

Adolescent en geadopteerd

NORMALE ONTWIKKELING:

1. Lichamelijke veranderingen / psychosexuele ontwikkeling
2. Veranderingen in de persoonlijkheidsontwikkeling
3. Ouder - kind - relatie
4. Vriendschappen en verliefdheden

WAT IS SPECIFIEK VOOR DE GEADOPTEEERDE ADOLESCENT:

1. Lichamelijke veranderingen /psychoseksuele ontwikkeling:

In de puberteit en de adolescentie wordt het kind lichamelijk volwassen. Voor elke puber is dit een tijd van grote veranderingen in de beleving van het eigen lichaam, met alle onzekerheden die daar bij horen. Het oude vertrouwde gevoel van je eigen lijf moet losgelaten worden en plaats maken voor een nieuw, onbekend gevoel van een volwassen, seksueel rijp lichaam.

Het is een periode van rouwen om het verlies van een vertrouwde veilige kinderlijke wereld. Er zijn vele vragen zoals: blij ik niet te klein, word ik niet te lang, gaan die puistjes ooit weg, ga ik niet op mijn vader lijken met die grote neus, krijg ik wel borsten, of worden ze net zo groot als van mijn moeder, wat vinden ze van me, ben ik niet lelijk, vinden de meisjes me wel aantrekkelijk, kijken de jongens wel naar me, draag ik wel de goede schoenen, de goede kleding, lachen ze me niet uit, ben ik niet de kleinste, val ik niet op, zien ze me wel, hoe doe ik mijn haar, etc. etc.

Vele tegenstrijdigheden, die elkaar in snel tempo afwisselen.

Daarnaast de seksuele rijping van de genitaliën, de menstruatie, de masturbatie, de versterking van het driftleven, de realisering dat je vruchtbaar bent, kinderen voort kan brengen, die ontstaan door je eigen genen, het besef dat je eigen lichaam ook is ontstaan door versmelting van een zaadcel en eicel van je biologische ouders.

Tevens het besef dat je een jongen/man, een meisje/vrouw bent.

Adoptiekinderen beseffen dan dat ze uit andere genen zijn "opgebouwd" dan hun adoptiefouders. Dit kan hun besef van "anders dan de anderen" versterken, hetgeen de verwarring en onzekerheid van het gewone puber-zijn kan vergroten.

Het besef: "ik ben geen kind van mijn ouders" kan het soms al wankele gevoel van veiligheid dubbel verstoren. Je verliest niet alleen je kinderlijke wereld, je vertrouwde lichaamsbeeld, maar ook de hoop of de illusie dat je uit je eigen adoptiefouders bent geboren. Ook al "weten" kinderen wel dat ze uit een ander land komen, "uit de buik van het vliegtuig", vaak is er toch altijd een heimelijk verlangen, dat het gewoon niet waar is, dat je gewoon in dit gezin hoort.

Ook adoptiefouders beleven hun kinderen meestal als hun "eigen" kinderen. Het besef van het geadopteerd zijn is echter bij de ouders veel sterker aanwezig, omdat ze heel bewust aan de adoptie zijn begonnen en daardoor vanaf het begin zich hiervan een beeld hebben kunnen vormen.

Bij de kinderen (zeker als ze jong zijn geadopteerd) groeit dat besef slechts langzaam. Steeds zal elk stapje weer ingekleurd worden met de eigen fantasie, hetgeen ook nodig is om zo'n adoptie te kunnen plaatsen. Zeker als er een veilige band is ontstaan tussen

ouders en kind, kun je je als kind toch niet voorstellen dat een moeder haar kind afstaat. De rijping van je lichaam en van je eigen seksualiteit confronteert je met de realiteit van "geboren zijn uit andere, veelal onbekende ouders".

De onzekerheid over hoe je er ongeveer uit zal gaan zien als je volwassen bent is groter. Je hebt geen ouder aan wie je je kunt spiegelen.

Gevoelens van eenzaamheid en verlatenheid, die al normaal kunnen zijn in de adolescentie, worden versterkt en deze gevoelens wakkeren vaak nog sluimerende gevoelens van verlating, verlies en eenzaamheid aan.

In deze periode ontstaan vaak vragen over je eigen wortels, waar kom ik vandaan, wie waren mijn ouders, etc

Soms zal de jongere op zoek willen gaan om zich met behulp van meer gegevens een eigen identiteit te vormen.

Soms echter zijn deze gevoelens zo bedreigend, dat alles gedaan wordt om deze feiten af te weren en te ontkennen.

Soms ook komen deze jongeren in loyaliteitsconflict met hun adoptiefouders en durven zij hun nieuwsgierigheid naar hun eigen wortels niet te uiten uit angst om hun adoptiefouders te kwetsen of misschien zelfs te verliezen.

In dit geval is er vaak een buitenstaander nodig die de jongere kan helpen om toch ruimte te scheppen voor de eigen behoeften.

Traumatische situaties, die het kind heeft meegemaakt voor de adoptie, kunnen weer opleven omdat door de grote veranderingen, die het kind alleen lichamelijk al ondergaat, het afweersysteem tegen pijnlijke ervaringen vaak tijdelijk zwakker is. Afhankelijk van wat het kind heeft meegekregen vanuit het land van herkomst, zowel genetisch als situatief, kan de puberteit "gekleurd" worden door deze ervaringen.

In de geschiedenis van het kind kan sprake zijn geweest van:

- mishandeling, pijnlijke en schadelijke ervaringen,
- seksueel misbruik
- te weinig lichamelijk veilig en prettig contact waardoor het gevoel van "lekker in je vel" zitten ontbreekt
- verwaarlozing
- ondervoeding

Symptomen kunnen zijn:

- versterkte onvrede en schaamte over het eigen uiterlijk
- volledige ontkenning en afweer van pijnlijke gevoelens, waardoor vaak sprake is van acting out-gedrag, een schijnbaar onverschillige houding, waaronder zich veelal een drama afspeelt.

Dit proces wordt nog versterkt door het feit, dat het kind zich bewust niets meer kan herinneren van vroeger omdat het gaat om gebeurtenissen, die zich préverbaal (vóórdat het kind kan praten) hebben afgespeeld. De puber weet niet waarom het zich vervelend voelt en doet alles om deze gevoelens niet toe te laten.

- niet groot willen worden regressie naar een klein-kinderlijk niveau van functioneren
- depressie
- idealisering van eigen achtergrond/ras en afwijzing van adoptiegezin
- de rol van een volwassen man of vrouw afwijzen
- zelfbeschadiging
- onvermogen lichamelijke intimiteit toe te staan, seksuele problematiek
- seksuele problematiek

- identiteitsproblematiek
- problemen om het sterkere driftleven te integreren in het eigen belevingsniveau
- vage onlustgevoelens, somberheid

2. Veranderingen in de persoonlijkheidsontwikkeling:

De adolescentie is de periode, dat de jongere zich losmaakt van zijn/haar gezin, met alle tegenstrijdige gevoelens die daarbij horen:

Dit betekent enerzijds: vrijheid, autonomie, zelfstandigheid, anderzijds: verlies van de veilige beslotenheid van het gezin. Een adolescent wisselt vaak tussen enerzijds een verlangen naar volledige vrijheid en zelfstandigheid, anderzijds het verlangen naar geborgenheid, veiligheid, volledig geluk en naar één zijn met de ander of versmelting met de natuur.

De jongere heeft meer behoefte aan privacy, aan alleen zijn, maar komt hierin ook zichzelf veel meer tegen.

De jongere ontdekt wie hij/zij zelf is, los van de ouders, los van het gezin, los van de vertrouwde omgeving.

Bij de geadopteerde jongere zien we hier vaak heel veel problemen ontstaan:

De losmaking uit een veilige hechting zal anders verlopen dan uit een onveilige hechting.

Een onveilige hechting kan globaal op twee verschillende manieren tot uiting komen: ofwel te weinig band, ofwel te afhankelijk en klampend.

Een kind, dat te weinig band heeft gehad met zijn ouders, het z.g. vermijdend gehechte kind, heeft vaak een gedrag ontwikkeld van: ik heb niemand nodig, ik kan het allemaal wel alleen, kom niet te dicht bij me, raak me niet aan, ik kan het met iedereen vinden, etc.

Dit zijn vaak kinderen, die in het land van herkomst geen band ontwikkeld hebben met een verzorger, te weinig vriendelijk contact hebben ervaren, waardoor het al heel vroeg in de ontwikkeling een soort overlevingsgedrag heeft ontwikkeld van:

"Ik red het zelf wel". Dit kind zal zich niet meer zo gemakkelijk toevertrouwen aan een ouder en altijd proberen zijn eigen boontjes te doppen

Dit kind zal zich in de veilige en gestructureerde omgeving van de lagere school, waarin alles nog redelijk overzichtelijk is zich nog redelijk kunnen aanpassen, ook al zal dit veel problemen opleveren. Dit kind zal echter de normen en waarden van de ouders en het gezin vaak niet echt in zich opnemen, maar nog meer reageren op de gevolgen die bepaald gedrag opleveren. Als dit kind in een situatie verder van huis komt, op een school waar alles vrijer is, waar andere waarden en normen gelden, dan kunnen in deze losmakingperiode soms zeer veel problemen ontstaan: het kind doet dan alles, waar het zin in heeft: het lust - onlustprincipe geldt dan. Dit samen met toegenomen driften, minder controle over eigen impulsen, kan deze fase tot een moeilijke en turbulente periode maken.

Om goed te kunnen inschatten wat "normaal" is of niet is het altijd belangrijk om naar de hele levensloop van het kind en het gezin te kijken:

- Hoe is de hechting tot nu toe verlopen, wat is er gebeurd met het kind vóór de adoptie, hoe is de hechting in het gezin verlopen, met vriendjes, met andere volwassenen? Waren er vaste vriendschappen of veel losse contacten;

Om na te gaan of de hechting redelijk is verlopen tot nu toe zijn de volgende vragen van belang over de periode vóór de puberteit:

- Heeft het kind zich ooit bij iemand op zijn gemak gevoeld
- Kan het kind zich alleen vermaken
- Kan het kind zich toevertrouwen aan iemand of moet het altijd alles controleren

- Kan het kind zich aanpassen aan regels of is er altijd strijd
- Kan het kind hulp vragen, troost zoeken als het nodig is of is het een "zelfdoener" ten koste van alles
- Kan het kind uitstel verdragen of wil het onmiddellijk zijn zin hebben
- Kan het kind zijn behoeften uiten of probeert hij alles op zijn eigen manier op te lossen
- Kan het kind zijn/haar eigen gevoel waarnemen en uiten
- Hoe gaat het kind met tegenslagen om

Een kind, dat te afhankelijk is geweest van de ouders, klampend en eisend was in de relaties, heeft een besef ontwikkeld van:

ik kan het niet alleen,
 ik voel me onzeker,
 ik durf nergens aan te beginnen,
 ik voel me onzeker,
 ik voel me afhankelijk,
 ik durf niet alleen te zijn,
 ik word boos als ze niet doen wat ik wil,
 ik kan het niet,
 ik ben bang het fout te doen etc. etc.

Een overlevingsstrategie kan zijn:
 ik pas me aan in alles, dan loop ik de minste risico's

Dit kind heeft in het land van herkomst vaak wel vertrouwensfiguren gekend, maar deze zijn niet gebleven, er waren te veel wisselingen, het contact was te weinig voorspelbaar, te onregelmatig, te bedreigend, te weinig continu.

Vaak zijn er veel verliezen en verlatingen geweest, zonder dat er gelegenheid was om dit binnen een vertrouwensrelatie te verwerken.

Deze kinderen komen in de puberteit vaak in conflict met hun gezonde losmakings- en onafhankelijkheidswensen. Je losmaken betekent dan voor deze kinderen: volledige verlating, eenzaamheid, angst, hulpeloosheid, machteloosheid; gevoelens, die het kind vaak nog meedraagt vanuit de eerste jaren waarin losmaking volledige verlating heeft betekend.

Deze jongeren raken in een groot innerlijk conflict verwickeld tussen hun behoefte aan veiligheid en behoefte aan zelfstandigheid.

Symptomen, die dan vaak gezien worden zijn:

- depressie
- schoolfobieën
- concentratieproblemen
- regressie naar een kinderlijker stadium
- anorexia
- problemen in relatie met vriendjes/vriendinnetjes
- onzekerheid/faalangst
- slaapproblemen
- psychosomatische problemen
- vage onlustgevoelens, gevoel van leegheid/verveling
- weglopen
- sterk wisselend stemmingen
- zich vastklampen aan vriendjes/vriendinnetjes

- geen frustraties kunnen verdragen.
- op zoek naar eigen wortels,
- loyaliteitsconflicten
- problemen in het vinden van een eigen identiteit

Om de ernst van de situatie te kunnen beoordelen is dus belangrijk:

- hoe gaat de jongere met tegenslagen om
- kan hij/zij spelen, relativieren, doen alsof, heeft hij/zij gevoel voor humor
- kan de jongere alleen, op zichzelf zijn
- kan hij/zij uitstel verdragen
- kan de jongere anticiperen, zich ergens op instellen, afstand nemen van een situatie
- hoe is de realiteitstoetsing, in hoeverre kan de puber de werkelijkheid onder ogen zien, of leeft hij in een schijnwereld, of ideaalwereld.

3. Ouder-kind-relatie

In de puberteit worden de banden tussen ouders en kinderen losser en wordt het accent van emotionele relaties verlegd naar relaties met leeftijdsgenoten. Afhankelijk van de kwaliteit van die relaties binnen het gezin zal dit proces meer of minder soepel verlopen.

In de losmakingperiode tussen de jongere en de ouder(s), leven vroegere ervaringen opgedaan in de kindertijd met volwassenen weer op in de relatie tussen ouders en kind. Dit heeft zowel een voordeel als een nadeel:

Voordeel kan zijn, dat de puberteit als het ware een tweede kans kan zijn om problemen in de relatie van vroeger nu op een andere manier op te lossen.

Nadeel echter is, zeker bij adoptiekinderen, dat alle onverwerkte gevoelens ooit opgedaan in de relatie met volwassenen (dus ook met afwijzende, verwaarlozende, of mishandelende volwassenen) weer oplaaien en op het dak van de adoptiefouders terechtkomen. Het kind wordt soms overweldigd door gevoelens van boosheid, angst om in de steek gelaten te worden, verdriet etc. en zal dit, zeker binnen een redelijk goede band met de ouders, op hen projecteren, omdat deze gevoelens opduiken in relatie met deze ouders. Het is dan altijd heel moeilijk om te onderscheiden wat nu werkelijk met deze relatie te maken heeft en wat te maken heeft met vroegere ervaringen met andere verzorgers en volwassenen. Zeker als het kind vóór zijn derde/ vierde jaar is geadopteerd, geen bewuste herinneringen meer heeft, dan worden alle tegenstrijdige gevoelens beleefd in relatie tot deze adoptiefouders.

Ook voor de ouders is het in deze periode vaak moeilijk te onderscheiden in hoeverre andere, b.v. onverwerkte kinderloosheid meespelen in de relatie met het kind.

De puberteit is de fase van de toetsing, van wat ben je nu eigenlijk echt waard, hoe sterk of hoe zwak ben je. Elke "zwakke" plek, zowel bij het kind als de ouders zal meestal op tafel komen; vaak pijnlijker, dan je zou willen.

Het is dus belangrijk om in deze fase als ouders bij jezelf na te gaan, welke factoren meespelen in je eigen reactie op het losmakingproces van de puber zoals:

- In hoeverre en op welke manier heb je je van je eigen ouders losgemaakt
- Ben je in staat om de realiteit van het geadopteerd zijn van je kind onder ogen te zien
- Kun je de reacties, die misschien niet met jou persoonlijk te maken hebben, respecteren

en in het juiste daglicht beschouwen

- Ben je in staat kritisch naar je eigen emotionele reacties op de puber te kijken en bereid daarin je eigen aandeel onder ogen te zien
- Kun je het kind de ruimte geven om op zijn eigen manier het geadopteerd-zijn te verwerken, zonder hierbij al te veel je eigen emoties de boventoon te laten voeren
- Ben je in staat om hulp te zoeken, als blijkt, dat het losmakingproces geblokkeerd wordt of uit de hand dreigt te lopen
- Ben je in staat om je eigen incasseringsvermogen in te schatten en hierin op tijd grenzen te stellen
- Ben je in staat om de dubbele boodschappen van het kind te ontcijferen en niet alleen op de inhoud van het verhaal, maar ook op de manier waarop dingen gezegd worden te letten
- Ben je in staat om de afwijzing van het kind te relativiseren en op zijn juiste waarde te schatten.
- Ben je in staat om de loyaliteitsconflicten van de jongere te herkennen en te accepteren.

Bovenstaande factoren lijken misschien bovenmenselijk maar het belangrijkste is om enerzijds de puber te ruimte te geven zijn/haar eigen waarheid te vinden, anderzijds jezelf serieus te nemen zowel je mogelijkheden en alsook je beperkingen.

4. Vriendschappen en verliefdheden.

De adolescent zal de ervaringen, die het als kind heeft opgedaan, meenemen in het aangaan van relaties met leeftijdsgenoten, zowel met de eigen sekse, als met het andere geslacht.

- Zal hij vooral controlerend en dominant zijn in het contact of afhankelijk en volgzaam
- Zal hij voor zichzelf durven opkomen of overgeleverd aan wat anderen doen en denken
- Zal hij lichamelijke intimiteit kunnen verdragen of levert dit veel afweer en angst op
- Is hij in staat om anderen aan te voelen, empathisch te zijn of reageert hij altijd precies verkeerd
- Is hij in staat om zelf te voelen, wat hij nodig heeft of zal hij een onecht zelf ontwikkelen
- Is hij in staat om grenzen aan te geven, zichzelf te beschermen of laat hij over zich heen lopen
- Durft hij initiatief te nemen in het contact of is hij afhankelijk van de anderen
- Is hij in staat om de eigen seksualiteit in relatie met anderen te beleven, of blijft dit geïsoleerd.

Sommige adolescenten, die b.v. als kind meer met leeftijdsgenoten zijn opgetrokken dan met volwassenen zijn soms meer in staat zich toe te vertrouwen aan leeftijdsgenoten dan aan volwassenen. Dan biedt deze fase soms mogelijkheden om toch nog oude onverwerkte trauma's te verwerken buiten het gezin. Het is belangrijk, dat jongeren deze ruimte dan krijgen.

Samenvattend:

De adolescentie is een periode van grote veranderingen, zowel voor de adolescent als voor de ouders en het gezin.

Dit betekent enerzijds risico's, anderzijds nieuwe kansen:

Zowel voor de ouders als voor de adolescent.

Voor geadopteerden geldt:

- ontdekken van eigen lichamelijkeid en seksualiteit
- je los maken van ouders

Voor de ouders geldt:

- incasseringsvermogen
- gevoel voor humor en relativering
- respect en ruimte voor het eigene van het kind: zowel aandacht voor het "niet-eigen", het onbekende, en "vreemde", als voor dat deel van het kind, dat is ontstaan in relatie met dit adoptiegezin.
- bereidheid eigen grenzen onder ogen te zien en eventueel hulp te zoeken.