

# Uitingen van **veilige en onveilige gehechtheidsrelaties** tussen ouders en jonge kinderen (2 t/m 5 jaar)

**Anouk Spruit, Lucia Willems, Renee Uittenbogaard en Marc Noom**



UNIVERSITEIT VAN AMSTERDAM



**De infosheets zijn tot stand gekomen met financiering van ZonMW en NEJA.**

**De infosheets zijn een bewerking van:**

Spruit, A., Willems, L., Uittenbogaard, R., & Noom, M. (2018).

Uitingen van veilige en onveilige gehechtheidsrelaties tussen ouders en hun jonge kind (2 t/m 5 jaar) volgens betrokkenen uit de praktijk.

Tijdschrift voor Orthopedagogiek, 57(7/8), 308-320.

Problemen binnen de gehechtheidsrelatie tussen ouder en kind kunnen van invloed zijn op de sociaal-emotionele ontwikkeling. Daarom is het belangrijk dat onveilige gehechtheidsrelaties binnen gezinnen worden opgemerkt en gezinnen passende ondersteuning, begeleiding of behandeling krijgen.

Deze infosheets geven weer hoe veilige en onveilige gehechtheidsrelaties tussen ouders en kinderen (2 t/m 5 jaar) worden geuit en kan professionals helpen om alert te zijn op het thema gehechtheid.

**Er worden vier verschillende type gehechtheidsrelaties weergegeven.**

- **Veilige gehechtheid**
- **Vermijdende gehechtheid**
- **Ambivalente gehechtheid**
- **Gedesorganiseerde gehechtheid**

## Veilige gehechtheid

Bij kinderen die veilig gehecht zijn aan hun ouder(s), is er een balans tussen het verkennen van de omgeving (exploreren) en het zoeken van de nabijheid van de ouder.

De ouder biedt zowel de veilige uitvalsbasis van waaruit het kind de omgeving kan verkennen, als de veilige haven waarnaar het kind terugkeert bij spanning of angst.

De ouder reageert voorspelbaar, betrouwbaar en invoelend op het gehechtheidsgedrag van het kind. Het kind vertrouwt op de beschikbaarheid van de ouder en heeft een specifieke voorkeur voor de ouder in geval van stress.

# Veilige gehechtheid

## Kind zoekt toenadering tot ouder bij stress

Het kind accepteert troost van de ouder en kalmeert

Kind ontdekt op adequate wijze zijn omgeving

- Nieuwsgierig
- Contact houden met ouder tijdens exploratie

Het kind reageert adequaat op nieuwe situaties en vreemden

- Na checken, afstemming en goedkeuring van ouder gaat het kind er op af

Ouder en kind zijn ontspannen in het contact met elkaar

- Spontaniteit, natuurlijke flow en vertrouwdeheid
- Gedeeld plezier

Adequaat afscheid nemen en herenigen

- Oogcontact, knuffel, vertellen wat kind heeft gedaan



De ouder is in staat emoties van het kind te voelen, benoemen en te reguleren

- Sensitief zijn, kunnen afstemmen

De ouder beleeft warme gevoelens t.o.v. het kind

De ouder kan omgaan met het exploratiegedrag van het kind

- Ouder moedigt kind aan te exploreren en zelfstandigheid te ontwikkelen

De ouder kan omgaan met het gehechtheidsgedrag van het kind

- Ouder ontvangt kind wanneer deze toenadering zoekt
- Troosten, luisteren, knuffel geven

Kind geeft zijn emoties en behoeften aan bij de ouder

- Verbaal of d.m.v. passend, coherent gedrag (bijv. huilen wanneer het kind pijn heeft)

## Vermijdende gehechtheid

De kern is dat bij vermijdende gehechtheidsrelaties kinderen het gehechtheidsgedrag richting de ouder minimaliseren. De ouder fungeert niet als veilige haven bij wie het kind troost kan vinden. Vermijdend-gehechte kinderen hebben geleerd geen beroep meer te doen op hun ouders als ze stress ervaren, omdat de ouder afwees of anderszins niet beschikbaar bleek of als zodanig door het kind als niet beschikbaar werd ervaren, bijvoorbeeld als gevolg van vroeg-kinderlijk trauma. Het kind is vooral aan het exploreren en zoekt weinig troost of hulp bij de ouder.

# Vermijdende gehechtheid

**Het kind is overdreven zelfstandig voor zijn leeftijd**

**Het kind negeert de ouder, houdt contact af**

- Weinig gedeeld plezier

**Het kind zoekt bij stress geen toenadering bij de ouder**

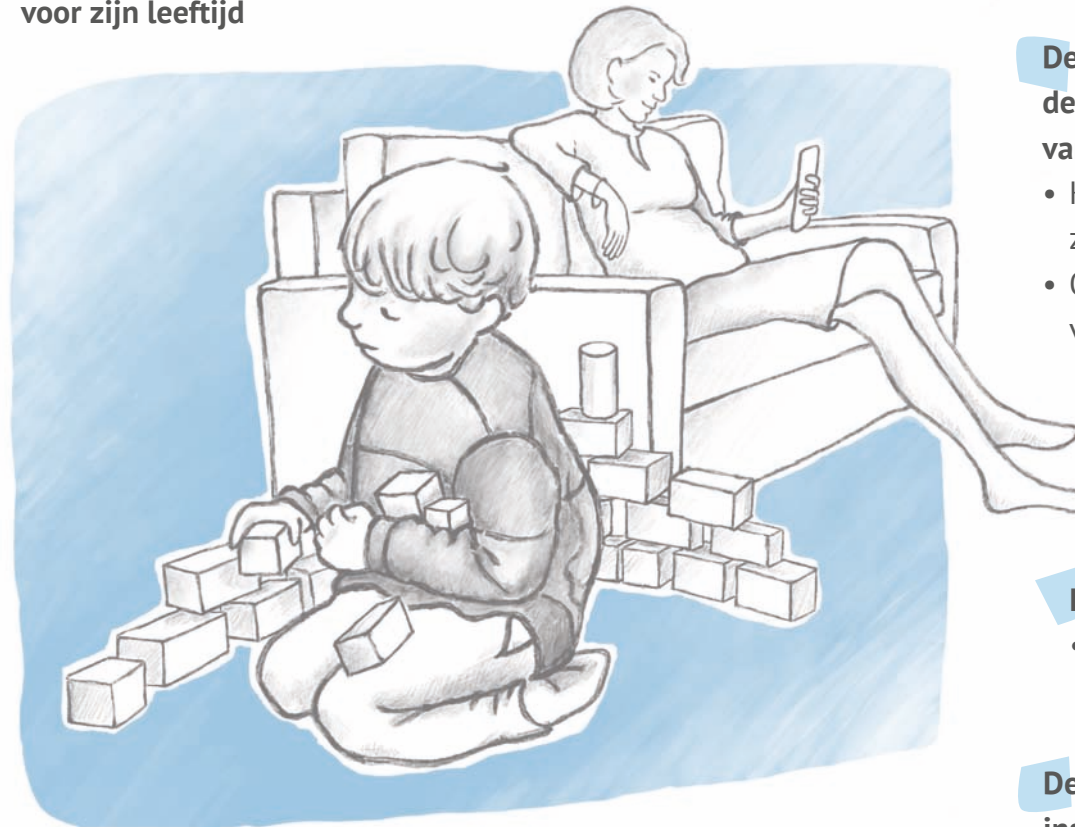
- Kind keert in zichzelf en trekt zich terug.
- Richt zich op object voor troost (knuffel/speen)
- Ontkent dat er iets is

**De ouder heeft het gevoel dat het kind haar niet nodig heeft**

- Door zelfstandigheid van kind, denkt ouder er niet toe te doen

**De ouder praat oppervlakkig over het kind**

- Kort van stof
- Ontkent problemen of negatieve aspecten



**De ouder waardeert/stimuleert de overmatige zelfstandigheid van het kind.**

- Kind moet niet zeuren en het zelf oplossen
- Onrealistische verwachtingen van kind

**Het kind oogt emotioneel vlak**

- Onverschillig, weinig expressief

**De ouder is consequent insensitief en niet beschikbaar**

- Ouder is weinig invoelend
- Ouder ziet niet dat kind stress heeft
- Ongemakkelijk bij intimiteit, afwijzend

**Het kind exploreert erg gemakkelijk**

- Checkt niet eerst bij ouder, maar gaat direct
- Houdt geen contact tijdens exploratie
- Kan erg lang alleen spelen

## Ambivalente gehechtheid

De kern is dat ambivalent gehechte kinderen het gehechtheidsgedrag richting de ouder maximaliseren om de nabijheid met de ouder te bewaren. De ouder fungeert niet als veilige uitvalsbasis, waardoor het kind nauwelijks durft te exploreren. Doordat de ouder soms wel en soms niet sensitief en beschikbaar op het gehechtheidsgedrag van het kind reageert of omdat kinderen (door vroeg-kinderlijke ervaringen) niet voldoende in staat zijn om sensitieve en beschikbare reacties te ontvangen, zijn de kinderen bang dat door exploratie de ouder niet meer beschikbaar is.

# Ambivalente gehechtheid

## Het kind zoekt bij stress toenadering bij de ouder, maar kalmeert niet

- Overdreven, aanhoudende, boze reactie op stress om nabijheid van ouder te bewaren

## Het kind laat overdreven gehechtheidsgedrag zien

- Vastklampen, constant aandacht vragen, claimen/opeisen
- Ouder mag aan niemand anders aandacht geven

## Het kind exploreert weinig

- Blijft liefst nabij de ouder
- Angstig t.o.v. nieuwe situaties of vreemden

## Het kind is erg emotioneel bij afscheid en hereniging

- Separatieangst, huilen bij het weerzien

## De ouder heeft het gevoel het nooit goed genoeg te doen

- Ouder voelt zich overvraagd



## De ouder is overbezorgd, overbeschermend

- Ouder heeft moeite met loslaten
- Wakkert stress aan bij kind (*Vervelend dat ik zo weg ga he?*)
- Neemt taken bij voorbaat over van kind

## De ouder is inconsequent sensitief en beschikbaar

- Lukt ouder de ene keer wel om adequaat te reageren op claimgedrag kind, maar is de andere keer geïrriteerd en afwijzend

## De ouder neemt weinig leiding in het contact met het kind

- Geeft onduidelijke, twijfelende signalen. Bijv. aankondigen weg te gaan en blijft toch hangen
- Ouder biedt weinig grenzen

## Het kind is erg afhankelijk van de ouder

- Kind is weinig zelfstandig
- Vraagt veel hulp en bevestiging
- Laag zelfbeeld



## Gedesorganiseerde gehechtheid

Bij gedesorganiseerde gehechtheid is de gehechtheidsrelatie tussen ouder en kind verstoord. Deze kinderen zijn doorgaans opgegroeid met ouders die zowel een bron van steun als bron van angst zijn, doordat de ouder affectief verstoord opvoedgedrag laat zien of het kind mishandelt. Het kind kan zich niet aanpassen aan de onoplosbare paradox van nabijheid zoeken en afstand bewaren en laat daarom vreemd, chaotisch, bizar en gedesorganiseerd gedrag zien richting de ouder.

Vanaf de leeftijd van 3 jaar kan er sprake zijn van rolomkering in de ouder-kind relatie, wat voor het kind een manier is om controle te krijgen over het gedrag van de ouder. Het affectief verstoorde gedrag van de ouder ontstaat omdat de interactie met hun kind een eigen (jeugd)trauma bij de ouder activeert.

# Gedesorganiseerde gehechtheid

Het kind laat een inconsistent en snel wisselend patroon van gehechtheidsstijlen zien

Het kind laat in interactie met de ouder bizar, onvoorspelbaar en tegenstrijdig gedrag zien

- Chaotisch, verward of incongruent gedrag
- Abrupte gedragsverandering

Er is sprake van een verstoord affect tussen kind en ouder

- Interacties bol van spanning
- Ouder en kind genieten niet meer van elkaar
- Sterk wisselend of negatief gevoel over kind

Het kind laat signalen van trauma zien in interactie met de ouder

- Traumatisch spel
- Hyperactiviteit, impulsiviteit, waakzaamheid en ontremd gedrag
- Uit contact treden, bevrozen

De ouder voelt zich zeer onmachtig

De ouder is onvoorspelbaar, beangstigend en intrusief

- Agressie: kind uitlachen, afwijzen, bang maken, sarcasme, geen respect voor autonomie van kind
- Hulpeloosheid: toestemming of hulp vragen op ongepaste momenten, geen structuur bieden
- Afsluiten: dissociatie, depressie, richten op middelengebruik of nieuwe partners

Het kind heeft gedragsproblemen in interactie met de ouder

- Agressief, grensoverschrijdend, uitdagend, stiekem, risicovol, regelvertredend

Er is sprake van rolomkering in de interactie tussen ouder en kind

- Kind oefent controle uit op ouder en is zelfbepalend
- Kind is baas in huis
- Kind pleast of verzorgt ouder

Het kind laat een extreme reactie op stress zien

- Ernstig en langdurig ontregeld

