

IS EEN PLEEGPUBER ECHT ANDERS?

Vanaf circa twaalf jaar begint de puberteit. Pubergedrag van een pleegkind roept andere betekenissen op dan pubergedrag van een eigen kind. Is dit wel of niet terecht?

Wat is puberteit?

Puberteit is ten eerste een natuurfenomeen: er is sprake van lichamelijke en hormonale veranderingen (lengte, groei, vormen, lichaamsgeur, haargroei) die leiden tot geslachtsrijpheid en vruchtbaarheid. Puberteit is ten tweede een cultuurfenomeen: specifieke ontwikkelingstaken die horen bij deze lichamelijke veranderingen gaan gepaard met verhoogde kwetsbaarheid.

De veranderingen in de psychische ontwikkeling van en het contact met jongeren kenmerken zich als volgt:

- De hormonale veranderingen gaan samen met stemmingswisselingen. De sfeer wordt meer geladen met extreme emoties, variërend van intens genieten tot intense irritatie. Verheerlijking van idolen en idealen staat naast negativiteit en nihilisme. Verlegging van grenzen en experimenteren met rollen met een grote kans op ontremming en uitbarstingen is actueel. Drammen, zeuren, doordraven, schreeuwen, schelden, hysterisch worden, stommetje spelen, verleiden, misleiden, geweld gebruiken, dreigen en chanteren zijn hierbij standaard pubermanipulatietechnieken.
- Andere omgangsregels op het vlak van afstand en nabijheid. De aaibaarheidsfactor van het kind daalt en de drang tot contact en omgang verschuift van het gezin naar leeftijdgenoten.
- Ontwikkelingstaken die een puber moet vervullen: ontwikkeling van eigen identiteit, voorbereiden op zelfstandigheid en autonomie, losmaking van het gezin, emotioneel onafhankelijk worden van ouders, gelijkwaardige relaties met leeftijdgenoten opbouwen en zich voorbereiden op een beroep.
- In moreel opzicht worden persoonlijke waarden belangrijker dan wetten of algemene waarden, die flexibel worden ingevuld en waarvan de grenzen worden verkend. Hierdoor kan een spanningsveld ontstaan tussen (normen en waarden van) de leeftijdgenoten van de jongere en (die van) het gezin.
- Door deze vier punten ontstaat het risico op wederzijdse vervreemding tussen opvoeders en kinderen in de puberteit.

Wat is specifiek aan pleegpubers?

1. De pleegsituatie

In Nederland heerst de opvatting dat een kind het best kan opgroeien bij zijn ouders. De biologische verbondenheid tussen ouders en kinderen heeft in de huidige maatschappij een hogere waardering dan de verworven verbondenheid tussen opvoeders en kinderen. Door deze sociale betekenisverlening van de maatschappij aan pleeggezinnen is de kans groter dat de

gezinsvorm op zich als probleem wordt gezien. Als zich dan gedragsproblemen voordoen, wordt de pleegsituatie snel als oorzaak gezien. Dit geldt ook voor eenoudergezinnen, samengestelde gezinnen, adoptiegezinnen en gezinnen met homoseksuele ouderparen. Typisch pubergedrag krijgt een andere betekenis zoals 'er is sprake van een loyaliteitsconflict, het kind zit knel tussen het pleeggezin en het gezin van herkomst' of 'het kind is niet goed gehecht'. Het is een verleidelijk perspectief om gedrag van een pleegpuber te begrijpen als 'het is moeilijk om als puber in een pleeggezin te wonen omdat al die verschillende banden en loyaliteiten een identiteitscrisis veroorzaken.' De valkuil dat het bestaan van de pleegpuber vernauwd wordt tot het pleegkind-zijn is reëel aanwezig.

2. Het pleegkind

De meest basale ontwikkelingstaak van de puber is losmaking, autonomie, individualisatie en identiteitsvorming. Ten aanzien van deze ontwikkelingstaak zijn bij pleegkinderen mogelijke stressfactoren aanwezig. Het specifieke van pleegkinderen is dat ze in een complexer systeem zitten dan 'kerngezinkinderen'. Dit systeem bestaat uit de pleegouders, de ouders, de plaatser, de pleeggezinbegeleider, de broers en zussen, de pleegbroers en -zussen, de familie en de pleegfamilie. De realiteit rondom dit leven in en met verschillende werelden kan in de puberteit plots zeer actueel worden omdat een aantal gebeurtenissen in een stroomversnelling geraakt.

– *Stressbron*

De complexiteit van het systeem waarmee de pleegpuber te maken heeft, kan een extra stressbron zijn in de zoektocht naar eigen identiteit. Te denken valt aan nadenken over roots, verwarring over verbondenheid, bewustwording van rouw vanwege afgestaan zijn en het hebben van weinig zelfvertrouwen en een laag zelfbeeld als gevolg van voorgeschiedenis en pleegkind-zijn. Hierdoor kan losmaking emotionele overvraging zijn. Bovendien kunnen pleegkinderen lichamelijk gezien -als gevolg van versterkte stresshormonen en ondervoeding in de eerste levensjaren- vroeger in de puberteit komen, hetgeen de discrepantie met de sociaalemotionele ontwikkeling nog vergroot. Pubers met hechtingsproblematiek zijn eerder geneigd te handelen vanuit directe behoeftebevrediging, waardoor een grotere kans bestaat op zwerven, drugs en zwangerschap. Schaamtegevoelens en zelfrespect zijn minder aanwezig en de omgang met intimiteit en afstand-nabijheid is lastig. Hierdoor kan de koppeling tussen seksualiteit en genegenheid minder vanzelfsprekend zijn.

– *Provocatie*

In de puberteit wordt de taal om uiting te geven aan frustraties en gevoelens van benadeling provocender en explosiever. Het hebben van en het verwijzen naar de eigen ouders door de pleegpuber appelleert aan een basale kwetsbare kant van het pleegouderschap.

– *Meer wegen*

Een pleegkind als puber heeft andere en meer wegen dan een gewone puber. Door de verspreiding van gezags- en opvoedingsfiguren is de kans op een diversiteit aan meningen en daarmee de kans op conflicten groter. Ongenuanceerde en dreigende boodschappen als 'ik loop weg' voelen zwaar en kunnen letterlijk genomen worden op het moment dat er inderdaad een plek is waar het kind met open armen wordt ontvangen. De pleegcontext maakt de dreiging realistisch en uitvoerbaar.

3. De pleegouders

De bij deze ontwikkelingsfase horende opvoedingstaak van pleegouders is loslaten, adviseren, ondersteunen en onderhandelen. Ook ten aanzien van deze taak zijn bij pleegouders kwetsbaarheden aanwezig.

- *Projectie*
Het gedrag van pubers is soms een soort geheimschrift, dat moeilijk te ontcijferen valt voor pleegouders omdat ze de voorgeschiedenis van het kind niet geheel kennen. Bij pleegkinderen met hechtingsproblematiek komt in de puberteitsfase het zwart-wit denken extreem tot uiting, zich uitend in versterkte rusteloosheid en prikkelbaarheid. Onder invloed van de identiteitsontwikkeling is er sprake van herbeleving van traumatische gebeurtenissen en projectie van de negatieve gevoelens (verlies, verlatenheid, eenzaamheid) uit de eerste levensjaren op de pleegouders. Dit leidt ook tot regressie en terugval bij de pleegouders en resulteert mogelijk in moeite met loslaten.
- *Versnipperde verantwoordelijkheden*
Door de versnippering van verantwoordelijkheden (biologisch, juridisch, opvoedkundig) is het proces van loslaten verbrokkeld en is er sprake van een onnatuurlijke situatie en een (hulpverlenings)kader dat stopt bij 18 jaar. Pleegouders hebben geen biologische verwantschap met hun pleegkind en van daaruit geen natuurlijke autoriteit. Daarnaast hebben ze vaak ook geen juridisch gezag. Een pleegouder moet dus de zorg- en opvoedingstaak uitvoeren zonder de toekenning en erkenning van fundamentele verantwoordelijkheden als de biologische en de juridische verantwoordelijkheid. Gezag uitoefenen vraagt dan met name in de puberteit meer creativiteit van de pleegouders.
- *Vasthouden*
Veel pleegouders zijn expliciet (ver)zorgend ingesteld; dit maakt vaak deel uit van de motivatie om pleegouder te worden. Loslaten vraagt om vertrouwen. Dit vertrouwen is vaak wankel. Pleegouders zijn geneigd tot beschermen, vasthouden en verdedigen vanuit (al dan niet terechte) zorg om hun beschadigd kind.
- *Gebrek aan vanzelfsprekendheid en onvoorwaardelijkheid*
De omgeving redeneert soms dat je het pleegouderschap kunt stopzetten aangezien het niet je eigen kind is. In die zin zijn pleegouders benadeeld en missen zij een onontbeerlijk en onvoorwaardelijk fundament. Hun relatie en inzet staan namelijk ter discussie. Een pleegsituatie wordt niet beschouwd als een natuurlijke of onvoorwaardelijke situatie. Ruzie maken met hoogoplopende emoties en grensoverschrijdend gedrag is hierdoor minder vanzelfsprekend en niet zonder ingrijpende consequenties. De eigenheid van de puberteit zou juist met zich mee moeten brengen dat conflicten wel vanzelfsprekend en zonder vergaande gevolgen zijn. Meer dan ouders zijn pleegouders bezig met reflecteren over opvoeding. Het risico bestaat dat reguliere pubergedragingen een existentiële afwijzing gaan betekenen voor de pleegouder.

Wel en niet doen in de omgang met pubers

Tien basisvaardigheden om aan de relatie met de pleegpuber te – blijven – werken:

1 Positieve in plaats van negatieve aandacht geven

Accent leggen op aanleren in plaats van afleren van gedrag. 'Preken' helpt niet omdat een puber weinig rationeel denkt en er een spanningsveld is tussen ongelijk toegeven en de autonomiestrijd. Negatieve aandacht voor een gebeurtenis werkt zelfs belonend. Opbouwende kritiek geven op het gedrag en niet op het kind zelf volgens 3 basisregels:

- 1) gedrag afkeuren en niet de persoon
- 2) gedrag aanwijzen dat een kind moet leren
- 3) de emotie niet afkeuren.

Complimenteren en positieve kanten versterken (intelligentie, verschijning, talenten op vlak van sport of muziek). Weinig verwachtingen hebben en pubers zelf keuzes laten maken met betrekking tot uiterlijk, hobby's, school, werk en vrienden.

2 Bevorderen van eigen verantwoordelijkheid en zelfstandigheid

Pubers met hechtingsproblematiek zijn slecht in staat tot het onderhouden van wederkerige relaties en tot financiële zelfstandigheid en ze hebben een gebrek aan normbesef en verantwoordelijkheid. Toch neemt dit niet weg dat loslaten de voorwaarde blijft voor losmaken. Het gunnen van privacy en tolerantie voor experimenten is noodzakelijk.

3 Emotionele steun blijven geven

Loslaten betekent niet 'doorknippen', maar op een andere manier vasthouden. Om autonoom te kunnen zijn, heb je bindingen nodig. Bij pleegouders kan het gevoel overheersen een hotelfunctie te hebben; wellicht is dit het maximaal haalbare in deze fase. Pubers vergeten escalaties sneller dan volwassenen. Het in contact blijven met elkaar is een voorwaarde om positief uit de puberteitsperiode te komen.

4 Grenzen en regels blijven bieden

Begrenzen is vasthouden; geen grenzen bieden geeft gevoelens van onveiligheid en het gevoel losgelaten te worden. Beter een te strakke dan een te slappe structuur. Gezinsregels moeten haalbaar, realistisch en voor iedereen duidelijk zijn en alle gezinsleden moeten zich aan deze regels houden. Pleegouders blijven hierin een voorbeeldfunctie houden. Maximaal vijf regels vaststellen waarover niet te onderhandelen valt; de rest is onderhandelbaar. De puber proberen te betrekken bij het vaststellen van de regels en het eens worden. Ten eerste moet een puber weten waarom de regel er is en ten tweede moeten de gezinsregels kunnen mee-veranderen met de leeftijd van de puber. Niet te snel toegeven, zeker niet als een kind manipuleert of dwingt; wel aangeven dat een regel altijd bespreekbaar is. Als dit niet lukt, hak jij als pleegouder de knoop door.

5 Ik-boodschappen geven in plaats van veroordelen van gedrag

Het benoemen van je eigen kwetsbaarheid, zorgen en angsten kan een puber de zekerheid geven dat de pleegouder emotioneel betrokken is op hem of haar.

6 Begrip tonen voor het feit dat sociale signalen slecht begrepen worden

Het deel van onze hersenen dat verantwoordelijk is voor onze meest ontwikkelde vaardigheden - zoals sociaal bewustzijn, rationele besluitvorming en beheersen van emoties - ontwikkelt zich pas na de puberteit. Hierdoor is er tijdens de puberteit relatief vaak sprake van impulsief en onnadenkend gedrag. Gezichtsuitdrukkingen en nuances in het sociale verkeer worden niet of verkeerd geïnterpreteerd.

7 Het probleem bij de puber laten in plaats van tot je eigen probleem maken

Niet de pleegouders moeten last krijgen, maar de puber zelf. Proberen een puber de (milde) negatieve gevolgen van een voorval te laten ervaren. Zorgen dat de puber zich eigenaar van taken voelt in plaats van alleen en slechts uitvoerder.

8 Timing van opmerkingen afstemmen op puber

Echt luisteren, zonder te praten en zonder al aan het antwoord te denken. Pas daarna je eigen mening geven. Op deze wijze laten merken dat je de mening van de puber belangrijk vindt en bevorderen dat de puber naar jouw mening luistert. Soms time-out voor jezelf inlassen. Als je als pleegouder geneigd bent te emotioneel te reageren, dan enkele standaardzinnen bedenken om je niet door dit gedrag te laten overvallen.

9 Ruimte bieden voor ouders

Doe dit door emoties van de puber over zijn/haar ouders expliciet te benoemen. Ten aanzien van contact met familie kan gesteld worden dat pubers met een continu en jarenlang kort en regelmatig contact met de biologische familie de meeste kans hebben de puberteit goed te doorlopen.

10 Succesvol onderhandelen kent spelregels

Een juiste tijd en plaats kiezen (niet voor de televisie, niet met drie andere kinderen erbij). Beginnen met luisteren naar de uitleg van de feiten zoals het kind die ziet. Het probleem neutraal en zonder emoties benoemen. Bedenken dat er niet slechts één oplossing voor een probleem is. Het kind laten meedenken over een oplossing. Kijken naar je eigen aandeel in een oplossing. Niet over het verleden, maar over het nu en de toekomst praten. Korte termijn doelen noemen. 'Waarom'-vragen vermijden; 'hoe'-vragen bieden meer houvast. Afspraken aan het eind van onderhandelingen moeten helder en uitvoerbaar zijn. Als onderhandelen niet goed gaat niet de schuld bij de pleegouder of het kind leggen maar opnieuw proberen volgens de spelregels.

Tot slot: de positie van de puber is altijd kwetsbaarder dan die van de pleegouders. Basisbehoeften (je veilig voelen, erbij horen, waardering krijgen, baas zijn over je eigen situatie) wegen ook bij een puber zwaarder dan 'dwarsliggen om het dwarsliggen'.

Petra Bastiaensen (2008-Mobiel-1 Pubers in de pleegzorg)gedownload op 11-01-2016

Petra Bastiaensen is GZ-psycholoog/zorgcoördinator bij de Voorziening voor Pleegzorg De Zuidwester in Etten-Leur. Met dank aan Sonja Didden, kinder- en jeugdpsychiater GGZ WNB, en Mia Famaey, klinisch psycholoog-psychotherapeut. Psychotherapeutisch Centrum De Viersprong, voor het meedenken en meelesen bij de totstandkoming van dit artikel.

