



In gesprek met Viviane Leijten

Geen begeleiding zonder context

“Het begon toen ik een jaar of vijf was. Regelmatig botste ik schreeuwend met mijn hoofd tegen de muur. Mijn ouders – ten einde raad – zochten hulp. Er werd een bepaalde vorm van autisme gediagnosticeerd. Ik werd doorverwezen naar speciaal onderwijs. Daar ging het pas echt fout. Ik voelde me absoluut niet op mijn plek en werd veel gepest. Pas toen ik naar de middelbare school ging, mocht ik weer terug naar het ‘gewone onderwijs’. Mijn Havodiploma heb ik zonder noemenswaardige problemen gehaald.”

AUTEUR: Jasmin Vogeley

Robert is een hoogopgeleide man van 45 jaar. Na een aantal incidenten op zijn werk knapte er iets in hem. Hij voelt zich somber en vraagt zich af wat hij verder wil met zijn leven. Niemand lijkt hem te begrijpen en ook in de relatie met zijn vrouw voelt hij zich eenzaam. Al snel ontdekten wij dat Robert hoogsensitief is. Puzzelstukjes vallen op hun plaats. Robert is opgegroeid in een traditioneel gezin waarin een jongen stoer hoorde te zijn. Gevoelens uiten werd beschouwd als zwaktebod. Als hoogsensitief jongetje vond hij geen begrip. Er was geen ruimte voor hem om grenzen aan te geven als hij overprikkeld was. Hij kreeg vooral te horen dat hij zich niet aan moest stellen. Tegen de muren botsen was zijn manier om onhoudbare spanningen kwijt te raken. De druk was er weer even vanaf.

Helaas staat het verhaal van Robert niet op zichzelf. Ik krijg geregeld cliënten in mijn praktijk bij wie gedragsproblemen in hun jeugd hebben geleid tot misdiagnoses. Het lijkt erop dat er vooral symptomen werden gesignaleerd zonder op zoek te gaan naar dieper verborgen oorzaken. Mijs inziens komt dat omdat de gedragsproblemen los van hun context worden beschouwd.

Ik wilde daar meer over weten. Daarom ging ik het gesprek aan met contextueel therapeut Viviane Leijten.

Je werkt met jongeren met gedragsproblemen. Zijn deze jongeren altijd gediagnosticeerd?

Viviane Leijten: "Dat wisselt heel sterk. Toen ik nog in het onderwijs werkte, hadden bijna alle leerlingen die ik sprak een diagnose. Ik werkte als leerlingbegeleider en had een adviserende rol voor de nieuwe brugklassers wat betreft de urenverdeling voor zorgleerlingen. Gelukkig werd in ons team de begeleiding niet bepaald door de aanwezigheid van een diagnose, maar door de aanwezigheid van een of meerdere hulpvragen."



Over Viviane Leijten...

Viviane Leijten was bijna twintig jaar werkzaam in het voortgezet onderwijs als docent, mentor, mentorcoach en persoonlijke begeleider van jongeren en hun ouders. Haar activiteiten richtten zich daarbij vooral op kinderen met leer- of gedragsproblemen, op de signalering van (hoog)begaafdheid en op de begeleiding van onderpresteerders.

Zij volgde een opleiding tot contextueel therapeut en startte haar eigen praktijk Vive vanuit haar passie om van hart tot hart te praten met jongeren, contact te maken op een dieper niveau en van daaruit te helpen bij het oplossen of verminderen van hun problemen. Tegenwoordig richt de hulp zich vooral op volwassenen en in het achterhoofd (mogelijke) toekomstige generaties.

www.praktijkvive.nl

"Het overheersende beleid was destijds echter dat je aan leerlingen zonder diagnose geen begeleidingsuren toekende. Leerlingen met diagnose werden bestempeld als 'rugzakleerlingen'. Het aantal begeleidingsuren dat zij kregen was afhankelijk van hun problematiek. Je kunt het vergelijken met

de indicatiestellingen binnen de huidige Jeugd-wet.”

“De jongeren die ik nu in mijn praktijk ontvang hebben vaak geen diagnose. Die is vaak ook niet nodig om de juiste hulp te kunnen bieden.”

Ervaar je wel eens druk vanuit ouders om tot een diagnose te komen?

“Nee, ik heb juist veel ouders gezien die zich verzetten tegen een diagnose. Soms vragen ouders mij om advies of zij al dan niet een diagnosetraject met hun kind zouden moeten opstarten. Mijn antwoord is altijd: ‘Ja, als het jullie dient.’ Daarmee bedoel ik dat het ouders kan helpen om hun kind beter te begrijpen. Dat geeft erkenning en herkenning in het gezin – en dit is van grote meerwaarde voor het hele gezin, ook voor broers en zussen.”

“Ik heb een keer een kind begeleid dat in een diagnosetraject zat. De onderzoeker gaf aan niet alle symptomen van PDD-NOS te herkennen. Maar als het kind verder wilde in het onderwijs, moest de diagnose wel gesteld worden want zonder extra ondersteuning zou het kind zijn diploma niet halen.”

Bedoel je te zeggen dat een diagnose nodig is om begeleiding toe te kennen – ook als die steunbehoefte zonder diagnose al zichtbaar is?

“Ja, er zijn scholen die een diagnose als voorwaarde stellen om extra begeleiding te bieden. Op de school waar ik heb gewerkt was dat gelukkig niet het geval. Daar zag je ook het aantal diagnoses teruglopen en maakten wij een op het kind afgestemd behandelplan.”

Hoe kijk je als contextueel therapeut tegen diagnosticeren aan?

“Als het de jongere, de ouders en broers/zussen dient dan ben ik voor een diagnose. Een diagnose kan erkenning geven en als degene die het onderzoek doet ook een goed behandelplan opstelt voor het gezin en voor school, met indien nodig aandacht voor een multidisciplinaire aanpak, dan is dat natuurlijk heel ondersteunend.”

“Maar waarom moet er ook een naam aan hangen? Ik zie liever een beschrijving over de beleving van de wereld gezien vanuit het kind zelf, de problemen die het ervaart en de achterliggende behoeften. Kijken naar wat dit specifieke kind nodig heeft, in plaats van te focussen op waar zijn gedrag afwijkt van de norm.”

“Ik ga ervan uit dat iedereen zijn best doet, zich wil ontwikkelen en geliefd wil zijn. Dan kijk je al anders naar gedrag en denk je niet: hé, wat is dat kind vervelend aan het doen, of wat een lui kind, hij maakt zijn huiswerk niet eens. Afwijkend gedrag wordt vaak niet goed geïnterpreteerd.”

“Zo had ik een meisje in begeleiding met ADHD. Haar moeder vertelde boos hoe nonchalant haar dochter wel niet was toen zij haar rapport achter op de fiets liet zitten in de regen. Terwijl ik ervan uitga dat kinderen het in principe altijd goed willen voor hun ouders. Dit meisje had waarschijnlijk al haar energie nodig om door de dag te komen, niets te vergeten met tas inpakken en haar best doen om het goed vol te houden op school. Toen ze thuiskwam, kon zij haar aandacht eindelijk loslaten en ontspannen... Voel je hoe verdrietig het dan is voor een meisje wanneer haar moeder dan boos is en teleurgesteld?”

“Door gedrag te veroordelen en verkeerd te interpreteren, creëren wij vooral extra pijn en verdriet en het gevoel bij jongeren dat zij tekortschieten. Dus focus op wat ervoor nodig is om elkaar te helpen en stel waar nodig verwachtingen bij. Dan geef je erkenning aan wat er speelt en vervolgens kijk je hoe daar goed mee om te gaan. Dat hoort centraal te staan en niet een naam van een stoornis.”

Welke werkwijze hanteer jij? Werk je alleen met de jongere?

“Het liefst start ik een traject op met een ouderge-



Ik teken die dynamiek uit of maak het visueel zichtbaar met behulp van Duplopoppetjes

63

sprek. Jongeren vanaf dertien jaar oud vraag ik hiervoor om toestemming. Bij het opstarten van een traject met een jonger kind verwacht ik dat beide ouders samen aanwezig zijn. Ook wanneer ze gescheiden zijn en vooral wanneer er sprake is van een vechtscheiding. Ze hebben namelijk een ding gemeen en dat is dat ze beiden van hun kind houden en het beste willen voor dit kind. Mijn rol is dan vooral ouders het belang laten inzien van op een lijn zitten. Ik maak letterlijk zichtbaar in welke split jongeren anders komen te zitten en welke schade dit kan veroorzaken.”

“Deze gezamenlijke betrokkenheid is in het belang van het kind. Als ouders zich daar niet in kunnen vinden dan start ik geen traject op. Ik ben daar heel strikt in omdat ik het commitment en de steun nodig heb van beide ouders. Anders komt het kind klem te zitten in zijn loyaliteit naar de ouders toe. Ik besef me dat dit heel confronterend en pijnlijk kan zijn voor ouders. Maar wel nodig.”

Daar vraag je nogal wat van de ouders. Zij komen voor hun kind en vervolgens vertel jij hen dat zij ook een belangrijke rol spelen. Ik kan me voorstellen dat niet alle ouders ervoor openstaan om dat te horen.

“Dat klopt, maar ik merk dat de begeleiding niet van de grond komt als ouders niet betrokken zijn. Pas bij betrokkenheid van beide ouders heeft het kind als het ware toestemming voor de hulp.”

Hoe betrek jij de ouders?

“Ik leer ouders anders te kijken naar het gedrag van hun kind en ze er zo op te laten reageren dat zij het kind niet verder belasten. Het kind heeft namelijk al problemen genoeg. Tevens help ik ouders in hun zoektocht naar rust in het gezin. Ik laat hen kijken naar hun eigen gedrag en stel vragen over hun gezin van herkomst, basisschooltijd, middelbare schooltijd en hun jeugd.”

Hoe maak je ouders bewust dat het probleemgedrag van hun kind een signaalfunctie kan hebben?

“Ik zet de contextuele bril op door hen patronen in hun gezin te laten herkennen. Ik maak hen bewust van het verschil tussen het zichtbaar gedrag aan de bovenkant en de onzichtbare drijfveren, behoeften en emoties aan de onderkant. Ik teken die dynamiek uit of maak het visueel zichtbaar met behulp van Duplopoppetjes. Zo maak je inzichtelijk wat er gebeurt als je reageert op uiterlijk zichtbaar gedrag zonder aandacht voor de onderkant. Je ziet bijvoorbeeld hoe je de verbinding verbreekt door gedrag te bestraffen zonder begrip te tonen voor onderliggende drijfveren.”

Hoe reageren ouders op deze toelichtingen?

“Zij vinden dat heel confronterend. Vaak komt er veel oude pijn en verdriet los. Zo sprak ik een keer met een vader die altijd boos reageerde op zijn zoon en alle hulp voor zijn kind afwees. Toen ik doorvroeg

bleek dat hij vroeger niet werd gezien in zijn nood, terwijl hij behoefte had aan zorg en warme aandacht. ‘Vroeger had ik niemand zoals jij.’ Door hem te zien en te horen in zijn pijn voelde hij zich erkend en kwam er ruimte voor zijn verdriet, dat onder de boosheid al jaren verscholen had gezeten. Vaders stoere houding maakte plaats voor een ondersteunende houding. Hij hielp zijn zoon om meer structuur te krijgen, hun dagen startten rustiger op en bij vader was veel minder boosheid te bespeuren.”

Bijzonder! Zo was zijn zoon een spiegel voor hem waarin hij zijn oude kindpijn weer terug zag.

“Ja, en toen dat werd erkend ontstonden nieuwe openingen en kwam de dialoog weer op gang.”

Zo werk je als begeleider dus niet alleen met het kind, maar ben je ook therapeutisch bezig met de ouders en hun pijn.

“Daar heb ik me altijd op gericht. Daarom ben ik op een gegeven moment ook buiten de scholen gaan werken als contextueel therapeut. Ik had regelmatig oudergesprekken die vooral gingen over hun relatie en hun problemen en dat paste niet meer binnen het mandaat van school.”

Jouw werkwijze was dus best onorthodox op die plek. Zo pak je wel belangrijke signalen op en krijg je voor elkaar dat ouders de verantwoordelijkheid pakken voor hun stuk. Welke effecten heeft dat op het gedrag van het kind?

“Bij het kind komt heel veel rust. Het loopt niet meer op zijn tenen. Krijgt andere feedback van ouders, meer begrip en positieve bevestiging. Zijn eigenwaarde groeit enorm.”

“Als ouders hun eigen stuk oppakken, reageren zij hun spanningen minder snel af op het kind. Zij herkennen hun eigen gevoeligheden beter, doorzien hun destructieve patronen en hebben geleerd daar tijdig op te anticiperen. En als het een keer misgaat – wat menselijk is – dan zijn ouders beter in staat om daarvoor hun verantwoordelijkheid te nemen en de verbinding met hun kind weer te herstellen.”

Wat gebeurt er als de ouders hun stuk niet oppakken?

“Pas wanneer zij aandacht hebben voor hun eigen stuk, kunnen ze in het nu andere gedragskeuzes maken. Zo werkt dat systemisch. Als een ouder moeite heeft met inleven in de gevoelens en behoeftes van zijn kind dan kun je wel steeds het gewenste gedrag uitleggen, maar je kunt niets afdwingen. Soms zijn ouders nog bezig met hun eigen geschiedenis (bewust of onbewust). Het kind zal moeten leren daarmee te dealen. Mogelijk kan het betrouwbaarheid putten uit andere bronnen, denk aan docenten, een mentor, een leerlingbegeleider of vrienden en hun gezinnen.”

“Ik ben ervan overtuigd dat ouders altijd hun best doen – binnen hun eigen vermogens. Als ouders geen goede ondersteuning kunnen bieden, dan praat ik hierover met het kind. Dit doe ik zonder oordeel. Ik vertel dat hun ouders niet altijd in staat zijn om beter te reageren. Wij kijken samen naar wat er is. Ik tast af hoe het allemaal valt bij een kind. Ik probeer het kind een bedding te geven die het thuis niet kan krijgen, en ik probeer het kind te laten zien dat het goede ouders heeft. Ik moet ervoor zorgen dat ik niet partijdig ben aan de ouders, anders ben ik het kind kwijt. Maar als ik de pijn van het kind niet erken en doe alsof de ouders er niets aan kunnen doen, dat klopt ook niet. Je danst met het kind op een heel dun koordje. Dat luistert heel nauw.”

Volgens mij voelen kinderen haarfijn aan als er dingen bij ouders spelen. Jij geeft hen erkenning op dat stuk en laat hen zien dat niet alle problemen door hen komen. Jij neemt hen serieus.

“Daardoor creëer ik de mogelijkheid dat ze hun boosheid of frustratie open kunnen uiten. En dat geeft rust.”

Richten wij schade aan doordat we in onze maatschappij zoveel nadruk leggen op diagnoses?

“Een diagnose kan stigmatiserend werken, waardoor wij niet meer de mens achter de diagnose zien. Dan krijg je uitspraken als ‘oh, daar heb je weer de

autist'. Zo ga je voorbij aan wat er echt aan de hand is. Ik heb het nooit verder onderzocht, maar ik zag duidelijk een correlatie tussen kinderen met een ADHD-diagnose of met ADHD-kenmerken en een moeilijke thuissituatie. Zo hebben veel hoogsensitieve kinderen last van spanningen thuis en reageren dat af met druk gedrag. Ga je puur uit van de diagnose en geef je het kind een antistressbal om erin te knijpen als hij het moeilijk heeft, dan doe je het kind tekort. Je beperkt je tot de pathologie en verliest de context uit het oog. Richt jij je daarentegen ook op de onderliggende problematiek en doe je dat goed, dan verdwijnen de eerder gesignaleerde problemen vaak als sneeuw voor de zon."

Wat wil je meegeven aan coaches, psychologen en therapeuten die niet contextueel geschoold zijn?

"Bij een kind met gedrags- en soms ook leerproblemen is er altijd sprake van onderliggende nood. Die heeft vaak zijn oorsprong in de context van het gezin, bijvoorbeeld een zorgbehoevende ouder, een depressieve ouder of ouders met relatieproblemen. Ik adviseer daarom altijd het systeem mee te nemen door ouders te bevragen, en als het kan ook broers en zussen."

"Kijk open naar het kind zonder zijn gedrag meteen te interpreteren. Kinderen zijn vaak al (onbedoeld) gekwetst en hebben eerst veel vertrouwen en veiligheid nodig voordat ze de helm van hun pantser op een klein kiertje durven te zetten."

"Zo werd een jongetje dat ik begeleidde geobserveerd door iemand die opmerkte dat hij geen vragen stelde en dus subassertief was. Zij adviseerde hem te leren hoe hij beter voor zichzelf kon opkomen. De jongen vertelde me later dat hij doorhad dat hij geobserveerd werd. Hij vroeg zich af wie die vreemde mevrouw was. Dat zij de hele tijd naar hem keek zonder contact te maken maakte hem onzeker. Hij kroop in zijn schulp en klapte dicht."

"Investeer in een vertrouwensband en zoek verbinding. Spreek het kind aan op wat je hebt gezien. Dan ontdek je of het kind sociaal wenselijk gedrag toont of dat het verstopt zit in zijn schulp. Van daaruit kun je diepere lagen verkennen en onderliggende behoeften van het kind blootleggen. Pas met een vertrouwensband krijg je een compleet plaatje en kun je conclusies trekken."

Jasmin Vogeley

Jasmin Vogeley is als registertherapeut aangesloten bij de LVPW. Zij is auteur van *Leef Voluit: 5 sleutels om vol energie en passie te leven* en schrijft regelmatig artikelen. Als psycholoog en energetisch therapeut heeft zij een eigen praktijk VoluitZijn. www.jasminvogeley.nl