

Gezien en begrepen voelen



Hennie Zwanenburg,
preventiemedewerker Stichting
De Vluchtheuvel

Joanne en Mark komen thuis uit school. Joanne straalt en vertelt enthousiast, Mark kijkt somber. Moeder wacht hen op en vraagt hoe hun schooldag is geweest.

Opvoeden vraagt veel van ouders. Je moet het grootste deel van de tijd open staan voor je kind. Het is belangrijk dat je goed kunt zien wat je kind uitstraalt. Het is niet voldoende om te merken dat je kind overstuur is, je moet ook iets voelen als je ziet dat je kind verdriet heeft. Als je je kind goed kunt 'lezen', kun je het contact met je kind open houden en ervaar je je taak als ouder ook als plezierig. Het verschilt sterk per ouder hoe goed je in staat bent om je kinderen te 'lezen'. Als een ouder problemen heeft met de verwerking van deze communicatie met een kind, kan dat stress of problemen met de hechting veroorzaken.

Lezen van gedrag

Het is belangrijk dat je als ouder aanvoelt wat je kind nodig heeft. Je zult signalen en gedrag van je kind moeten begrijpen en daar een gepaste reactie op moeten geven. Dit wordt emotionele beschikbaarheid genoemd. Een emotioneel beschikbare ouder zal zijn reacties 'goed genoeg' afstemmen op de eigenheid van het kind. Maar dit is niet eenvoudig als het om moeilijk invoelbaar, moeilijk af te lezen en/of moeilijk hanteerbaar gedrag gaat. Achter gedragsproblemen, zoals agressie, schuilt dikwijls hechtingsproblematiek.

Het is belangrijk dat je als ouder aanvoelt wat je kind nodig heeft.

Het is belangrijk dat we de 'taal' van een kind verstaan. Dat we proberen achter dit gedrag te kijken en als opvoeder, leerkracht of ambtsdrager te zoeken naar wat dit kind nodig heeft om zich wél veilig te voelen. Het gaat er bijvoorbeeld niet om om alle gedrag goed te keuren. Maar wanneer u kennis draagt van problemen in het gezin, kunt u dan als ambtsdrager ook achter de brutaliteit van die catechisant kijken? Wanneer zijn vader zijn vertrouwen geschaad heeft door een buitenechtelijke relatie, kan er ook een hoop stuk zijn bij deze jongen in de relatie met zijn vader. Natuurlijk stelt u als ambtsdrager grenzen aan het gedrag van deze jongere, maar na afloop van de catechisatieles hebt u gelegenheid om in een persoonlijk gesprekje echt te laten blijken dat u om deze jongere geeft en dat u begrijpt dat hij het niet altijd gemakkelijk heeft.

Belemmeringen bij hechting

Waarom ontstaat soms die goede hech-

ting niet? Het kan zijn dat ouders sterk met zichzelf bezig zijn. Of dat er omstandigheden in het gezin zijn waardoor ouders dit niet kunnen bieden. Er kan bijvoorbeeld sprake zijn van ziekte of een handicap, of er gaat veel aandacht naar een ander kind of naar één van de ouders. Ook kan het zijn dat ouders zelf niet het goede voorbeeld hebben gekregen en zelf niet veilig gehecht zijn. Dan is het voor ouders moeilijk om goed op hun kind af te stemmen en kunnen ze onvoldoende voorzien in de behoefte van het kind.

Een jong kind heeft ouders nodig die steeds het gevoel geven dat hun nabijheid veilig en plezierig is. Als een kind zich niet veilig voelt, heeft dat veel gevolgen voor de rest van zijn leven. Juist in de jonge kinderjaren worden zijn hersenen gevormd voor het omgaan met stress en sociaal-emotionele problemen. Als een kind in zijn kindertijd veel stress heeft meegemaakt, is dat een risicofactor voor middelenmisbruik en verslaving.

Hechting bij volwassenheid

Ook als we volwassen zijn, speelt hechting een rol. We blijven behoefte hebben om gezien te worden, om verbinding met anderen te ervaren. Juist als er sprake is van stress, pijn of uitgeblust zijn, heb je behoefte aan de nabijheid van iemand anders. Juist op die moeilijke momenten is het belangrijk dat er iemand is die je kent, die je begrijpt en steunt.

Wat is het van belang om ook als gemeentelid daar oog voor te hebben. Laat de gemeente een veilige haven zijn, een plek waar men zich gezien en gehoord voelt. En als er toch een patroon van onveilige hechting ontstaan is? Iemand kan nieuwe ervaringen opdoen in een veilige, betrouwbare relatie. Zodoende is er hoop voor personen die onveilig gehecht zijn. Laten we de Heere vragen om in de middellijke weg voor zulke jongeren, maar ook volwassenen, tot zegen te mogen zijn. **IS**

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met hzwaneburg@stichtingdevluchtheuvel.nl Stichting De Vluchtheuvel organiseert samen met de JBGG, CGO en Helpende Handen opvoedingsavonden. Wij kunnen ook over dit thema een (opvoedings)avond in uw gemeente verzorgen.

(wordt vervolgd)