



SCHE-IDENTIKIT

0-2 JAAR

Hoi, ik ben Charlie!

Hier ben ik mee bezig:

Bij mijn geboorte kwam ik uit mijn veilige, warme cocon terecht in een gloednieuwe en ongekende omgeving die ik met vallen en opstaan verken en waarin ik me graag net zo veilig en geborgen wil voelen als in mama's buik!

Door mijn omgeving aandachtig waar te nemen vorm ik me een beeld van mijn wereld en dag na dag leer ik hoe ik mijn lichaam kan gebruiken om me erin voort te bewegen. In mijn eerste levensjaar ben ik voor een groot deel afhankelijk van volwassenen om in mijn behoeften te voorzien. Wanneer deze voldoende bevredigd worden voel ik mij prettig, zo niet, dan kan ik me werkelijk beroerd voelen!

HECHTING

Er zijn een aantal personen in mijn leven die erg belangrijk zijn voor mij. Daar bestaat een moeilijk woord voor: 'hechtingsfiguren'. Wanneer zij en ik harmonieus op elkaar kunnen afstemmen, ervaar ik vertrouwen en geborgenheid en verwerf ik een beeld van de wereld en van mezelf waarbij ik mezelf kan zien als iemand voor wie gezorgd wordt en van wie gehouden kan worden. Deze 'hechtingsrelatie' laat een blijvende indruk na en zal de verwachtingen die ik heb van andere relaties sterk beïnvloeden. Dit beeld dat ik van mezelf heb, vormt een belangrijk fundament voor mijn vaardigheid om relaties met anderen te vormen en te onderhouden in mijn verdere leven.¹ In een goede hechting ligt niet alleen de basis voor mijn vertrouwen in mensen, maar ook voor mijn gevoel van eigenwaarde en zelfvertrouwen. Kinderen die problemen ervaren met de hechting tijdens deze periode, hebben later immers vaker problemen met het uiten van emoties en het zoeken van steun bij anderen.

Zo denk ik:

Ik ben me nog helemaal niet bewust van 'ik'!² Daardoor bestaat er voor mij geen grens tussen mijn innerlijke wereld, mijn leefwereld en de realiteit van de buitenwereld. Tussen mijn eerste en tweede levensjaar zal ik me er meer en meer bewust van worden dat ikzelf niet het centrum ben van het universum waarrond alles beweegt, maar dat ik het zelf ben die beweegt in een wereld die 'stil staat'.

Ik heb nog geen 'OBJECTPERMANENTIE'. Dat betekent dat **alles wat ik niet met mijn eigen ogen kan zien, er volgens mij ook niet (meer) is**. Als mijn papa de deur uit loopt, houdt hij voor mij op te bestaan! Ergens tussen de leeftijd van 7 maanden en 1 jaar zal bij mij het besef beginnen te groeien dat als je iets niet meer ziet of hoort, het wél nog bestaat! Jammer genoeg steekt tegelijkertijd met dit besef ook een grote scheidingsangst de kop op. Het vertrek van een belangrijke persoon in mijn leven kan dan een ingrijpend gebeuren worden en angst en verzet oproepen. Deze angst kan bovendien gepaard gaan met angst voor vreemden.

Gelukkig zal ik nog vóór mijn tweede verjaardag **de mogelijkheid** verwerven **om innerlijke beelden van dingen of mensen vast te houden** en verdwijnt de scheidingsangst naar de achtergrond.

Dit vind ik moeilijk:

In mijn eerste levensjaar moet ik de basis leggen van een diepgeworteld vertrouwen in mezelf en in de wereld rondom mij. Ik ben in deze levensfase nog heel afhankelijk van de 'bereidwilligheid' van de volwassenen rondom mij om in mijn behoeften te voorzien. Onvervulde fysieke en vooral onvervulde emotionele behoeften en ook de afwezigheid van belangrijke hechtingsfiguren kunnen leiden tot ernstige problemen. De weg naar het verwerven van objectpermanentie verloopt met horten en stoten en gaat vaak gepaard met angst.

Als jullie uit elkaar gaan moet je dit over me weten:

Hoewel ik nog veel te jong ben om de scheiding bewust mee te maken ontwikkel ik tussen acht en twaalf maanden wél de vaardigheid om emoties te herkennen bij anderen en kan ik daar ook op inspelen. Ik kan neerslachtigheid en spanningen aanvoelen en ik zal ook actief proberen om daar iets aan te doen! Ik vertoon dus al **'PRO-SOCIAAL GEDRAG'**, of eenvoudig gezegd **'vrijwillig gedrag met de intentie om een ander te helpen'**. Rond de leeftijd van één jaar reageert 10% van alle kinderen al met pro-sociaal gedrag en rond de leeftijd van twee jaar is dat al bijna 50%!³

Juist omdat ik zo intens meeleef met de stemmingen van mijn ouders loop ik het risico dat mijn ontwikkeling geschaad wordt. Heel recente onderzoeksresultaten duiden erop dat een scheiding zelfs aantoonbaar gevolgen heeft voor hen die nog niet eens geboren waren!⁴

Hoe jonger ik ben, hoe meer kans er is dat het contact met één van mijn ouders verloren gaat. Dat kan heel zwaar om dragen zijn. 'Juist het feit dat je je later zult realiseren dat je nooit bewust hebt meegemaakt hoe het was dat die twee mensen waar je uit voort kwam met jou samenleefden, kan een groot verdriet teweeg brengen'.⁵

Hiermee kan je me helpen:



Zorg ervoor dat ik vaste figuren (mama, papa, oma, onthaalmoeder,...) in mijn omgeving heb waar ik me veilig aan kan hechten. Wist je eigenlijk dat een mama die borstvoeding geeft niet automatisch mijn belangrijkste hechtingsfiguur is? Een experiment met aapjes⁶ heeft immers aangetoond dat het vervullen van emotionele behoeften minstens even belangrijk is dan het geven van een goede verzorging. Uit de proef kon worden besloten dat een kind zich het sterkst hecht aan diegene met wie hij het meest 'intense' contact heeft.



Houd er rekening mee dat de tijd voor mij erg lang duurt en dat ik het slecht kan verdragen om gedurende een (voor mij) te lange tijd gescheiden te leven van één van mijn ouders. Op deze leeftijd zou er best niet meer dan één of hoogstens twee dagen overheen mogen gaan voor ik jullie weer zie! Dat wil niet noodzakelijk zeggen dat ik telkens één of twee dagen bij één van jullie moet doorbrengen. Het kan bijvoorbeeld ook volstaan voor mij om betekenisvolle tijd door te brengen met papa (badtijd, bedtijd, avondeten,...) terwijl ik bij mama ben of omgekeerd. Je doet me dus een groot plezier om hier rekening mee te houden en samen zo creatief mogelijk te zijn in het vinden van manieren om mij (alletwee) zo vaak mogelijk te zien!

SUBJECTIEVE TIJDSBELEVING

Hoe jonger een kind is, des te langer de tijd duurt voor hem/haar. Om een idee te krijgen van de subjectieve beleving van de tijd, kan men dit uitdrukken in een percentage van de leeftijd, waarbij één dag voor een eenjarig kind (in de subjectieve tijdsbeleving) even lang duurt als een maand (30 dagen) voor zijn/haar 30-jarige ouders, en 12 dagen (de tijd tussen twee weekeinden in een traditionele verblijfsregeling) even lang als een jaar!



Werk een duidelijke regeling uit over mijn basisbehoeften en tijdsbesteding (voedingstijden, slaappatronen, enz.) Het is onontbeerlijk dat jullie zich beiden (en andere verzorgers) houden aan basale handelingen en ritmes, waarbij ook de kleine 'rituelen' niet uit het oog verloren mogen worden. Zo zal ik mij veilig en geborgen voelen.



Een goede communicatie is, alleen al om praktische redenen, noodzakelijk! Ik kan immers niet zelf verslag uitbrengen over wanneer ik voor het laatst gegeten heb, over dat ik onwel ben geworden, over dat ik gevallen ben, enzovoort. Het kan handig zijn een schriftje bij te houden dat je steeds met mij meegeeft en waarin je voedingstijden, medicatie en andere bijzonderheden vermeldt over mij die belangrijk zijn om te weten.



Om de overgang te vergemakkelijken, zou het voor mij heel geruststellend zijn dat mijn favoriete knuffels, speeltjes of dekentje mee mogen verhuizen van de ene ouder naar de andere. Tegelijkertijd vind ik het soms wel een fijne gedachte dat er een knuffel is die 'een oogje in het zeil houdt' bij mama zolang ik bij papa ben en omgekeerd.



Let op: ik voel het aan als je niet lekker in je vel zit en ik zal met al mijn beperkte mogelijkheden trachten om hier iets aan te veranderen. Houd er rekening mee dat ik meedrijf op jouw gevoelens en bijgevolg ook onderhevig kan zijn aan stress. Schenk voldoende aandacht aan mijn behoeften en wees extra alert wanneer ik meer huil of problemen heb met eten of slapen. Als je het even niet ziet zitten, roep dan hulp in van derden.

Zo zie je wanneer het fout loopt:

Ik kan mijn ongemak uiten door een verandering in mijn eetgedrag, huilgedrag en slaapritme.

HARLOW'S PROEF MET DE AAPJES⁷

De proeven die de Amerikaanse psycholoog Harry F. Harlow een halve eeuw geleden aan de universiteit van Wisconsin uitvoerde, zouden vandaag tot het nodige gefrons leiden wegens bepaald dieronvriendelijk. Harlow haalde jonge resusaapjes een paar uur na de geboorte bij hun moeder weg en plaatste ze bij twee surrogaatmoeders: twee poppen, waarvan de een met een zachte stof bedekt was en de ander uit koude, naakte staaldraad bestond. Beide 'moeders' hadden een systeem waardoor de aapjes melk konden drinken.

Meteen viel op dat de aapjes een uitgesproken voorkeur hadden voor de pop met stof, ook al gaven beide surrogaatmoeders evenveel melk.



Harlow besloot nog een stapje verder te gaan en deelde de aapjes in twee groepen in: de ene groep mocht bij de zachte pop blijven, terwijl de tweede groep naar de staaldraadpop verhuisde. Beide groepen bleven evenveel melk drinken, groeiden ook, maar hun gedrag vertoonde na verloop van tijd opvallende verschillen. Telkens wanneer Harlow de aapjes blootstelde aan harde, vreemde geluiden, zochten de aapjes hun toevlucht bij de zachte moeder en kalmeerden zij vrij snel door het contact met de zachte stof. De aapjes met de staaldraadmoeder hadden blijkbaar geen idee waar ze naartoe moesten en gooiden zich dan maar angstig op de grond, krijsten luid en wiegden zichzelf heen en weer. Precies zoals emotioneel verwaarloosde kinderen doen.

Harlow wilde meer weten. Hij isoleerde jonge resusaapjes volledig van de buitenwereld: geen soortgenoten, geen moeder, zelfs niet eentje van stof of draad. Na drie maanden bleek de emotionele schade onomkeerbaar te zijn, en konden alle liefde en aanrakingen van de wereld de maanden van gebrek aan contact met andere dieren of een moeder niet meer ongedaan maken.

VOETNOTEN

- 1 BOWLBY, 1969
- 2 PIAGET, 1978
- 3 OLTHOF EN BRUGMAN, 1994
- 4 AMATO EN CHEADLE, 2005
- 5 GROENHUIJSEN, *Ouderschapsplan, de vele gezichten van het belang van het kind*, 2006
- 6 HARLOW, 1959
- 7 VEREecken K., *Het Nieuwsblad*, 15/09/2007

© Copyright Annelies Geraets.

Alle rechten voorbehouden. Gehele of gedeeltelijke overname, plaatsing op andere sites, verveelvoudiging op welke andere wijze dan ook en/of commercieel gebruik van deze informatie is niet toegestaan, tenzij hiervoor uitdrukkelijk schriftelijke toestemming is verleend door Annelies Geraets of tenzij aan de onderstaande voorwaarden wordt voldaan.

Deze informatie mag worden bekeken op een scherm, gedownload worden op een hard-disk of geprint worden, mits dit geschiedt voor persoonlijk, informatief en niet-commercieel gebruik, mits de informatie niet gewijzigd wordt, mits de volgende copyright-tekst in elke copy aanwezig is: "© Copyright Annelies Geraets", mits copyright, handelsmerk en andere van toepassing zijnde teksten niet worden verwijderd en mits de informatie niet wordt gebruikt in een ander werk of publicatie in welk medium dan ook.