

ZO! helpt bij hechtingsproblemen

‘Vaak wordt het zoeken naar hulp te lang uitgesteld. Een ouder denkt vaak eerst: dat moeten ze nog leren, het komt door de voorgeschiedenis of het hoort bij de leeftijd. Toch is dat niet altijd het geval. Soms is het overlevingsgedrag en dat is hardnekkig. Als bepaald gedrag na twee jaar nog zo is, kun je beter hulp zoeken.’ Dat stelt Jan de Vries van ZO!, een kleinschalige groepspraktijk in Leeuwarden van zorgverleners die zijn gespecialiseerd in hechtingsproblemen. Samen met collega Ingrid Veenstra vertelt hij over de praktijk.

Hoe is het tot ZO! gekomen?

Ingrid: “Ik werkte als psychologe en heb jarenlang bij de Stichting Adoptievoorzieningen voorlichting gegeven aan aspirant-adoptieouders. In de hulpverlening kwam ik Jan tegen, hij heeft ZO! opgezet.”

Jan: “Ik heb jaren als orthopedagoog in Browndale-huizen gewerkt. Daar zitten Nederlandse kinderen met vergelijkbare ervaringen als adoptiekinderen. Ook heb ik therapeutische pleegzorg gedaan. Ik vind het geweldig dit werk te doen. De dynamiek met de ouders is ook leuk, zij zijn onderdeel van het behandelteam.”

Wat bieden jullie?

Jan: “Wij zijn gespecialiseerd in hechtingsproblemen, niet alleen bij adoptie maar ook in andere situaties. We doen uitgebreide diagnostiek, behandeling en begeleiding van kinderen, jongeren, jongvolwassenen en hun ouders. Soms ook broertjes of zusjes. We zien veel adoptieouders. Over het algemeen komen adoptieouders bij ons als hun kind twee tot drie jaar in het gezin is. De eerste jaren beschouwen ouders gehechtheidsproblemen als een gegeven, als

normaal. Maar als na twee of drie jaar de verdieping van de relatie uitblijft, gaan ze zich terecht zorgen maken en zoeken hulp.

“Wij doen diagnostiek in de hele breedte: Is er een ontwikkelingsstoornis? Zijn er leerproblemen? Hoe zit het met de intelligentie? Welke aanlegaspecten zijn er?”

Kunnen jullie bepalen of gedrag door aanleg of door de adoptie komt?

Jan: “Het antwoord is niet makkelijk. Meestal komen we er wel achter, al duurt het soms iets langer dan alleen het onderzoek. Vaak denken ouders dat er een probleem is met de hechting, maar ligt de problematiek in de aanleg van het kind zelf. Dat geldt tenminste voor de adoptiekinderen die bij ons binnenkomen. Wij focussen niet alleen op gehechtheid, maar willen eerst het hele plaatje zien. Daarom doen we uitgebreid onderzoek.”

En daarna?

Jan: “We bieden een veelheid van methodes aan: fase- en differentiatie-therapie, emotieregulatietraining, Sensorimotor-therapie, om er een paar te noemen.”

Ingrid: “Ik zal ter illustratie een casus¹ vertellen. Ik begeleid een jongen van nu dertien, hij komt al drie jaar bij me. Zijn ouders dachten dat ze een goede band met hem hadden. Maar ze merkten rond de leeftijd van tien jaar dat ze moeilijk grip op hem kregen. Hij nam eten weg, jokte en was sociaal erg beïnvloedbaar door groepsdruk. Ze dachten lang dat het tijdelijk was, maar het bleef maar doorgaan.

“Wij hebben de ouders veel voorlichting gegeven, want ze moesten en wilden zelf nog veel leren, bijvoorbeeld over sensitief reageren. De jongen had onderliggend forse trauma's. Ik werd de vertrouwenspersoon die naast hem stond. Ik zag hem één keer in de week en deed differentiatie-therapie met hem. Daarbij was ik bezig in het bewustzijn van de jongen te krijgen wat er gebeurde, hem te stimuleren allerlei details te gaan voelen, waar te nemen en te benoemen. Bijvoorbeeld door hem vragen te stellen als: Wat heb je dan gezien hoe mama reageerde? Wat zou ze denken? Wat zou ze voelen? Het gezin werd daarnaast ondersteund door iemand van de Stichting Adoptievoorzieningen die Sherborne² gaf in

het gezin zelf. Zo samenwerken doen we wel vaker."

Wat was het resultaat?

Ingrid: "De ouders leerden voorbij het gewone rebelleren te kijken, ze weten nu wat de reden van het gedrag is. Het is mooi om te zien hoe ze zich steeds competentier zijn gaan voelen. En ook meer zijn gaan genieten van de kinderen. Dat we het met z'n allen doen geeft hun vertrouwen. Natuurlijk zal dit over twee jaar nog een groot probleem zijn, daar zijn we duidelijk over. Het gedrag op hoofdlijnen is nog niet veranderd, de frequentie wel. De interne ontwikkeling – waar het gedrag op gebaseerd is – is op gang aan het komen. En de ouders kunnen relaxter reageren. Ze denken: we doen het met wat we hebben, daar beginnen we. Dat is zo nodig."

Wat is jullie ervaring met pubers?

Jan: "Aspirant-adoptieouders zijn vaak bang voor de puberteit van hun kind. Er heerst een mythe dat de puberteit moeilijk zou zijn. Terwijl de meeste pubers er zo doorheen rollen. Adoptieouders maken zich zorgen dat de band met hun kind niet sterk genoeg is om de stormen te doorstaan. Ze durven het conflict niet aan. Maar met fluwelen handschoenen worden conflicten niet opgelost. Dan is een neutrale derde die de spanning kan reguleren heel nuttig. "In de puberteit is gedrag slecht te beïnvloeden, vooral in de leeftijd van dertien tot zestien jaar. Vanaf een jaar of zestien, zeventien kun je er weer wat mee, dan beginnen ze weer meer over zichzelf na te denken. Het is zo belangrijk dat ouders op tijd komen als er problemen zijn. Vaak wordt het te lang uitgesteld. Het mooiste is als het kind nog wat jonger is, uiterlijk een jaar of negen of tien. Dan kun je makkelijker bijsturen. Als ouder denk je heel lang: dat moeten ze nog leren. Maar vaak is het overlevingsgedrag en dat is hardnekkig. Als bepaald gedrag na twee, tweeënhalf jaar nog zo is, kun je beter hulp zoeken. De gewoontevorming is dan duidelijk en je weet al veel over het kind. Hoe langer overlevingsgedrag bestaat, hoe moeilijker het terug te draaien is.



Het team van groepspraktijk Zo!

"Ik zal ook een voorbeeld geven: het betreft een meisje van vijftien. Ze had foute vrienden, het vermoeden bestond dat ze in een loverboytraject zat. Ze was gedroeg zich thuis normaal, zat op de havo, was erg naïef en beïnvloedbaar. Haar ouders konden haar niet meer bereiken. ZO! heeft een medewerker aan haar gekoppeld die zonder oordeel was. Die collega voelde en dacht mee en bracht het mentaliseren op gang. Ze leerde onder woorden brengen wat ze waarnam en voelde. Het meisje wilde zelf niet naar de praktijk maar moest van haar ouders. Ze kwam altijd mokkend en koppig binnen. Ze komt nu bijna twee jaar en er is toch een band ontstaan. Op een gegeven moment kwam ze zelf met vragen. We hebben ook de ouders begeleid. Ze is uit het circuit gebleven en is gaan studeren."

Jullie gaan als hulpverleners echt een band aan. Vraagt dat niet veel van je?

Jan: "Ja. Dat moet bij je passen en ook de organisatie moet het mogelijk maken. We hanteren niet het dogma dat je je niet mag binden. Lees de egodocumenten van mensen. Wat hielp is vaak dat de hulpverlener het zich wel aantrok. "Het idee dat je met sommige kinderen nooit een band moet aangaan vind ik waanzinnig. Het helpt de zorgverlener, die hoeft zich niet maximaal in te

zetten. Maar voor het kind is het dramatisch. Het is net zo iets als: ik geef jou maar geen boeken, want je kunt toch niet leren lezen.

"Als therapeut kun je een bepaalde fase dienen als vervangende gehechtheidspersoon. Je moet daarbij echter niet de plaats van de ouders innemen. Bij jonge kinderen zijn de ouders ook in de kamer als je met het kind aan het werk bent. Bij pubers is dat anders, daar is het wel een op een. Soms, als het te dichtbij komt voor de puber, laten we hem een korte training bij een collega doen, iets praktisch. Dan houden ze zelf wel een lijntje. Zo 'verdunnen' we de relatie, voordat het zo eng wordt dat de puber hem verbreekt. We zeggen bijvoorbeeld: 'Nu moet je even hard werken om het schooljaar te halen. Je krijgt een tijdje begeleiding van een docent. Wij spreken dan even niet af, want anders is het te veel.' Ondertussen zien we de puber wel zo nu en dan in de praktijk, en blijven we bij elkaar in beeld."

Waar komen jullie cliënten vandaan?

Jan: "De meeste mensen wonen in de regio, maar ook mensen van verder weg melden zich aan. Die laatste groep komt vaak voor onderzoek, dat duurt één dag. Met jonge kinderen overnachten ze hier ergens, zodat we het over twee dagen kunnen verspreiden. Leeuwarden is niet zo ver weg als je een kind uit China

hebt gehaald.”

Ingrid: “Veel begeleiding kan via Skype of e-mail. Op die manier is er ook veel mogelijk als mensen op grote afstand wonen.”

Heb je wel eens meege- maakt dat het niet werkte?

Jan: “Wel dat het op een bepaald moment niet ging. Gehechtheid is een proces. Het vraagt voortdurend om herstel. Soms heb je een lange adem nodig. Je moet zelf veel vertrouwen hebben in de mogelijkheden, positief zijn. Vaak genoeg bereik je wel resultaat. Je kunt niet met gehechtheid werken als je geen vertrouwen hebt in het proces.”

Wat gaan jullie doen op de studiedag?

Jan: “Samen sparren over de dynamiek die er onder de problematiek of het gedrag ligt. Het gaat meer over de houding die je hebt als hulpverlener, het betrokken durven zijn.”

Ik vraag me toch nog iets af. Stel dat dat meisje ondanks de druk van haar ouders niet kwam opdagen, wat dan?

Ingrid: “Dan hadden we dat geaccepteerd en de ouders ondersteund. Als pubers niet komen, sturen we een sms of een bericht via WhatsApp. Vaak ontstaat er toch wel contact.”

Jan: “De aanmelding kan onderdeel van de strijd zijn. Als gaandeweg blijkt hoe het hier gaat, dat het meevalt, dat er iets te halen valt, komen ze wel. Het voordeel is: er zijn geen regels, ze hoeven niet elke week te komen. Soms komen ze om van het gezeur af te zijn. Soms willen ze alleen als het onder schooltijd kan. Maar de kinderen die echt weigeren worden misschien wel niet aangemeld. Dat weten we niet.”

Voor meer informatie over de werkwijze van ZO! bij hechtingsproblemen: www.zo-zorgoplossingen.nl/zo-werkwijze-bij-hechtingsproblemen

1 De genoemde voorbeelden zijn fictief, ze zijn gebaseerd op meerdere praktijkvoorbeelden.

2 Zie voor meer informatie de website: sherbornesamenspel.nl

► COLUMN Iris Terpstra ◀

Gelijkgestemden

Op 25 mei dit jaar vindt er in Utrecht een activiteit van de UAI plaats. Die afkorting staat voor United Adoptees International, maar deze bijeenkomst is specifiek voor geadopteerden uit India, Bangladesh en Sri Lanka. Van alle drieduizend geadopteerden uit die regio zijn er toch zeker wel vijftien aanwezig... India is met dertien deelnemers de grootste vertegenwoordiger, maar de echte grote gemeenschappelijke deler (namelijk geadopteerd zijn) maakt dat ook deze minieme verschillen er niet meer toe doen.



Na het formele gedeelte vertellen enkele aanwezigen aan de hand van een powerpointpresentatie over hun ervaringen met het land van herkomst en over hun ontmoetingen met de biologische ouders. Ik vind het erg interessant om te horen. Na afloop besluiten we met z'n allen wat te gaan drinken. Aangezien ik nooit bij een adoptievereniging heb gezeten, gaat er een wereld voor mij open. Ik heb wel eerder zoveel geadopteerden bij elkaar gezien, bij de Wereldkinderen-dagen, maar met een groep gelijkgestemden praten over het dagelijks leven werkt heel verhelderend. We hebben het over werk, hobby's en uiteraard komt het onderwerp adoptie aan bod. Ik ervaar tijdens de gesprekken oprecht begrip voor mijn adoptiebeleving en ik merk dat ik dit begrip ook over kan brengen naar de anderen. Voor het eerst voel ik mij te midden van gelijkgestemden, het gevoel anders te zijn verdwijnt als sneeuw voor de zon. Ik hoef me niet te verdedigen, ik hoef niet te vragen om begrip voor te persoonlijke elementen. Het begrip is er vanaf begin af aan. Ik kan volledig mezelf zijn. En ik geniet met volle teugen.

E-mailadressen worden uitgewisseld en de plannen voor een etentje al snel gemaakt. Een select gezelschap van de eerste avond meldt zich aan. De datum valt in juli en we spreken af om een vorkje te prikken bij een Indiaas restaurant in Arnhem. Tijdens het eten valt het me op dat er een zwarte haar op tafel ligt. Normaal denk ik dan iets in de trant van: bah! of iew! Maar nu ben ik blij dat die haar van iedereen aan tafel had kunnen zijn. Niet specifiek van mij. Voor die paar uurtjes – hoera! – fysieke gelijkheid. Wederom hebben we een heel gezellige avond, we zijn zelfs de laatsten die het restaurant verlaten.

Voor de obers (die gedurende de avond overigens in aantal toenamen) was het ook een bijzondere avond. Acht Indiase vrouwen die gezien hun leeftijd allemaal al minstens tien jaar de chef-kok in huis hadden kunnen zijn, maar alleen maar Nederlands spreken en uitleg nodig hebben bij zo'n beetje alle soorten thali, murgh, tandoori, curry en roti. Dat hadden ze zo te zien nog nooit meegemaakt.