



Richtlijn / info voor ouders

# Problematische gehechtheid

**Richtlijnen** jeugdhulp en jeugdbescherming

© NVO, BPSW en NIP

## Inleiding

Opgroeien is niet altijd makkelijk. Kinderen en jongeren<sup>1</sup> kunnen onzeker zijn en zich afvragen wat ze aan andere mensen hebben. Dat is normaal. Maar sommige kinderen hebben erg weinig vertrouwen in zichzelf en in anderen. Ze vinden het moeilijk zich kwetsbaar op te stellen en kunnen niet geloven dat ze op andere mensen kunnen rekenen. Deze kinderen kunnen een 'problematische gehechtheidsrelatie' met hun ouders hebben.

U maakt zich misschien zorgen over uw kind. Om u en uw kind te helpen, is er een richtlijn ontwikkeld. De *Richtlijn Problematische gehechtheid* gaat over kinderen en jongeren die (misschien) problematisch gehecht zijn aan hun ouders of verzorgers. In de richtlijn staat wat hulpverleners in de jeugdhulp samen met u kunnen doen om het leven van u en uw kind zo makkelijk mogelijk te maken. In dit document vatten we de richtlijn kort samen.

Dat u dit document hebt gekregen, betekent niet dat uw kind daadwerkelijk een problematische gehechtheidsrelatie heeft. Vrijwel altijd moet dat eerst goed uitgezocht worden. Het is wel handig als u van de richtlijn op de hoogte bent. Zo weet u wat u van hulpverleners in de jeugdhulp kunt verwachten. Ook kunt u deze informatie gebruiken als hulpmiddel bij het overleg met een hulpverlener.

## Wat is problematische gehechtheid?

Kinderen en jongeren met een problematische gehechtheidsrelatie ontlenen onvoldoende zelfvertrouwen aan de relatie met hun ouder(s). Ze vinden het vaak moeilijk hun gevoelens te uiten. Ze zijn onzeker en vertrouwen anderen niet. Vanuit die onzekerheid hebben ze soms de neiging alles onder controle te willen houden. Of ze lijken constant in verzet, ze reageren prikkelbaar en drammen hun zin door.

Er zijn ook problematisch gehechte kinderen die zich te veel aanpassen aan hun omgeving. Zij gedragen zich alsof ze tevreden zijn, en laten niet merken dat ze zich intussen bang en onzeker voelen. En er zijn kinderen die al op jonge leeftijd 'allemandsvriendjes' zijn. Het maakt hun niets uit wie er voor hen zorgt.

Het is moeilijk te zeggen hoe het komt dat een kind problematisch gehecht is. Dit kan aan veel dingen liggen, en meestal spelen meerdere dingen tegelijkertijd een rol. Zo hebben kinderen die op jonge leeftijd veel nare dingen hebben meegemaakt een grotere kans om zich problematisch te hechten. Als uw kind problematisch gehecht is, hoeft u uzelf daarom geen verwijten te maken. Wel kunt u als ouder<sup>2</sup> uw kind helpen om zich veiliger te voelen. Hulpverleners in de jeugdhulp kunnen u daarbij ondersteunen.

1 Om de tekst leesbaar te houden, spreken we verder meestal alleen over 'kinderen'. Hiermee worden ook 'jongeren' (van 12 tot 18 jaar) bedoeld. Waar 'kinderen' of 'jongeren' staat kan ook 'het kind' of 'de jongere' worden gelezen, en omgekeerd.

2 Als in dit document over 'ouders' wordt gesproken, kunnen dit de biologische ouders zijn, maar ook de pleeg-, adoptie- of stiefouders, de gezinshuisouders, de juridische ouders of andere volwassenen die de ouderrol vervullen. Waar 'ouders' staat kan ook 'een ouder' worden gelezen, en omgekeerd.

## Wat doet uw hulpverlener?

Als uw hulpverlener vermoedt dat uw kind een problematische gehechtheidsrelatie heeft, dan volgt hij of zij<sup>3</sup> een stappenplan. Zo weet uw hulpverlener zeker dat niets vergeten wordt. In het stappenplan staat precies wat hulpverleners kunnen doen om uit te zoeken of een kind een problematische gehechtheidsrelatie heeft. Uw hulpverlener kijkt bijvoorbeeld hoe het contact tussen u en uw kind verloopt. Voelt uw kind zich bij u op zijn gemak? Laat uw kind zich troosten of helpen? Luistert hij naar u? Heeft u samen plezier?

In de volgende situaties let uw hulpverlener extra op eventuele problematische gehechtheid:

- als uw kind is geadopteerd of opgroeit in pleeggezin
- als uw kind een ontwikkelingsstoornis, gedragsproblemen, een autistische stoornis of een verstandelijke beperking heeft
- als uw kind opgroeit in een gezin waarin sprake is (geweest) van mishandeling, verwaarlozing of huiselijk geweld
- als de relatie met uw kind onder druk staat (bijvoorbeeld doordat uw kind op jonge leeftijd langere tijd in het ziekenhuis heeft gelegen)
- als u en/of uw partner psychiatrische problemen heeft/hebben (gehad)

Als bij u en/of uw partner psychiatrische problemen spelen, dan zet uw hulpverlener ook hiervoor hulp in gang.

## Wat voor hulp is er?

Als is vastgesteld dat uw kind problematisch is gehecht, dan kijkt uw hulpverlener samen met u welke hulp het beste bij uw kind past. Zo zijn er speciale behandelingen voor jonge kinderen. Kinderen en jongeren met forse gehechtheidsproblemen (en gedragsproblemen) hebben een intensievere behandeling nodig. De richtlijn geeft aan welke mogelijkheden er zijn. Een kind dat wegens hechtingsproblemen in de jeugdhulp terecht komt, moet over een langere periode gevolgd worden. Uw hulpverlener ziet erop toe dat dit gebeurt.

Als uw kind moet leren om zich veilig te hechten, is het belangrijk dat het met zo min mogelijk verschillende hulpverleners in aanraking komt. Ook daar ziet uw hulpverlener op toe.

## Wat kunt u doen?

Als uw kind een problematische gehechtheidsrelatie heeft, is het van belang dat u probeert de relatie tussen u en uw kind te verbeteren. U doet dit door veel aandacht aan uw kind te besteden: laat zien dat u interesse hebt, knoop gesprekjes aan, geef complimenten en onderneem samen activiteiten.

Kinderen en jongeren met problematische gehechtheid hebben een ouder nodig die op een invoelende en voorspelbare manier reageert. Dat is niet altijd makkelijk, zeker niet als het contact tussen u en uw kind al lang moeizaam verloopt. Een hulpverlener kan u hierbij ondersteunen. Er zijn speciale programma's waarmee uw hulpverlener u kan helpen beter met uw kind om te gaan. Deze programma's worden in de richtlijn genoemd. Uw hulpverlener weet hoe hij zulke programma's toepast.

3 In de rest van dit document gebruiken we de mannelijke vorm. Waar 'hij' staat, kan ook 'zij' worden gelezen.

## Algemene tips voor ouders

Als ouder bent u verantwoordelijk voor de opvoeding en ontwikkeling van uw kind. Wanneer u het gezag over uw kind heeft, is het uw recht (en ook uw plicht) om uw minderjarige kind te verzorgen en op te voeden. Uw kind blijft altijd uw kind, ook als uw kind (tijdelijk) niet bij u woont, u het gezag niet heeft of u (tijdelijk) het gezag niet volledig mag uitoefenen omdat er een ondertoezichtstelling is. Blijf dus altijd betrokken en houd zelf zo veel mogelijk de regie. Uw hulpverlener onderzoekt met u wat uw mogelijkheden zijn: wat wilt en kunt u doen om uw zoon of dochter verder te helpen? Sta open voor adviezen en probeer daar iets mee te doen. Laat ook uw mening blijken. Geef het bijvoorbeeld op tijd aan als een advies niet bij u of uw kind past, en kijk samen met uw hulpverlener wat u daaraan kunt doen.

## Meer informatie?

De *Richtlijn Problematische gehechtheid* is gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek en op gesprekken met deskundigen en cliënten. De richtlijn kunt u nalezen op [www.richtlijnenjeugdhulp.nl](http://www.richtlijnenjeugdhulp.nl).

---

## Colofon

Deze informatie voor ouders over de *Richtlijn Problematische gehechtheid* is ontwikkeld door het Programma Richtlijnen jeugdhulp en jeugdbescherming. De informatie is voor het laatst geüpdatet in augustus 2020. Kijk op <https://richtlijnenjeugdhulp.nl/problematische-gehechtheid/> voor de meest actuele versie.

