

BOUWSTEEN 1: BASISVEILIGHEID OF ANGST

Basisveiligheid

Een kind dat ouders heeft die voor hem zorgen, die verantwoordelijkheid voor hem nemen en die zijn onlustgevoelens opmerken en wegnemen, gaat die ouders vertrouwen. Vertrouwen is de basis voor een veilige gehechtheid aan hen. Het kind ontwikkelt basisvertrouwen als het zich veilig, geaccepteerd en tevreden voelt, als het kan ontspannen omdat aan zijn behoeften wordt voldaan.

Voor het kind is deze fase een zeer lichamelijke: onbewust voelen, ervaren en ondergaan, eten, drinken, groeien en slapen in het vertrouwen dat er iemand over je waakt die zorgt dat alles goed gaat. Voor de ouders is het de fase van voorwaarden scheppen, verzorgen, structuur bieden, veiligheid geven, opletten en verantwoordelijkheid dragen. Het is belangrijk dat zij kunnen aanvoelen en begrijpen wat het kind nodig heeft en capaciteiten hebben (of willen versterken) om het kind basisveiligheid te kunnen bieden.

Angst

Een kind dat weinig zorg heeft ervaren, werd afgewezen, verwaarloosd of mishandeld, heeft geen vertrouwen in anderen ontwikkeld. Het vertrouwt slechts op zichzelf en dat soms ook niet eens. Het voelt zich op zichzelf aangewezen en mist de ervaring dan een ander zijn spanning of onlustgevoelens signaleert en helpt oplossen. Het ervaart veel stress vanuit zijn machteloosheid, de grootste stressor. Voor een kind dat zijn leefomgeving als onveilig, onvoorspelbaar en onbetrouwbaar ervaart, is angst het overheersende gevoel. Het kan overspoeld raken door gevoelens of ongevoelig worden.

Gedragsproblemen

Een kind uit zijn basale onveiligheid en angst onder andere via onrust, lichaamsspanning, hoofdbonken, zichzelf wiegen. Het kind moet zijn stress ontladen. Ontredde, chaotisch gedrag, prikkelbaarheid is duidelijk merkbaar. Het is snel uit zijn doen, kan zijn emoties niet reguleren en verdraagt geen uitstel van behoeftebevrediging. Een kind dat het opgeeft initiatief te nemen tot contact trekt zich in zichzelf terug. Het oogt lusteloos, apathisch of onverschillig, soms komt het autistisch over. Vaak zijn er eet- of slaapproblemen.

Valkuil: een angstige ouder imponeert als onzeker, kwetsbaar, met name voor afwijzingsgedrag van het kind en heeft mogelijk moeite met leiding nemen/geven.

Wisselwerking ouders - kind

Een basaal onveilig gehecht kind doet een sterk beroep op de sensitiviteit en responsiviteit van de ouders. Zijn zij in staat om (de behoeften van) hun kind aan te voelen en daarnaar te handelen? Geborgenheid en veiligheid te bieden en stress te reguleren? Of versterken zij de stress van het kind doordat zij het niet accepteren zoals het is en onvoldoende in staat blijken het signaalgedrag van het kind goed te interpreteren? Ervaren zij afwijzend gedrag van het kind als een persoonlijke afwijzing? Dit kan een negatieve spiraal van reageren op elkaar uitlokken. Waren de emoties en impressies bij de eerste ontmoeting positief of negatief? Is de eigen gehechtheidrepresentatie van de ouder een beschermende of een risicofactor?

Bron: Het Bouwstenenmodel is ontwikkeld door Truus Bakker-van Zeil, psychotherapeut en orthopedagoog