

Bebeth

Praktijk voor hechtingsproblemen

Diagnostiek en Behandeling

Training

Supervisie

Artikel op Kennisnet over hechtingsproblemen en school, maart 2003.

Opvoedingsproblemen en hechting

In ons werk hebben we veel te maken met ouders die opvoedingsproblemen hebben.

In de loop der jaren zijn wij, als behandelaars, steeds meer gaan onderkennen dat veel van die opvoedingsproblemen voortkomen uit een niet – of onvoldoende tot stand gekomen – hechtingsrelatie tussen ouders en kind.

Hechtingsproblemen hebben te maken met een breuk in de relatie tussen moeder(*) en kind, meestal ontstaan in de eerste jaren van het leven.

In de gehechtheidstheorie van Bowlby (1988) en Ainsworth (1978) wordt onderscheid gemaakt tussen veilige en onveilige gehechtheid.

Veilig gehechte kinderen laten een goede balans zien tussen exploratiegedrag (het onderzoeken van de omgeving of speelgoed) en gehechtheidsgedrag (het naar de ouder toegaan voor troost of hulp).

Bij onveilig vermijdend gehechte kinderen is de balans doorgeslagen naar exploratiegedrag: zij zoeken te weinig steun bij de ouders, ook in situaties waarin dat wel zou moeten.

Bij onveilig ambivalent gehechte kinderen is de balans juist doorgeslagen naar gehechtheidsgedrag: zij klampen zich vast aan hun ouders en durven (te) weinig te ondernemen. Een veilige gehechtheid in de eerste kinderjaren is belangrijk voor een goede sociaal-emotionele ontwikkeling, ook ná de eerste kinderjaren (Van IJzendoorn 1994).

Onderzoek van IJzendoorn c.s. wijst uit dat 25-30% van de Nederlandse kinderen in feite meer of minder onveilig gehecht is.

Mijn visie is dan ook dat heel veel gedragsproblemen van kinderen in feite voortkomen uit het feit dat deze kinderen een hechtingsrelatie met hun ouders hebben ontwikkeld die onvoldoende tot niet veilig is (was).

In plaats van van het geven van opvoedingsadviezen richten we ons in onze behandeling op het werken aan herstel van de relatie tussen ouders en kind(eren) waardoor, als de relatie weer hersteld is, opvoeden weer vanzelf gaat.

Het belang van hechting

De "Moedertaal" van de baby begint bij de geboorte. Als het kind huilt dan communiceert het, stelt het een vraag, nl.; "Ben ik belangrijk?" Daar begint het.

De meeste baby's vormen een gehechtheidband in eerste instantie met, laten we zeggen, de moederfiguur.

Deze band heeft in de eerste plaats de biologische functie om bescherming te bieden tegen de gevaren die het nieuwe leven bedreigen maar ook de emotionele functie om vanuit vertrouwen de wereld te kunnen verkennen.

Van de moeder uit is het gedrag complementair aan dat wat de baby vraagt, dus verzorgend en beschermend.

De aard van de interactie bepaalt of de gehechtheid het kind geborgenheid geeft.

Geborgenheid kan slechts tot ontwikkeling komen als het kind de moederfiguur ervaart als werkelijk beschikbaar.

Dat houdt in dat de moeder bereikbaar is en dat zij bereid en in staat is om op een adequate manier op de fundamentele behoeften van het kind in te gaan.

De mate van beschikbaarheid van de moeder bepaalt of het kind zichzelf gaat zien als iemand die de moeite waard is of niet.

Een veilig gehecht kind heeft geleerd dat die opvoeder te vertrouwen is, dat zij er is als je haar nodig hebt en dat zij je spanningen kan verlichten.

Het voornaamste kenmerk van deze opvoeder is haar responsiviteit. Zij reageert snel en adequaat op de signalen die het kind uitzendt.

(*) waar moeder staat kan ook ouder(s) gelezen worden.

Werkmodel en hechting

In het zoeken naar verbanden tussen de problematiek van kinderen en de jeugdervaringen van hun ouders zien we ook het verband tussen de levenservaringen van ouders en de gehechtheidontwikkeling van hun kinderen.

De representatie van jeugdervaringen van ouders (dus de manier waarop ze nu nog denken en voelen over die jeugdervaringen) is van invloed op de manier waarop ze hun kinderen benaderen en dus van invloed op de gehechtheid van hun kinderen.

Een veilige hechting vormt de basis van een evenwichtige uitgroei naar volwassenheid. Voor een veilige hechting is nodig dat belangrijke hechtingsfiguren (meestal de ouders) gevoelig zijn voor de fundamentele behoeften (geborgenheid, veiligheid) die het kind heeft en de signalen die deze behoeften vertegenwoordigen adequaat weten te beantwoorden.

Op deze manier verwerft het kind op zijn beurt, als toekomstige ouder, een referentiekader (WERKMODEL) dat hem of haar in staat stelt een al dan niet veilige hechtingsfiguur te zijn voor zijn of haar kinderen.

Uit de anamnestiche gegevens van bij ons aangemelde kinderen blijkt dat in de zwangerschap en/of de baby- of peutertijd van het kind heel vaak gebeurtenissen voorkwamen die een responsieve benadering door de ouders bemoeilijkten of belemmerden. Ook kan het zijn dat het hechtingsgedrag van het kind zo onduidelijk is dat ouders hier geen raad mee weten. Bijvoorbeeld, een kind dat veel huilt en, als de ouders hem proberen te troosten, zich overstrekt, lijkt te vragen: "laat me los" terwijl dit allerm minst de eigenlijke vraag is.

Ook de mate van veilige of onveilige hechting van ouders met hun ouders (de grootouders dus) heeft grote invloed op het WERKMODEL van waaruit ouders een relatie met elkaar en met hun kind aangaan. Immers, een mens leert in principe relaties te leggen op de manier waarop hij als kind geleerd heeft relaties te leggen en te onderhouden. Een chronisch tekort aan responsiviteit mondt uit in een ernstig hechtingsprobleem.

In ons behandelingsprogramma wordt gewerkt aan herstel van de hechtingsrelatie als die relatie verstoord is. Daarbij wordt altijd aandacht besteed aan twee wezenlijke, onlosmakelijk aan elkaar verbonden, factoren, nl.;

- a. herstel van de lichamelijke en emotionele aansluiting tussen moeder (ouders) en kind, d.m.v. Ouder-kindtherapie. Dit is een vorm van regressieve therapie waarin, om de relatie tussen ouders en kind te herstellen, feitelijk teruggedaan wordt naar de fase van lichamelijke aansluiting.

- b. beïnvloeding van het werkmodel van de ouders d.m.v. Gezinsbehandeling. Hierin komen, voor zover nodig, de volgende onderwerpen aan de orde:
- geven van informatie en advies over gehechtheid en de implicaties voor de aanpak van een onveilig kind,
 - verwerking van "oude pijn" die de ouders als kind hebben opgedaan in hun relatie met hun ouders,
 - bevorderen van ouderlijke samenwerking/communicatie en indien mogelijk, herstel van de relatie tussen ouders en grootouders.

Naast deze intensieve behandeling van het gezin bieden we meestal ook ondersteuning of coaching aan de leerkracht op school. Immers het problematische gedrag in de thuissituatie komt meestal ook voor op school.

I. Hoe manifesteert onveilige gehechtheid zich in een kind?

Het kind:

- voelt zich van binnen onrustig en onveilig
- heeft geen vertrouwen in zichzelf en in de mensen om zich heen
- heeft het gevoel nergens bij te horen
- heeft het gevoel waardeloos te zijn
- heeft gedragspatronen ontwikkeld om zichzelf te handhaven (zie kenmerkend gedrag).
- heeft nooit ervaren dat je je naar bepaalde regels kunt gedragen omdat degene die om jou geeft dat fijn vindt. Daardoor heeft het zich waarden en normen niet eigen gemaakt. Daar kun je als leerkracht dus ook niet op terugvallen.

Doordat het kind niet of onvoldoende is gehecht is het volgende niet of te weinig ontwikkeld:

- een gevoel van waardevol te zijn als mens,
- een gevoel van trots zijn op wat je kunt,
- een gevoel van vertrouwen in jezelf, in je eigen mogelijkheden,
- een gevoel van vertrouwen in de mensen om je heen, dat ze het beste met je voor hebben en om je geven,
- patronen van 'normaal' gedrag, bijvoorbeeld hoe je omgaat met je eigen lijf, hoe je omgaat met anderen, hoe je om gaat met je eigen gevoelens van boosheid en angst.

Daardoor lijkt ook besef van waarden en normen, van wat goed en niet goed is, te ontbreken. Vaak blijkt dat besef er wel te zijn, maar is het niet geïnternaliseerd en handelt het kind er niet naar. Voor hem is relevant om het hoofd boven water te houden, niet om zich aan regels te houden.

Handhavingspatronen

Een kind met te weinig gevoel van basisveiligheid of zonder gevoel van basisveiligheid heeft zich gedrag eigen gemaakt om zich te kunnen handhaven met de angst, het wantrouwen en de afweer die in hem zit. Het kind rent bijvoorbeeld weg voor contact om niet nog eens gekwetst te worden. Het kind houdt geen rekening met de leerkracht en andere leerlingen, omdat het zich geen positieve waarden en normen heeft eigen gemaakt. Het kind weet niet hoe het op volwassenen kan vertrouwen en nog minder hoe het vertrouwen in zichzelf, in eigen vaardigheden en capaciteiten kan krijgen.

Leerontwikkeling

De emotionele spanning die dit alles met zich meebrengt belemmert ook de cognitieve ontwikkeling van het kind. Vaak is het door de spanning ongeconcentreerd, heeft moeite met opletten, moeite met bijvoorbeeld rekenen en andere taken waarbij in een bepaalde volgorde een aantal deeltaken moet worden volbracht. Alle energie wordt 'verbruikt' voor de

zelfhandhaving; het kind is bijvoorbeeld steeds alert op wat er om hem heen gebeurt of een kind is steeds bezig zich te bewijzen in de groep door clownesk gedrag.

Verschillende gradaties

Vaak zie je bij kinderen een combinatie van verschillende type gedragingen (zie 'kenmerkend gedrag') en het gedrag kan voorkomen in verschillende gradaties. Er is sprake van kinderen die niet voldoende gehecht zijn tot kinderen met een ernstig hechtingsprobleem. Met een weloverwogen pedagogische aanpak en veel inzet van de leerkracht kan het kind wellicht voldoende veiligheid geboden worden om op school tot bevredigende sociale contacten en tot leren te komen.

Behandeling

Behandeling van hechtingsproblematiek moet in het gezin plaatsvinden. Daar moet gewerkt worden aan het herstel van de band tussen ouders en kind. Als de behandeling succesvol is dan zal dat zeker in de klas te merken zijn. Anderzijds zal het bieden van veiligheid en structuur in de klas de behandeling thuis natuurlijk sterk ondersteunen.

Voor leerkrachten die te maken krijgen met - meer of minder - onveilig gehechte kinderen op school (en die zal je elk jaar wel tegenkomen) wil ik hier kort een aantal kenmerken en tips geven om ze in de benadering van deze kinderen te ondersteunen.

II. Benadering van kinderen die niet veilig gehecht zijn

Algemene opmerkingen

Als er sprake is van een hechtingsprobleem dan is er bij het kind veel wantrouwen naar volwassenen en er is angst om gekwetst te worden. Het kind schrikt terug voor het praten over gevoelens, voor het maken van contact.

Ook kan het zijn dat het gedrag van het kind bij jou negatieve emoties oproept omdat het kind je kwetst of omdat je je, door wat hij zegt of doet, afgewezen voelt.

Probeer te voorkomen dat je het gedrag ervaart als tegen jou, als persoon, gericht maar zie het gedrag als voortkomend uit handhavingspatronen.

Kenmerkend gedrag

Een kind dat onveilig gehecht is en dus een gevoel van basisveiligheid mist:

- Vertoont zelfbepalend gedrag
- Probeert alles in de gaten te houden
- Maakt slecht contact
- Doet vaak stoer
- Is snel boos en verongelijkt
- Vindt aanval de beste verdediging
- Kan moeilijk stil zitten, is beweeglijk
- Is druk en onrustig
- Maakt een gespannen, soms zenuwachtige indruk
- Heeft angstige fantasieën
- Faalt vaak bij taakjes

Achter dit zelfbepalende, stoere gedrag zit een onzeker, angstig en zich onveilig voelend kind, dat met dit gedrag zijn gevoelens probeert te overbluffen. Het rent weg voor contact om niet nog meer gekwetst te worden. Het faalt voortdurend, terwijl het wel zijn best doet om dingen goed te doen. Het weet niet hoe je op volwassenen moet vertrouwen en nog minder hoe je vertrouwen in jezelf moet krijgen. De spanning die dit met zich meebrengt belemmert zijn ontwikkeling.

Tips

Plaats in de klas

Probeer bedreigende situaties te voorkomen of te verminderen, zodat het kind zich beter kan ontspannen en daardoor meer gewenst gedrag kan laten zien.

- Houd hem dicht bij je, bijvoorbeeld naast je
- Zet hem in de buurt van rustige kinderen
- Geef hem een eigen tafel en stoel (bijvoorbeeld met een sticker erop)
- Plaats zo mogelijk geen kinderen achter hem (bijvoorbeeld met zijn rug richting muur)

Contact

Het is heel belangrijk dat het onveilig gehechte kind zich begrepen voelt en dat het ervaart 'gehoord' te worden. Positieve interactie met hem is dan ook essentieel. Schenk hem vertrouwen, opdat hij ook vertrouwen in zichzelf kan krijgen.

Wijs het kind niet af als persoon, maar benoem zijn ongewenste gedrag en bied daarvoor een alternatief aan. Bouw een relatie met hem op en versterk die. Geef hem het gevoel: 'jij bent belangrijk voor mij. Ik wil dat het goed gaat met ons en dat jij je prettig voelt in de klas'.

Verwoord dit bijvoorbeeld door:

- 'Ik wil je helpen, daar ben ik voor'
- 'Grote mensen zijn er om kinderen te helpen met grootgroeien, dus roep maar als je me nodig hebt'
- 'Je hoeft niet alles te kunnen of alleen te doen'

Het is belangrijk om actief naar het kind te luisteren en zijn gevoelens te verwoorden. Als het hoort dat het best bang, boos of verdrietig mag zijn, voelt het zich begrepen en zal de spanning van hem af vallen.

- 'Je vindt het moeilijk hè'
- 'Je wilt het zo graag goed doen en dan lukt het toch niet, ook niet als je zo je best doet'
- 'Je hoeft nog niet alles te kunnen, grote mensen kunnen ook niet alles'

Vertel ook de andere kinderen waarom het kind soms moeilijk doet, bijvoorbeeld: 'Hij vindt het erg spannend en wordt daardoor druk en giechelig'.

Leren

Probeer het leren voor het kind weer leuk te maken door:

- Lage eisen te stellen (onder zijn niveau)
- Veel complimenten te geven
- Waar mogelijk visuele ondersteuning te bieden
- Zitten en bewegen af te wisselen (zoals bij heel jonge kleuters)
- Bij overgangssituaties te helpen, zodat hij niet overspoeld wordt

- Eventueel een beloningssysteem in te voeren (uiteeraard met opdrachtjes die haalbaar voor hem zijn)
- Extra 'leuke' taakjes te geven (bijvoorbeeld planten water geven e.d.)
- Zijn gevoelens te verwoorden
- Actief naar hem te luisteren

Probeer de dag altijd positief af te sluiten met het kind, zo mogelijk met hem alleen. 'Het ging goed met ons hè. Fijn dat je morgen weer komt'.

Desgewenst kunnen wij een klasse-observatie en een beperkt aantal coachingsgesprekken verzorgen.
 Informeer bij mij over de mogelijkheden!

Als we leerkrachten, die te maken hebben met problematische onveilig gehechte kinderen, begeleiden of coachen horen we van hen vaak terug dat deze manier van werken ook voor de andere kinderen goed werkt. Vaak ontstaat er veel meer rust en een beter werkklimaat in de klas en dit is logisch. Immers; een onveilig gehecht kind heeft behoefte aan een klimaat van veiligheid en geborgenheid en hebben niet alle kinderen behoefte aan een dergelijk klimaat?

Ben van Berkel,

In dit artikel heb ik, met toestemming van de auteurs, gebruik gemaakt van informatie uit de brochures:
 Omgaan met kinderen met een hechtingsstoornis van drs. C. Penninga-de Lange
 Grote mond – Klein hartje van Betty Smit, Ouder-kindtherapeut.

Link naar artikel op Kennisnet over hechtingsproblemen en school

<http://leerlingzorgpo.kennisnet.nl/archief/bijdragen2003/hechtingsstoornissen>