

# HOE BOUW JE EEN VEILIGE GEHECHTHEIDSRELATIE MET EEN JEUGDIGE OP?

## WERKKAART 1

### DO'S<sup>1</sup>

- Neem de tijd om op een positieve en speelse manier contact te hebben met de jeugdige. Nodig de jeugdige uit om dingen samen te doen, zoals spelen, praten, of huishoudelijke taken. Geef de jeugdige de ruimte, maar houd wel de regie door hem keuzes te bieden.
- Gebruik een vriendelijke gezichtsuitdrukking en stem in het contact met de jeugdige. Zorg voor een ontspannen en positieve sfeer. Heb plezier samen met de jeugdige, en houd het contact luchtig en speels: lach en maak grapjes. Geniet van het samenzijn met de jeugdige die in je werk aan jou is toevertrouwd.
- Wees voorspelbaar, betrouwbaar en duidelijk naar de jeugdige toe. Zeg wat je doet, en doe wat je zegt.
- Geef de jeugdige jouw volle aandacht en maak oogcontact. Luister en kijk goed naar de jeugdige. Let op lichaamstaal (ogen, mimiek, stem, lijf). Benoem wat je de jeugdige ziet doen en welke emoties je ziet. En check of dit klopt. Heb je het goed verwoord? Prima. Lijkt dit niet het geval te zijn? Herstel wat je zei en zoek samen met de jeugdige naar welk gevoel, gedachte of wens er onder het gedrag zit.
- Verplaats je in de jeugdige. Denk na over wat er in de hem omgaat. Laat de jeugdige merken dat je dat ziet en hoort. Bied hulp of troost als de jeugdige verdrietig of angstig is of hulp en steun zoekt bij jou. Leid boosheid in goede banen. Weert de jeugdige het contact af terwijl hij verdrietig of van slag is? Wees dan als jeugdprofessional wel aanwezig voor hem, en laat merken dat je er voor hem bent.
- Verhelder voor de jeugdige oorzaak en gevolg in situaties. Help hem om het verband tussen een gebeurtenis, gevoel en gedrag te ontdekken.
- Sluit zoveel mogelijk aan bij de behoeften en wensen van de jeugdige, en benoem deze ook. Dan voelt de jeugdige zich serieus genomen. Als dit niet kan, leg dan uit waarom dit niet kan. Benoem daarbij dat de jeugdige zich hierdoor teleurgesteld, alleen, boos of verdrietig kan voelen.
- Focus zoveel mogelijk op positieve gedragingen van de jeugdige. Benoem die en prijs hem daarvoor. Positieve dingen van de jeugdige mogen aangedikt worden zodat hij de waardering echt voelt. Het gaat hierbij vooral om waardering van de persoon en van zijn intenties (formuleer dit als 'jij bent ...') en niet zozeer om diens prestaties of resultaten.
- Jeugdigen met een problematische gehechtheidsrelatie weten goed hoe ze contact kapot kunnen maken, maar niet hoe ze contact kunnen herstellen. Zoek daarom naar herstel in de relatie.
- Doe jij als jeugdprofessional iets fout? Erken dat eerlijk, en zoek naar manieren om het goed te maken die voor jou en de jeugdige prettig zijn.
- Wees je bewust van wat er in jezelf omgaat, en wat je zelf voelt, denkt en wenst. Probeer je persoonlijke gevoelens, gedachten en wensen los te laten in de omgang met de jeugdige.

<sup>1</sup> Dit is niet bedoeld als uitputtende lijst van aanbevelingen die onder alle omstandigheden allemaal opgevolgd moeten worden. Bij het opvolgen van de tips neemt de jeugdprofessional de leeftijd en de situatie van de jeugdige in acht. Daarbij bieden sommige tips meer houvast dan andere.

## Tips voor het omgaan met opstandig gedrag

- Reguleer gedrag zoveel mogelijk op positieve wijze, door te belonen in plaats van te straffen.
- Laat je niet verleiden om de confrontatie met de jeugdige aan te gaan. Blijf rustig, maar geef wel duidelijk aan dat een grens is overschreden.
- Help de jeugdige tot rust te komen. Haal hem zo nodig uit de situatie.
- Help de jeugdige om te gaan met boze, opstandige of agressieve gevoelens. Blijf rustig en laat met rustige lichaamstaal en kalm taalgebruik blijken dat je de gevoelens van de jeugdige begrijpt. Benoem de gevoelens, wees aardig en neem de leiding. Blijf aanwezig bij de jeugdige tot je samen het gevoel van de jeugdige begrijpt. Leid de jeugdige af of help de jeugdige terug te keren naar wat hij aan het doen was.
- Zeg op een positieve wijze welk gedrag je van de jeugdige verwacht. Vermijd de woorden 'nee' en 'niet'.
- Waak ervoor om de jeugdige zelf af te wijzen. Laat de jeugdige ervaren dat hij mag zijn wie hij is: ook in een rotbui of bij agressief gedrag laat je de jeugdige niet vallen.
- Wanneer je je geduld verliest: ga niet de confrontatie aan, maar loop even weg en vermijd contact met de jeugdige.

## DON'TS

- Opdringerig zijn doordat je jouw activiteiten of wensen belangrijker vindt dan de activiteiten of wensen van de jeugdige. Vermijd 'moeten'.
- Straffen waarbij je de jeugdige wegstuurt, apart zet of afwijst. Wil je een straf inzetten? Kies voor een consequentie waarbij de jeugdige iets doet dat bouwt aan jullie relatie. Bijvoorbeeld door samen een activiteit of een karweitje te doen.
- Uiting geven aan je eigen gevoel van machteloosheid of onmacht in de omgang met de jeugdige, waardoor de jeugdige zich afgewezen kan voelen.
- Activiteiten of uitjes die teveel prikkels met zich meebrengen voor de jeugdige. Emotieregulatie is vaak moeilijk voor jeugdigen met een problematische gehechtheidsrelatie. Kies daarom geen activiteiten met veel opwinding en drukte. Kies liever uitjes en activiteiten van korte duur, waarbij de jeugdige niet te veel geprikkeld wordt of opgewonden raakt.

# STAPPENPLAN VOOR SCREENING EN DIAGNOSTIEK

## WERKKAART 2

Voor screening en diagnostiek van problematische gehechtheid worden de volgende drie stappen aanbevolen. Let op: bij iedere volgende stap is meer specifieke deskundigheid vereist. **Stap 1** kan door iedere jeugdprofessional worden uitgevoerd. **Stap 2** wordt door een gedragswetenschapper uitgevoerd, samen met een jeugd- of gezinsprofessional. **Stap 3** vereist specifieke kwalificaties om de verschillende instrumenten af te nemen en de uitkomsten ervan te interpreteren. Deze stap wordt uitgevoerd door een gz-psycholoog, kinder- en jeugdpsycholoog NIP, orthopedagoog-generalist, of professional in de specialistische jeugdhulp.

### STAP 1: Wees alert op gehechtheid

De jeugdprofessional let erop of een jeugdige zich op z'n gemak voelt bij de personen aan wie hij gehecht is.

- Voelt de jeugdige zich veilig bij de ouder/verzorger?
- Laat de jeugdige zich troosten of helpen?
- Luistert de jeugdige doorgaans naar deze volwassene?
- Hebben ze samen plezier?

### STAP 2: Bij vermoeden van een problematische gehechtheidsrelatie: Voer een korte screening uit (of zorg ervoor dat deze wordt uitgevoerd)

- a. Voer een gesprek met de ouders en de jeugdige om de voorgeschiedenis van de jeugdige te verkennen. Let op de volgende aandachtspunten:
  - Zijn er aanwijzingen voor verwaarlozing, mishandeling, of het negeren van basale fysieke en emotionele behoeften van de jeugdige?
  - Is Veilig Thuis betrokken (geweest) bij het gezin, of zijn er juridische maatregelen aan de orde?
  - Zijn er wisselingen van ouders/verzorgers geweest?
  - Is er sprake van een uithuisplaatsing op jonge leeftijd?
  - Heeft de jeugdige ingrijpende gebeurtenissen meegemaakt?
- b. Gebruik voor de screening een beknopt instrument voor gehechtheid (Lijst Signalen van Verstoord Gehechtheidsgedrag, de AISI of diens opvolger de ARI-CP).
- c. Gebruik een vragenlijst om gedragsproblemen en emotionele problemen van de jeugdige in kaart te brengen, zoals de CBCL/TRF/YSR of de Vragenlijst over Ontwikkeling en Gedrag.
- d. De gedragswetenschapper en de jeugd- en gezinsprofessional ronden samen de screening af. Wordt het vermoeden bevestigd? Ga dan naar stap 3. Wordt het vermoeden niet bevestigd? Dan beoordeelt de gedragswetenschapper of aanvullend onderzoek nodig is.

### Korte screening altijd nodig bij:

- mishandeling, verwaarlozing of geweld in een gezin
- psychiatrische problemen bij ouders
- ontwikkelingsstoornis of een verstandelijke beperking
- adoptiekind of opgegroeid in pleeggezin
- gedragsproblemen bij de jeugdige
- bedreiging of doorbreking van de stabiliteit en continuïteit van de ouder

### STAP 3: Bij aanwijzingen voor gehechtheidsproblemen: Uitgebreider onderzoek door de gedragswetenschapper

- a. Voer een uitgebreid gesprek met de ouders om de gehechtheidsontwikkeling van de jeugdige in kaart te brengen.
- b. Maak gebruik van een klinisch instrument bij de ouder of de jeugdige zelf om beter zicht te krijgen op het werkmodel van de ouder/jeugdige. Mogelijke instrumenten die bij de **ouder** worden afgenomen:
  - Disturbances of Attachment Interview (DAI)
  - Parent Development Interview (PDI)
  - Working Model of Child Interview (WMCI)Mogelijke instrumenten die bij de **jeugdige** worden afgenomen:
  - Attachment Story Completion Task (ASCT)
  - Child Attachment Interview (CAI)
  - Klinische Observatie van Gehechtheid (COA)
- c. De gedragswetenschapper en de jeugd- en gezinsprofessional bekijken en beoordelen de video-opnamen van de interacties tussen de jeugdige en de volwassene aan wie het kind problematisch gehecht is. Daarbij kunnen ze gebruik maken van de Emotional Availability Scales.
- d. Op basis van het totaalbeeld stelt de gedragswetenschapper vast welke behandeling of begeleiding nodig is. Bij ernstige problemen op het gebied van gehechtheid: verwijst door naar een gz-psycholoog, kinder- en jeugdpsycholoog NIP of orthopedagoog-generalist met relevante scholing in gehechtheidsproblematiek. Beoordeel tevens of er sprake is van een hechtingsstoornis zoals gedefinieerd door de DSM-5, en of er eventueel sprake is van comorbiditeit.

# HOE BEHANDEL JE PROBLEMATISCHE GEHECHTHEID?

## WERKKAART 3

### Stel een behandelplan op

Stel een behandelplan op in overleg met ouder(s) en jeugdige. Houd daarbij rekening met de volgende factoren en afwegingen:

#### **Factoren met betrekking tot de jeugdige:**

- De uitkomst van de signalering en diagnostiek waarbij de ernst van de gehechtheidsproblemen ingeschat is.
- De leeftijd van de jeugdige. Leeftijd hangt vaak samen met de ernst van de gehechtheidsproblemen: naarmate de jeugdige ouder wordt, raken gedragsproblemen en verstoorde relaties meer verankerd en kost het meer moeite om problematisch gedrag bij te stellen.
- De mate waarin de jeugdige ernstige gedragsproblemen heeft.

#### **Afwegingen met betrekking tot de gehechtheidspersoon:**

- Is de ouder aan wie de jeugdige problematisch gehecht is, nog beschikbaar?
- In hoeverre staat deze ouder open voor begeleiding?

#### **Factoren met betrekking tot de randvoorwaarden:**

- De beschikbaarheid van en expertise in het uitvoeren van de aanbevolen interventies.
- De beschikbaarheid van en expertise in het uitvoeren van specifieke therapieën die gericht zijn op het herstel van de relatie tussen ouder en kind.

### **Jeugdigen met een problematische gehechtheidsrelatie zijn gebaat bij ouders/verzorgers die sensitief met hen omgaan. Gebruik deze tips voor het versterken van de sensitiviteit van ouders:**

- Heb oog voor het schuldgevoel en de pijn van ouders.
- Zorg ervoor dat gewerkt wordt aan psychiatrische problemen van de ouder(s).
- Zoek samenwerking met de ouders.
- Zet psycho-educatie in.
- Pas in het contact met de ouders de principes toe die je hun wilt leren.
- Wees sensitief in het contact met de jeugdige.

Bouwt de jeugdige een vervangende gehechtheidsrelatie op met een andere volwassene? Neem dan de volgende aandachtspunten mee:

- De jeugdige moet verzekerd zijn van een veilige en stabiele plek waar hij positieve interacties met de gehechtheidsfiguur kan aangaan.
- De andere volwassene is bij voorkeur een persoon met wie de jeugdige al vertrouwd is en die voor langere tijd en regelmatig beschikbaar kan zijn.
- Wanneer een jeugdige (tijdelijk) niet bij zijn of haar ouders verblijft, blijft het belangrijk dat het contact met de ouders onderhouden wordt (tenzij dit niet in het belang van het kind is).