

Wat is hechting?

Als baby en jong kind ben je afhankelijk van volwassenen, meestal je ouders. Zij zorgen voor je en houden van jou en zo bouw je samen een vertrouwelijke band op. Je leert daardoor dat jij de moeite waard bent. Vol vertrouwen ga je nieuwe situaties aan, omdat je weet dat je altijd op hen terug kunt vallen bij gevaar. Dat noemen ze een 'veilige hechting'.

Soms is er in het opbouwen van die hechtingsband met een volwassene iets niet goed is gegaan. Er is te weinig vertrouwen gegroeid. Je hebt het gevoel dat je niet op elkaar kunt rekenen. Dat noemen ze een 'onveilige hechting'.

Wat zijn de gevolgen van een onveilige hechting?

Je kunt er veel last van hebben in je ontwikkeling. Want bij elke nieuwe situatie in je leven, ga je twifelen of je het wel aankunt en of je de mensen om je heen wel kunt vertrouwen. Daardoor kun je moeilijkheden krijgen in het omgaan met andere mensen. Een goede band opbouwen kost veel tijd; weken, maanden, misschien wel jaren. Sommige kinderen met hechtingsproblemen denken bij nieuwe mensen al na een paar minuten dat ze een goede band met iemand hebben. Ze behandelen die meteen als hun beste vriend en ze verwachten meteen ook een grote vriendschap terug. Dat loopt meestal verkeerd af. Dat komt omdat ze door de hechtingsproblemen nieuwe situaties niet goed kunt inschatten. Sommige kinderen zijn bang geworden voor alweer een nieuwe teleurstelling en gaan zich daarom anders gedragen. Soms trekken kinderen zich dan erg terug. Ze maken bijna geen contact meer en worden angstig en onzeker. Andere kinderen worden juist heel druk en onrustig en doen waar ze zelf zin in hebben. Kinderen kunnen zich van binnen leeg, verdrietig of kwaad voelen. Ze krijgen het gevoel dat ze niks waard zijn en dat niemand iets om hen geeft.

Wat is een onveilige hechting

Er worden drie vormen van onveilige hechting genoemd:

- Geen hechting: je hebt nooit geleerd een goede band op te bouwen met een opvoeder. Je hebt niet geleerd een ander te vertrouwen. De enige die jij vertrouwt ben je zelf, maar erg veel vertrouwen in jezelf heb je ook niet.
- een verstoorde hechting: je hebt je wel gehecht aan iemand, maar tijdens het vormen van die band is er iets mis gegaan. Je hebt daardoor niet geleerd om op een ander te kunnen bouwen.

- een verbroken hechting: iemand waar jij je aan gehecht hebt is plotseling verdwenen. Dit kan zijn door ziekte of dood. Door scheiding van je ouders of omdat je zelf uit huis geplaatst bent of anders. Je blijft daardoor wantrouwig in nieuwe relaties.

Een onveilige hechting kan verschillende oorzaken hebben

- Het kan aangeboren zijn. Als pasgeboren kind reageer je dan niet op je ouders zoals andere baby's doen.

- Het kan zijn dat je te vroeg geboren bent, een handicap hebt of ziek bent. Je kunt een moeilijk karakter hebben, bijvoorbeeld als je driftig of angstig van aard bent. Voor ouders is het dan moeilijker om je op te voeden.

- Het zijn dat het door ouders/ verzorgers komt. Misschien waren ze niet van plan om een kind te krijgen. Of hebben ze zelf te grote problemen (gehad) om een kind op te kunnen voeden. Het kan zijn dat één van de ouders weg is gegaan. Dit kan tijdelijk zijn geweest, bv door ziekte. Maar het kan ook door dood of scheiding. De andere ouder kan daar zo verdrietig van geweest zijn, dat het opvoeden van een kind daar onder geleden heeft.

- Het kan ook aan de omgeving liggen. Misschien ben je in een oorlog geboren op een gevaarlijke plaats in een huis waar veel kapot was. Of zijn er veel ruzies geweest tussen je ouders of in de familie. Het kan zijn dat er te weinig geld was om goed voor je te zorgen.

Als er verschillende oorzaken samenkomen maakt dat de kans op hechtingsproblemen groter.



www.haptonomieutrecht.nl/studies.html

Voor ouders/opvoeders

Ouders kloppen vaak al vroeg aan bij de hulpverlening omdat ze merken dat er iets niet goed is met het kind. Maar al te vaak worden ze dan weer weggestuurd, omdat er niet ontdekt wordt wat er aan de hand is met het kind. Dat is frustrerend voor ouders en de problemen van het kind worden er alleen maar groter door.

Ouders hebben vaak het gevoel dat ze hun kind niet kunnen bereiken en dat het toch niet meer uithaalt wat ze zeggen of doen.

Lees de folder: "Hou me (niet) vast"

Je kunt die vinden op www.bodemloos.com (klik links in de balk op scripties en dan op folder)

Hoe kun je symptomen van kinderen herkennen?

Babyleeftijd:

Ontroostbaar, onrustig, ouders weten niet waarom. Wil niet geknuffeld worden., verstijft bij oppakken, wendt zich niet naar ouders toe, maar keert zich af.

Peuterleeftijd:

- Ontremde peuter: trekt zich niets van ouders aan, lijkt gevoel- en emotieloos. Ouders hebben het gevoel 't kind niet te bereiken. Beloning of straf maakt niets uit.

- Passieve peuter: komt niet naar ouders bij pijn, gaat niet huilen zoekt geen troost. laat zich verzorgen en mee spelen zonder er plezier aan te beleven.

Basisschoolleeftijd:

- Driftenkind: eist directe behoeftebevrediging. Kan niet wachten. Afspraken lukken niet. Voelt zich niet schuldig
- In schijn aangepaste kind: doet alles om geaccepteerd te worden, ontkent eigen behoefte. Probeert om de omgeving hetzelfde te houden, vaak door strakke rituelen. Soms een kritiekloos allemansvriendje.

- Het kind met twee gezichten: kind leidt dubbellevens. Een combinatie van eerste twee; in school totale aanpassing en thuis een beest (of andersom). Uitspelen van mensen in de ene/andere wereld tegen elkaar.

- Het agressieve kind: accepteert niet dat de wereld niet voldoet aan zijn behoeften. Reageert met boosheid en agressie zowel bedekt als openlijk bv. met de ogen fixeren van moeder, broekpoepen, uitdagend, pesten, schelden, liegen, vernielen, slaan en schoppen.

- Het kind dat het laat afweten: kind trekt zich geheel terug, wil liefst zo min mogelijk opgemerkt worden. Alle energie gaat daarin zitten. Gedachten aan de dood.

- Het kind dat nergens raad mee weet: kind is chaotisch. Kan geen orde vinden in de eigen behoeften en de eisen van anderen / de omgeving (gedesoriënteerd).

- De intellectualist: kind richt zich op leren/presteren en kan dat goed. Ontkent gevoelens van onveiligheid/niet geborgen zijn. Wordt niet graag aangehaald, ontwijkt ouders. Motorische ontwikkeling blijft vaak achter, vaak onhandig en stuntelig

Hoe kunnen school en thuis goed samenwerken?

Het opvoeden van kinderen met een hechtingsstoornis is uitputtend. Ouders en school kunnen elkaar daarbij ondersteunen en samen de moed erin houden. Voor de ouders is het door voorafgaande zware jaren moeilijk te geloven, dat het met hun kind ook goed kan gaan. Er moet in hun hoofd een soort knopje om, anders kunnen ze nooit opnieuw beginnen. En écht opnieuw beginnen kan ook niet. Je kunt een kind van 12 jaar niet weer behandelen als een baby. Maar je kunt wel samen dingen doen die te maken hebben met het fijn bij elkaar zijn. Zoek vooral naar dingen om lichamelijk samen bezig te zijn. Zwemmen, wandelen met de hond, Koken, muziek, tuinwerk, etc.

Handvaten voor thuis en school :

- Zorg voor kleine doelen, dan kan het kind succes hebben
- Beloon het kind bij 'gewoon' doen. Dat is al heel wat!
- Ga niet wanhopen als er een terugval is. Dat hoort erbij.
- Kijk wat de belangstelling heeft van je kind of waar hij/zij goed in is. Stimuleer en volg dat.
- Benoem ongewenst gedrag zo neutraal mogelijke en geef meteen aan wat gewenst gedrag is.
- Wees duidelijk in wat je wilt. Spreek af wanneer je beschikbaar bent en hou je aan de afspraken.
- Leg steeds oorzaak en gevolg uit van het gedrag
- Oefen met het kind nieuwe, betere oplossingen in moeilijke situaties.

Wat nog belangrijk is om te weten

Vroeger waren ze bang, dat kinderen met een onveilige hechting asociale volwassenen of volwassenen met psychische problemen zouden worden. Nu weten ze dat als de opvoeders zeer expliciet gevoelig, ontvankelijk en responsief zijn, het kind alsnog de geborgenheid en veiligheid die het eerder miste, kan ervaren en zich van daaruit verder ontwikkelen. Tot zes jaar kan de hechting weer hersteld worden. Daarna is er zeker verbetering, maar het duurt langer en er is meer kans op terugval.

Behandeling

De meest effectieve methode met jonge kinderen is Video Interactie Begeleiding en met oudere kinderen Ouder- kind therapie. Zoek een specialist op, kijk daarvoor op de aangegeven websites. Het is belangrijk dat er zo vroeg mogelijk met de behandeling gestart wordt. Hoe ouder het kind al is, hoe moeilijker en langduriger de behandeling.

Is er een vereniging voor mij of voor mijn ouders?

Ja er is een vereniging genaamd De Knoop



Ook is er een oudervereniging: De Cirkel



Verder is er ook een oudervereniging speciaal gericht op gezinsproblematieken door adoptie: LOGA



Waar kan ik hulp vragen?

- School
- Huisarts
- Schoolarts

Waar kan ik meer informatie vinden over hechten?

Internetsites:

www.hechtingsstoornis.nl

www.deknoop.org

www.hechtingsstoornis.info : De Cirkel

www.meebijdehand.nl (typ bij zoek: hechting)

www.bodemloos.com (klik: scripties/dan folder)

www.klimop.penninga.com (klik op hechting)

www.overschatten.nl (adoptie)

www.loga.info (adoptie)

Boeken:

- Als hechten moeilijk is; Giel Vaessen
- Hou mijn hand vast; Carl G

In opdracht van de
Gespecialiseerd Leraar Opleidingen



Speciaal Onderwijs Tilburg

Serie: Ouder/kindbrochures

Hechting



www.haptonomieutrecht.nl/studies.html



Patrick vd Broek 2007