

Onveilig gehecht



In de vorige artikelen zijn we ingegaan op hoe het hechtingsproces verloopt. We hebben reeds benoemd dat het niet vanzelfsprekend is dat hechting goed verloopt. Uit onderzoek blijkt dat ongeveer 30 procent onveilig gehecht is.

Hennie Zwanenburg,
preventiemedewerker Stichting
De Vluchtheuvel

Wat blijkt ook hieruit dat de zonde diepe sporen trekt. Wat kan er een spanning ontstaan in relaties. Een kind dat altijd met harde hand is opgevoed, te vaak negatief benaderd is en alleen maar luistert naar ouders om de straf te ontgaan, bouwt geen veilige hechting op met zijn ouders. Wat staat dit ook in schril contrast met 'Geen vader sloeg met groter mededogen, op teder kroost ooit Zijn ontfermend ogen'.

Als een kind zich niet veilig voelt, kan het zich in zichzelf terugtrekken. Daardoor zal het sneller afwerend reageren op andere mensen. Soms kan een bepaalde toon in je stem of een negatieve gezichtsuitdrukking - zonder dat je je daarvan bewust bent - al deze afwerende reactie oproepen.

Als tegen dit kind in een andere situatie, bijvoorbeeld op school, gezegd wordt dat hij even voorzichtig moet doen, kan het al 'bevriezen'. Leerkrachten hebben daarom ook een signalerende functie. Het is goed dat u zich ervan bewust bent dat sterk teruggetrokken gedrag of juist het niet kunnen beheersen van agressie zijn oorzaken kunnen hebben in verstoorde hechting. Een kind dat in een stressvolle omgeving is grootgebracht, zal als hij volwassen is geworden ook snel tekenen van woede en

angst bij anderen zien.

Beschikbaar zijn

Een kind dat niet geleerd heeft dat zijn ouders beschikbaar zijn, probeert zoveel mogelijk contact te vermijden. Of als een kind niet gestimuleerd is om dingen te ondernemen, kan het juist sterk afhankelijk van ouders worden. Het kind raakt in paniek wanneer de opvoeder uit het blikveld verdwijnt.

Als een kind mishandeld wordt door zijn ouders, is dat verwarrend voor het kind. Het kind heeft de opvoeder nodig, maar de opvoeder is beangstigend. Dit kind kan bij niemand terecht en weet niet wat het moet doen.

Een kind met problemen in de hechting heeft weinig vertrouwen in zichzelf opgebouwd. Deze kinderen zijn op alles en iedereen gericht, behalve op zichzelf. Hij weet niet wie hij is. Ook heeft hij niet het vertrouwen dat hij op volwassenen terug kan vallen. Deze gevoelens over jezelf en anderen leiden tot gevoelens van onveiligheid en angst.

Weg van herstel

Voor deze kinderen is het belangrijk dat je laat zien dat je er voor hen bent. Laat zien dat jouw aanwezigheid veiligheid geeft.

Wees voorspelbaar en accepteer het kind zoals hij is. Zorg op school dat er een luisterend oor is en geef het gevoel dat hij er toe doet. Onderschat niet wat je voor een kind als onderwijsgevende betekenen kunt. Probeer eens echt met die leerling in gesprek te komen die zo teruggetrokken is en waarvan de vader al jarenlang manisch-depressief is. Als je betrouwbaar bent, kun je het kind daarmee veiligheid bieden. Je slijpt op die manier een ander 'spoor' in. Het kind doet positieve ervaringen op, waardoor hij weer een veilige basis kan opbouwen om op terug te vallen. Ook in een periode van stress kan hij terugvallen op deze veilige haven. Hij kan dus emotioneel 'bijtanken'.

Laat aan het kind weten dat je ziet wat hij onderneemt. Geef hem een knikje, een knipoog of laat met woorden horen dat je hem gezien hebt. Wij zijn snel geneigd om te vragen: 'Zit je lekker te kleuren?' Maar benoem juist wat je ziet. Zeg dus: 'Je zit een mooie kleurplaat te kleuren,' of 'Je bent verdrietig'. Het kind voelt zich hierdoor gezien en begrepen. Neem het gevoel van het kind serieus en ga samen op zoek naar oplossingen voor moeilijke situaties.

Wat als u zich als ouder herkent als het gaat om onveilige hechting? Of dat u zich ernstig zorgen maakt over een kind of over een gezin in uw omgeving? Blijf met deze zorg niet alleen lopen. Leg het de Heere voor, probeer het te delen met ouders en schakel zo nodig hulp in. Ingrijpen komt nooit vroeg genoeg en is op voorhand ook nooit te laat.

Laten we met alle vragen over hechting niet rusten voordat we mogen weten dat onze kinderen gehecht zijn als paarden aan de middelaarskroon van Koning Jezus. En hoe kunnen we ze als ouders ware geborgenheid en echte veiligheid bieden wanneer we zelf niet gezeten zijn in de schuilplaats des Allerhoogsten en vernachten in de schaduw des Almachtigen?

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met hzwanenburg@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)

