

Bouwstenenmodel hechting 2.0

Het bouwstenenmodel geeft handen en voeten aan het concept 'hechting'. Van dit in de jaren tachtig ontwikkelde hulpmiddel is een 2.0 versie gemaakt met andere accenten. De nieuwe opzet sluit aan bij de huidige tijdgeest. Een andere vernieuwing betreft het betrekken van de omgeving. Een praatplaat maakt het concept behapbaar voor de moderne ouder van nu.

Lonneke van Elburg en Stefanie van Ruijven

'Is hij wel goed gehecht?' is een vraag die wij regelmatig krijgen van ouders. Op het moment dat een kind of een gezin extra hulp nodig heeft, worden veel ouders overvallen door een gevoel van onzekerheid en twijfel. Vaak vragen ze zich op dat moment af of hun kind veilig gehecht is en of ze wel genoeg hebben gedaan om dit te bevorderen. Dit maakt 'hechting' ook een spannend thema. Hoe ouders ervoor kunnen zorgen dat hun kind veilig gehecht raakt, blijft voor het merendeel wat abstract. Het is onze ervaring dat de meeste ouders het liefst heel concreet willen weten wat zij kunnen doen om dit te stimuleren.

Bouwstenenmodel

Truus Bakker, een vooraanstaand hechtingstherapeut en onderzoeker, heeft een belangrijke rol gespeeld in het begrijpen en bevorderen van gezonde hechtingsrelaties tussen kinderen en hun verzorgers. Ze werd geïnspireerd door het baanbrekende werk van John Bowlby, een Britse psychiater en psychoanalyticus, die de theorie van hechting ontwikkelde.

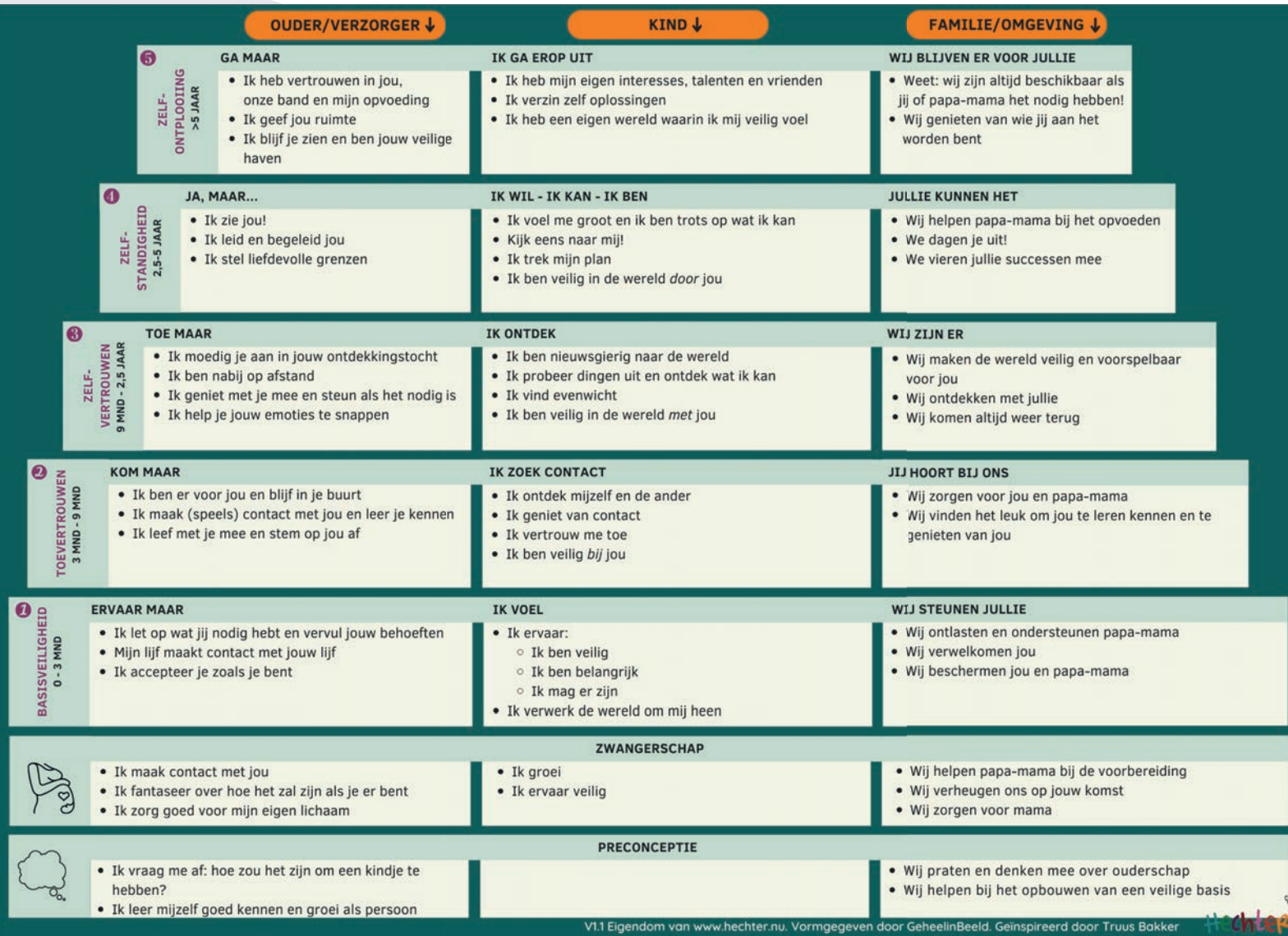
'Ouders zien in één oogopslag welke attitude past bij de behoefte van hun kind'

Bouwstenenmodel

Na uitgebreide bestudering van de interacties tussen ouders en kinderen kwam Bakker uiteindelijk tot een uniek concept: het bouwstenenmodel van de hechting.¹ Dit model ondersteunt niet alleen het identificeren van concrete ontwikkelingsstappen, maar maakt ook de bijbehorende behoeften van het kind zichtbaar. Bovendien

koppelde Bakker aan het model oudertaken die de ontwikkeling van een veilige gehechtheid in bepaalde gevoelige fasen ondersteunen. Hierdoor wordt de abstracte term hechting vertaald naar concreet te nemen stappen en helpende attitudes. De vijf bouwstenen zijn: basisveiligheid, toevertrouwen, zelfvertrouwen, zelfstandig en creatief.





Figuur 1: De ingevulde praatplaat grafisch weergegeven

Het model is bruikbaar voor psycho-educatie en maakt duidelijk waar eventuele hiaten in de gehechtheidsontwikkeling zitten. Daar komt bij dat het een hoopvol model is. Het vatten van hechting in bouwstenen maakt namelijk duidelijk dat gehechtheid niet statisch is. Met andere woorden: de ontwikkeling van een kind is op elk moment in beweging te brengen, waarbij de bouwstenen direct de juiste aanpak duiden.

Praatplaat

Het is eigenlijk verbazingwekkend dat dit model buiten de Nederlandse grenzen nauwelijks bekendheid geniet. Binnen onze cursus *Sherborne Samenspel* vormt dit model in de vorm van een praatplaat de basis van waaruit we naar hechting kijken. Het helpt ons te duiden welke bouwstenen sterk

zijn ontwikkeld binnen de ouder-kindrelatie en welke bouwstenen nog zwak zijn. Van hieruit bieden we in de cursus gerichte ouder-kindinteracties aan in de vorm van bewegings- en contactspellen om de hechtingsrelatie te versterken. Wel ontstond vanuit de veelvuldige uitwisseling met ouders en cursisten de behoefte het model van Truus Bakker iets aan te passen.

Nieuwe inzichten

Centraal in de aangepaste opzet staat een grafische weergave van alle bouwstenen, zie figuur 1. Hierin zijn ook

‘Model vertaalt de term hechting naar concreet te nemen stappen en helpende attitudes’

nieuwe inzichten verwerkt, onder meer over het taalgebruik, de zwangerschapsperiode en de ondersteunende rol van de omgeving rond een gezin. Ook is een versie gemaakt waarbij alle tekst in de blokken is weggelaten. Zo kan heel prettig met ouders een gesprek over hun persoonlijke invulling ontstaan, dus met eigen bewoordingen en tekeningen passend bij de taal en denkwijze van het gezin.

Aangepaste taal

Sommige bewoordingen van de originele versie vonden wij lastig voor



‘Via de praatplaat kan een prettig gesprek over persoonlijke bouwstenen ontstaan’

ouders. We merkten dat de taal voor hen te veel vakjargon bevatte en soms een gevoel van falen oproep. We wilden juist dat de woorden aansprekend en begrijpelijk waren. Daarom hebben we andere accenten gelegd en voor de duidelijkheid alles in de ‘ik-vorm’ geformuleerd. En het werkt! Heel mooi is het om te zien hoe ouders nu in één oogopslag kunnen zien welke attitude past bij de ontwikkelingsfase of behoefte van hun kind.

Bestellen

Wij ontwikkelden onze versie oorspronkelijk voor gebruik binnen onze cursussen. Op het moment dat wij kenbaar maakten dat wij hiermee bezig waren, toonden ook andere zorgprofessionals interesse en hebben we besloten hem beschikbaar te stellen voor gebruik door anderen. Het bouwstenenpakket, met inbegrip van bijhorende webinar, is te bestellen/koop via het aanmeldformulier op www.hechter.nu Er is ook een Engelstalige versie die we in samenwerking met onze internationale collega's hebben gemaakt.

Invloed zwangerchap

We weten inmiddels dat de fase van de zwangerschap en zelfs de tijd daarvoor, van invloed is op de ontwikkeling van het kind en de gehechtheidsrelatie met de ouders. Dit inzicht is toegevoegd aan de eerste ontwikkelingsfase in de praatplaat. Dit betekent dat bijvoorbeeld de volgende vragen besproken kunnen worden: *Hoe denk jij als jonge vrouw over hoe jij zou zijn als moeder?* Of in een verdere fase: *Hoeveel stress was er in de zwangerschap? Heeft je kindje veilig kunnen groeien?*

Netwerk rond gezin

Een andere aanpassing is dat het model nu erkenning geeft aan het belang van het netwerk om het gezin heen. We willen ouders bovendien ontschuldigen als het niet is gegaan zoals gewenst. Te meer daar een kind in zijn ontwikkeling niet alleen gesteund en gestimuleerd wordt vanuit de primaire opvoeders, maar ook vanuit de omgeving om het gezin heen. Dit kunnen familieleden zijn, maar ook de leidster bij de kinderopvang, goede vrienden, de verpleging in het ziekenhuis of de

buren. Wellicht hebben de ouders zelf ook iets gemist aan support, waardoor de gezinssituatie extra kwetsbaar is geworden. Daarnaast spelen kindfactoren hierin natuurlijk een rol. Als een kind beperkt is in het nemen van bepaalde ontwikkelingsstappen, vraagt dit meer van de ouders én van het netwerk. Met als gevolg dat het soms, ondanks alle inspanningen, niet lukt om die bouwsteen helemaal stevig neer te zetten. Deze drie pijlers, dus opvoeders / kind / omgeving – zijn nu gelijkwaardig opgenomen in het model.

Evenwicht

Elke ontwikkelingsstap is even belangrijk en elke bouwsteen van het kind is wat ons betreft even groot. Dat neemt niet weg dat de betrokkenheid en taak van zowel ouders als omgeving in eerste instantie heel groot is en naarmate het kind opgroeit steeds een beetje kleiner wordt. Ook dit aspect is in de nieuwe grafische weergave meegenomen. Tenslotte behelst Bouwsteen 5, creativiteit vanaf vijf jaar, naar ons idee meer dan alleen zaken als knutselen en dergelijke. Daarom hebben wij deze bouwsteen omgedoopt in ‘zelfontplooiing’.

Schrappen gevaarsignalen

Uiteindelijk hebben we na veel wikkelen en wegen ervoor gekozen om de tegenhangers van de gezonde gehechtheid – zoals Truus Bakker deze had geformuleerd – weg te halen uit de praatplaat. Het is toch best schrikken als ouder om te lezen dat je kind misschien wel ‘basale angst’ of ‘wantrouwen’ heeft. En dat dit wellicht komt doordat jij als ouder ‘vaag’ of ‘verwaarlozend’ was. Dit zijn gevaarsignalen die ouders direct veel stress bezorgen of een bedreiging voor de vertrouwensband met de hulpverlener kunnen zijn.

Onze visie is dat er altijd sprake moet zijn van een parallel proces van veilig-



Strijd

Moeder Francien heeft veel problemen met haar dochtertje Mia van 6, die veel zelfbepalend gedrag vertoont. Vooral bij spannende momenten is er alleen nog strijd tussen moeder en dochter. Samen zijn ze in een vicieuze cirkel terechtgekomen van negativiteit. Terwijl we met Francien naar de praatplaat kijken, nemen we samen de ontwikkeling van Mia door. Francien geeft aan dat vlak na de geboorte van Mia haar man haar verlaten heeft; dit heeft zoveel stress en verdriet opgeleverd dat Francien in een depressie raakte. In deze periode is zij ook het contact met veel gezamenlijke vrienden verloren en was ze vooral bezig met overleven. Inmiddels is Francien weer opgeknapt en heeft ze een nieuwe partner gevonden die veel om Mia geeft. Al pratend over de ontwikkelingsstappen komen we samen tot het inzicht dat op momenten die spannend zijn voor Mia we duidelijk kunnen zien dat zij extra behoeftes heeft. Dit geldt met name voor de eerste en tweede bouwsteen: *basisveiligheid* en *toevertrouwen*. De kwetsbare kant van Mia (ben ik wel goed genoeg, mag ik er zijn) wordt op die momenten extra geraakt. Maar omdat Mia het ook spannend vindt om dit te laten zien, overcompenseert zij in *zelfstandigheid*, de vierde bouwsteen (ik kan het zelf, nee het zit zo!). Dit 'eigen willetje' ontlokt bij moeder ook het oudergedrag van de vierde bouwsteen (Ja, maar.....).

Door dit inzicht is Francien op moeilijke momenten veel meer gaan kijken naar de onderliggende behoeftes van Mia en hierop gaan afstemmen: Ik zie jou! Jij vindt dit moeilijk en ik ben er voor je te allen tijde... Hierdoor beseft Francien dat Mia eigenlijk nog veel hulp nodig heeft bij het reguleren. Een kleine aanpassing in aanpak maakte voor hen een wereld van verschil.

heid. Dat betekent dat bij het bespreken van het model met de ouders ook hun eigen bouwstenen aandacht verdienen om de ouders veiligheid en vertrouwen te geven. Het is onze ervaring dat ouders meestal vanuit positieve bewoordingen zelf tot het inzicht komen wat hun kind door de omstandigheden waarin de ouder toentertijd zat - mentaal of praktisch - kan hebben gemist. Blijkt er juist wel de behoefte om vanuit het gedrag te kijken naar de ontwikkelingsfase van het kind, dan kan de hulpverlener hiervoor het toelichtende inspiratieboekje gebruiken dat wij bij de bouwstenen hebben geschreven.

Exit 'hechting'

En dan de naam.... De term 'hechting' heeft al heel wat stof doen opwaaien. Wat is hechting en wat is het niet? Moeten we het nog wel hechting noemen? Bovendien zagen we bij ouders de stress al toenemen bij enkel het horen van deze term.

Onnodig, want de bouwstenen gaan vooral over de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen en wel met betrekking tot de verbinding met de voor hen belangrijke anderen. We hebben het woord 'hechting' daarom weggelaten.

Al met al is het door Truus Bakker ontwikkelde model nog altijd actueel, te meer daar alle bouwstenen ondersteund worden door recente wetenschappelijke inzichten. Wij zouden eenieder die met kinderen werkt dan ook aanraden zich hierin te verdiepen en hier - net als wij - een inkleuring aan te geven die passend is binnen jouw werkveld. ●

1. Bakker-van Zeil, T. (2005). Hechting in diagnostiek en behandeling

Drs. Lonneke van Elburg en drs. Stefanie van Ruijven zijn eigenaars en hoofdopleiders van Hechter! – Trainingsbedrijf voor professionals in zorg en onderwijs (hechter.nu). Met dank aan Kayleigh Keulers – Geheel in Beeld voor de vormgeving.