchtelingen-gezin in je huis te verwelkomen, neem dan vooral contact op met de officiële coördinerende organisaties. In Nederland is dit bijvoorbeeld **Vluchtelingen Werk**, maar ook de **10 tips van Takecarebnb** kunnen meer informatie en begeleiding bieden. Let wel, deze tips en adviezen richten zich meer op volwassenen en opvang in het algemeen. Wij zetten hieronder op een rijtje waar je op moet letten in contact met kinderen.

- **Wees geduldig en gevoelig.** Je helpt kinderen het beste door te begrijpen dat hun gedrag gevormd wordt door hun ervaringen.
- Na stressvolle en traumatische gebeurtenissen

ervaren kinderen onzekerheid, verwarring en controleverlies. Structuur en routine zijn daarom extra belangrijk, omdat dit kinderen een stukje controle en voorspelbaarheid teruggeeft. Moedig dagelijkse routines aan, evenals vaste tijdsblokken voor bepaalde activiteiten.

- Als betrokken volwassene kun je zelf ook bijdragen aan het gevoel van veiligheid, door **betrouwbaar en voorspelbaar** te zijn. Doe wat je zegt, en zeg wat je doet. Maak geen loze beloftes aan een kind.
- Wanneer een kind laat merken dat ze willen praten, wees dan ook **beschikbaar en luister goed**. Zorg dat je op ooghoogte contact kunt maken door te gaan zitten, en geef aan dat je actief luistert door bijvoorbeeld te knikken of andere gezichtsuitdrukkingen.
- **Overleg altijd met de ouder(s)** of voogd wanneer een kind vraagt om eten of drinken, of wanneer ze je uitnodigen om mee te doen aan een activiteit. Het is belangrijk om de relatie tussen ouder en kind te respecteren en steunen.
- Sommige kinderen hebben een voorkeur en zullen zich meer op hun gemak voelen bij een man of vrouw. Idealiter hebben kinderen dan ook zowel een mannelijk als vrouwelijk figuur in hun directe omgeving, zodat zij altijd de keus hebben tussen beide.
- **Gebruik duidelijke, bij de leeftijd en ontwikkeling passende taal.** Houd zinnen kort en simpel, zonder abstracte bewoordingen. Dit is met name belangrijk voor jonge kinderen, of wanneer er sprake is van een taalbarrière. In dat laatste geval zou je bijvoorbeeld tekeningen kunnen gebruiken.
- Houd rekening met het feit dat kinderen met een andere culturele achtergrond wellicht ook anders communiceren of verwoorden, en daardoor anders kunnen reageren dan je gewend bent.
- Mocht een kind heel emotioneel of van streek zijn, **probeer ze dan gerust te stellen** en geef ze de ruimte om hun gevoelens uit te drukken. Je kunt bijvoorbeeld benadrukken dat ze nu veilig zijn, en de ouders of voogd op de hoogte stellen van wat je waarneemt bij het kind.
- Hoewel het goed is om empathisch te zijn, probeer je **emoties wel onder controle te houden**. Als je overweldigd wordt door de verhalen die je te horen krijgt, val dan vooral terug op je eigen netwerk. Denk aan familie, vrienden of een maatschappelijk werker die je begeleidt.

- Als je je zorgen maakt omtrent o.a. de mentale gezondheid van het kind, praat dan met de ouders of voogd en verwijst hen door naar hulporganisaties waar ze de juiste expertise hebben. Het zou bijvoorbeeld kunnen dat een kind steeds heftigere reacties toont, of aanhoudend gewelddadig reageert gedurende een aantal maanden. In deze gevallen kunnen dienstverleners steun en advies geven, en zorgen dat de ouders en het kind de juiste hulp wordt geboden. Bij Hulplijn **Veilig Thuis** kan, anoniem, advies worden ingewonnen en voor informatie specifiek voor Oekraïense vluchtelingen kan je naar de website van **Refuge Help**.
- Zoek meteen hulp als het kind een gevaar vormt voor zichzelf (bv. **suïcidale** gedachten) of voor anderen in de directe omgeving.

NIET DOEN

- Hoewel het belangrijk is om te erkennen wat kinderen hebben meegemaakt, **geef deze kinderen niet het label 'slachtoffer' of 'anders'**. Ze hoeven niet betutteld te worden.
- Dwing kinderen er niet toe om over hun ervaringen te praten. Vraag niet naar wat ze hebben meegemaakt – laat **kinderen leiden in wat ze wel of niet met je willen delen**. Als een kind niet wil praten, respecteer dit dan ook.
- Na een crisis of noodsituatie is het belangrijk dat kinderen in een kalme, rustige omgeving kunnen blijven. Vermijd daarom teveel **stimuli**, zoals het aanhebben van muziek en de tv tegelijkertijd, harde of luide gesprekken, grote mensenmassa's of teveel speelgoed binnen handbereik.
- Zorg ervoor dat **je nooit alleen bent met een kind in een afgesloten ruimte**. Hun ouder of voogd moet altijd bij hen in de buurt zijn.
- Vermijd fysiek, intiem contact met kinderen zoals op schoot zitten, knuffelen, of kusjes - ook al voel je veel compassie en ouderlijke zorg of liefde voor het kind. Een schouderklopje, high-five of motiverende woorden zouden eventueel wel kunnen, maar houd ook hierbij rekening met culturele normen en waarden.
- **Deel nooit persoonlijke informatie** over de familie/het kind met anderen.
- Straf kinderen niet, ook niet wanneer ze zich in jouw opzicht niet netjes gedragen. Betrek hierin altijd de ouders of voogd.

- **Deel geen foto's, video's of verhalen (zowel online als offline)** waar de kinderen in voor komen.
- Doe geen toezeggingen die je niet waar kunt maken. Bijvoorbeeld, als een kind bezorgd is over een ontbrekend familielid, zeg dan niet dat deze vast gauw zal komen.
- Label de kinderen en hun reacties nooit als 'symptomen', en spreek niet in termen van diagnoses en stoornissen. Alleen een getrainde en bevoegde professional kan zoiets eventueel vaststellen.

NAAST WAR CHILD'S ERVARING MAAKTE WE GEBRUIK VAN DE VOLGENDE BRONNEN

Action for the Rights of Children (2009). *ARC Resource Pack Study Material. Foundation Module 7 Psychosocial Support*. (Accessed on **28 March 2022**).

<https://www.unhcr.org/protection/children/4c98a5169/arc-resource-pack-study-material-foundation-module-7-psychosocial-support.html>

Augeo (2022). *Steun aan Vluchtelingenkinderen (online course)*. (Accessed on **28 March 2022**).

<https://www.augeo.nl/>

Dyregrov, A. & Raundalen, M. (n.d.) *Guide for Refugee Parents*.

https://www.rodekors.dk/sites/rodekors.dk/files/2018-03/Guide_EN_01_B_1-korr.pdf

Inter-Agency Standing Committee (2007). *IASC Guidelines on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings*. Geneva: IASC.

<https://interagencystandingcommittee.org/iasc-task-force-mental-health-and-psychosocial-support-emergency-settings/iasc-guidelines-mental-health-and-psychosocial-support-emergency-settings-2007>

International Rescue Committee (2016). *Foundational Training Trainer Manual. Safe Healing and Learning Spaces Toolkit*. (Accessed on **28 March 2022**).

<https://rescue.app.box.com/s/vslslweronz9b3d4shhkj0stkdryl31z>

UNICEF (2022). *Training voor begeleiders van kinderen in een Child Friendly Space in een noodopvanglocatie in Nederland (Training)*.

Save the Children (2013). *Psychological First Aid Training Manual for Practitioners*. (Accessed on **28 March 2022**).

https://resourcecentre.savethechildren.net/pdf/final_pfa.pdf/

Save the Children (2009). *Child Friendly Spaces Facilitator Training Manual*. (Accessed on **28 March 2022**).

<https://resourcecentre.savethechildren.net/pdf/3289.pdf/>

TeamUp Handbook, War Child / Save the Children and UNICEF Netherlands

Met z'n allen delen we de verantwoordelijkheid om kinderen te beschermen. Waar zij ook vandaan komen.

KINDEREN HOREN NIET THUIS IN OORLOG. **NOOIT!**