

Integratief opvoeden – Strategieën voor de opvoeding van kinderen met gehechtheidstrauma

Debra Wesselmann, Cathy Schweitzer & Stefanie Armstrong. Nederlandse vertaling en bewerking: Nathalie Schlattmann, Mara van der Hoeven & Irma Hein (2021). Houten: Bohn Stafleu van Loghum. 129 pp. € 25,95
ISBN 9789036825979

Liesbet Monballiu

Er zijn al heel wat boeken verschenen over gehechtheidstrauma. De auteurs geven aan dat dit boek een verdieping is van de bestaande literatuur over chronisch getraumatiseerde kinderen. Het bijzondere aan dit werk is dat het zich specifiek richt tot ouders die een kind opvoeden dat is opgegroeid in een onveilige omgeving, waarbij het ingrijpende gebeurtenissen heeft meegemaakt. Het is bedoeld om (pleeg)ouders en opvoeders te ondersteunen in het adequaat omgaan met het moeilijke gedrag, waardoor ze het herstelproces meer in de hand werken.

Oorspronkelijk werd het boek geschreven door therapeuten uit Nebraska in de Verenigde Staten. Debra Wesselmann, Cathy Schweitzer en Stefanie Armstrong hebben een behandelmodel ontwikkeld waarin een gezins- en een emdr-therapeut nauw samenwerken. Het model bevat opvoedingsstrategieën om gedragsproblemen te verminderen en het gehechtheidsgedrag van ernstig getraumatiseerde kinderen te bevorderen.

De Nederlandse auteurs vertaalden het boek en pasten het aan de Nederlandse context aan. Zij gebruiken het model voornamelijk in hun werk met pleegkinderen en -gezinnen, als deel van de integratieve gehechtheidsbevorderende traumabehan-

deling voor kinderen (igt-k-behandeling). Ze werken in een team van traumatherapeuten, gezinswerkers en onderzoekers in de jeugd-ggz. Nathalie Schlattmann is klinisch psycholoog, psychotherapeut, psychotraumatheapeut en systeemtherapeut. Ze werkt bij Level en is gespecialiseerd in het werken met chronisch getraumatiseerde kinderen met gehechtheidsproblematiek. Ze is ook trainer en supervisor. Mara van der Hoeven is opgeleid als orthopedagoog en werkzaam in de jeugd-ggz. Daarnaast promoveert ze op behandelingen voor langdurig getraumatiseerde kinderen die moeilijk in behandeling komen. Irma Hein is kinderpsychiater, senior onderzoeker, emdr-practitioner en tf-cbt-therapeut. Ze werkt bij Level en in de kinder- en jeugdpsychiatrie in Amsterdam.

Omdat het boek zich richt tot ouders en opvoeders, is het geschreven in toegankelijke taal. Theoretische concepten worden helder, eenvoudig en beknopt omschreven. Daarnaast zijn er voldoende praktijkvoorbeelden in uitgewerkt en is het voorzien van praktisch bruikbare handvatten.

De auteurs geven inzicht in de enorme impact die gehechtheidstrauma heeft op de ontwikkeling en het gedrag van kinderen. Het belicht eveneens de impact die dat gedrag heeft op (pleeg)ouders en opvoeders die een band proberen op te bouwen met deze kinderen.

Eerst komt aan de orde wat de ingrediënten voor een veilige gehechtheid zijn. Vervolgens schetsen de auteurs hoe de gehechtheidsrelatie tussen ouder en kind onder druk kan komen te staan en wat de gevolgen daarvan kunnen zijn op de ontwikkeling. Deze vroegkinderlijke ervaringen hebben het kind geleerd hoe hij over zichzelf, anderen en de wereld in het algemeen denkt. Het kind dat een negatief systeem van overtuigingen heeft, zal vandaaruit regels ontwikkelen om te overle-

ven. Als je dan als opvoeder opnieuw een band wilt proberen op te bouwen, kan dit moeilijk zijn. Ouders en opvoeders worden aangemoedigd om een detectivebril op te zetten om te gaan onderzoeken wat de ervaringen en overtuigingen van hun kind zouden kunnen zijn.

Kinderen die gedurende lange tijd blootgesteld zijn aan onveiligheid, geweld en stress en bij wie het ouderlijk aanbod beperkt was, ontwikkelen traumagerelateerde klachten. Het vermogen om zich binnen primaire relaties veilig te voelen is beschadigd. Relaties worden gedomineerd door gevoelens van onveiligheid, angst en wantrouwen. Het kind vertrouwt affectie en verzorging niet. Ook het effect dat deze ingrijpende gebeurtenissen in de vroege kinderjaren hebben op de ontwikkeling van het brein passeert de revue. Het concept *window of tolerance* (Siegel, 2010) wordt helder uitgelegd. Met de *window of tolerance* wordt de hoeveelheid stress bedoeld die we kunnen ondergaan waarbij we kalm blijven en gedachten en gevoelens goed kunnen samenwerken, zodat er voldoende ruimte is voor het opnemen van nieuwe informatie. Is de spanning te hoog, dan komt men in een alarmfase. De cognitieve reflectieve hersengebieden worden dan overschaduwd door het limbisch alarmsysteem, waardoor men gaat overreageren om te overleven. Kinderen met hechtingstrauma zijn enorm stressgevoelig, waardoor zij vlugger uit hun 'raampje' geraken, wat zich kan vertalen in storend gedrag zoals boos worden of weglopen.

De term 'integratief opvoeden' is gekozen omdat kinderen met een gehechtheidstrauma vaak problemen ervaren die voortkomen uit een slecht geïntegreerd brein en is geïnspireerd op het werk van Siegel & Bryson (2011). Het beschreven model zet in op het integreren van de beide hersenhelften, zodat kinderen het

vermogen leren ontwikkelen om emoties te voelen en tegelijkertijd logisch na te denken. Een dergelijk geïntegreerd brein zorgt ervoor dat een kind beter in staat is zichzelf rustig te maken, problemen op te lossen en creatief te denken.

De auteurs moedigen aan dat ouders en opvoeders en behandelaars als een team gaan samenwerken om aan herstel te werken. Het professionele team bestaat in dit model uit een emdr-therapeut en een gezinstherapeut. De gezinstherapeut ondersteunt de ouder of opvoeder in het aanleren van nieuwe opvoedingsstrategieën en het vormgeven van het detective-werk. De emdr-therapeut doet het traumawerk. Daarnaast ondersteunt de gezinstherapeut ook het kind en de ouder of opvoeder bij het ontwikkelen van vaardigheden om zichzelf te kalmeren en om de gehechtheid tussen ouder en kind te bevorderen.

Dit boek benadrukt dat het helpend is om als opvoeder vanuit empathie en begrip te reageren, ook al roept het gedrag van het kind in eerste instantie mogelijk frustratie en machteloosheid op. Kinderen hebben anderen nodig die hen helpen te reguleren, vanuit rust en voorspelbaarheid. Koesterende woorden en gebaren van liefde en nabijheid zijn hierbij noodzakelijk en versterken gevoelens van veiligheid en eigenwaarde. Dit vraagt veel tijd, geduld en herhaling.

Er is een volledig hoofdstuk besteed aan hoe om te gaan met emotionele uitbarstingen en lastig of zorgwekkend gedrag. De ouders en opvoeders krijgen inzicht in het feit dat het kind lijdt aan hevige emotionele pijn, die verstopt zit onder moeilijk gedrag. Het kind wil zich wel geliefd voelen, maar heeft de neiging om de opvoeder weg te duwen omdat hij zich onveilig voelt.

Opvoeders nemen een niet-oordelende houding aan om de gebeurtenissen en

triggers die aanleiding gaven tot het moeilijke gedrag te onderzoeken. Het kind dient te leren voelen en benoemen wat hij voelt en inzicht te verwerven in oorzaak-gevolgrelaties om eigen gedragskeuzes te gaan koppelen aan bepaalde gevolgen.

Naar het einde van het boek toe komt zelfzorg aan bod en het belang van het herkennen van eigen triggers en gevoelens van de ouders of opvoeders. Ouders van kinderen met gehechtheidstrauma ervaren zelf vaak veel heftige gevoelens. Het onstuimige gedrag dat deze kinderen vertonen, zorgt er geregeld voor dat opvoeders bang, gekwetst of overweldigd raken. Het is van belang om als volwassene zelf kalm en consistent te reageren. Het boek biedt daarvoor methodieken, zoals het toepassen van mindfulness technieken.

Dit werk heeft me aangenaam verrast. Het boek geeft degelijk en kernachtig weer wat verstaan wordt onder gehechtheidstrauma. Voor ouders en opvoeders zullen de voorbeelden herkenbaar zijn. Het geeft

inzicht in verwarrend, complex gedrag en interacties. Dit kan (pleeg)ouders en opvoeders, en zeker ook hulpverleners uit bijvoorbeeld pleegzorg, inzicht en houvast geven, ook al worden heel wat andere contextinvloeden die ook een rol kunnen spelen in het (herstel)proces tussen opvoeders en kinderen buiten beschouwing gelaten.

Liesbet Monballiu is psycholoog en gezinstherapeut. Ze is werkzaam in groepspraktijk Jaspis te Dilbeek en als gezinsbegeleider bij Bamboe, vzw Resonans. Ze is verbonden aan Rapunzel als opleider. E-mail: liesbetmon@hotmail.com.

Literatuur

Siegel, D.J. (2010). *Mindsight – The new science of personal transformation*. New York, NY: Bantam Books.

Siegel, D.J., & Bryson, T.P. (2011). *Het hele brein, het hele kind – Twaalf revolutionaire strategieën om de ontwikkeling van je kind te stimuleren*. Schiedam: Scriptum.