

Hechtingsproblematiek

Kenmerken en oorzaken

Hechting is een van de belangrijkste processen in het mensenleven. Wanneer een kind in zijn prille bestaan zich onvoldoende hecht aan zijn ouders of verzorgers, dan kan dit van invloed zijn op zijn latere relaties. Zelfs in de kindertijd is dit dan al te merken. Gelukkig is een onvoldoende hechting te helen. Bij volwassenen kan dit binnen het 'innerlijk kind' werk gedaan worden. Maar ook bij kinderen is heling mogelijk.



Door Jos Olgers

De Amerikaanse hypnotherapeut Tony Madrid PhD, ontwikkelde een hypnotherapeutische hechtingstherapie waarmee hij werkt met de ouders van kinderen die last hebben van de gevolgen van een slechte hechting. Het bijzondere is, dat deze kinderen hier van opknappen. Hypnotherapeuten die Tony Madrid (en andere sprekers) willen ontmoeten en zijn techniek willen leren, kunnen dit doen op het 'Symposium Hechtingstherapie' dat de TranceArt Academie op 5 april 2014 in Baarn organiseert. Wanneer zij de techniek willen leren, kunnen zij deelnemen aan de workshop van Tony Madrid in Den Haag op de daarop volgende dag.

Maar wat is hechting nu precies? Waaraan herken je wanneer sprake is van een hechtingsproblematiek? Hieronder wordt de essentie van deze vragen beantwoord.

Waaraan te herkennen

Als de hechting met (meestal) de ouders niet goed verloopt ontstaan er vaak problemen. Een slechte hechting kan herkend

worden aan de volgende effecten:

- Geremde kinderen die snel afwisselend blij, verdrietig of boos zijn. De ene keer zoeken ze toenadering. De andere keer weren ze af. Soms nemen ze afstand, willen niet getroost worden en zijn flink op hun hoede.
- Ontremde kinderen, herkenbaar als een allemansvriend, gaan oppervlakkige relaties aan, waarin ze in hun kritiekloze vriendelijkheid weinig geremd zijn.

Een slechte hechting bij volwassenen is herkenbaar aan de volgende effecten:

- Vastklampen of -kleven aan hun partner in relaties. Dit kan gepaard gaan met

jaloerie of angst om in de steek gelaten te worden.

- Angst voor intens contact, nabijheid of intimiteit.
- Een beklemmende behoefde om voor iemand te zorgen.
- De wens alles alleen te willen doen; geen hulp vragen en zich groot houden.

Typen hechtingsproblematiek

Als de hechting, om welke reden dan ook, niet tot stand komt ontstaan er problemen. Deze kunnen uiteindelijk zelfs uitmonden in een reactieve hechtingsstoornis, die bij heel jonge kinderen al te herkennen is aan bijvoorbeeld buitenspo-

EEN BIJZONDERE OORZAAK
LIGT BIJ OUDERS DIE ZELF NIET
GELEERD HEBBEN ZICH OP EEN
GEZONDE MANIER TE BINDEN.

rige geremdheid, overmatige waakzaamheid of teruggetrokkenheid.

We onderscheiden twee types van hechtingsstoornis: het geremde type en het ongeremde type.

- Bij het geremde type kunnen reacties op verzorgers gepaard gaan met een mengeling van toenadering en afweren; afstand nemen, weigeren getroost te worden of verstijfd op de hoede zijn. Dit kind kan van het ene moment op het andere heel vriendelijk, verdrietig of boos zijn.
- Het gedrag van het ontremde type is herkenbaar aan oppervlakkige hechtingen, zoals kritiekloze vriendelijkheid waarmee het zonder terughoudendheid of remmingen oppervlakkige relaties aangaat. Je zou dit kind kunnen zien als een soort allemansvriend. Hij speelt met iedereen en kan met iedereen overweg. Dit kind kan zich met een buitensporige vrijpostigheid hechten aan betrekkelijk vreemden zonder te kunnen vaststellen of dat wel zo'n goede keuze is. Deze kinderen zijn weinig gevoelig voor straf of andere correcties.

Achtergrond van de hechtingsproblematiek

Zowel het geremde en het ontremde type, zijn ontstaan uit een tekort aan hechting of verbinding, met op de eerste plaats de natuurlijke ouders. Wanneer dit niet geheeld wordt, zal dit prille overlevingsmechanisme de basis van het gedrag zijn. Dit kan zich op volwassen leeftijd uiten in de maatschappij of binnen familie- en vriendschapsrelaties.

Als dit niet tijdig geheeld wordt, is de kans vrij groot, dat dit gedrag allerlei verbindingsproblemen oproept. Die overlevingsstrategieën, bedoeld om het kind zoveel mogelijk te beschermen tegen emotionele kou of pijn, verhinderen dat het kind zich leert te hechten. Als volwassene staat het dan eenzaam in het leven.

Eenmaal volwassen wordt het als 'gevaarlijk' ervaren om te laten zien wat gevoeld wordt. De volwassene voelt zich kwetsbaar en vreest opnieuw afgewezen te worden. Dan kunnen genoemde effecten ontstaan.

Symposium

Hechting: hechtingsproblematiek en hechtingstherapie
5 april 2014, te Baarn (www.hechtingstherapie.info)

Programma Symposium

10.00 - 10.05	Jos Olgers	Opening
10.05 - 11.05	Rien Verdult	Hechting en hechtingsproblemen.
11.05 - 11.15		Pauze
11.15 - 13.15	Tony Madrid	Hechtingstherapie. <i>De Amerikaanse hypnotherapeut bespreekt zijn unieke manier om met ouders van kinderen met hechtingsproblemen te werken</i>
13.15 - 14.15		Gezamenlijke lunch
14.15 - pauze	Trisha Caetano	Hechtingsproblematiek in het innerlijk kindwerk.
Pauze		
Pauze - 17.00	Bertien van Woelderen	Achtergronden van hechtingsproblematiek in gezinnen. <i>Demonstratie gezinsdriehoek, een vorm van familieopstellingen.</i>
17.00		Afsluiting

Oorzaken

Men spreekt van een reactieve hechtingsstoornis, als het kind aanhoudend tekort heeft gehad aan basale behoeften als troost, aanmoediging, affectie en lichamelijke behoeften. Dit kan ook ontstaan tijdens een grote wisseling van vaste verzorgers, zoals bijvoorbeeld in kindertehuizen. Een stabiele hechting is daar vaak niet mogelijk.

Een slechte hechting kan vele oorzaken hebben. Soms wordt het kind een langere periode buiten het ouderlijk gezin opgevoed, zoals in ziekenhuizen of bij pleeg- of adoptieouders. Hierbij kan de scheiding met de biologische ouders als traumatisch ervaren worden. Soms zijn ouders niet opgewassen tegen de situatie, zoals tienermoeders, moeders met een postna-

tale depressie, ouders met huilbaby's, en dergelijke. Ook kunnen sociaal-culturele situaties of natuurgeweld en dergelijke een goede hechting belemmeren. Een bijzondere oorzaak ligt bij die ouders die zelf last hebben van dit probleem, doordat ze zelf niet geleerd hebben zich op een gezonde manier te binden.

Informatiewebsite rond hechtingstherapie

Als je meer over dit onderwerp wilt weten, kun je de informatieve website www.hechtingstherapie.info bezoeken.

Op deze plek staat naast informatie onder andere ook een verwijzingslijst van therapeuten die geleerd hebben met de techniek van Tony Madrid te werken.



Jos Olgers is van origine maatschappelijk werker en voert sinds 1984 praktijk in hypnose en regressietherapie te Baarn. Met Bertien van Woelderen richtte hij in Den Haag het centrum TranceArt op. In 1999 startten zij met de opleiding Hypnose en Regressietherapie. In het verleden was hij enkele jaren bestuurslid van de VETH, die opging in de NBVH.