

# Gehechtheid

# Basisveiligheid

# Basisvertrouwen



## Begeleiding en behandeling

Een handreiking voor begeleiders en behandelaren



# Gehechtheid

# Basisveiligheid

# Basisvertrouwen

## **Begeleiding en behandeling**

Een handreiking voor begeleiders en behandelaren



**Sandra Zaal**

*Gz-psycholoog/orthopedagoog-generalist*

**Margriet Boerhave**

*Video-interactie begeleider, trainer/coach*

2e herziene druk, maart 2022

Deze publicatie is op te vragen bij Cordaan en digitaal beschikbaar via de website van Cordaan. Voor overname en gebruik van tekst uit deze publicatie dient u contact op te nemen met de auteurs.

[www.cordaan.nl](http://www.cordaan.nl)

# Inhoudsopgave

<b>Voorwoord</b>	<b>7</b>
<b>Inleiding</b>	<b>8</b>
<b>1 Gehechtheid</b>	<b>10</b>
<b>2 Veilige gehechtheidsrelatie</b>	<b>13</b>
2.1 Cirkel van veiligheid	13
2.2 Het intern werkmodel	14
<b>3 Onveilige gehechtheidsrelatie</b>	<b>19</b>
3.1 Cirkel van beperkte veiligheid	20
3.2 Het intern werkmodel ('eigen ik')	21
3.3 Het intern werkmodel relaties	22
<b>4 Doel en inhoud van begeleiding en behandeling bij gehechtheidsproblemen</b>	<b>26</b>
4.1 Cirkel van veiligheid	30
4.2 Het intern werkmodel ('eigen ik')	32
4.3 Het intern werkmodel relaties	34
<b>5 Begeleider en behandelaar: Zorg goed voor jezelf en elkaar</b>	<b>37</b>
<b>Tot slot</b>	<b>40</b>
<b>Bronnen en andere leessuggesties</b>	<b>42</b>
<b>Bijlage 1</b> Veilige gehechtheidsrelatie in kernwoorden	46
<b>Bijlage 2</b> Onveilige gehechtheidsrelatie in kernwoorden	49
<b>Bijlage 3</b> Interactievaardigheden voor basisvertrouwen en gehechtheid	52
<b>Bijlage 4</b> Overzicht Emotionele ontwikkeling in verbinding	54
<b>Bijlage 5</b> Hulpmiddelen bij diagnostiek, begeleiding en behandeling	55



# Voorwoord

In onze publicatie 'Emotionele ontwikkeling' (derde herziene uitgave 2022) staan de fasen in de emotionele ontwikkeling en de bijbehorende begeleidingsstijl centraal. In deze publicatie over gehechtheid hebben we de tweede fase van de emotionele ontwikkeling, waarin de gehechtheid centraal staat, nader uitgewerkt. Daarbij gaan we ook in op de gevolgen voor de verdere ontwikkeling.

In de afgelopen jaren is de belangstelling voor gehechtheid sterk gegroeid. Er is veel gepubliceerd en onderzoek gedaan naar de thema's trauma en gehechtheid in combinatie met de ontwikkeling van het brein.

Ook binnen ons werkveld, de verstandelijk gehandicaptenzorg (VGZ) merken we dat het belang en de uitwerking van het thema gehechtheid, de basis voor verschillende ontwikkelingsprocessen, nog zeer actueel is en steeds meer op de voorgrond komt te staan.

Hoewel deze publicatie in beginsel is geschreven voor onze eigen organisatie, is deze ook bruikbaar gebleken binnen andere organisaties in de VGZ en de GGZ, (forensische/ kinder)psychiatrie, (speciaal) onderwijs, kinderopvang, jeugd- en pleegzorg.

Deze uitgave is een herziene versie van de publicatie uit 2009. De inhoud van de eerste publicatie is tot stand gekomen in samenwerking met Marianne Koster, destijds werkzaam bij Amsta. De tweede herziene versie is in zijn geheel aangepast door Sandra Zaal en Margriet Boerhave en uitgegeven door Cordaan.

Onze keuze uit recente bronnen is verwerkt in deze herziene uitgave en terug te vinden in de literatuurverwijzing.

Wij hopen dat deze publicatie zal bijdragen aan de kwaliteit van ondersteuning bij de opbouw van een gehechtheidsrelatie en in de begeleiding en behandeling van gehechtheidsproblemen.

*Bij de totstandkoming van deze versie willen wij Erik De Belie, Wilma Mathurin, Theo van der Aa, Ton van der Wiel, Anne de Waard, Elze Broer, Idil Handulle, Ineke Teijmant en Marije Matzinger hartelijk danken voor hun feedback.*

# Inleiding

Binnen de emotionele ontwikkeling is het vormen van een gehechtheidsrelatie een fundamenteel onderdeel in ieders leven. Gehechtheid is van oorsprong de affectieve band van een kind met een opvoeder<sup>1</sup> die regelmatig met het kind omgaat en aan wie het kind troost ontleent in tijden van angst en spanning. Een veilige gehechtheid zorgt voor basisveiligheid. Dit is het fundament van een gezonde emotionele ontwikkeling waarbij sprake is van basisvertrouwen. Door de jaren heen heeft het gebruik van deze oorspronkelijke definitie zich uitgebreid naar andere ontwikkelingsperiodes en andere gehechtheidsfiguren. Gehechtheid is van invloed op de algehele ontwikkeling en het functioneren tijdens de verdere levensloop.

Als de ontwikkeling van de gehechtheid verstoord wordt, kan dit grote consequenties hebben voor de verdere ontwikkeling op onder andere emotioneel, sociaal en relationeel gebied. Uit onderzoek is gebleken dat kinderen en volwassenen met een verstandelijke beperking een veel groter risico lopen op psychische stoornissen (Janssen, e.a., 2002; Došen, 2014; Sterkenburg, e.a., 2019). Hier spelen zowel biologische, psychologische, sociale als ontwikkelingsfactoren een rol. Het verloop van het hechtingsproces is daarvan een belangrijk onderdeel.

In deze publicatie gaan we eerst in op het begrip gehechtheid (hoofdstuk 1). Vervolgens geven we een overzicht van aspecten van een veilige gehechtheid (hoofdstuk 2) en een onveilige gehechtheid (hoofdstuk 3). Deze eerste drie hoofdstukken zijn meer theoretisch van aard. De praktische richtlijnen voor ondersteuning van cliënt, begeleider en behandelaar staan vanaf hoofdstuk 4 centraal. We gaan daar in op de begeleiding en behandeling van gehechtheidsproblemen. Tot slot besteden we aandacht aan de begeleiders en behandelaren zelf (hoofdstuk 5).

Als leidraad maken wij gebruik van de beschrijving van de emotionele ontwikkeling door Anton Došen (gebaseerd op o.a. Bowlby, Mahler en Greenspan). De ervaringen met de ontwikkelingsdynamische relatietherapie (Došen, 2014) binnen de Kinderdiensten-centra (KDC's) van Cordaan, zijn bij de eerste druk van de publicatie in 2009 mede een inspiratiebron geweest.

Voor de herziene versie hebben we gebruik gemaakt van de vele publicaties die de afgelopen jaren zijn verschenen over gehechtheid. Veel informatie over gehechtheid en gehechtheidsproblematiek is voortgekomen uit de ervaringen met geadopteerde kinderen (o.a. Bakker-van Zeil, 2004) en uit de Video-Home-Training/Basic Trust (Polderman, 2008, 2019).

Daarnaast is er veel geschreven over risico's op een verstoorde gehechtheid bij kinderen en volwassenen met een verstandelijke beperking door De Belie, Morisse, Sterkenburg, Janssen, Schuengel, de Schipper en Stolk. In de literatuurverwijzing zijn deze bronnen terug te vinden. Het was tijdens het schrijven van de eerste uitgave niet

<sup>1</sup> Onder opvoeder verstaan wij naast ouders ook verzorgers die het kind of de cliënt vanuit het (professionele) netwerk opvangen en/of begeleiden. Dit kunnen op latere leeftijd ook begeleiders, leerkrachten, docenten e.d. zijn.



eenvoudig om uit de veelheid van informatie een handzaam en praktisch bruikbare publicatie te maken.

Destijds hebben Erik De Belie, Filip Morisse, Clasien de Schipper, Carlo Schuengel, Truus Bakker-van Zeil, Francien Dekker en Nelleke Polderman mee gelezen en bijgedragen aan de totstandkoming van de eerste uitgave (2009). Ook hebben we dankbaar gebruik gemaakt van de recensie van Paula Sterkenburg waarin zij de publicatie als een kort en bondig praktijkboek omschrijft waar wetenschappelijke kennis zijn weg vindt naar de begeleiding en zorg van alle dag (Sterkenburg, 2010).

Bij de beschrijving van de veilige en onveilige gehechtheid worden de termen 'ouder/opvoeder' en 'kind' gebruikt aangezien dit gerelateerd is aan de opvoedingsrelatie. Bij de beschrijving van de begeleiding en behandeling is voor de term 'cliënt' gekozen, omdat de adviezen ook voor volwassenen met een verstandelijke beperking en/of bijkomende problematiek bruikbaar zijn.

# 1 Gehechtheid

Niet alleen vóór maar ook na de geboorte is de baby voor zijn<sup>2</sup> ontwikkeling totaal afhankelijk van de ouder(s). Daarom is de nabijheid van de ouder/opvoeder van levensbelang: om te overleven en zich te ontwikkelen moet het kind zich kunnen hechten.

Hechting start als een **biologisch proces** van overleving en veiligheid. Het is een ontwikkelingsstap richting zelfstandigheid. Dit begint met het reguleren van basale processen zoals ademhaling en temperatuurregulatie. De neiging om zich aan een ander te hechten is aangeboren en nodig om te overleven. Zo reageren baby's met reflexmatige bewegingen en glimlachen om een reactie, verzorging en/of bescherming uit te lokken. Denk hierbij ook aan de functie van het huilen en het aandacht richten op de ander door middel van oogcontact, uitstrekken van armen of benen, blik ergens op richten en dergelijke.

Al gauw na de geboorte krijgt een pasgeboren baby honger. Honger is een onaangenaam gevoel. Een baby zal deze behoefte aan voeding uiten door te gaan huilen. De ouder hoort de baby huilen en voedt het kind. Wanneer het hongergevoel is weggenomen, voelt de baby zich ontspannen en plezierig totdat een volgend onaangenaam gevoel zich aandient, bijvoorbeeld een natte luier of angst. Het zal opnieuw een behoefte kenbaar maken en er zal, als het goed is, weer aan worden voldaan door te verschonen of te troosten. Vanuit deze wisselwerking van behoeften uiten en in behoeften voorzien, ontwikkelt het kind een gevoel van vertrouwen, een gevoel van **basisveiligheid**. Op die manier hecht het zich aan de persoon die aan zijn 'vragen' tegemoet komt. Het kind is geneigd met vertrouwen te reageren en de **behoefte aan contact** staat hierbij centraal. Het kind zoekt veiligheid bij de volwassene. Als het dat vindt, krijgt het vertrouwen in de ander. Ook bij de ouders is er sprake van een biologisch proces om hun pasgeboren kind te beschermen en te verzorgen. Hormonen helpen daarbij, denk bijvoorbeeld aan het hormoon dat er voor zorgt dat de weeën en de borstvoeding op gang komen. Het is ook bekend dat deze hormonen (o.a. oxytocine) bij zowel kind als ouder vrijkomen wanneer zij aandacht, liefde en warmte krijgen en geven (m.n. door aanraking). Dit alles staat in het teken van het aangaan van een affectieve duurzame relatie.

Dat aanraking van levensbelang is, blijkt uit vroegere ervaringen met kinderen in weeshuizen (Bakker-van Zeil, 2004). Zij kunnen zelfs overlijden als er alleen aandacht aan eten en drinken wordt besteed. Veilige gehechtheid is ook van groot belang voor de hersenontwikkeling van kinderen. De hersenen van kinderen groeien en ontwikkelen zich door interactie met hun omgeving. Zo leert het kind al op jonge leeftijd processen en prikkels die stress veroorzaken te reguleren.

In een relatie vindt altijd wederzijdse beïnvloeding plaats: gedrag van de één lokt gedrag van de ander uit. Hier spelen spiegelneuronen een belangrijke rol. Spiegelneuronen zijn speciale neuronen die actief of actiever worden wanneer je waarneemt wat iemand anders doet (Bastiaansen, 2011). Dit is van belang bij sociale interactie en het kunnen leren van een ander. Veel gebruikte termen hierbij zijn: **sensitiviteit** (gevoelig zijn voor signalen) en **responsiviteit** (ingaan op de signalen van het kind).

Denk bij sensitiviteit bijvoorbeeld aan opmerken dat het kind al vroeg na de geboorte de ogen van de ouder opzoekt. Responsiviteit is een manier van je gedragen: vaak, snel en effectief reageren op de signalen van het kind. Hiermee reguleer je de spanning van het kind door te laten merken, dat je het begrepen hebt. Om responsief te zijn moet de opvoeder aan een vijftal voorwaarden voldoen (Polderman en Hölscher, 2003):

- de signalen van het kind opmerken
- ze juist interpreteren
- weten hoe te reageren
- willen/kunnen reageren
- effectief reageren

Het gevoel van het kind zélf inloed uit te kunnen oefenen op de buitenwereld, wordt ondersteund door adequate reacties op zijn/haar gedrag. Het kind zal dat gedrag daarna weer vertonen: het is immers effectief gebleken. Als de ouder merkt dat zijn reactie een positieve uitwerking op het kind heeft, zal de ouder vermoedelijk een volgende keer op een vergelijkbare manier reageren. Zo bestendigen ouder en kind elkaars adequate gehechtheidsgedrag.

Als het initiatief van het kind wordt ontvangen door de ouder/opvoeder kan het kind verder en een volgende stap zetten in het interactieproces. Het kind krijgt het gevoel dat het gezien en gehoord wordt waardoor het een 'ik-besef' ontwikkelt. Door het sensitief en responsief reageren, krijgt het kind drie essentiële boodschappen van de opvoeder:

- jij bestaat voor mij (bestaansrecht)
- jij bestaat op jouw manier voor mij (persoonsrecht)
- ik zal er voor je zijn als je me nodig hebt (onvoorwaardelijke acceptatie)

Deze boodschappen geven het kind **basisvertrouwen** in zichzelf en **vertrouwen in de ander**.

De wederzijdse beïnvloeding wordt o.a. goed in kaart gebracht met de schalen voor **emotionele beschikbaarheid** (Biringen, Fidler & Barrett, 2005; Vliegen, 2005; De Belie & van Hove, 2014). Hierin wordt onderscheid gemaakt in ouder-gedrag en kind-gedrag. Een emotioneel beschikbare ouder zal zijn reacties 'goed genoeg' afstemmen op de eigenheid van dit specifieke kind. Het aanvoelen en afstemmen is enerzijds beïnvloed door de **eigen voorgeschiedenis van de ouder** en anderzijds door **kindfactoren**, bijvoorbeeld temperament (De Belie, van Hove, 2005). Wat het kind-gedrag betreft, wordt er gelet op responsiviteit t.a.v. de ouder. Er wordt ook gekeken naar de mate waarin het kind erin slaagt de aandacht van de ouder te trekken. Het mag duidelijk zijn dat het gehechtheidsproces een interactief proces is en van meerdere factoren afhankelijk is. Dit geldt ook voor de kind/cliënt - begeleider relatie (De Belie & van Hove, 2014).

Het is belangrijk dat kinderen veilig gehecht zijn aan een volwassene om te kunnen groeien en zich te kunnen ontwikkelen.

Een gezonde gehechtheid helpt kinderen met:

- de ontwikkeling van een positief zelfbeeld
- een op passende wijze uiting geven aan impulsen
- beter kunnen omgaan met stressvolle situaties
- een optimale hersenontwikkeling
- de ontwikkeling van logisch denken
- zicht krijgen op eigen en andermans gevoelens
- de ontwikkeling van geweten
- de basis voor een plezierige seksuele ontwikkeling
- een (langdurige) relatie op te bouwen met zichzelf en anderen.

Ook is er sprake van **aangeboren loyaliteit** van kind naar ouders. Wordt de relatie met de ouder beschaamd dan blijft de loyaliteit toch bestaan. Het kind zal bijvoorbeeld niet toelaten dat anderen over zijn ouders kwaadspreken, of het zal zich afsluiten van degene die dat doet. Dit is echter dikwijls een onbewust proces bij het kind (onzichtbare loyaliteit).

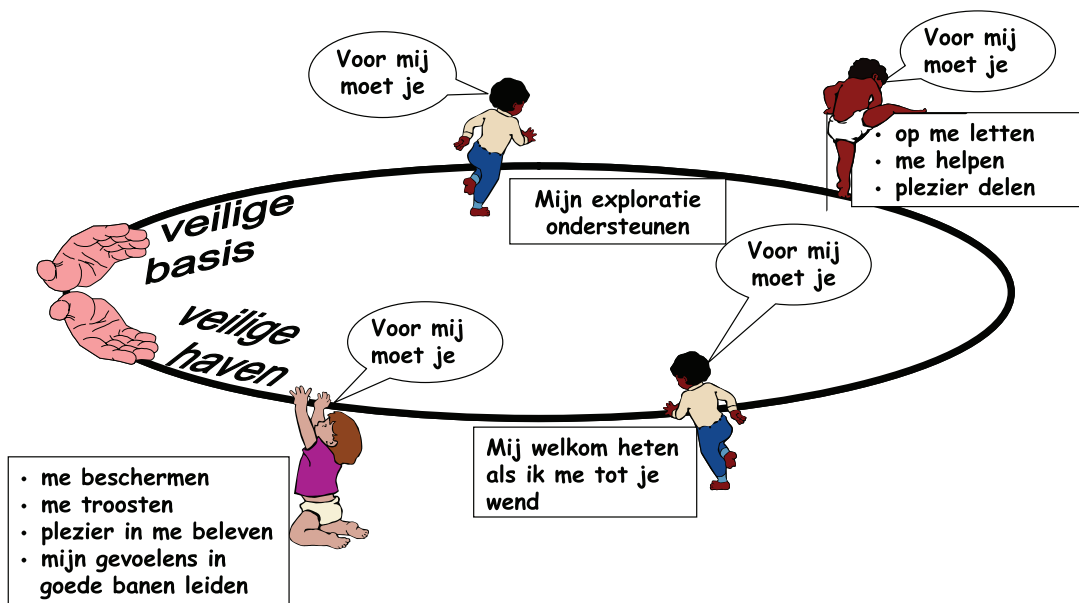
Gehechtheidsrelaties tussen ouders en kind kunnen veilig of onveilig zijn. In de volgende twee hoofdstukken werken we dit verder uit.

## 2 Veilige gehechtheidsrelatie

Als een kind aan iemand gehecht is – de **'belangrijke ander'** – leert het zichzelf kennen en kan het zichzelf m.b.u. anderen ontwikkelen naar zelfstandigheid. Gehechtheidsrelaties zijn persoonsspecifiek, meestal de ouders en/of grootouders, een vaste oppas of begeleider in een kinderdagverblijf. Een kind kan meerdere gehechtheidsrelaties aangaan. De kwaliteit van de gehechtheidsrelaties kan verschillend zijn, denk daarbij aan verschil in accenten binnen de opvoeding tussen bu. de vader(s) en de moeder(s).

Vanuit de gehechtheidsrelatie(s) kan het kind een gevoel van **veiligheid** en **zelfvertrouwen** ontwikkelen.

### 2.1 Cirkel van veiligheid



**Afbeelding 1:** Cirkel van veiligheid

© Cooper, G., Hoffman, K., Marvin, R.S. & Powell, B. (2002) (vertaald door Schuengel, C.)

In de **Cirkel van veiligheid** (zie afbeelding 1) wordt dit proces goed zichtbaar gemaakt. Het gaat hierbij om het ingaan op de behoeften van het kind. Vanuit een **veilige basis** (bovenkant cirkel) is het mogelijk om de exploratie van het kind, het ontdekken van de omgeving, te ondersteunen. Denk hierbij aan: het kind helpen, op het kind letten en samen plezier delen. Dit zou verwoord kunnen worden als: "toe maar". In tijden van stress zorgt een goede gehechtheid voor een **veilige haven** (onderkant cirkel) waarop het kind terug kan vallen. Ook hierbij is het belangrijk signalen van het kind te ontvangen en dat te laten merken. Dit leidt vervolgens weer tot handelingen als troosten, beschermen en gevoelens van het kind in goede banen leiden. Hier zijn de woorden: "kom maar" op zijn plaats.

Veilig gehechte kinderen ontwikkelen de mogelijkheid en het vertrouwen om 'emotioneel bij te tanken' bij een vertrouwd persoon. Als het kind zich weer veilig genoeg voelt en de volwassene dit gevoel bevestigt, kan het de omgeving verder exploreren en leren van zijn persoonlijke en relationele ervaringen.

## 2.2 Het intern werkmodel

De vroege gehechtheidservaringen van een kind worden als **interne werkmodellen**, op grond van langdurig en herhaald samenzijn, in de persoonlijkheid opgenomen. Er vormt zich een verwachtingspatroon, een soort raamwerk van werkmodellen. De verdere ervaringen in het leven **met betrekking tot relaties** worden vanuit dit verwachtingspatroon beoordeeld. Uit onderzoek blijkt dat een kind van elke ervaring die het met een ander mens opdoet, een beeld vormt. Dit 'kleurt' het volgende contact. Op grond van al die beelden creëert het kind een eigen intern werkmodel waarmee het volgende interacties aangaat. Het werkmodel wordt steeds weer aangepast op basis van nieuwe ervaringen. Het **intern werkmodel** bevat de verwachtingen van het kind over het gedrag van de opvoeders. Het kind leert te vertrouwen op anderen en zichzelf. Er ontstaat op die manier ook een intern werkmodel van 'eigen-ik': (positief) zelfbeeld, vertrouwen in jezelf, gevoel van **'ik mag er zijn'**. Binnen een veilige gehechtheidsrelatie ontwikkelt het kind een besef van een 'ik' en een 'ander'. Oorspronkelijk denkt het kind dat de ander hetzelfde ziet, denkt, hoort enz. (fase 2 van de emotionele ontwikkeling, 6-18 maanden). Het projecteert het eigen perspectief op de ander. Maar langzamerhand bemerkt het kind dat het eigen perspectief niet samenvalt met dat van de ander (fase 3 van de emotionele ontwikkeling, 18-36 maanden).

Gaandeweg merkt/leert het kind ook dat het gedrag van zichzelf en anderen wordt gestuurd vanuit emoties, motieven, intenties, verwachtingen en verlangens (begin fase 4 van de emotionele ontwikkeling, ± 3-4 jaar). Het vermogen om fantasie en werkelijkheid van elkaar te kunnen onderscheiden en ook met elkaar te kunnen verbinden is hiervoor nodig. Het kind weet hier ook woorden aan te geven (in de loop van fase 4 van de emotionele ontwikkeling, 3-7 jaar). Dit geheel noemt men **mentaliseren**.

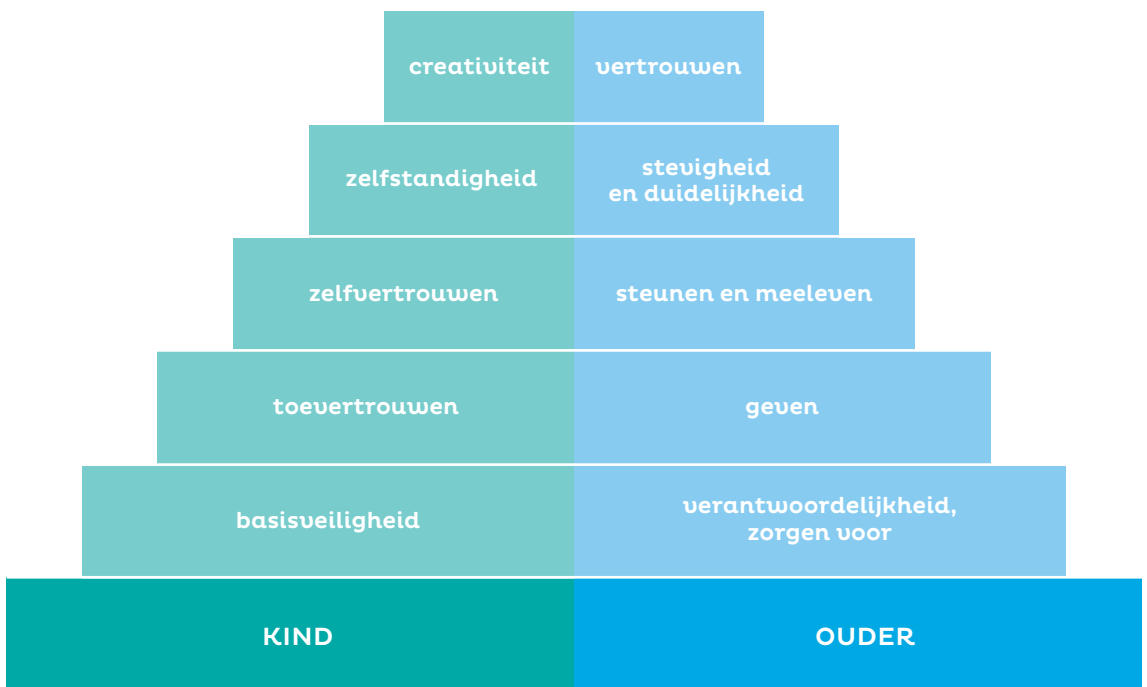
Mentaliserend vermogen houdt in dat het doen en laten en de gemoedstoestand van jezelf en de ander wordt gezien en begrepen. Een kind ontwikkelt het mentaliserend vermogen binnen de veilige gehechtheidsrelatie met de ouder die het mentaliserend vermogen van het kind versterkt. Het kunnen mentaliseren: het waarnemen, verwoorden en begrijpen, is een voorwaarde voor het inleven in de ander. Mede hierdoor wordt het gedrag van mensen als betekenisvol en voorspelbaar beleefd. Mentaliseren is jezelf van buitenaf en de ander van binnenuit zien. Met jezelf van buitenaf zien wordt bedoeld: dat je naar jezelf kijkt alsof je naar een film kijkt waarin je zelf een rol speelt. Met de ander van binnenuit zien wordt bedoeld: dat je aandacht hebt voor de gevoelens en gedachten die de ander in die situatie zou kunnen hebben. Mentaliseren is denken over voelen en voelen over denken (Dekker-van der Sande & Sterkenburg, 2015).

In het schema op de volgende bladzijde wordt aangegeven hoe het patroon van interne werkmodellen kan worden opgebouwd (zie afbeelding 2). Bakker-van Zeil (2004) heeft vanuit haar ervaringen met adoptiekinderen een bouwstenenmodel ontwikkeld waarin zij aangeeft wat belangrijke thema's zijn behorend bij een bepaalde fase in de ontwikkeling.

De bouwstenen van kind en ouder zijn complementair, ze vullen elkaar aan. Ouders of opvoeders zullen vanuit hun eigen unieke communicatiepatroon reageren op het kind in de verschillende ontwikkelingsfasen. Het bouwstenenmodel van Truus Bakker-van Zeil komt terug binnen het digitale leertraject 'Gehechtheid' van de VGN. Een organisatie die samen met professionals, beleidsmakers en vrijwilligers kindermis-handeling aanpakt, heeft de bouwstenen ook in verschillende handouts uitgewerkt (Augeo, 2016).

## BOUWSTENEN VAN HECHTING

(Truus Bakker - van Zeil)



**Afbeelding 2:** Bouwstenen veilige gehechtheid

Bron: Associatie voor Interactiebegeleiding en Thuisbehandeling (2019)

## BOUWSTEEN 1

### KIND - BASISVEILIGHEID

Een pasgeboren baby is volstrekt hulpeloos en afhankelijk van de liefdevolle zorg van de omgeving. Door de wijze waarop aan deze basisvoorwaarden van voeding, rust, zekerheid, zorg, veiligheid, empathie en aangenaam lichamelijk contact wordt voldaan, zal het kind vertrouwen krijgen, zich veilig en ontspannen kunnen voelen en zich kunnen openstellen voor de liefdevolle opvoeder. Het kind krijgt een bodem voor zijn bestaan (een goed fundament).

### OPVOEDER - VERANTWOORDELIJKHEID

Bij de eerste bouwsteen van het kind zal de kwaliteit van zorg en **verantwoordelijkheid voor het kind** voor een groot deel bepaald worden door mogelijkheden van de opvoeder: ben je in staat situaties aan te voelen, in te schatten en op een adequate manier te handelen? Heb je verantwoordelijkheidsgevoel? De kwaliteit zal van een aantal factoren afhankelijk zijn, zoals: de mate van veiligheid en bescherming, acceptatie, vervulling van basale levensbehoeften, rust, aandacht, (emotionele) beschikbaarheid, continuïteit, voorspelbaarheid, empathie, reguleren, en dergelijke.

## BOUWSTEEN 2

### KIND - TOEVERTROUWEN

Door een op het kind afgestemde verzorging, bouwen opvoeder en kind een band met elkaar op die de basis vormt van wederzijds vertrouwen, saamhorigheid. De kwaliteit van deze bouwsteen wordt vooral bepaald door een adequate afstemming op de eigen aard en signalen van het kind. Maar ook door de wijze van troost en zorg, aandacht en spiegeling<sup>3</sup>, betrouwbaarheid en voorspelbaarheid en de wijze waarop het kind ontvangen en bevestigd wordt (meeleven, meekijken). Dit speelt zich vooral in het non-verbale contact af waarbij het van belang is dat de verschillende zintuigen in het contact overeenstemmen: stem, lichaams taal, aanraking et cetera. Spiegelneuronen en interactieve regulatie van stress spelen hier een belangrijke rol.

### OPVOEDER - MET ZORG OMGEVEN

Bij de tweede bouwsteen van het kind zijn de volgende factoren van belang voor de kwaliteit van zorg en **'met zorg omgeven'**: ben je als opvoeder onafhankelijk genoeg en in staat om iets van jezelf te geven, zowel materieel, affectief als cognitief? En ben je in staat om de ervaren stress van je kind te reguleren? Vanuit de ervaringen in de verzorging en omgang, bouwt het kind een bepaald beeld, een bepaald verwachtingspatroon op over hoe de volgende interacties zullen verlopen. Het kind gaat dan anticiperen op het gedrag van de opvoeder. Het ontwikkelt een intern werkmodel (= gehechtheid).

<sup>3</sup> Spiegeling of spiegelen is een vorm van lichaamstaal en communiceren. Dit kan zowel non-verbaal als verbaal.



## BOUWSTEEN 3

### KIND - ZELFVERTROUWEN

Kinderen hebben een aangeboren nieuwsgierigheid naar nieuwe ervaringen en een behoefte om de wereld om zich heen te beïnvloeden. Voelt het kind zich veilig bij de opvoeder, dan zal het de wereld willen onderzoeken, steeds ondersteund én gestimuleerd door een belangstellende opvoeder met wie het zijn nieuwe ervaringen kan delen. Naarmate het kind meer vertrouwen heeft gekregen zal het vrijer en met meer betrokkenheid op ontdekkingsreis gaan. Het kind zal de eigen mogelijkheden en beperkingen, met vallen en opstaan, leren kennen. Hier leert het kind enerzijds te genieten van zijn eigen kracht en mogelijkheden, anderzijds kan het om leren gaan met frustraties en tegenvallers. Het kind gaat ook beseffen dat een 'verlies' niet blijvend hoeft te zijn.

### OPVOEDER - STEUNEN

Bij de derde bouwsteen van het kind zal de kwaliteit van de **steun** en stimulering afhankelijk zijn van de volgende factoren: heb je als opvoeder vertrouwen in wat je voelt en in wat je kan? Dit zal je helpen om in deze fase blijdschap en verdriet te delen, zonder alles voor het kind op te lossen. Het kind leert hier vooral van de eigen ervaringen wat het allemaal kan en nog niet kan. De kwaliteit van de ondersteuning door de opvoeder wordt vooral bepaald door aandacht, meeleven, begrip, verwoorden van gevoelens, steun, stimulans en door de veilige (exploratie)ruimte die het kind geboden wordt.

## BOUWSTEEN 4

### KIND - ZELFSTANDIGHEID

Heeft het kind zelfvertrouwen opgedaan in een veilige relatie, dan zal het zich losmaken en ontdekken wie het zelf is, wat het zelf kan, los van de ander. Het heeft voldoende 'ik-besef' om zichzelf als een **zelfstandig** persoon te ervaren. Het innerlijke beeld van de opvoeders is voldoende sterk om zonder aanwezigheid van die opvoeder te kunnen functioneren. Het kind leert, ook door gestelde grenzen, rekening te houden met de mogelijkheden en de beperkingen van de ander en de buitenwereld. Taal speelt hierin een belangrijke rol. Er komt uitwisseling van opvattingen en ideeën; verschillen mogen er zijn. Het kind leert eigen gevoelens te herkennen en kan hier adequaat op reageren. De ontwikkeling van de eigen identiteit wordt bevorderd en er wordt door anderen nu ook een appèl gedaan op het inlevingsvermogen (mentaliseren) van het kind.

### OPVOEDER - DUIDELIJKHEID

Bij de vierde bouwsteen van het kind zijn de volgende aspecten van invloed op de kwaliteit van het geven van duidelijkheid: voel je je als opvoeder voldoende begrepen en heb je voldoende zelfrespect? Geef je als opvoeder heldere ik-boodschappen, zonder het kind af te wijzen wanneer hij of zij grenzen uitprobeert en zich los maakt? De opvoeder gaat meer rekening houden met zichzelf en gaat meer eigen grenzen aangeven. Opvoeder en kind leren rekening houden met elkaar. Er ontstaat een wederkerige relatie.

## BOUWSTEEN 5

### KIND - CREATIVITEIT

Als alles 'goed genoeg' verlopen is in de voorgaande fasen, dan is het kind in staat te voelen wat het nodig heeft, rekening te houden met een ander, eigen oplossingen te zoeken en zo nodig bij pijn, verdriet of problemen hulp te vragen. In deze fase kan het kind voor zichzelf opkomen en creatief problemen oplossen. Het kan zich steeds meer los voelen van zijn opvoeder en zich ook steeds beter inleven en verplaatsen in anderen. Het kind weet dat het altijd op zijn opvoeders kan terugvallen en voelt zich voldoende toegerust om met problemen en frustraties om te gaan. Het krijgt er plezier in om zelf iets nieuws te bedenken en is in staat om een eigen werkelijkheid te creëren en in woorden te vatten. Elk kind zal dat op zijn eigen unieke manier doen.

### OPVOEDER - VERTROUWEN

Voor de opvoeders is dit de fase van vertrouwen hebben in hun kind en zijn mogelijkheden, in zijn beslissingen en keuzes. Het is belangrijk eerst af te wachten en niet meteen met een oplossing te komen. Bij conflicten is het belangrijk te kunnen onderhandelen zonder de strijd aan te gaan.

Bij de vijfde bouwsteen van het kind wordt de opvoeder aangesproken op **vertrouwen**: heb je voldoende vertrouwen in jezelf en in je kind om echt los te laten.

Bovenstaand schema is in bijlage 1 in kernwoorden terug te vinden. Denk bij bovenstaande indeling ook aan de beschrijving van de fasen binnen de emotionele ontwikkeling (Došen, 2014; Zaal & Boerhave, 2022).

### 3 *Onveilige gehechtheidsrelatie*

Bij onveilige gehechtheid vindt **wederzijdse bevestiging van adequaat gehechtheids-gedrag** niet of onvoldoende plaats. Kinderen en ouders kunnen een moeilijke start hebben; er kan sprake zijn van een vroeggeboorte, een (langdurige) ziekenhuisopname, adoptie, psychiatrische problematiek van ouders, een postnatale depressie, en dergelijke.

Bij kinderen met een verstandelijke beperking kan het gehechtheidsproces moeilijker op gang komen door onduidelijke signalen vanuit het kind zelf zoals trager reageren, problemen met aandacht richten, bijkomende zintuiglijke problematiek en dergelijke. Dit betekent dat ouders de beperkte signalen die het kind uitzendt, minder goed kunnen opvangen, denk hierbij bijvoorbeeld aan kinderen met een autisme spectrum stoornis of auditieve/visuele beperking. Ouders kunnen ook andere signalen oppakken dan bedoeld, bijvoorbeeld bij erg drukke kinderen. Het is dan soms moeilijk om sensitief te zijn en de onderliggende behoefte van het gedrag te zien. Door de beperkte informatieverwerkingscapaciteiten van kinderen met een verstandelijke beperking en/of een bijkomende stoornis, zijn veel meer leerervaringen nodig. Ook op emotioneel gebied is herhaling nodig om basisveiligheid op te bouwen.

Het is belangrijk dat ouders aanvoelen wat het kind nodig heeft, signalen en gedrag van het kind begrijpen, en hier gepast (responsief) op reageren. Dit wordt ook wel **emotionele beschikbaarheid** genoemd. Een emotioneel beschikbare ouder zal zijn reacties 'goed genoeg' afstemmen op de eigenheid van het kind. Dit is niet eenvoudig als het om moeilijk invoelbaar, moeilijk af te lezen en/of moeilijk hanteerbaar gedrag gaat. Van ouders met een kind met een verstandelijke beperking wordt gevraagd extra sensitief, empathisch, inventief, flexibel en volhardend te zijn. Daarnaast staan de emotionele beschikbaarheid en het gevoel van ouderlijke competentie bij de ouders onder druk door o.a. hun eigen verwerkingsproces. Het begrijpen van en omgaan met de eigen gevoelens en gedachten, is een belangrijke voorwaarde om emotioneel beschikbaar te kunnen zijn. Wanneer ouders (geleidelijk aan) tot het besef komen dat hun kind een verstandelijke beperking heeft, staan zij onder een aanzienlijke druk (De Belie & Van Hove, 2014).

Wanneer het kind niet ervaren heeft dat er adequaat is gereageerd op zijn eerder afgegeven behoeften, kan het kind onduidelijke of bedekte signalen gaan geven. Denk aan kinderen die, soms vanaf hun geboorte, in een instelling zijn opgegroeid of kinderen van ouders die de zorg niet voldoende kunnen bieden. Bijvoorbeeld omdat zij zelf onveilig gehecht en/of getraumatiseerd zijn of de signalen onvoldoende waarnemen. De aanwezigheid van een ondersteunend netwerk is hierbij van groot belang (de Vries, Willems, e.a., 2005).

Bij deze laatste omschrijving 'zegt' het **interne werkmodel m.b.t. relaties** dat volwassenen niet/onvoldoende betrouwbaar zijn, dat je daar geen/onvoldoende veiligheid kunt halen. Angst om weer gekwetst te worden en onzekerheid komen hieruit voort. Het kind geeft zich vaak niet de kans bij nieuwe opvoeders alsnog andere en betere ervaringen op te doen. Hoewel dat in eerste instantie vaak niet zo lijkt.

Je ziet meestal in een nieuwe situatie een (te) vlotte (schijn)aanpassing die enige tijd kan duren (De Belie, 2007). In de beginperiode lijkt er vaak weinig aan de hand, de problematiek wordt verhuld. Na verloop van tijd gaat het kind op zoek naar voorspelbaarheid, bevestiging van het intern werkmodel gebaseerd op ervaringen uit het verleden. Dit zoeken naar voorspelbaarheid gebeurt vaak op een negatieve en moeilijk verstaanbare manier om bevestiging te vinden voor achterliggende angsten. Bijvoorbeeld de angst om in de steek gelaten of afgewezen te worden: 'zie je wel, ik ben niet de moeite waard'. Naast deze uitingsvorm kan het kind ook reageren met aanklappend, claimend gedrag of passiviteit. Door het gemis van een veilige basis, vertoont het kind dan minder exploratiegedrag (het onderzoeken van de omgeving of materiaal) en kan angstig reageren op onbekende personen en situaties. De verschillende typen onveilige gehechtheid worden hierna beschreven.

### **3.1 Cirkel van beperkte veiligheid** (Schuengel & Sterkenburg, 2004; Sterkenburg, e.a. 2021)

Bekend zijn **verschillende vormen van onveilige gehechtheid**. Aan de hand van de cirkel van veiligheid (zie afbeelding 1) kan onderscheid gemaakt worden tussen angstig-vermijdend gehecht, angstig-ambivalent gehecht en onveilig gedesorganiseerd gehecht.

- Bij **onveilig angstig-vermijdend gehecht** kent de relatie relatief weinig problemen zolang het kind aan de *veilige basis* kant ("toe maar") van de cirkel verkeert. Problemen doen zich echter vooral voor als de *veilige haven* functie wordt aangesproken ("kom maar"); als het kind zich naar de ouder/opvoeder toewendt voor troost of steun kan de ouder dat onvoldoende geven. Bij onveilig vermijdend gehecht heeft het kind *geen vertrouwen* in de beschikbaarheid van de gehechtheidsfiguur en probeert zoveel mogelijk *contact te vermijden*, zelfs als het stress ervaart. Het kind wil graag steun en aandacht maar geeft een andere boodschap. Het kind doet alsof het wil ontdekken en/of afstand nodig heeft. Bij dit kind kunnen heftige gevoelens optreden van frustratie vermengd met angst.
- Een ander type is **onveilig angstig-ambivalent gehecht** waarbij de veiligheid in de cirkel beperkt is tot het bieden van een veilige haven ("kom maar"). Voor deze relatie is typerend dat er een neiging is tot nabijheid zoeken en behouden. Het kind is onzeker (ambivalent) over de beschikbaarheid van de gehechtheidsfiguur. De ouders/opvoeders van deze kinderen reageren wisselend: soms adequaat en soms onvoldoende sensitief. Juist als het kind de gehechtheidsfiguur wil gebruiken als veilige basis voor exploratie ("toe maar") ontstaat er onzekerheid en separatieangst. *Het kind houdt de gehechtheidsfiguur voortdurend in de gaten en raakt in paniek wanneer deze uit het gezichtsveld verdwijnt*. Het kind laat iets anders zien dan wat het nodig heeft. Eigenlijk heeft het kind behoefte aan meer steun om te exploreren.
- Tenslotte het type **onveilig gedesorganiseerd gehecht**, waarin kinderen een paradox (gevoelsmatige tegenstrijdigheid) ervaren. Wat betreft de veilige haven en de veilige basis is de opvoeder onvoorspelbaar en onbetrouwbaar voor het kind, of wordt als dusdanig ervaren. In de cirkel is de gehechtheidsfiguur behalve een veilige haven ook een bron van angst (denk bijvoorbeeld aan mishandeling en/of huiselijk geweld, maar ook aan onverwerkte trauma's bij ouders zelf). Het kind heeft de opvoeder nodig maar de opvoeder is zelf angstig of zo beangstigend, onvoorspelbaar en tegenstrijdig voor

het kind, dat het kind bij niemand terecht kan en niet weet wat het moet doen. Bij jonge kinderen is de angst voor de gehechtheidsfiguur direct zichtbaar of af te leiden uit *bizarre of tegenstrijdige gedragingen* richting de gehechtheidsfiguur tijdens stressvolle situaties. Ze vertonen tegenstrijdig gedrag, gedragen zich ambivalent, weten zichzelf geen raad en zijn vaak erg *angstig en chaotisch*. Kinderen gaan na verloop van tijd als strategie doorgaans sterk controlerend gedrag ontwikkelen. Het lijkt alsof het kind de controle over de situatie wil behouden om nieuwe beangstigende situaties te voorkomen. Bij oudere kinderen vindt soms rolomkering plaats in de vorm van overdreven zorgzaam of bestraffend gedrag richting de ouder(s)/ opvoeder(s).

De kans is groot dat er later bij dit type onveilige gehechtheid gedrags- en psychische stoornissen ontstaan. Een extra risico vormt een autistische stoornis en/of verstandelijke beperking bij het kind zelf. Hierdoor kunnen voorspelbare patronen over de ouder moeilijker in het geheugen van het kind opgeslagen worden.

Wanneer een opvoeder niet goed kan aansluiten bij de innerlijke wereld van het kind en/of niet goed spiegelt, is dat een risicofactor voor de ontwikkeling. Kinderen leren daardoor hun eigen emoties niet goed kennen, waardoor ze deze ook moeilijker de baas zijn. Bij onveilig angstig-vermijdend gehecht en onveilig angstig-ambivalent gehecht wordt het mentaliserend vermogen van het kind minder goed ontwikkeld. Bij gedesorganiseerde gehechtheid wordt dit vermogen zelfs ondermijnd (Dekker & Sterkenburg, 2015).

### 3.2 Het intern werkmodel 'eigen ik'

Het gezonde **interne werkmodel van 'eigen ik'** ontstaat bij onveilige gehechtheid nauwelijks of heel verstoord. Er is weinig vertrouwen in én greep op zichzelf. Het kind heeft geen duidelijk antwoord op de vraag: Wie ben ik? Er is sprake van *weinig zelfvertrouwen*. Het ongezonde interne werkmodel van het kind zegt: "Ik besta niet los van de ander." "Ik kan mezelf niet redden." "Op volwassenen kun je niet terugvallen." Deze kernopvattingen over zichzelf en anderen leiden tot gevoelens van onveiligheid en angst. Er is geen onderkenning van en grip op eigen gevoelens en deze gevoelens kunnen niet altijd geplaatst worden. Onveilig gehechte kinderen hebben moeite met logisch ordenen en leggen vaak verkeerde verbanden. Ze kunnen niet op zichzelf terugvallen, hebben vaak een negatief zelfbeeld en beleven onvoldoende plezier aan zichzelf. Er is ook sprake van faalangst. *Deze kinderen zijn op alles en iedereen gericht behalve op zichzelf*. Het kind is in deze fase nog teveel afhankelijk van zijn directe behoeftebeurending, steun, de lijfelijke aanwezigheid en de controle gegeven door de volwassenen. Hierdoor is het zelf *slecht in staat stress te hanteren*.

Bij kinderen met een verstandelijke beperking speelt mee dat ze daarnaast situaties slecht kunnen overzien. Dit kan extra stress opleveren waardoor het niet lukt te mentaliseren, als een kind daar qua ontwikkeling al toe in staat is. Het kan ook leiden tot een 'te jonge' denkwijze (Dekker-van der Sande, & Sterkenburg, 2015). De combinatie van stress en het gebrek aan een veilige gehechtheidsrelatie zorgt vaak voor problematisch gedrag, zoals angstproblemen en agressie. Bij een onveilige gehechtheidsrelatie wordt in situaties van stress onvoldoende een beroep gedaan op de gehechtheidsfiguur. Als het basisvertrouwen in de opvoeder en zichzelf ontbreekt, hebben deze kinderen nauwelijks een 'buffer' voor psychologische stress.

Langdurige stress zorgt ervoor dat in de hersenen *eenvoudig bereikbare associaties* ontstaan waar het kind op terugvalt. Janssen (2007) vergelijkt het met een uitgehold zandpad of sporen in de sneeuw waar je automatisch weer in belandt. Hierdoor gaat het kind op een niet adequate manier reageren. Denk aan de cirkel van beperkte veiligheid waar het kind iets anders laat zien dan dat waar het behoefte aan heeft. Bijvoorbeeld doen alsof het wil ontdekken, maar eigenlijk behoefte heeft aan bescherming en troost. Bovendien blijkt dat 'ongebufferde stress' het leren verhindert (Janssen, 2007). Pas als de stress afneemt, sta je weer open om iets nieuws te leren. Een intern werkmodel kleurt de waarneming en beleving of interpretatie van wat het kind meemaakt. Het onveilig gehechte kind vindt, in wat het meemaakt, bevestiging voor zijn opvatting dat hij zelf 'niets kan' en dat de ander er niet voor hem zal zijn. Het kind laat zijn gedrag daar vervolgens weer door leiden.

### 3.3 Het intern werkmodel relaties

De invloed van het intern werkmodel in de **relatie kind-opvoeder** wordt op verschillende manieren zichtbaar. Als gevolg van de opgebouwde werkmodellen kan de werkelijkheid foutief beoordeeld worden (bevestiging van het werkmodel). Wanneer je bijvoorbeeld een tijd met een kind gespeeld hebt en je rondt dit af, dan kan het kind buiten proporties boos worden. Het prettige gevoel van samen iets doen wordt niet vastgehouden. Het kind voelt zich afgewezen omdat de activiteit wordt gestopt. Je merkt bij het kind geen gevoelens van teleurstelling of ontgoocheling maar vooral van boosheid, woede en zich afgewezen voelen. Heel vaak maakt het kind uit angst een vroegtijdig einde aan dat goede moment om geen afwijzing door de ander te ervaren.

Het gehechtheidsgedrag van het kind is op verschillende manieren te typeren (Steenmans, 2007). Aan de ene kant kunnen deze kinderen een oneindig, onverzadigbaar verlangen hebben. Het gemis aan geborgenheid uit zich meestal in aandacht vragen en juist anderen opzoeken in de vorm van *aanklampgedrag*. Zij geven de opvoeder voortdurend het gevoel dat je hen tekort doet en je je niet voldoende om hen bekommert.

Aan de andere kant zijn er ook kinderen die teleurgesteld zijn in de volwassenen. Zij *wachten af en nemen geen initiatief* naar de volwassenen toe. Zij geven de opvoeder het gevoel dat deze niet nodig is, tenzij primaire behoeften vervuld moeten worden. Je krijgt het gevoel een veel te grote bemoeial te zijn, dat je de dingen die zij doen niet hoeft te weten, dat je niet te vertrouwen bent, en dergelijke. Algemeen kun je zeggen dat het gevoelsleven van deze kinderen beperkt is en erg zwart-wit gekleurd, het mist diepgang en differentiatie.

Binnen de relatie kind-opvoeder wordt een *groot beroep gedaan op de persoonlijkheid van de opvoeder zelf*. Deze kinderen stellen via hun gedrag de (ik-)sterkte van de persoon van de opvoeder voortdurend op de proef: hoe ga je om met het gevoel van spanning dat het kind met zich meebrengt, met de angst die het kind oproept (bijvoorbeeld door agressie), met onmacht, kwaadheid enzovoort. *Het is het voortdurend doseren van nabijheid en afstand, van bevreemding en frustratie*. Tenslotte kan nog in het kader van relatie kind-opvoeder opgemerkt worden dat de eerder beschreven loyaliteit naar de ouder toe vaak verborgen wordt. Een **onzichtbare loyaliteit** gaat gepaard met schuldgevoel, woede en verwarring. Het kind kan eigen ambivalente gevoelens t.o.v. ouders niet plaatsen en hanteren. Uiteraard is dit aspect afhankelijk van de opgedane ervaringen en het ontwikkelingsniveau van het kind.

Voor de opbouw van interne werkmodellen bij een onveilige gehechtheid, zie het overzicht hierna.

Voor de invloed van de opvoeding bij onveilige gehechtheid verwijzen we naar bijlage 2. Hierin is met kernwoorden beschreven welke factoren een rol spelen.

## ONVEILIGE GEHECHTHEID/RELATIE

*Bouwstenenmodel Bakker - van Zeil*

### BOUWSTEEN 1: ANGST VERSUS BASISVEILIGHEID

#### KIND

De kwaliteit van de eerste bouwsteen zal van een aantal factoren afhankelijk zijn zoals de mate van veiligheid en bescherming, acceptatie, vervulling van basale levensbehoeften, vanzelfsprekendheid, rust, aandacht, beschikbaarheid, continuïteit, empathie en met zorg omgeven. Als een kind zijn leefomgeving als onveilig, onvoorspelbaar en onbetrouwbaar ervaart, wordt het vertrouwen van het kind geschaad en zal het kind zich onveilig, **angstig** en gespannen voelen. Het kan overspoeld raken door gevoelens of ongevoelig worden. Er zal extra aandacht, zorg en creativiteit nodig zijn om dit basisvertrouwen weer op te bouwen. Een fundament dat onstabiel blijft heeft gevolgen voor het hele gebouw.

#### OPVOEDER

Een basaal onveilig gehecht kind doet een sterk beroep op de sensitiviteit en responsiviteit van de opvoeders. Ben je als opvoeder in staat om de behoeften en signalen van het kind aan te voelen, de situatie in te schatten en daarnaar te handelen? Geborgenheid en veiligheid te bieden en stress te reguleren?

### BOUWSTEEN 2: WANTROUWEN VERSUS VERTROUWEN

#### KIND

De kwaliteit van het verwachtingspatroon van het kind t.o.v. de opvoeder wordt bepaald door passende afstemming op de eigen aard en signalen van het kind, de wijze van troost en zorg, aandacht en spiegeling, betrouwbaarheid en voorspelbaarheid, de wijze waarop het kind ontvangen en bevestigd wordt. Is de afstemming op het kind niet goed verlopen (te veel tekorten of trauma's), dan kan er een **wantrouwen** i.p.v. vertrouwen ontstaan en wordt het gevoel van verbondenheid bedreigd. Hechtingssignalen verdwijnen, worden vergroot of worden inadequaet en vervormd. Het kind bouwt een bepaald verwachtingspatroon op over hoe interacties zullen verlopen. De beschikbaarheid van de opvoeder en de reacties op de signalen bepalen het verwachtingspatroon van het kind. Ook de bijdrage van het temperament en aard van het kind in dit interactiepatroon is bepalend voor de onderlinge band en het beeld dat opvoeders van hun kind opbouwen.

#### OPVOEDER

Als het ouders onvoldoende lukt op hun kind af te stemmen, blijft wantrouwen de onderlinge verbondenheid blokkeren. Onvoldoende vertrouwen kan te maken hebben met de grote mate van angst en wantrouwen bij het kind. Het kan ook te maken hebben met de (emotionele) beschikbaarheid van de opvoeders. Ben je als opvoeder onafhankelijk genoeg en in staat om iets van jezelf te geven, zowel materieel, affectief als cognitief?

**BOUWSTEEN 3: ONZEKERHEID VERSUS ZELFVERTROUWEN****KIND**

Als het kind zich veilig voelt bij de opvoeder dan zal het de wereld willen onderzoeken, steeds ondersteund en gestimuleerd door een belangstellende opvoeder met wie het zijn nieuwe ervaringen kan delen. Zijn er al veel haperingen opgetreden, dan heeft het kind moeite om de ervaring van een vertrouwde volwassene mee te nemen op zijn ontdekkings-tocht. Het kind voelt zich **onzeker**. Het zal ofwel zich zo vastklampen aan de ouder dat het niet tot onderzoeken komt, of het gaat geen steun en troost meer zoeken. Er kan dan sprake zijn van schijnzekerheid. Er ontstaat geen vanzelfsprekende uitwisseling van gevoelens waardoor de spanning gaat oplopen en het kind zijn energie niet leert richten. Het kind gaat verholde boodschappen uitzenden. Omdat zijn gevoelens zo diffuus zijn kan het kind deze niet in woorden uiten, wel in gedrag. Onder dit gedrag zitten vaak gevoelens van boosheid, verdriet of angst om het gevoel dat er geen vanzelfsprekende, veilige haven aanwezig is.

**OPVOEDER**

De vaak tegenstrijdige signalen van het kind zijn voor de opvoeders lastig te duiden. Dit maakt adequaat reageren moeilijk. Het kind doet met zijn gedrag een sterk beroep op de interesse en het inlevingsvermogen van zijn opvoeders, op hun frustratietolerantie en hun mentaliserend vermogen. Heb je als opvoeder vertrouwen in wat je voelt en in wat je kan. Kun je in deze fase vreugde en verdriet delen en steun bieden zonder alles op te lossen?

**BOUWSTEEN 4: EENZAAM EN VERLOREN VERSUS ONAFHANKELIJKHEID****KIND**

Tekorten in de eerste drie bouwstenen beïnvloeden de kwaliteit van deze vierde bouwsteen. Als je te weinig vertrouwen in anderen en in jezelf hebt ontwikkeld, voelt het op jezelf zijn **eenzaam en verloren**. Het kind mist de vaardigheden om op zichzelf te zijn en om nieuwe relaties aan te gaan. Ook zal het kind moeite hebben om anderen te begrijpen, aan te voelen en rekening met hen te houden. Er kan sprake zijn van schijnonafhankelijkheid: in zijn gedrag oogt het kind zeker. Dit gaat echter gepaard met gevoelens van angst en onzekerheid.

**OPVOEDER**

In deze fase vraagt het kind van zijn opvoeders stevigheid en duidelijkheid. Opvoeders worden uitgetest en getoetst op hun echtheid en eigenheid. In deze fase is het belangrijk dat opvoeders zichzelf serieus nemen, duidelijke ik-boodschappen geven en grenzen stellen zonder voorbij te gaan aan de behoeften en mogelijkheden van hun kind. Daarvoor is het nodig dat de opvoeder zichzelf voldoende begrepen en gerespecteerd voelt. Een kind met grote tekorten in voorgaande fase doet een enorm appél op de stevigheid van de opvoeders.



## BOUWSTEEN 5: MACHTELOOSHEID VERSUS CREATIVITEIT

### KIND

Is er te veel onveiligheid, door (langdurige) afwezigheid of beschikbaarheid van een zorgende opvoeder, of door niet adequate, wisselende of onvoorspelbare verzorging, dan kan het kind zich afsluiten en de indruk wekken geen hulp of steun nodig te hebben. Daarnaast kan het minderwaardigheidsgevoelens, faalangst en/of **machteloosheid** ontwikkelen. Het heeft te weinig inlevingsvermogen ontwikkeld waardoor het niet of moeizaam aanvoelt wat een ander wil, denkt en voelt. De wederkerigheid in het contact ontbreekt en breekt op. Het kind kan ook afhankelijk blijven en niet zelfstandig worden. Het opbouwen van schijnzelfstandigheid komt ook voor, dit kan risicovol zijn.

### OPVOEDER

Wanneer het kind van jongs af aan, aan de kant zit van de onveilige gehechtheid, is het voor opvoeders moeilijk vertrouwen te ontwikkelen in hun kind. Zij zullen het niet in vertrouwen durven laten gaan. Het kind kan de opvoeders overschreeuwen en van zich afduwen. Het angstige kind, dat de naderende zelfstandigheid niet aan kan, zal in gedrag de opvoeder(s) claimen. Door in gedrag te tonen dat het hen nog hard nodig heeft, lokt het (een overdosis aan) zorg en bescherming uit die het klampgedrag in stand houdt. Nogal wat opvoeders van kinderen met ernstige gehechtheidsproblemen raken in deze fase uitgeput. Ze hebben vaak veel geïnvesteerd in de band met hun kind en zijn nu moe, gefrustreerd en teleurgesteld. Juist als het hechten en loslaten moeizaam gaat, is het belangrijk dat opvoeders overeind blijven, hun zelfrespect bewaren en goed genoeg voor zichzelf zorgen.

Na de beschrijving van de onveilige gehechtheidsrelatie gaan we in het volgende hoofdstuk over naar de begeleiding en behandeling van gehechtheidsproblemen.

## 4 Doel en inhoud van begeleiding en behandeling bij gehechtheidsproblemen

Het herkennen en onderkennen van gehechtheidsproblematiek is een eerste stap in het behandelingsproces. In deze publicatie gaan wij met name in op het bevorderen van een veilige gehechtheidsrelatie. Voor meer informatie over richtlijnen voor de onderkenning van gehechtheidsproblematiek bij mensen met een verstandelijke beperking verwijzen wij naar richtlijnen van het NJI, de LKNG-publicatie 'Signaleren van verstoord gehechtheidsgedrag' (Dekker, Janssen, 2010) en naar bijlage 5.

Voor begeleiding en behandeling is het allereerst van groot belang dat het algehele **ontwikkelingsniveau in brede zin** in kaart wordt gebracht. Anton Došen heeft dit uitgewerkt in de ontwikkelingsdynamische benadering waarin de integratieve beeldvorming centraal staat. In de ontwikkelingsdynamische benadering wordt gedrag bekeken vanuit verschillende dimensies. Binnen de biologische, psychologische (psychische) en sociale dimensies staat de (doorgemaakte) ontwikkeling centraal. Met andere woorden, wat heeft iemand meegemaakt, op welk ontwikkelingsniveau functioneert hij nu op de verschillende gebieden en wat is nodig om tot verdere ontwikkeling te komen? De emotionele ontwikkeling speelt hierbij steeds een grote rol.

Naast de emotionele ontwikkeling is het belangrijk om verschillende aspecten zoals anamnestiche gegevens (voorgeschiedenis), adaptief functioneren (zelfredzaamheid) maar ook cognitieve aspecten in beeld te krijgen. Denk bijvoorbeeld aan het al dan niet aanwezig zijn van persoonspermanentie en objectpermanentie waardoor de cliënt weet dat de begeleider beschikbaar blijft, ook als deze uit het gezichts- en/of gehoorveld is.

Besteed in het bijzonder aandacht aan **het emotionele ontwikkelingsniveau en de emotionele behoeften**. Maak eventueel gebruik van de hermeneutische cirkel om de beeldvorming breder in kaart te brengen (zie bijlage 5). Wat in de ene fase leeftijdsadequaat gehechtheidsgedrag is, kan in een andere fase een kenmerk van onveilige gehechtheid zijn, denk bijvoorbeeld aan het ergens op af gaan in een vreemde omgeving. In een latere fase kan dit adequaat gedrag zijn maar in een eerdere fase kan dit duiden op onveilige gehechtheid. De behandel- en begeleidingsdoelen dienen hierop uiteraard worden afgestemd. Zorg dat de begeleidingsstijl en behandeling aansluit bij het emotionele ontwikkelingsniveau. Bij cliënten met gehechtheidsproblemen zal dat veelal in de tweede fase (eerste socialisatiefase) en derde fase (eerste individuatiefase) zijn. Het ontwikkelingsniveau waarop iemand functioneert, kan erg wisselen afhankelijk van het stressniveau. Zorg dat de emotionele behoeften goed in kaart zijn gebracht. Bij stressfactoren en/of nieuwe situaties/veranderingen is terugval in een eerdere fase mogelijk.

Een model om de invloed van stress te illustreren is de *Window of Tolerance*, ook wel tolerantievenster voor stress genoemd (Siegel, 1999; Morisse, De Belie, e.a., 2017, Dekker-van der Sande, Sterkenburg, 2015, De Belie, 2018). Wat mensen aankunnen aan stress is duidelijk te maken met het tolerantievenster (zie bijlage 5), waarin verschillende soorten

stressreacties zichtbaar zijn. Deze stressreacties kunnen meer aan de bovenkant zichtbaar zijn in vecht (fight) en vlucht (flight) reacties of aan de onderkant in een beuries (freeze) reactie. Als je binnen een bepaalde bandbreedte blijft (tolerantiezone) kun je nadenken over jezelf en de ander, ofwel mentaliseren. Zit je daar buiten dan is dat veel moeilijker. Dit geldt voor ons allemaal en heeft invloed op hoe we reageren.

De begeleiders/behandelaren dienen zich telkens opnieuw af te stemmen op het actuele stress- en emotionele niveau en de daarbij passende ondersteuningsvragen. Zie voor meer informatie de herziene publicatie 'Emotionele ontwikkeling, omschrijving fasen en bijbehorende begeleidingsstijl' (Zaal & Boerhave, 2022). Door te investeren in de relatie krijgt een cliënt de mogelijkheid zich te hechten, waardoor het zich veilig voelt en durft te gaan exploreren.

De drie fasen die onderscheiden worden bij de **ontwikkelingsdynamische relatietherapie** van Anton Došen bieden houvast voor de opbouw van begeleiding en behandeling van gehechtheidsproblematiek.

Deze fasen zijn:

- **fase 1:** tolereren en accepteren
- **fase 2:** elkaar ontmoeten en samen groeien
- **fase 3:** nieuw sociaal positief gedrag laten ervaren

In de beschrijving van de drie fasen hebben we uitgangspunten van de eerste fase van de Integratieve Therapie voor Gehechtheid en Gedrag (Sterkenburg, Schuengel, 2014) en van Triple-C (Van Wouwe, van de Weerd, 2021) overgenomen.

De **eerste fase** is het tolereren en accepteren: iemand onvoorwaardelijk nemen zoals die is. Passend ingaan op gedrag, emoties, wensen en intenties vergroot het gevoel van veiligheid en vertrouwen. Dit betekent sensitief en responsief reageren op contact-initiatieven. Je helpt op een zo prettig mogelijke manier om te gaan met minimale eisen. Je biedt rust, hulp en bescherming. Laat vooral merken dat jouw aanwezigheid veiligheid geeft. Het doel is om de persoon tot rust te brengen, hem vertrouwd met jou te maken en te ontdekken waarin en hoe er een plezierige communicatie kan ontstaan. De overgang naar de tweede fase vindt plaats als de cliënt zich veilig en geaccepteerd voelt. Dit merk je doordat de cliënt voldoende tot rust is gekomen en er een (beginnende) gehechtheidsrelatie is opgebouwd.

In de **tweede fase** kan men elkaar ontmoeten en samen groeien. Je probeert een positieve warme relatie tot stand te brengen met behulp van gehechtheidsbevorderende activiteiten, waarbij het samen doen voorop staat. Zorg dat je een handeling samen kunt afmaken en ondersteun, vul de ander aan, als dit nodig is. Als deze relatie tot stand is gekomen wordt de cliënt gestimuleerd om zelf het initiatief in de communicatie te nemen en zijn verlangens naar voren te brengen. Waar (leef)regels belangrijk zijn, wordt dit duidelijk gemaakt vanuit een gezamenlijk belang. Laat waardering blijken via woorden en gebaren en uit je hele handelen. Pas als er een positieve vertrouwensrelatie is ontstaan, vindt de overgang naar de derde fase plaats.

In de **derde fase** kan men vanuit een veilige basis en zicht op de onderliggende behoeften werken aan meer autonomie (“toe maar”). Dit wil zeggen dat de begeleiding zich in handelingen steeds meer probeert ‘terug te trekken’ en de ander hierdoor meer zelfstandig functioneert. Verander niet teveel tegelijk: vergroot de afstand of laat meer zelf doen binnen de activiteit, doe één van beide. Het ligt hierbij niet in de verwachting dat de cliënt geheel zelfstandig zal functioneren. In de praktijk is het belangrijk dat er een vertrouwd persoon in de nabije omgeving (fysiek of bijvoorbeeld via een mobiele telefoon) bereikbaar is (“kom maar”) ofwel ‘een lijntje houdt’. De cliënt zal steeds meer ik-besef ontwikkelen wat belangrijk is voor een positief zelfbeeld en een gevoel van competentie. Bij stress of veranderingen blijft het belangrijk om een activiteit of een situatie samen op een positieve manier af te ronden. Doe en leef het als belangrijke andere ook voor.

Bovenstaande fasen vanuit de relatietherapie komen ook terug in de eerste fase van de **Integratieve Therapie voor Gehechtheid en Gedrag**: ITGG (Sterkenburg & Schuengel, 2014). ITGG bestaat uit drie opeenvolgende fasen: het opbouwen van een gehechtheidsrelatie (fase 1), de gedragstherapie (fase 2) en de generalisatie en afronding (fase 3). Alleen het opbouwen van een gehechtheidsrelatie (fase 1) doet al veel probleemgedrag afnemen, blijkt uit het onderzoek van Sterkenburg & Schuengel (2014). Een goede relatie tussen cliënt en therapeut is dus essentieel. Als je ervoor zorgt dat de cliënt zich alsnog veilig kan hechten, werkt dat door op ander gebied. Zo blijkt uit onderzoek dat de kinderen bij hun eigen ITGG-therapeut minder gestrest zijn. Dit is de basis voor verdere behandeling waarbij ook de omgeving nauw betrokken wordt.

Eerder is het effect van stress op de vorming van hersenstructuren en gedrag al genoemd. Gedragsproblematiek oftewel signaalgedrag bij mensen met een verstandelijke beperking kan meestal worden verklaard door langdurige stress en/of traumatische ervaringen (Bettinger & Van Neck, 2021). Gehechtheidsproblemen zorgen voor versterking van de stress doordat deze onvoldoende wordt ‘gebufferd’. Bij een onveilige gehechtheidsrelatie wordt bij stress onvoldoende beroep gedaan op de gehechtheidsfiguur. Dit betekent niet of nauwelijks gebruik maken van bescherming, van troost en van gevoelens in goede banen leiden. Wanneer te vaak de ervaring wordt opgedaan dat de stress niet of niet genoeg gebufferd wordt, wordt het zoeken naar bescherming of troost opgegeven. Chronische stress is ook funest voor het adequaat functioneren van het cognitieve systeem: iets nieuws aanleren gaat niet (Janssen, 2007). Het systematisch aanleren van adequaat gedrag kan dan ook nooit de eerste stap zijn naar verbetering. Het richten op verminderen van ongewenst gedrag zal weinig effect hebben. **In de begeleiding en behandeling van gehechtheidsproblemen is het startpunt stressregulatie en het opbouwen van een veilige basis.** Denk hierbij aan de *Window of Tolerance* en de opbouw van de onvoorwaardelijke ondersteuningsrelatie bij Triple C (zie bijlage 5). Daarna kun je je pas richten op het aanleren en ‘inslijpen’ van nieuw gedrag en opgedane ervaringen. *Leren is alleen mogelijk zonder (teveel of langdurige) stress!*

Om begeleiding en behandeling van gehechtheidsproblemen vorm te geven zijn er een aantal randvoorwaarden nodig (Dekker & Straus, 2008):

- Scholing van begeleiders en behandelaren in de vorm van training en coaching
- Een goede inhoudelijke en methodische ondersteuning in de vorm van systeembegeleiding gericht op gehechtheid
- Video Interactie Begeleiding/Video-Feedback Interventie
- Samenwerking met en tussen (pleeg)ouders/opvoeders/gezinsvoogd en/of gezinsmanager
- Samenwerking met en tussen begeleiders van het wonen, de dagbesteding, het onderwijs of het werk

En tot slot ter aanvulling:

- Samenwerking tussen de gespecialiseerde en de reguliere hulpverlening waarbij kennis delen, versterken van het systeem, communicatie en gehechtheidsbevordende ondersteuning centraal staan.
- Uiteraard samen met de ouders/opvoeders en/of verwanten.

De begeleiding en de behandeling van gehechtheidsproblemen dient zich te richten op de volgende aspecten (Schuengel, 2007):

- Het bieden van een stabiel en veilig opvoedings- of ondersteuningsklimaat: de cliënt kan rekenen op een duurzame relatie met één of enkele opvoeders c.q. begeleiders
- Het bevorderen van positieve opvoeder-kind c.q. begeleider-cliënt interacties
- Stabiliteit en voorspelbaarheid
- Begeleiders/behandelaren inzicht geven in de achtergrond/levensgeschiedenis en onderliggende behoeften van de cliënt. Indien mogelijk omschreven door de cliënt zelf en/of familie.
- Aansluiten bij signalen en behoeften, sensitief en responsief reageren
- (Onduidelijke) signalen goed (her) interpreteren
- Begeleiders/behandelaren helpen inzicht te verkrijgen in de wijze waarop ze zelf hun emoties en gedrag reguleren
- **Eerst connectie dan correctie**
- Na het bewerkstelligen van gehechtheid is vaak aanvullende behandeling nodig
- Ingrijpen komt nooit vroeg genoeg en is op voorhand ook nooit te laat

Teamcoaching is een essentieel aspect van de begeleiding en behandeling van gehechtheidsproblematiek. Het is belangrijk dat de omgeving en daarmee ook de begeleiding zich 'goed genoeg' afstemt op de basale emotionele behoeften. Hierbij is het nodig om zowel oog te hebben voor de kwetsbaarheid als voor de veerkracht van cliënten.

Dit stelt behandelaren en begeleiders voor een ingewikkelde opdracht. Begeleiders komen regelmatig voor allerlei uitdagingen te staan als cliënten reageren vanuit eerder ervaren onveiligheid. Het is cruciaal dat je aandacht hebt voor je eigen gevoelens en gedachten die in het contact met deze cliënten opgeroepen worden. Dit oefent een grote invloed uit op de manier waarop je emotioneel beschikbaar bent in de relatie.

In de praktijk en uit leertrajecten blijkt dat begeleiders hierbij het beste gecoacht kunnen worden op een manier waarbij de thema's stress- en emotieregulatie en mentalisatie centraal staan (Morisse, De Belie, e.a. 2017). Gedragsdeskundigen, teamcoaches en managers kunnen hun teams ondersteunen door ze op deze manier te coachen.

Dit alles vereist een specifiek klimaat waarin een gezamenlijk gedragen ondersteunings-/behandelplan richtinggevend is. Diagnostische gegevens en een goed omschreven voorgeschiedenis en persoonsbeeld weergegeven in een integratieve beeldvorming, vormen de basis van de geformuleerde doelen voor de ondersteuning. Het accent zal dan veelal op de ondersteuning van de emotionele ontwikkeling en het ervaren van basisveiligheid liggen.

De genoemde aspecten worden hierna verder uitgewerkt.

## 4.1 Cirkel van veiligheid

De **Cirkel van Veiligheid** herstellen en/of aanvullen: **veilige basis** en **veilige haven** bieden.

- Alles wat een cliënt zegt, doet, voelt, wil of denkt, wordt ook wel 'initiatief' genoemd. Het is van belang dat de begeleider laat weten dat deze initiatieven gezien worden. De ontvangst van het initiatief door de opvoeder kan zonder woorden (toewending, aankijken, vriendelijke gezichtsuitdrukking, knikken, e.d.) of met woorden (Polderman & Hölscher, 2008; Polderman, 2014, 2016). De beantwoording van het initiatief met woorden, kan door (letterlijk) te herhalen van dat wat gezegd is. Dit wordt **ontvangstbevestiging** genoemd. Hiermee laat je merken dat je de ander gezien en gehoord hebt. Dit is noodzakelijk voor een veilige gehechtheid en het geeft **basisvertrouwen**. Het ontvangen van initiatieven is steunend voor de ontwikkeling van cliënten.
- **Benoemen** is op een vriendelijke manier neutraal onder woorden brengen wat de ander hier en nu doet, voelt, wil of denkt. Dus je geeft bij wijze van spreken een 'ondertiteling' aan het initiatief van de ander. Voorbeelden van benoemen zijn: "jij neemt nog een slok thee", "jij voelt je verdrietig", "jij wil graag nog even spelen", "jij denkt als ik nu snel eet, kan ik eerder van tafel". Benoemen zorgt voor erkenning, je gezien en gehoord voelen, en bewustwording. Het zelforganiserend vermogen wordt versterkt en vergroot door de structuur die je aanbrengt. Door gedachten, gevoelens, wensen en bedoelingen te benoemen, wordt het ik-besef en het mentaliseren bevorderd. De ervaring leert dat het beter werkt als je eerst het initiatief van de ander ontvangt (stap 1) en dan pas sturing geeft aan het gedrag (stap 2). Door eerst te benoemen wat je feitelijk ziet en dan positief voor te zeggen wat de verwachting is, geef je het gevoel dat je de ander ziet. Zo verbeter je de afstemming en worden conflicten vaker voorkomen (zie bijlage 3: Interactievaardigheden).  
Voorbeelden zijn:
  - "Jij vindt het eten niet lekker" (stap 1 – ontvangstbevestiging).
  - "Dat geeft niet, laat maar staan" (stap 2 – eigen mening/voorstel doen).Positief voorzeggen is een andere manier van structuur bieden.
  - "Je pakt het mes van de grond" (stap 1 – ontvangstbevestiging).
  - "Leg het maar op de tafel" (stap 2 – positief voorzeggen).Duidelijkheid en begrenzing bieden veiligheid. Alleen volgen door ontvangstbevestiging en benoemen is niet voldoende. Richting geven is van belang voor verdere ontwikkeling. Hierbij blijft het belangrijk om te checken of je op het juiste spoor zit.

Bij goed mentaliseren hoort een flexibele tolerante basishouding, waarbij je interesse toont in wat zich van binnen bij de ander afspeelt (Dekker & Sterkenburg, 2015). Indien nodig stel je je inschatting bij (gissen, missen, repareren).

- De **emotionele beschikbaarheid** van de begeleider speelt een cruciale rol in de cirkel van veiligheid (De Belie & Van Hove, 2014). Van de begeleider wordt verwacht om als gehechtheidsfiguur sensitief te zijn, te structureren en goed af te stemmen op het (emotionele) ontwikkelingsniveau van de cliënt. En eigen gevoelens uit kunnen schakelen (ook als ze niet rechtstreeks op de cliënt betrekking hebben). Een voorbeeld: wanneer het een cliënt niet lukt om zijn kamer op te ruimen is het belangrijk dat de begeleider deze signalen herkent en zijn gedrag hierop aanpast. Het is van belang om te achterhalen wat de redenen of achterliggende behoeften kunnen zijn. Bewustzijn van timing is ook een belangrijk aspect van sensitiviteit. Voorbeeld: een huilende baby wordt niet in de wieg gelegd voordat hij getroost en gerustgesteld is, ook al komt het ongelegen. Cliënten met gehechtheidsproblematiek vragen meer dan het 'gewone' van begeleiders en behandelaren. Het is van belang om nadrukkelijk, op een voor de cliënt herkenbare manier, het gevoel van veiligheid te geven. Emotionele nabijheid en opbouw van de relatie spelen een essentiële rol om een positieve interactie tot stand te brengen. Sensitieve opvoeders c.q. begeleiders spreken een cliënt aan als een autonoom persoon met eigen wensen, behoeften en doelen. Van die houding gaat respect en vertrouwen uit.
- Dat volwassenen c.q. begeleiders ook betrouwbaar kunnen zijn en daarmee veiligheid bieden, is een belangrijke aanvulling op het **intern werkmodel m.b.t. relaties**. Je slijpt als het ware een ander 'spoor' in. Op die manier worden positieve ervaringen opgedaan die bijdragen aan een **veilige basis** om op terug te kunnen vallen: óók in perioden van stress (**veilige haven**). De cliënt kan 'emotioneel bijtanken'. De opdracht van de begeleider bestaat er dan ook uit om in de relatie met de cliënt reacties te geven die juist niet een herhaling en bevestiging zijn van de vroegere relatiepatronen en negatieve ervaringen. **Belangrijk hierbij is bewustwording van de processen die zich afspelen bij de cliënt**. Bij claimend gedrag bestaat het gevaar dat begeleiders te weinig afstand nemen en er steeds maar op blijven ingaan. Dit kan verstikkend werken voor de begeleiding en cliënten komen moeilijker tot individualiteit. Er is ook een risico van te veel grenzen en regels hanteren vanuit begeleiders om voldoende greep op de situatie te blijven behouden. De achterliggende angst wordt niet gezien en/of gehoord, de cliënt voelt zich onbegrepen en achtergelaten. Bij de cliënten die de begeleider het gevoel geven niet nodig te zijn, zijn er ook een aantal valkuilen zoals te veel met rust laten of er juist bovenop zitten vanuit een eigen behoefte controle te houden. Het is steeds **balanceren tussen afstand en nabijheid**. De uitdaging is een opening te maken voor **nieuwe ervaringen** die de weg naar de verdere ontwikkeling kunnen vrijmaken.
- Voor zover het qua ontwikkelingsniveau mogelijk is, is het belangrijk om **informatie te geven** over vraagstukken die de cliënt bezighouden. Denk bijvoorbeeld aan (tijdelijke) uithuisplaatsing of verhuizing, contact met ouders en familie/bezoekregeling. Het is van belang dat alle betrokkenen hier goed van op de hoogte zijn en dezelfde uitleg geven, helemaal bij stressvolle gebeurtenissen waarin emoties hoog kunnen oplopen. Dan lukt het niet, of minder goed, om te mentaliseren.

## 4.2 Het intern werkmodel 'eigen ik'

De cliënt het gevoel geven "**er te mogen zijn**"

- Ontvangst bevestiging geven (zie bijlage 3: Interactievaardigheden).
- Vertrouwen opbouwen door je eerst naar de cliënt te voegen. Volg zijn/haar tempo in de relatieopbouw en betrek familie en/of netwerk daarbij.
- Wees volhardend en constant in je positieve interacties met de ander.
- Laat merken; **ik ben er voor je, je bent belangrijk voor mij.**
- Wees (ook letterlijk) beschikbaar bij bijvoorbeeld binnenkomst. Heet de ander welkom. Zorg dat je meteen samen iets gaat doen en niet meer de ruimte uit moet, bied een luisterend oor.
- Als meerdere cliënten tegelijk aandacht vragen, laat dan merken dat ze gezien en gehoord worden. Leg uit dat het nu even niet lukt (beurt verdelen) maar wel op en ander (concreet benoemd) moment. Houd je ook aan die afspraak.
- Het is belangrijk om de cliënt vanuit vertrouwen te laten ervaren en te leren aandacht en zorg te ondergaan. Plezier beleven aan de relatie, plezier beleven aan samen gedeelde activiteiten. Plan één op één activiteiten in waarbij de ander de regie heeft en mag bepalen wat jouw rol daarbij is. Houd hierbij de draagkracht in de gaten, het kunnen en aankunnen en zorg ervoor dat de activiteit voor de cliënt succesvol verloopt.
- Bied steun om 'goede' ervaringen vast te houden en (samen) teleurstellingen te doorstaan en te begrenzen. Laat ervaren dat de begeleider in **tijd van nood** (óók bij moeilijk hanteerbaar/verstaanbaar gedrag) er onvoorwaardelijk is, veiligheid biedt, blijft tot het goed gaat, wát jij als cliënt ook doet. Blijf bewust afstemmen op de onderliggende behoeften en pak de draad (activiteit) weer op. Dit betekent dat je niet meteen afrondt/weggaat als de cliënt weer rustig is, maar dat de cliënt ook de ervaring opdoet, dat het prettig is zich aan vertrouwen, of in vertrouwen over te geven en samen de activiteit te volbrengen. Ga geen discussie aan, vraag niet naar het waarom, benoem alleen de emotie die je bij de ander ziet en het doel: helpen om weer samen tot rust te komen bijvoorbeeld: "Je vindt het heel vervelend dat..., ik ga je helpen". Confronteer ook achteraf de cliënt niet met het eigen gedrag; geen nabeschouwingen, denk aan de emotionele fase waar de ander op dat moment in zit. Zorg dat er bij cliënten met een intensieve zorgvraag en/of moeilijk hanteerbaar/verstaanbaar gedrag (signaalgedrag) een gedetailleerd stressreguleringsplan (zie bijlage 5) is, opgesteld in overleg met de gedragsdeskundige.
- Zorg dat er na een incident voldoende gelegenheid is voor zowel cliënt als begeleider om weer tot rust en zichzelf te komen (zie blz. 37: Begeleiders/behandelaren: zorg goed voor jezelf en elkaar).

*Hulp bieden bij de opbouw van een voldoende geïntegreerd, stevig en positief intern werkmodel van 'eigen ik'. Daardoor ontstaat **ik-besef**, vertrouwen in zichzelf en zich gewaardeerd voelen.*



- Aanspreken op wat de ander wel kan en op dat moment aankan en een beroep doen op competenties. Schep situaties waarin de cliënt succesvol kan zijn. Vul aan waar nodig.
- **Competenties**, talenten en kwaliteiten uitgebreid in beeld brengen samen met de cliënt en/of het netwerk. Maar ook rekening houden met cliënt- en omgevingsgebonden risicofactoren. Taken en verantwoordelijkheden naar **draagkracht** (het aankunnen) invullen.
- Zorg voor voldoende activiteiten die uitsluitend beroep doen op plezier beleven (geen goed/fout, geen prestatiedrang, weinig kans op mislukken). Geef veilige keuzes die te overzien zijn.
- Eigen plek aan tafel, eigen exclusieve taak met eventueel ondersteuning en eigen privileges, eigen kamer/woning.
- Een 'Ik-boek' en/of levensverhaal maken en daar ook competentievergroting in opnemen. Plak bijvoorbeeld een foto in van iets dat de cliënt heeft geleerd, veel plezier aan heeft beleefd of van een gebeurtenis/situatie die goed verlopen is. Denk ook aan de vastgelegde succesmomenten bij video feedback interventie voor ouders.
- Gedoseerd meeleven bij emoties: geen ontkenning of bagatellisering, de ander voelt zich dan niet gehoord. Maar ook niet te veel benadrukken, dat maakt angstig en is te confronterend met eigen ervaring/gevoel. Wees affectief bewust betrokken. Echt luisteren, zonder in te vullen, is heel helpend voor de ander.
- Benoem en orden emoties voor de cliënt. Bedenk eerst zelf wat de aanleiding was en benoem dat voor de cliënt. "Je bent verdrietig want..." Geef het een naam, leg verbanden tussen gevoel en voorval. Wanneer je de emotie niet goed benoemt en je merkt aan de ander dat dit niet klopt, doe je een nieuwe poging om de juiste lading te dekken. Gissen, missen en repareren.

### **Emotie-educatie:**

- Maak onderscheid tussen gedrag en emotie: "Je bent verdrietig, dat snap ik, maar je mag niet slaan". "Kom we doen het samen, dan lukt het vast."
- Leer de cliënt welk woord past bij zijn gevoel: Geef emoties woorden door te ondertitelen wat je ziet gebeuren zie ook 'Benoemen'.
- Leer vervolgens onderscheid te maken in intensiteit van emoties: een beetje verdrietig versus heel erg verdrietig. Doe dit weer door te ondertitelen. Denk ook aan hulpmiddelen als een emotiometer (zie bijlage 5).
- Leer, afhankelijk van het ontwikkelingsniveau, oplossingsstrategieën: "wat kan je doen als je zo voelt...?" Leer dit door voordoen, samen doen, zelf doen. Zo leert de cliënt een op de omgeving aangepaste manier waarop zowel op gedragsmatig, cognitief als emotioneel gebied gereageerd kan worden (copingstijl). De cliënt gaat geleidelijk vertrouwen op het gevoel dat hij of zij zelf invloed kan uitoefenen. Begin bij cliënten met een ernstig of matig verstandelijke beperking op een eenvoudig dagelijks niveau. Bij deze cliënten ontbreekt soms heel basaal het besef dat je ergens een oplossing voor kan bedenken. Bijvoorbeeld: "Hé, je vork is gevallen, wat kun je nou doen?". Help de ander om zelf een oplossing te bedenken.

Breid dit langzaam uit: “wat zou je nog meer kunnen doen?” “Ja, wat goed, en je zou ook...”. Laat de ander op een luchtige manier ervaren wat het verschil tussen huidige en onhandige oplossingen is door de consequenties te benoemen. Benoem elk stapje in de goede richting als een behaald succes.

- Mentaliseren lukt niet of minder goed als er sprake van stress is of te veel of te weinig emoties ervaren worden. Als je emoties hoog oplopen, kun je niet goed nadenken. Om jezelf onder controle te houden is het belangrijk dat je jezelf kunt kalmeren als je boos bent, kunt troosten bij uerdriet en geruststellen bij angst. Pas als je weer wat rustiger bent, kun je nadenken over wat er aan de hand zou kunnen zijn bij jezelf en de ander. Dit geldt zowel voor begeleiders als cliënten. Veel cliënten hebben de begeleider nodig om hun emoties de baas te worden, zie voor meer interventies ‘Mentaliseren kun je leren’ (Dekker-van der Sande & Sterkenburg, 2015).

- Leer (probleem)situaties en stressniveau te onderscheiden;

1. Situaties die de cliënt zelf kan oplossen: dit besef versterkt het zelfvertrouwen, het werkmodel van het eigen ik.
2. Situaties die samen met een belangrijke ander opgelost kunnen worden: dit versterkt het interne werkmodel relaties.
3. Situaties die de cliënt niet meer zelf kan oplossen, waarin een belangrijke ander de regie volledig of gedeeltelijk (door hulp te vragen) overneemt: versterkt het gevoel van basisveiligheid. Dit kan ook op een speelse manier, eventueel gekoppeld aan de emotiemeter:  
Groen: “Je weet zelf wat je nu moet doen”.  
Oranje: “Overleg samen wat kan je”.  
Rood: “Je bent in nood”.

Bij de interventie HouVast (Lever, M., 2015) zie je dit terug in de termen:

- In eigen hand hebben
- Hand in hand
- Handje helpen

### 4.3 Het intern werkmodel relaties

Proces van **wederzijdse bestending van adequaat gehechtheidsgedrag** herstellen.

- Wees je bewust dat de cliënt ‘verkeerde’ signalen uitzendt of heeft geleerd uit te zenden. **Kijk door het gedrag heen**, breng het emotionele ontwikkelingsniveau in kaart en de bijbehorende behoeften. Kijk welke mechanismen en overlevingsstrategieën een rol spelen.
- Zoek naar adequaat gehechtheidsgedrag bij de cliënt en beantwoord signalen. Als je bijvoorbeeld ziet dat een cliënt bang is of ergens van schrikt, troost dan. Laat merken dat je de signalen opmerkt, ga in op het signaal of initiatief, spiegel non-verbale uitingen en dergelijke. Vraag je af of jouw responsieve gedrag voor de cliënt herkenbaar en duidelijk is (zie blz.10). Stem opnieuw af als dit nodig is.
- Maak bij het in beeld brengen van (adequaat) gehechtheidsgedrag bijvoorbeeld gebruik van de Lijst Signalen van Verstoord Gehechtheidsgedrag (Boris, N. & Zeanah, C., 2005; Dekker, F. & Janssen, C. 2010). Ook de AISI (Attachment Insecurity Screening Inventory) en de ARI-CP zijn vragenlijsten die hierbij bruikbaar kunnen zijn (Universiteit van Amsterdam in samenwerking met Basic Trust, 2018; 2020).

- De VU heeft voor onderzoeksdoeleinden een kaart met omschrijvingen van gehechtheidsgedrag ontwikkeld (zie bronvermelding en voorbeeld items in bijlage 5).
- Wanneer een cliënt tijdens een activiteit of spel zorgzaam is, kun je dit benadrukken met een compliment of een beschrijving van wat je ziet (ondertitelen). Sluit aan door in het samendoen gedeeld plezier centraal te laten staan. Zorg voor spel of een activiteit waarbij het niet gaat om presteren, goed/fout of competitie. De activiteit is geen doel op zich, het is een middel in de relatie- en competentieopbouw, het gaat om succeservaringen.
- Wees zelf duidelijk en voorspelbaar in je reacties. Zorg dat houding, lichaamstaal en intonatie kloppen met de boodschap die je geeft.
- Wees je bewust van je eigen houding. De manier van denken, oordelen en kijken naar jezelf en naar je omgeving is daarbij heel bepalend (mindset). Denk in dit kader aan je voorbeeldgedrag (voorleven).
- Minimum aan regels, maximum aan duidelijkheid. Te veel regels roepen machtsstrijd op waardoor je steeds de boodschap geeft dat de cliënt het niet goed doet.
- **Voorspelbaarheid geeft rust.** Dagelijks gestructureerd leefklimaat, rust en regelmaat, vast dag-weekprogramma, dagelijkse routine met afspraken over omgangsvormen (denk aan bejegening), taken en voorwaarden. Wees als begeleider consequent/betrouwbaar in je eigen gedrag en sluit aan op de signalen die de cliënt uitzendt. Leg dit eventueel vast in een (be)handelingsplan en/of stressreguleringsplan. Zo kun je escalaties voorkomen. Wees je ervan bewust dat er naast expliciete regels en afspraken ook vaak veel impliciete regels zijn bijvoorbeeld normen, waarden en onuitgesproken 'afspraken' die veel verwarring en strijd kunnen geven. Zorg dat dit een aandachtspunt is en besproken wordt binnen het team. Maak dilemma's bespreekbaar en vertaal dit naar een passende bejegening (voorleven). Zorg dat je hier regelmatig met elkaar over reflecteert.
- Toon aandacht en belangstelling voor wat er in de cliënt omgaat (bijvoorbeeld samen de dag doornemen, bij emotionele gebeurtenissen een luisterend oor).
- Wees uitnodigend: maak de cliënt enthousiast om met je in contact te treden, deel plezier in activiteit. Stel jezelf daarbij niet te veel als persoon centraal, maak je uitnodigende houding herkenbaar, maak er rituelen van. Samen bed opmaken, samen uitkiezen van kleding, samen tas inpakken voor school/dagbesteding, samen thee of koffie drinken, samen boodschappen doen, op vrijdagavond het weekend inluiden, et cetera.
- **Neem gevoelens serieus.** Neem de tijd om samen naar oplossingen te zoeken voor moeilijke situaties. Zeg niet te snel dat "het wel meevalt" als de cliënt aangeeft ergens mee te zitten. Kijk wat een cliënt voelt, doet of denkt en breng dat onder woorden. Bijvoorbeeld "je vindt het niet leuk dat ik de tv uitzet" of "je vindt het vervelend dat ik de afspraak vergeten bent".
- Dwing jezelf om tegen de cliënt te zeggen waar je concreet boos of geïrriteerd over bent: **onderscheid gedrag-persoon.** Toon zelfbeheersing in je reactie op storend gedrag

zodat de cliënt niet aan jouw betrokkenheid/waardering als persoon hoeft te twijfelen. Benoem het gedrag, bijvoorbeeld: “Je bent het er niet mee eens. Je slaat anderen. Ik vind dat niet goed: stop ermee” i.p.v. “je bent agressief, ik ben helemaal klaar met je”.

- Vragen beantwoorden, verzoeken vervullen of het samen oplossen bevordert gehechtheid.
- Wees je bewust dat, ook als bij de cliënt alsnog een veilig intern werkmodel is ontstaan, het oude onveilige werkmodel bij nieuwe of stresssituaties zich weer voor zal doen, weer in het oude spoor terecht komen. De oude diepgewortelde gedachtes: “ik kan het niet”, “ik sta er alleen voor”, “ik ben niets waard” en andere gevoelens van angst of onzekerheid, zullen dan in eerste instantie het gedrag proberen te sturen. Wees hierop voorbereid en help de cliënt in nieuwe situaties opnieuw. Denk niet te snel “nu kan hij/zij het wel zelf”.
- **Houd een lijntje met de cliënt**, ook bij (tijdelijke) uitplaatsing (warme overdracht). Stuur een kaartje, kom een keer langs, laat weten dat je er nog bent en de cliënt niet vergeten bent.
- Probeer een overplaatsing altijd **positief** te labelen, bijvoorbeeld als een promotie of een beter alternatief: “je hebt al zoveel geleerd, je kunt daar nog meer leren, tot rust komen e.d.”. Bied wel steun en bereid de overgang zorgvuldig voor. Benoem ook de gevoelens van spanning en onzekerheid. Vang de bijbehorende stress op of kijk samen wat te doen om de stress aan te kunnen (zie bijlage 5 stressreguleringsplan).
- Uiteindelijk toewerken naar **zelfstandigheid: (gedeeltelijke) eigen verantwoordelijkheid**. Help de ander zich eerst meer waardevol en capabel te voelen en pas daarna verantwoordelijk.
- Houd rekening met (on)zichtbare **loyaliteit** naar de ouder/familie toe, geef het, voor de cliënt, een hanteerbare plek. Benoem de emoties van de cliënt. Praat met respect over de ouders/familie.
- De ouders/familie kunnen de cliënt ondersteunen door te laten weten dat hij/zij goed zit op de (tijdelijke) woonplek.
- Zorg voor een **nauwe samenwerking** met het betrokken netwerk en professionals. Denk hierbij aan (pleeg)ouders, opvoeders, een eventuele partner, familie en/of gezinsvoogd/gezinsmanager, reguliere zorg en begeleiders van wonen, gezinsdiensten, dagbesteding, onderwijs of werk.
- In alle milieus dient het benadrukken en accentueren van positieve ervaringen centraal te staan.
- Zorg uiteraard, samen met de cliënt of de wettelijk vertegenwoordiger, voor een nauwe **samenwerking met ondersteunende behandelaren**: denk aan betrokken therapeut(en), gedragsdeskundige(n), (kinder)psychiater, arts e.a. en het management i.v.m. randvoorwaarden.

## 5 *Begeleider en behandelaar: Zorg goed voor jezelf en elkaar.*

- Cliënten met gehechtheidsproblematiek hebben een zeer specifieke begeleidings- en ondersteuningsvraag en doen een groot beroep op jou als persoon. Zorg voor een 'schaduw persoonlijk begeleider' die goed op de hoogte is van deze problematiek en die de persoonlijk begeleider bij afwezigheid direct kan vervangen. Daarnaast is het belangrijk dat ook de rest van het team op de hoogte is van de ondersteuningsvraag en de bijbehorende bejegening.
- Zorg als (multidisciplinair) team dat je het met elkaar draagt; houd elkaar tijdens het werk op de hoogte van de stappen die je onderneemt in de begeleiding en behandeling zodat je elkaar kunt steunen. Maak gebruik van samenwerking met alle mensen die zichzelf de taak gesteld hebben om de cliënt te ondersteunen.
- De verhoudingen en samenwerking tussen de begeleiders/behandelaren worden bij gehechtheidsproblematiek voortdurend op de proef gesteld. Accepteer en waardeer de verschillende rollen die je met elkaar vervult. Reflecteer en evalueer regelmatig met respect voor elkaar.
- Houd je eigen grenzen, normen en waarden in de gaten, bespreek ze in je team. Je bent ook hierin een belangrijk 'model' voor de cliënt. Zorg met elkaar dat je sensitief en responsief kan (blijven) reageren en neem indien nodig afstand en tijd om te herstellen. Reflecteer met elkaar op de situatie en op de normen en waarden die bij een ieder spelen.
- Durf te vertrouwen op wat jij de cliënt te bieden hebt. Stel daarbij niet te hoge eisen aan de cliënt en jezelf. Je kunt nu eenmaal niet aan alle behoeften tegemoet komen.
- Het kan/zal gebeuren dat je de cliënt (onbewust) over je eigen grenzen heen hebt laten gaan. Houd dat bespreekbaar met elkaar. Verwijt het jezelf niet.
- Vaak is een (emotioneel en/of fysiek) zware periode ook een stap in de goede richting: er gebeurt immers iets in de relatie tussen jou en de cliënt. Denk bijvoorbeeld aan de overgang naar een volgende (emotionele) ontwikkelingsfase waarin de cliënt meer durft uit te proberen.
- Bespreek binnen je team welk gevoel de cliënt in bepaalde situaties bij je oproept (gebruik ik- boodschappen). Probeer in gesprek met elkaar enerzijds dit een plek te geven en anderzijds de interactie en het gedrag weer te plaatsen in de context. Wat vertelde de cliënt je eigenlijk met zijn gedrag? Wat is de (achterliggende) emotionele basisbehoefte?
- Veel aandacht aan en overleg met familie en/of het netwerk voorkomt vastlopen, misverstanden en het splitsen in partijen. Vanzelfsprekend, indien mogelijk, samen met de cliënt en/of met diens toestemming.
- Vraag ook aan de ander hoe het gaat, hoe het met de persoon zelf gaat. Denk hierbij eveneens aan de ouders en/of het netwerk.

- Let bij aanname van nieuw personeel op competenties als samenwerken, stressbestendigheid, tact, analyserend vermogen, flexibiliteit, aanpassingsvermogen, zelfkennis, doorzettingsvermogen en volharding (Dekker & Straus, 2008). Daarnaast is reflectief vermogen heel belangrijk.
- Bij instroom van een nieuw personeelslid is het raadzaam een inwerkprogramma te hanteren waarbij de ondersteuning van de nieuwe medewerker gedoseerd opgebouwd wordt richting de cliënt met gehechtheidsproblematiek. Er is tijd nodig om elkaar te leren kennen en vertrouwen op te bouwen.
- Als je je onvoldoende in staat voelt om die professionele houding aan te nemen die de cliënt nodig heeft, bespreek dat dan. Ook dat is professionaliteit! Zorg dat een ander het (tijdelijk) overneemt. Laat de cliënt het niet als een afwijzing ervaren.
- Het werken met cliënten met gehechtheidsproblematiek is zeer intensief en vraagt specifieke kennis en vaardigheden. Maak ruimte voor deskundigheidsbevordering, coaching (zie bijlage 4 en 5), begeleiding (o.a. met behulp van video-opnamen en Basic Trust principes) en intervisie. Vraag hulp en steun aan elkaar, de gedragsdeskundige en de (team)manager.
- Houd de behandeldoelen, in samenspraak met de cliënt en/of verwante(n), klein en realistisch, werk stap voor stap met het hele team.
- Zorg voor reflectiemomenten. Sta met elkaar met regelmaat stil bij je eigen stressregulatie, bij de gedachten, gevoelens en wensen van de cliënt, betekenis van gedrag en de consequenties voor de bejegening. Heb daarbij oog voor de basisbehoeften van de cliënt/het cliëntstelsel, van jezelf en van je collega's.
- Een belangrijke voorwaarde om te kunnen mentaliseren is het begrijpen en onder controle krijgen van de eigen emoties, door ze te herkennen, te uiten en zo nodig te leren remmen. Als dit niet lukt en de stress te hoog oploopt heb je als begeleider een time-out nodig (bijvoorbeeld even uit de situatie) om tot rust te komen en na te denken ('ademruimte'). Als je je daar bewust van bent en goed voor jezelf zorgt, kun je vervolgens ook goed voor de cliënt zorgen (Morisse, De Belie, e.a., 2017; Dekker-van der Sande & Sterkenburg, 2015).
- Gun jezelf en de cliënt de tijd. Een goede relatie is niet zomaar opgebouwd en draag je ook niet zomaar over.
- Denk aan oefen-/probeerruimte: veilig oversteken, fietsen of autorijden leer je ook niet in één dag.
- Wees je ervan bewust dat relatieopbouw in fasen verloopt. Zoek steun bij het herkennen van de faseovergangen en bekijk gedrag in de fase waar je met elkaar in zit.
  - Fase 1: tolereren en accepteren
  - Fase 2: elkaar ontmoeten en samen groeien
  - Fase 3: nieuw sociaal positief gedrag laten ervaren
 Zie verder begin hoofdstuk 4.

- Realiseer je ook dat terugval erbij hoort. Trek je dat niet persoonlijk aan. Bespreek het met elkaar. Vaak is het heel verklaarbaar gezien de omstandigheden. Wees mild voor elkaar. Bedenk vooruit welke situaties het risico van terugval in zich hebben. Bereid dit met elkaar voor, wees daar proactief in. Denk bijvoorbeeld aan verhuizing, andere locatie, verandering van school, werk of dagbesteding maar ook aan veranderingen binnen het netwerk en het team.

Binnen de emotionele ontwikkeling is een veilige gehechtheid van essentieel belang. Dit is het fundament, de basis(veiligheid) voor een gezonde emotionele ontwikkeling die weer van belang is voor andere ontwikkelingsgebieden. In deze publicatie is een overzicht gegeven van aspecten die een rol spelen bij veilige en onveilige gehechtheid. Wij realiseren ons dat dit overzicht niet volledig is; keuzes uit de veelheid van literatuur en publicaties zijn gemaakt om het toegankelijk en werkbaar te houden. Wij hebben vanuit deze onderbouwing en onze eigen ervaring praktische richtlijnen voor begeleiders en behandelaren weergegeven, die dagelijks cliënten met gehechtheidsproblematiek ondersteunen.

## **Enkele kernpunten uit de publicatie op een rijtje:**

- Een veilige gehechtheid is de basis voor een gezonde emotionele ontwikkeling.
- Gehechtheid is van invloed op het functioneren tijdens de verdere levensloop, dit geldt voor iedereen.
- In een gehechtheidsrelatie vindt altijd wederzijdse beïnvloeding plaats.
- Aansluiten bij signalen en onderliggende behoeften door sensitief, empathisch en responsief te reageren.
- Herstel is mogelijk door gissen, missen, repareren.
- Wees je ervan bewust dat een gehechtheidsrelatie opbouwen in fasen verloopt, coaching kan hierbij behulpzaam zijn.
- De Cirkel van Veiligheid met de veilige basis en veilige haven laat duidelijk zien hoe gehechtheid werkt.
- Veilige gehechtheid zorgt bij stress voor een buffer.
- Het intern werkmodel is een verwachtingspatroon op basis van eerdere ervaringen.
- Mentaliseren is tegelijk bewust zijn van je eigen gevoelens en gedachten en die van de ander.
- Mentaliseren ontwikkelt zich binnen een veilige gehechtheidsrelatie.
- Wees je bewust van je eigen normen en waarden en houd deze in de gaten.
- Neem tijd voor intervisie om te reflecteren en van elkaar te leren.
- Zorg goed voor jezelf en elkaar zodat je er voor de ander kan zijn.





## Bronnen en andere leessuggesties

- Augeo (2016). *Bouwstenen van hechting en toelichting*.
- Augeo (2016). *Belangrijkste attitude van de ouders per bouwsteen van hechting*.
- Bakker-van Zeil, T. (2005). *Hechting in diagnostiek en behandeling*.
- Bakker-van Zeil, T. (2004). *Vertrouwen in adoptie, hechten en loslaten*. Brochure bij film *Zie je mij? Adoptie in beeld*.
- Bartelink, C., Rooijen, K. van, As, A. van (2021). *Jeugd met problematische gehechtheid. Wat werkt?* Utrecht: NJI.
- Bastiaansen, J.A.C.J. (2011). *Mirror images: neural correlates of emotion processing in autism, schizophrenia, and mental health*. s.n.
- Bettinger, G. & Van Neck, A. (2021). *Anders kijken naar 'probleemgedrag'*. VVO Tijdschrift, 40(2), 6-11.
- Biringer, Z., Fidler, D.J., Barrett, K. C. (2005). *Applying the Emotional Availability Scales to children with disabilities*. In *Infant Mental Health Journal* Vol. 26(4), 369-391.
- Boon, M. J. M. & Wiel, T. van der (2015). *Ontwikkeling van een ondersteuningsprogramma voor mensen met een lichte verstandelijke beperking en gehechtheidsproblematiek*. Nederlands Tijdschrift voor de Zorg aan mensen met verstandelijke beperkingen, 41(1), 29-39.
- Boon, N. van der & Bakel, H. van (2017). *Modified Interaction Guidance (MIG). Interventie bij gedesorganiseerde gehechtheid*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Boris, N. & Zeanah, C. *Lijst Signalen van Verstoord Gehechtheidsgedrag*. In Dekker-van der Sande, F. & Janssen, C. (2010). *Signaleren van verstoord gehechtheidsgedrag*. LKNG. Den Haag: Lemma
- Congresbundel NVO, NGBZ, NIP (1994). *Gehecht aan goede relaties*.
- De Belie, E., Van Hove, C. e.a. (2013). *Wederzijdse emotionele beschikbaarheid*. Antwerpen: Garant.
- De Belie, E. & Van Hove, G. (2005). *Ouderschap onder druk. Ouders en hun kind met een verstandelijke beperking*. Antwerpen: Garant.
- De Belie, E. & Morisse, F. (2007). *Gehechtheid en gehechtheidsproblemen bij personen met een verstandelijke beperking*. Antwerpen: Garant.
- De Belie, E. & van Hove, G. (2014). *Emotionele beschikbaarheid: een relationele basishouding voor ouders en begeleiders*. In: *Tijdschrift voor Agogisch Werk* jaargang 11, nr. 31.
- De Belie, E., Blontrock, M., Verhasselt (2018). *Wees niet bang van spanningen, ga ermee aan de slag*. Artikel op <https://sociaal.net/>
- De Belie, E., Morisse, F. e.a. (2017). *Handboek gehechtheid en gehechtheidsproblemen*. Artikelenreeks. Antwerpen: Garant.
- De Belie, E. (2018). *Reguleren van stress en mentaliseren: een veilige basis voor emotionele beschikbaarheid*. Artikel in *Tijdschrift voor Agogisch Werk*, jaargang 14, nr. 41.
- De Belie, E. & Vliegen, N. (2019) *Gedesorganiseerde gehechtheid bewerken: individuele kindtherapie verankerd binnen een dragend netwerk*. In: TOKK 44 3/4
- Dekker, F. & Straus, M.L. (april 2008). *De rol van de orthopedagoog/psycholoog bij het ontwikkelen van een methodiek voor een behandelgroep*. Themabijlage bij nieuwsbrief NVO/NIP Gehandicaptenzorg. Jaargang 10, nr. 1.
- Dekker-van der Sande, F. & Janssen, C. (2010). *Signaleren van verstoord gehechtheidsgedrag*. LKNG, Den Haag: Lemma.
- Dekker-van der Sande, F. & Sterkenburg, P. (2015). *Mentaliseren kan je leren. Introductie in Mentaliseren Bevorderende Begeleiding (MBB)*. Doorn: Bartiméus.
- Dekker, J. (2008). *Video-interactiebegeleiding*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Došen, A. (2014). *Psychische stoornissen, probleemgedrag en verstandelijke beperking*. Assen: Van Gorcum.

- Došen, A. (1994). In *Gehecht aan goede relaties*. NVO, NGBZ, NIP.
- Draaisma, D. (2014). *Databank effectieve jeugdinterventies: beschrijving 'NIKA'*. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut. Gedownload van [www.nji.nl/jeugdinterventies](http://www.nji.nl/jeugdinterventies).
- Eliëns, M. (2019). *VHT/VIB en gehechtheid in de (jeugd)gezondheidszorg*. Utrecht: AIT.
- Havermans, A., Verheule, C. (2014). *Gehechtheid in beeld, handleiding video-interactiebegeleiding voor professionals in de adoptieazorg*. Amsterdam: Uitgeverij SWP.
- Hoffman, K., Cooper, G. e.a. (2018). *Een kind dat zich veilig voelt. Gehechtheid, emotionele veerkracht en nieuwsgierigheid bevorderen met de Cirkel van veiligheid*. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds
- Janssen, C., Schuengel, C., Stolk, J. (maart 2002). *Gedragsproblemen bij mensen met een ernstige verstandelijke beperking, gehechtheidsproblemen en psychologische stress in NTZ*.
- Janssen, C.G.C. (2007). Vrije Universiteit Amsterdam. *Lezing en sheets tijdens het afscheids-symposium van dr. J. Stolk* [www.ack.uu.nl](http://www.ack.uu.nl).
- Kajak (2021). *Diagnostiek en behandeling van problematische gehechtheid bij jeugdigen en jongvolwassenen met een LVB*. Academische Werkplaats.
- Lever, M. (2015). *Databank effectieve jeugdinterventies: beschrijving 'HouVast'*. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut.
- Loon, J. van (2006). Arduin. *Van zorg naar ondersteuning*. Antwerpen: Garant.
- Luiten, A. & Wurschy, P. (2019). *Ontwikkelingspsychologie voor Zorg & Welzijn*. Amsterdam: A&P Publishing.
- Netwerk OverSchatten (2007). *Wonen en begeleiden*. Brochure randvoorwaarden voor wonen, begeleiden en dagbesteding t.b.v. de doelgroep mensen met een verstandelijke beperking en gehechtheidsproblematiek.
- Marvin, R.S., Cooper, G., Hoffman, K., & Powell, B. (2002). *The Circle of Security project: Attachment-based intervention with caregiver-pre-school child dyads*. *Attachment and Human Development*, 4, 107- 124 (vertaald door Schuengel, C.)
- Morisse, F., De Belie, E. e.a. (2017). *Emotionele ontwikkeling in verbinding. Coachingsmethodiek voor begeleiders van cliënten met probleemgedrag*. Antwerpen: Garant.
- Perry, B. & Szalavitz, M. (2016). *De jongen die opgroeide als hond en andere verhalen uit het dagboek van een kinderpsychiater*. Schiedam: Scriptum Books.
- Polderman, N.(1988). *Hechtingsstoornis, beginnen bij het begin*. *Tijdschrift voor orthopedagogiek*, 37, 422 - 433.
- Polderman, N. & Hölscher, F. (2008). *Reader: Hechting en video interactiebegeleiding, 3 - daagse incompany training*.
- Polderman, N. (2013). *Schema Inderactievaardigheden Basic Trustmethode voor basisvertrouwen en hechting bij volwassenen*.
- Polderman, N. (2016). *Databank effectieve jeugdinterventies: beschrijving 'Basic Trustmethode'*. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut. Gedownload van [www.nji.nl/jeugdinterventies](http://www.nji.nl/jeugdinterventies).
- Polderman, N. (2016). *Schema 'Interactievaardigheden Basic Trustmethode voor basisvertrouwen en hechting bij kind/jongere'*.
- Powell, B. Cooper, e.a. (2016). *De Cirkel van Veiligheid-Interventie. Het bevorderen van gehechtheid in ouder-kindrelaties*. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds.
- Riksen-Walraven, J.M.A. (1994) in *Gehecht aan goede relaties*. NVO, NGBZ, NIP.
- Schipper, J.C. de, Schuengel, C., Stolk, J. & Janssen, C.G.C. (2006). *Veilige Basis Veilige Haven Observatielijst. Gehechtheidsgedrag naar groepsleiding bij kinderen met een verstandelijke beperking*. Vrije Universiteit Amsterdam: Afdeling Orthopedagogiek.
- Schuengel, C. & Sterkenburg, P.S. (2004). *Gehechtheid als gemeenschappelijk terrein voor psychotherapie en orthopedagogiek*. *Kinder en Jeugdpsychotherapie*, jaargang 31, nummer 4, pp. 40 - 58.
- Schuengel, C. (2007). *Feiten en meningen over verstoorde gehechtheid*. Landelijke Themabijeenkomst Vereniging De Knoop.

- Schuengel, C. & Oosterman, M. (2010). *Diagnostiek van verstoorde gehechtheid*. In: P. van den Bergh & T. Weterings (Red.), *Pleegzorg in perspectief. Ontwikkelingen in theorie en praktijk* (pp. 243-256). Assen: Van Gorcum.
- Siegel, D. (1999), Ogden, P., Minton, K. (2000) *Window of Tolerance*.
- Spruit, A. & Adriaans, L. (2020). *Verstandelijke beperking geeft druk op de gehechtheidsrelatie*. In: Vakblad Vroeg nr. 3-2020, [www.vakbladvroeg.nl](http://www.vakbladvroeg.nl)
- STAP (1996). *Werkboek voor pleegouders en begeleiders – Helpen met hechting*.
- Steemans, L. (2007). In: De Belie, E., Morisse, F. *Gehechtheid en gehechtheidsproblemen bij personen met een verstandelijke beperking*. Antwerpen: Garant.
- Sterkenburg, P. S., & Schuengel, C. (2010). *Integratieve therapie voor gehechtheid en gedrag. Psychotherapie voor kinderen met een visuele en ernstig verstandelijke beperking*. Bulletin van de Vereniging voor Kinder- en Jeugdpsychotherapie, 37(1/2), 24-38.
- Sterkenburg, P.S. & Schuengel, C. (2008). *Behandelprotocol 'Integratieve Therapie voor Gehechtheid en Gedrag'*. In C. Braet & S. Bögels (Eds.), *Protocollaire behandelingen voor kinderen met psychische klachten*. (pp. 409-424). Amsterdam: Boom.
- Sterkenburg, P (2007). Vrije Universiteit Amsterdam. *Lezing en sheets tijdens het afscheids-symposium van dr. J. Stolk* ([www.ack.vu.nl](http://www.ack.vu.nl)).
- Sterkenburg, P. (december 2008). *Een grensverleggend onderzoek*. NVO nummer 5/6.
- Sterkenburg, P. (mei 2009). Studiedag Fortior: *Gehechtheid en stressregulatie bij mensen met een verstandelijke of meervoudige beperking*.
- Sterkenburg, P. (2010). *Boekbespreking Hechting, basisveiligheid, basisvertrouwen; begeleiding en behandeling*. NTZ 2-2010.
- Sterkenburg, P. & Schuengel, C. (2014). *Integratieve Therapie voor Gehechtheid en Gedrag: behandelprotocol*. Amsterdam: Boom.
- Sterkenburg, P. & Zaal, S. (2017). *Ontwikkeling van emotieregulatie en de rol van de gehechtheidsrelatie*. In Bruijn, J.de, Vonk, J. e.a.. *Handboek Emotionele ontwikkeling en verstandelijke beperking*. Amsterdam: Boom.
- Sterkenburg, P., Meddeler-Polman, B., Schrijver, J. (2020). *Gehechtheid in praktijk*. Bartiméus.
- Sterkenburg, P., Andries, V. (2021). *Gehechtheidstherapie. Praktijkvoorbeelden van de Integratieve Therapie voor Gehechtheid en Gedrag bij mensen met een visuele-enverstandelijke of verstandelijke beperking*. Bartiméus.
- Struik, A. (2016). *Slapende honden? Wakker maken! Een behandelmethode voor chronisch getraumatiseerde kinderen*. Amsterdam: Pearson.
- Thoomes-Vreugdenhil, A. (2006). *Behandeling van hechtingsproblemen*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum
- Thoomes-Vreugdenhil, A. (2012). *Hechtingsproblemen bij kinderen*. Houten: Lannoo.
- Vignero, G. (2018). *De draad tussen cliënt en begeleider, emotionele ontwikkeling als inspiratiebron in de begeleiding van mensen met een verstandelijke beperking*. Antwerpen: Garant.
- Vilans (2011). *Rapport Een inventarisatie van Best Practices in de intramurale ouderenzorg, thuiszorg, gehandicaptenzorg en langdurende GGZ*.
- Vilans (2011). *Bijlagen bij het rapport Een inventarisatie van Best Practices in de intramurale ouderenzorg, thuiszorg, gehandicaptenzorg en langdurige GGZ*.
- Vliegen, N., Tang, E., & Meurs, P. (2018). *Van kwetsuur naar litteken. Hulpverlening aan kinderen met complex trauma*. Kalmthout: Pelckman. Pro.
- Vliegen, N., (2005). *Observatieschalen voor emotionele beschikbaarheid. Een instrument voor onderzoeks- en klinische praktijk* in: Tijdschrift voor Psychotherapie 31 3-16.
- Vonk, J. (2021). *Emotionele ontwikkeling: over basisbehoefte en draagkracht, kwetsbaarheid en plezier. Een denk- en handelingskader voor de praktijk (herziene druk)*. Den Haag, Acco.

- Vries, S. de (2006): Bachelorthese: *Hechtingsrisico's bij kinderen met een verstandelijke beperking*.
- Vries, J. N. de, Willems, D. L., Sari, J. & Reinders, J. S. (2005). *Samenspel van factoren. Inventariserend onderzoek naar de ouderschapscompetenties van mensen met een verstandelijke handicap*. Amsterdam: AMC-UvA.
- Wolff, M. de, Dekker-van der Sande, F. e.a. (2015). *NJI Richtlijn Problematische gehechtheid voor jeugdhulp en jeugdbescherming*. TNO in opdracht van NVO, BPSW en NIP.
- Wouwe, H. van & Weerd, D. van de (2015). *Triple-C Het gewone leven ervaren, triple-C in theorie en praktijk*. ASVZ.
- Wouwe, H. van & Weerd, D. van de (2021). *Triple-C, tot hier en verder. Menswaardig begeleiden, organiseren en coachen*. ASVZ.
- Wijnroks, L., Janssen, C. e.a. (2006). *Onveilig gehecht of een hechtingsstoornis*. LKNG. Utrecht: Lemma.
- Zaal, S. & Boerhave, M. (2022). *Emotionele ontwikkeling: omschrijving fasen en bijbehorende begeleidingsstijl* (herziene druk). Amsterdam: Cordaan.

### KIND

#### BOUWSTEEN 1: Basisveiligheid

- fysieke aanpassing
- basisvertrouwen
- lichaamsbeleving
- voelen
- veiligheid
- ontspannen
- er-mogen-zijn
- voldaan
- opgaan in
- 'thuisgevoel'
- (nabijheids)zintuigen
- contact
- oogcontact
- communicatie via lichaamstaal, huilen, geluidjes
- openheid
- afhankelijkheid

#### BOUWSTEEN 2: Wederzijds vertrouwen

- toevertrouwen
- contact
- oogcontact
- openheid
- afhankelijkheid
- overgave
- aanpassen
- aanvaarden
- ontvangen
- saamhorigheid
- vertrouwelijkheid
- beginnende taal

### OPVOEDER

Om **basisveiligheid** te kunnen opbouwen is het volgende van belang:

- voorwaardenscheppend
- beschermen
- beschikbaar zijn
- continuïteit
- leiding nemen
- aanvoelen
- met zorg omgeven
- aandacht hebben
- individueel
- met rust laten
- ruimte maken
- reguleren (prikkels, ritme)
- eenvoudige structuur van ruimte, tijd, personen en activiteiten

Om **wederzijds vertrouwen** te kunnen opbouwen is het volgende van belang:

- (fysieke) nabijheid
- prettig huidcontact
- expressieve mimiek
- behoeften vervullen
- betrouwbaarheid
- afstemmen
- lichaamstaal
- meeleven, meekijken
- zorgen, geven
- inspelen op
- dragen, troosten
- begrenzing, actief ingrijpen

## KIND

### BOUWSTEEN 3: Zelfvertrouwen

- zelfvertrouwen
- naar zich toehalen
- aandacht vragen
- gevoelens delen
- veiligheid
- bedoelingen
- plannen maken
- zoeken
- geven - nemen
- peilen - toetsen
- nieuwsgierigheid

### BOUWSTEEN 4: Onafhankelijkheid

- zelfstandigheid
- begrijpen
- taal
- zelfbewustzijn
- vrijheid
- ik-besef
- fantasie
- concentratie
- onderhandelen

## OPVOEDER

Om het **zelfvertrouwen** van het kind verder te ontwikkelen is het volgende van belang:

- spel
- stimuleren, gericht op het vergroten van autonomie
- ruimte bieden
- aandacht geven
- reageren
- begrip
- op goede afstand
- betrouwbaar
- actief luisteren, verwoorden van gevoelens
- openheid
- steunen
- volgen
- duidelijkheid, voorspelbaarheid, consequentheid
- plezier delen, meelevens

Om de **onafhankelijkheid** van het kind vorm te geven is het volgende van belang:

- ruimte laten
- loslaten
- geduld
- vertrouwen
- duidelijkheid
- ik-boodschappen
- begrenzen
- onderhandelen

## KIND

### BOUWSTEEN 5: Creativiteit

- vaardigheden
- creativiteit
- empathie
- initiatief
- rollenspel

Uiteindelijk zal het kind/de jongere de behoefte krijgen een eigen leven op te bouwen, met daarin ruimte voor zichzelf en anderen.

## OPVOEDER

Om het kind/de jongere een eigen leven op te laten bouwen is het volgende van belang:

- dat ouders hun kind in vertrouwen laten gaan
- beschikbaar zijn bij stress/onverwachte gebeurtenissen
- belangstelling/aandacht tonen
- gaandeweg nemen andere 'belangrijke anderen' het over



**KIND****BOUWSTEEN 1:****Angst**

- apathie/passiviteit
- onverschillig
- angst/stress
- ontevreden
- gespannen
- chaotisch
- structureloos
- ontredderd/ontregeld
- onrust
- overbeweeglijk
- slap/lusteloos
- overprikkeld
- woede

**BOUWSTEEN 2:****Wantrouwen**

- zich afsluiten
- vermijding van contact
- wegstaren
- geen overgave
- wantrouwen
- zich niet aanpassen
- impulsief reageren bij frustratie
- afwijzen
- klampend
- vluchtig contact
- snelle stemmingswisselingen
- agressiviteit t.o.v. gehechtheidsfiguur

**OPVOEDER****Factoren die een rol kunnen spelen bij **onvoldoende basisveiligheid****

- afwezigheid
- ernstige ziekte
- onvoorspelbaarheid
- tekorten
- onveiligheid
- onrust
- geen structuur
- over/onderstimulering
- geen geruststelling
- spanning tussen opvoeders
- huiselijk geweld
- mishandeling
- geen contact
- niet (emotioneel) beschikbaar
- verwaarlozing

**Factoren die een rol kunnen spelen bij **onvoldoende basisveiligheid****

- te veel wisselingen
- niet reageren op het kind
- overspoelend
- niet invoelend
- verlating, afwijzing
- niet inspelen op
- bedreigend
- onvoorspelbaar
- onduidelijke lichaamstaal

## KIND

### BOUWSTEEN 3: Onzekerheid

- onzeker
- hebbertig
- nooit genoeg
- ontstemd
- destructief
- agressie
- spullen wegnemen
- jaloers
- passief
- eigen gang gaan
- niet luisteren
- klampen
- weinig eigenheid
- afhankelijk
- egoïstisch
- doelloos

### BOUWSTEEN 4: Eenzaam en verloren

- eenzaam
- koppig
- star
- schijnzekerheid
- onzelfstandig
- concentratieproblemen
- faalangst
- onzeker
- ambivalent
- machtsstrijd
- manipuleren
- dwangmatige controle
- afhankelijk

## OPVOEDER

### Factoren die een rol kunnen spelen bij het ontstaan van **onzekerheid**:

- wantrouwen
- starheid
- te weinig contact
- dwang
- niet (voldoende) beschikbaar
- afwijzen
- krenken
- teveel sturing/dominant
- niet (genoeg) luisteren
- wisselvalligheid
- te weinig zorg en aandacht

### Factoren die een rol kunnen spelen bij het ontstaan van **gevoelens van eenzaamheid en verlies**:

- afwezigheid
- autoritair
- dwingend
- afstandelijkheid
- steeds helpen
- geen continuïteit
- te weinig respect/krenken
- te hoge eisen
- onzekerheid
- te weinig afstand
- niet begrenzen
- ongeduldig
- (te) wisselende reacties van de opvoeder(s)

## KIND

### BOUWSTEEN 5: Machteloosheid

- machteloosheid
- manipulerend/dwingend gedrag
- overmatig hulp en aandacht vragen

Vanuit een onveilige gehechtheid kunnen psychische problemen en/of psychiatrische stoornissen ontstaan die zich op de volgende manieren kunnen openbaren:

- *angstig (paniekaanvallen)*
- *onzeker*
- *antisociaal*
- *minderwaardigheidsgevoelens*
- *onvoldoende eigenwaarde/  
negatief zelfbeeld*
- *faalangst*
- *zich bedreigd voelen*
- *zich benadeeld voelen*
- *fobieën*
- *crimineel gedrag*
- *(seksueel) grensoverschrijdend gedrag*
- *alcohol en drugsmisbruik*

## OPVOEDER

### Factoren die een rol kunnen spelen bij het ontstaan van gevoelens van machteloosheid:

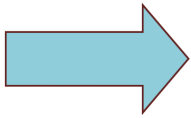
- geen vertrouwensbasis
- geen ruimte geven
- wantrouwen of angst
- zie ook de factoren in voorgaande bouwstenen

## interactievaardigheden

### Basic Trustmethode

voor **basisvertrouwen** en **hechting**

(naar H. Biemans)



### stap 1



initiatief of (re)actie *kind/jongere*

(zegt, doet, voelt, wil, denkt, bedoelt iets)

opvoeder staat stil bij *kind/jongere*:

'zonder' woorden:

'spiegelt'  
vriendelijke rustige toon  
toegewend  
oogcontact  
vriendelijke rustige gezichtsuitdrukking  
knikt of zegt 'ja' of 'oh'

**én**

met woorden:

geeft **ontvangstbevestiging** = herhaalt (letterlijk) wat kind **zegt**  
**of, bij voorkeur:**

**benoemt** = geeft woorden aan/'ondertitelt' wat kind/jongere **doet, voelt, wil, denkt**, of wat er achter het gedrag zit/**positieve intentie**)

### stap 2



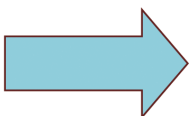
*opvoeder:*

geeft reactie (mening, associatie, uitleg)  
benoemt zichzelf  
maakt kring (verdeelt aandacht)  
diept het onderwerp verder uit  
babbelt  
doet voorstel  
benoemt tegenstellingen  
zegt positief voor (structureert)  
zegt positief voor (stelt grenzen)  
geeft compliment

#### benoemen:

1. begint met 'jij'
2. is *niet* vragend, maar stellend en rustig
3. is concreet
4. is in het hier & nu ('jij bent' i.p.v. 'jij was')
5. is neutraal – geen waardeoordeel  
geen compliment

### stap 3



opvoeder staat stil bij *kind/jongere*:

(vooral bij 12+) na mening of voorstel in stap 2:

vraagt **ontvangstbevestiging** = ('Wat vind je daarvan?'  
'Ik ben benieuwd naar je reactie')

initiatief of (re)actie *kind/jongere*, etc

# INTERACTIEVAARDIGHEDEN

## Basic Trustmethode

voor **basisvertrouwen** en **hechting** bij volwassenen

(Video Interactie Begeleiding, naar H. Biemans)

➔ INITIATIEF OF (RE)ACTIE van de ander  
(de ander zegt, doet, voelt, wil, denkt, bedoelt iets)

➔ ONTVANGST begeleider:

### stap 1

'zonder' woorden:

'spiegelen'  
(vriendelijke) toon  
toewending  
oogcontact  
(vriendelijke) gezichtsuitdrukking  
jaknikken of 'ja' of 'oh' zeggen

+

met woorden:

◆ ONTVANGSTBEVESTIGING =(letterlijk) herhalen wat de ander zegt

of:

◆ **BENOEMEN** (wat de ander **doet, voelt, wil, denkt**, of wat er achter het gedrag zit – **positieve intentie**)

### stap 2

INITIATIEF begeleider:

mening/idee/associatie/reactie geven  
jezelf benoemen  
kring maken (beurt verdelen)  
uitdiepen  
babbelen  
voorstel doen  
tegenstellingen benoemen  
positief voorzeggen (preventief leiding geven of structuur bieden)  
positief voorzeggen (bij grensoverschrijdend gedrag)  
compliment geven

#### Benoemen:

1. begint met 'jij'
2. is *niet* vragend, maar stellend
3. is concreet
4. is in het hier & nu ('jij bent' ipv 'jij was')
5. is neutraal - geen waardeoordeel  
geen compliment

### stap 3

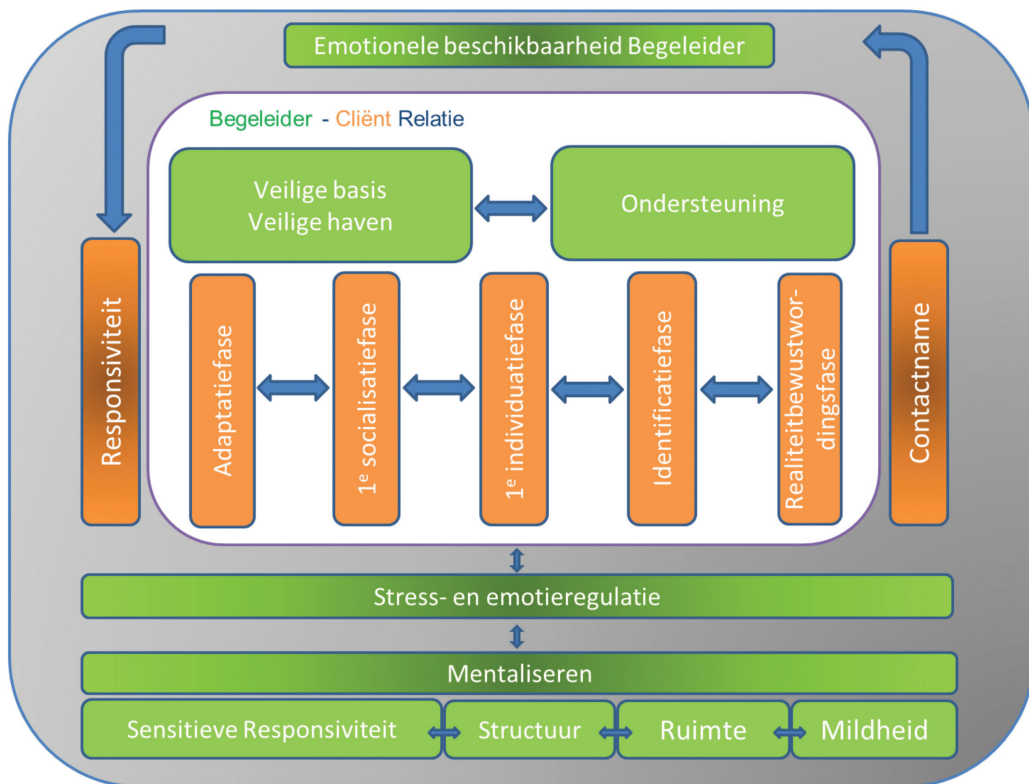
(vooral bij 12+) na je mening of voorstel:

ONTVANGSTBEVESTIGING VRAGEN =

zegen dat je benieuwd bent naar een reactie op wat gezegd is



INITIATIEF of (RE)ACTIE van de ander, etc.



© De Belie, Blonrock, Morisse, Verhasselt, HoGent Faculteit Mens en Welzijn, 2016  
 De aangepaste versie van het overzicht is te vinden in De Belie, E. & Verhasselt, J. (Red.) (2022).  
 Emotionele ontwikkeling in verbinding. Mentaliserend coachen van begeleiders van  
 kinderen en jongeren met complexe gedragsproblemen. Antwerpen-Apeldoorn: Garant.

### Hulpmiddelen voor de diagnostiek van gehechtheidsproblematiek:

- SEO-R<sup>2</sup> - Schaal voor Emotionele ontwikkeling van mensen met een verstandelijke beperking - Revised<sup>2</sup>. Instrument voor assessment. Morisse, F., Došen, A. (2017).
- SEO-R<sup>2</sup> kleurenprofiel. Groot, R. de (2014).
- De Hermeneutische Cirkel. Bosch, E. & Suykerbuyk, E. (2000).
- Lijst gedragssignalen van verstoord gehechtheidsgedrag bij jonge kinderen Boris & Zeanah (2005). Deze lijst is bewerkt door Esdégé-Reigersdaal in 2008.
- Emotional Availability Scales (EAS). De Belie, & Van Hove, (2005), Biringen e.a. (1998), Vliegen (2005) en Boon & van der Wiel (2015).
- LKNG publicatie Signaleren van verstoord gehechtheidsgedrag. Dekker, F., Janssen, C. (2010).
- Augeo: Vragen die gesteld kunnen worden bij het hechtingsproces (2016).
- ARI-CP 2-5 (Attachment Relationship Inventory - Caregiver Perception) 2-5 jaar (2020). Universiteit van Amsterdam in samenwerking met Basic Trust.
- De AISI (Attachment Insecurity Screening Inventory) 6-12 jaar (2018). Universiteit van Amsterdam in samenwerking met Basic Trust.
- Globale Indicatielijst Hechting 13-18 jaar. Polderman, N. (2000).
- Richtlijn NJI Problematische gehechtheid: signalering en diagnostiek (herziening 2020). In de richtlijn wordt onderscheid gemaakt tussen signalerings- en diagnostische instrumenten. Voor de diagnostiek worden professionals uit de specialistische jeugdhulp ingezet. Deze professionals zijn voor de afname van de instrumenten en voor een correcte interpretatie van de uitkomsten goed op de hoogte van de gehechtheidstheorie en geschoold in diagnostische vaardigheden.
- Zie overzicht in Diagnostiek en behandeling van problematische gehechtheid bij jeugdigen en jongvolwassenen met een LVB. Academische Werkplaats Kajak (2021).
- AMBIANCE (als onderdeel van NIKA en/of MIG: Modified Interaction Guidance)
- Veilige Basis Veilige Haven. De Schipper, J.C., Schuengel, C., Stolk, J., & Janssen, CGC (2006). Observatielijst Gehechtheidsgedrag naar groepsleiding bij kinderen met een verstandelijke beperking. VU Amsterdam: Afdeling Orthopedagogiek.  
De observatielijst is voor onderzoeksdoeleinden gebruikt.  
Met toestemming van de auteurs mogen we enkele items hieronder vermelden:
  - Als dit kind klaar is met een activiteit of speeltje komt dit kind terug bij mij voor spel, een knuffel, even aanraken of hulp bij het vinden van iets nieuws om te doen.
  - Ik kan dit kind geruststellen door aandacht te geven en te praten.
  - Dit kind kijkt me even aan als er iets spannends of gevaarlijks gebeurt (dit kind gaat in zo'n situatie pas iets doen als hij/zij even mijn blik heeft gezocht).

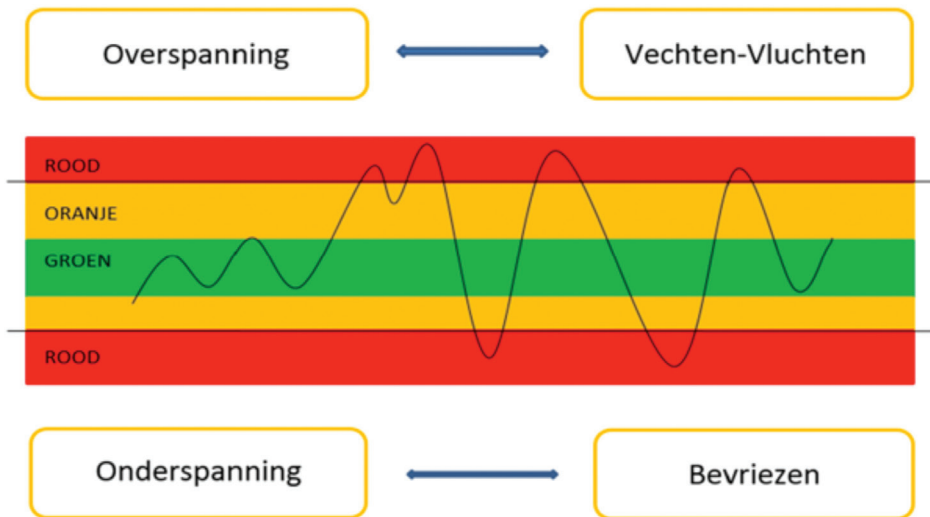
## Hulpmiddelen voor de begeleiding en behandeling van gehechtheidsproblematiek:

- SEN-SEO publicaties zie <https://www.samuzw.be/thema/emotionele-ontwikkeling>
  - De juiste vraag? Van inschatten van emotionele ontwikkeling naar ondersteuning Reflectiecurators (2015)
  - Over kunnen, (niet) aankunnen, moeten en (niet) willen. Brochure over emotionele ontwikkeling voor familie van kinderen, jongvolwassenen en volwassenen met een beperking (2015)
  - Emotioneel Gezien. Emotionele Ontwikkeling in vijf fasen: ouders getuigen. en film over emotionele ontwikkeling voor ouders, brussen, mantelzorgers, familie, vrienden en professionals.
  - Leren in de klas Aandacht voor emotionele ontwikkeling van kinderen en jongeren met een verstandelijke beperking (2017)
  - Leren in de klas, aandacht voor emotionele ontwikkeling van kinderen en jongeren (2019)
  - Samenleven met een pleegvast. Brochure voor pleegzorgers, mantelzorgers en hulpverleners (2019)
  - Posters: vertaling van de SEO-R<sup>2</sup> (2019)
- Digitaal leerpakket Gehechtheidsproblematiek. VGN Academie
- E-learningmodule ter introductie van Triple-C
- Video Interactie Begeleiding en Video-feedback Intervention to promote Positive Parenting (VIPP-SD en VIPP-LD)
- Mentemo: spel behorende bij het boek 'Emotionele ontwikkeling in verbinding' om reflectie en dialoog over de eigen praktijk te ondersteunen
- Cirkel van Veiligheid <https://www.circleofsecurityinternational.com/>
- Werkkaarten NJI Richtlijn Problematische gehechtheid voor jeugdhulp en jeugdbescherming
- Infosheets Basic Trust. Uitingen van veilige en onveilige gehechtheidsrelaties tussen ouders en jonge kinderen (2 t/m 5 jaar)
- Augeo Bouwstenen
- Window of Tolerance (fight - vecht, flight - vlucht en freeze - bevroren reactie)
- Stressreguleringsplan: zie uitleg volgende bladzijde
- Mentaliseren kan je leren. Bartiméus
- Werkboek Gehechtheid in de praktijk. Bartiméus
- Technologie ondersteunde Therapie voor Separatieangst (TTSA). Bartiméus
- Slimme Sok: een bioresponssysteem dat lichamelijke reacties die door emoties worden veroorzaakt, meet. Bartiméus
- Middelen om te structureren: pictobord, time-timer, uitgeschreven individueel dagprogramma en ondersteunende communicatie
- Emotiemeter of emotiewijzer
- Stoplicht
- Ik-boek
- [www.rustbox.be](http://www.rustbox.be)



**Uitleg van een stressreguleringsplan:** Een hulpmiddel om stress en bijbehorend gedrag, indien mogelijk samen met de cliënt, in een vroeg stadium te herkennen en te reguleren. Door gezamenlijk te omschrijven wat er gebeurt bij toenemende spanning kan de stressopbouw herkend worden. Vervolgens wordt omschreven wat werkt om de stress te reguleren zodat (verdere) escalatie kan worden voorkomen. Hierbij wordt onderscheid gemaakt in wat de cliënt zelf kan doen, wat de ander kan doen en wat belangrijk is in de omgeving. Er wordt doorgaans een onderverdeling in 5 à 6 fasen gemaakt, zoals bij een signaleringsplan. Het stressreguleringsplan is gebaseerd op de Window of Tolerance, Tolerantievenster stress (zie afbeelding 4).

## Tolerantievenster stress



**Afbeelding 4:** Tolerantievenster stress

© De Belie, Blontrock, Morisse, Verhasselt, HoGent Faculteit Mens en Welzijn, 2016

De aangepaste versie van het tolerantievenster is te vinden in De Belie, E. & Verhasselt, J. (Red.) (2022). *Emotionele ontwikkeling in verbinding. Mentaliserend coachen van begeleiders van kinderen en jongeren met complexe gedragsproblemen*. Antwerpen-Apeldoorn: Garant.

**Uitleg van een emotiewijzer (M. Koster):** Een emotiewijzer is een visueel hulpmiddel dat gebruikt kan worden om de cliënt te leren:

1. Bewust te worden van en bekend te maken met het bestaan van de verschillende basisemoties.
2. Deze emoties bij anderen en zichzelf te herkennen.
3. Deze emoties een naam te geven.
4. Eigen emoties te benoemen.
5. Dat emoties fluctueren in tijd: boosheid en verdriet gaan weer over.
6. Dat emoties in verschillende mate van intensiteit bestaan en beleefd worden: beetje boos versus heel erg boos et cetera. Emoties kunnen toenemen en afnemen.
7. Om situaties, gebeurtenissen te koppelen aan bepaalde emoties en mate van intensiteit.
8. Onderscheiden wanneer hij of zij een moeilijke situatie zelf, met hulp of niet meer het hoofd kan bieden: GROEN, ik weet zelf wat ik moet doen, ORANJE, overleg met je begeleider wat kan je, ROOD ik ben in nood, de ander biedt ondersteuning of neemt de regie over.
9. Om het zelfregulerend/zelfoplossend vermogen te bevorderen.

**Uitleg van een stoplicht (zie o.a. [www.pictomaat.nl](http://www.pictomaat.nl) of PAD Programma Alternatieve Denkstrategieën zie NJI Databank Effectieve Jeugdinterventies):** Met het stoplicht kan de cliënt leren om beter na te denken bij opdrachten, conflicten et cetera. Met een magneet kan worden aangegeven dat hij of zij bijvoorbeeld moet STOPPEN met de bezigheden of (te) heftige emoties. Vervolgens verschuift de begeleider de magneet naar DENK NA. In deze fase wordt samen een oplossing bedacht. De fase DOEN is de uitvoerfase.

Naast specifieke begeleiding en behandeling in de dagelijkse situatie zijn er aanvullend nog meer behandel- en interventiemogelijkheden zoals:

- Basic Trustmethode
- Integratieve Therapie voor Gehechtheid en Gedrag (ITGG). Bartiméus zie ook Gehechtheidstherapie Praktijkvoorbeelden van de Integratieve Therapie voor Gehechtheid en Gedrag bij mensen met een visuele en verstandelijke of verstandelijke beperking. Bartiméus
- Technologie ondersteunde Therapie voor Separatieangst (TTSA). Bartiméus
- MIG: Modified Interaction Guidance. Interventie bij gedesorganiseerde gehechtheid en trauma (Boon, N. van der & Bakel, H. van, 2017).
- NIKA: een kortdurend geprotocolleerd cognitief gedragstherapeutische interventie die gebruik maakt van video feedback. In de aanpak worden technieken uit Basic Trust (Polderman, 2011) en uit de Modified Interaction Guidance (MIG) (Benoit, 2008) ingezet.
- Lichaamsgerichte therapieën zoals psychomotore therapie (PMT) en Sherborne
- Traumabehandelingen zoals EMDR, exposure, lichaamsgerichte trauma- en schrijftherapie

### **Websites:**

[www.richtlijnenjeugdhulp.nl/problematische-gehechtheid/](http://www.richtlijnenjeugdhulp.nl/problematische-gehechtheid/)

[www.triplecwerkplaats.nl](http://www.triplecwerkplaats.nl)

[www.sheerenloo.nl/expertise-behandeling/themas/hechting](http://www.sheerenloo.nl/expertise-behandeling/themas/hechting)

[www.bartimeus.nl/expertise/het-ontwikkelen-van-onze-expertise/gehechtheid](http://www.bartimeus.nl/expertise/het-ontwikkelen-van-onze-expertise/gehechtheid)

[www.ugnacademie.nl/home/nl-nl/shop/page/5/catalogus](http://www.ugnacademie.nl/home/nl-nl/shop/page/5/catalogus)

[www.imhnederland.nl/toolbox/](http://www.imhnederland.nl/toolbox/)

[www.rustbox.be](http://www.rustbox.be)





**cordaan**