



Ruud van Lent

ZELFWAARDERING



De sleutel tot succes en een gezond leven.

INHOUDSOPGAVE

HOOFDSTUK 1 ZELFWAARDERING

SECTIE 1.1 INLEIDING

SECTIE 1.2 BOUW VAN HUIS ZELFWAARDERING (ARCHITECTUUR)

SECTIE 1.3 METEN VAN ZELFWAARDERING

SECTIE 1.4 CONFISIOLOGIE

HOOFDSTUK 2 ONTWIKKELINGPSYCHOLOGISCHE, PEDAGOGISCHE EN NEUROPSYCHOLOGISCHE VERBINDINGEN

SECTIE 2.1 INLEIDING

SECTIE 2.2 STADIA MODEL VAN PIAGET

SECTIE 2.3 NEUROPSYCHOLOGISCHE INVLOEDEN

SECTIE 2.4 NURTURE OF NATURE

SECTIE 2.5 HERSENEN

SECTIE 2.6 GEHECHTHEID

SECTIE 2.7 SAMENVATTING PEUTERTIJD

SECTIE 2.8 SAMENVATTING LATENTIEFASE EN PUBERTEIT

SECTIE 2.9 SAMENVATTING JONG VOLWASSEN

HOOFDSTUK 3 SAMENVATTING

©VLCOUNSELING 2016

**NIETS MAG OVERGENOMEN OF GEKOPIEERD WORDEN
ZONDER TOESTEMMING VAN DE AUTEUR RUUD VAN LENT.**

HOOFDSTUK 1 ZELFWAARDERING (WELBEVINDEN).

1.1 INLEIDING

In het volgende hoofdstuk kunnen wij lezen wat de ontwikkeling van een mens in verschillende periodes van zijn leven doormaakt. Hoe het zelfvertrouwen geleerd kan worden en waar het respectdeel vandaan komt.

Dit hoofdstuk biedt meer overzicht over het ontstaan van onze zelfwaardering, welke mate gezond is en hoe je succesvol in het leven kunt staan.

In mijn boek “Het mysterie van afhankelijkheid” wordt uitgelegd dat de mens voor een heel groot deel afhankelijk is. Zowel in sociale contacten, gezondheid, voeding, als opvoeding en ontwikkeling. Afhankelijkheid is dus een belangrijke eigenschap wat bij de mens past. Als mensen gaan zeggen, dat ze graag onafhankelijk willen zijn of vrij willen zijn, bedoelen ze eigenlijk, dat het overschot aan te veel afhankelijkheid minder kan. Voor onze zelfwaardering is een gezonde dosis van afhankelijkheid het fundament. De kunst is nader te omschrijven wat een gezonde dosis aan afhankelijkheid inhoud.

Casus

Jos is een man van 35 jaar. Hij is gehuwd, heeft twee kinderen en werkt bij een grote uitgever. Als kind was hij verlegen en hij werd daarom op school gepest.

Ondersteuning van zijn ouders kreeg hij niet. Hij heeft meerdere perioden gehad in zijn leven dat hij angstig en somber was. Meestal herstelde hij weer na een halfjaar met behulp van medicatie en psychotherapie.

Enkele maanden geleden werd hij door zijn huisarts opnieuw aangemeld, wegens terugkeer van eerdere klachten. Er werd vastgesteld dat het gaat om een recidiverende depressie met dwanggedachten bij een man die basisveiligheid heeft gemist en onzeker in het leven staat. De dwanggedachte dat zijn vrouw hem zal verlaten leidt tot angst. Na overleg wordt besloten Jos het trainingsprogramma uit de welbevinden therapie over zelfwaardering aan te bieden.

Als huiswerk krijgt Jos diverse opdrachten om bij te houden hoe hij zich voelt. Naast deze opdracht volgen er diverse sessies van meerdere uren, waarbij zijn welbevinden inzichtelijk gemaakt wordt. Een educatief programma met opdrachten.

Uit de testresultaten bleek, dat Jos een lage score had over de zelfwaardering vanuit opvoeding en een lage score heeft in het heden. Toch was volgens hem de score hoger uit zijn jeugd, dan hij momenteel waarneemt. Dit wordt meegenomen in de therapie/training.

Jos scoort lager dan normaal op zelfvertrouwen en zelfrespect. De grootste gedachte die hem dwars zit en tot dwanggedachten brengt is: ze wijzen mij af. Zowel voor zijn werk en de relatie met zijn vrouw, krijgt hij steeds het idee, dat zij hem niet meer willen accepteren.

De afwijzinggevoelens creeert hij echter zelf. Als kind kwamen zijn ouders al niet voor hem op. Hij weet niet beter dan een gevoel van afwijzing te ervaren vanuit zijn jeugd. Het vervelende is dat zijn werk eronder leidt en de relatie met zijn vrouw spanningen oproept. Eigenlijk is Jos afhankelijk geworden van bevestigingen uit zijn omgeving. Hij is op zoek naar erkenning en ervaart voortdurend afwijzing.

Hij leert inzien, dat het zijn eigen gedachten zijn welke hem het gevoel van afwijzing oplevert. Zijn vrouw is de communicatie over de afwijzing zat en inderdaad gaat zijn vrouw reageren op een wijze zodat hij bevestigt krijgt wat hij voelt, namelijk afwijzing. Zijn zelfvertrouwen neemt af en door er niet meer over te praten gaat zijn respect voor zijn vrouw en zichzelf ook onderuit. De vizieuze cirkel effecten resulteren zelfs in dwangmatige gedachten. De oorzaak ligt in zijn verre verleden. Hij voelde zich niet gesteund en werd veelvuldig gepest, omdat hij een stiltypetje was.

Door de training is Jos proactiever geworden en besteedt hij meer aandacht aan wat hij zelf waardevol vindt in het leven. Hij werd positief over veranderingen en laat zich niet meer belemmeren door negatieve gedachten en dit geeft hem zelfvertrouwen. Het plezier

in het leven is toegenomen en de communicatie met zijn vrouw is meer gericht op samen ontdekken en samenwerken. Hij is minder afhankelijk geworden voor wat anderen allemaal te zeggen hebben en wat ze van hem vinden.

Uiteindelijk is zijn zelfwaardering bij een nieuwe meting gestegen naar een voor hem acceptabele waarde.

Uit deze casus blijkt, dat een nieuwe vorm van therapie naar welbevinden bij kan dragen bij het wegbliven van depressieve gedachtes of ongelukkige communicatie. Deze nieuwe vorm van therapie naar ons welbevinden komt uit de positieve psychologische stroming.

Afhankelijkheid heeft een belangrijke functie om inzichtelijk te krijgen, waarvan we afhankelijk zijn en van wie. Vandaar noemen we dit ons fundament van de zelfwaardering.

1.2 HET BOUWWERK VAN ZELFWAARDERING (ARCHITECTUUR)

Na jarenlang onderzoek ontdekte ik dat zelfwaardering uit meerdere componenten bestaat. De boeken van Nathaniel Branden en John Bradshaw inspireerde mij om uit te zoeken hoe onze zelfwaardering zich ontwikkelt. Tegelijkertijd studeerde ik ontwikkelingspsychologie en bezocht ik congressen over gehechtheid. De kwartjes vielen bij mij in 2012. Ik was begonnen met mijn eigen onderzoek in 2007. Vijf jaar uitzoeken eer ik een model van een huis zag verschijnen.

Ieder huis kent een fundering. De fundering hoort stabiel en sterk te zijn. Zelfs aardbevingsproof te zijn. Waar het huis ook gebouwd wordt, het maakt niet uit, er is altijd wel een gedegen fundering gemaakt om verder te bouwen.

Door boeken te lezen over onze anatomie, neurologie en ontwikkeling van ons brein ontdekte ik de samenhang. Met name na het lezen van het boek van Henk Fransen over Bondgenoot was ik in staat de fundering van onze zelfwaardering een eigenschap te geven. De eigenschap van afhankelijkheid. Daar waar alles omdraait.

In Zuid Limburg zat ik een keertje, na een hardloop uurtje, voor mij uit te kijken. Hoe bouw je hier een huis in heuvelland?

In ieder geval is de fundering de basis, die moet horizontaal, waterpas zijn. Alleen de verhoudingen van de ondergrond is anders gestructureerd. Alles loopt schuin onder de waterpaslijn. Zo is het ook met onze afhankelijkheid. Waar de afhankelijkheid bij het ene deel te klein is, kan het bij een ander deel juist groot zijn. Afhankelijkheid blijft in evenwicht bij een stabiele ondergrond. Ik dacht aan klei grond, daar waar je moet heien om draagvlak te creëren voor een fundering. Ineens schoot mij te binnen dat onze opvoeding wel degelijk belangrijk is hoe onze zelfwaardering eruit komt te zien als we volwassen zijn.

Ik heb dus iets met huizen. Ik dacht alleen nog maar aan de fundering van afhankelijkheid. De waardering van onszelf wordt bepaald gedurende onze opvoeding (zie hoofdstuk 2). Maar wat zijn dan de eigenschappen of kenmerken? Het antwoord kwam na de volgende casus van een client.

Casus

Heleen is een vrouw van 44 jaar, getrouwd en 2 kinderen. Zij komt uit een religieus gezin, daar waar de normen & waarden van ons leven door het geloof werd bepaald. Ze worstelde enorm met zichzelf. Ik ben ontzettend onzeker over alles, vertelde ze mij. Onzekerheid hoort bij een gevoelsthema van angst. Ik weet dat alles onzeker is, behalve die ene zekerheid, dat we allemaal dood gaan. De rest is alles onzeker. Wat maakt nu, dat Heleen moeite of last heeft van onzekerheid?

Door mijn fase van ontdekkingen over de fundering zocht ik naar in hoeverre Heleen afhankelijk was van alles en nog wat. Haar geloof beperkte haar in zelfstandig mogen denken. Haar geloof bevestigde haar, dat ze als zondaar geboren was. Ze moest er iets van maken in haar leven om door God uiteindelijk te worden ontvangen in zijn paradijs.

Haar schuldgevoel over praktische zaken welke zij in haar leven verkeerd had geïnterpreteerd en uitgevoerd voedde haar angst. De bijbel staat vol van verhalen over schuld, straf e.d. Ze was afhankelijk van haar dogma in het geloof, omdat ze steeds meer ontdekte, dat het leven geheel anders in elkaar zit.

“Wie vertrouw jij nog meer naast God” was mijn vraag. Eigenlijk kwam het erop neer, dat ze niemand vertrouwde, maar vooral zichzelf niet.

Ik zocht naar de definitie van vertrouwen en werd wakker geschud. Het komt op het volgende neer:

- ▶ Bereidheid van een persoon of groep om afhankelijk te zijn van de daden van een andere persoon of groep.
- ▶ Geloven dat een ander eerlijk is of dat iets goed zal gaan.
- ▶ Verwachting van een persoon dat degene die hij/zij vertrouwt zal handelen op een manier die hem/haar niet zal benadelen, met het risico in een nadelige positie te belanden indien de ander dit vertrouwen schaadt.

Vervolgens zocht ik naar **synoniemen van vertrouwen**. Ga er maar voor zitten, dat wordt een lijst:

accrediteren, afgaan op, betrouwen, bouwen, ervan uitgaan, geloven, hopen, rekenen, steunen op, zich verlaten op, afgaan, leunen, steunen, verlaten, vertrouwen hebben in, vertrouwen op, confidentie, fiducia, geloof, hoop, krediet, overtuiging, zekerheid.

als synoniem van een ander trefwoord:

geloven (ww) : aannemen, achten, betrouwen, denken, menen, vermoeden, veronderstellen, vertrouwen, vinden

hopen (ww) : rekenen op, uitzien, verhopend, vertrouwen, verwachten, wensen, willen

steunen (ww) : afgaan, bouwen, rekenen, varen,
vertrouwen, zich verlaten

bouwen (ww) : rekenen, steunen, vertrouwen, zich
verlaten

rekenen (ww) : rekening houden, vertrouwen,
verwachten

betrouwen (ww) : toeverlaat, vertrouwen

krediet (zn) : aanzien, geloof, geloofwaardigheid, gezag,
invloed, vertrouwen

hoop (zn) : hope, illusie, uitzicht, vertrouwen,
verwachting

moed (zn) : hoop, kracht, vertrouwen

geloof (zn) : fiducia, vertrouwen

overtuiging (zn) : vertrouwen

De antoniemen van vertrouwen is slechts beperkt tot
twee, namelijk: wantrouwen en achterdocht.

Als vertrouwen zo omvangrijk is, moet het wel deel
uitmaken van je eigen persoonlijkheid. Uiteraard weet ik
dat Erik Erikson het in zijn acht fasen van ontwikkeling
van de mens heeft genoemd, dat de babyfase (0-1 jaar)
voornamelijk bestemd is om het onderscheid tussen
vertrouwen en wantrouwen aan te leren of te ervaren.

Vervolgens ben ik jarenlang bezig geweest om vertrouwen nader te onderzoeken. Ik kwam zelfs steeds op mijn eigen proces uit. Een onderdeel van het huis heeft uiteindelijk een eigenschap gekregen: Vertrouwen!

In de peutertijd leert de peuter te werken aan zijn zelfvertrouwen, tenminste als papa en mama het toestaan om eigen grenzen te gaan ontdekken. Tot mijn verbazing wordt daar in de ontwikkelingspsychologie bijna geen woord over gerept of onderzoek aan gewijd. De invulling kwam uit onverwachte hoek: een congres over gehechtheid. Peter Fonegy studeerde bij John Bowlby en Mary Ainsworth. Zijn boek “mentaliseren in de praktijk” gaf de ontwikkeling van het vertrouwen een glans.

Als ons zelfvertrouwen geleerd wordt in onze peutertijd en een bijna levenslange vorm krijgt aangemeten hoort dat uiteindelijk bij de waardering van jezelf. Rees bij mij de vraag: “hoe krijg je dan zelfvertrouwen?” Daar is maar 1 antwoord op mogelijk, namelijk door dingen te ondernemen, door te ervaren en door te doen. Dan kun jezelf meten of iets succesvol was of niet. We groeien vervolgens door, op het succes, of op het falen. De opvoeding hoort daar aan gewijd te zijn in de periode van 1-4 jaar. Helaas weet geen ouder hoe het kind op natuurlijke wijze en in veiligheid zichzelf kan aanleren.

Door deze ontdekking merkte ik, dat onze opvoeding erg centraal staat. Wat gebeurt er dan gedurende de pubertijd? In deze fase leert de puber juist omtegaan met de eigenschap respect. Respect hebben voor

anderen, voor jezelf en voor de wereld. Weer een muur gevonden voor de bouw van het huis van zelfwaardering. Vertrouwen is dus erg omvangrijk en respect kan schadelijk zijn bij een verkeerde interpretatie of ondersteuning. Juist pubers moeten grenzen overschrijden om te ervaren, waar grenzen liggen. Als ouders daar voortdurend op wijzen en afkeurend reageren, krijg je geen respect voor jezelf, laat staan voor een ander. Terwijl pubers eigenlijk erg loyaal zijn naar de ouders, zijn het juist de ouders die de mist ingaan in de interactie met hun puber.

Want het heeft allemaal te maken met de fundering van afhankelijkheid. In hoeverre je bent opgevoed. John Bradshaw gaf mij het signaal om de jeugd ervaringen op volwassen leeftijd te meten. Met tot gevolg: het ontwerpen van een test.

Wauw, in 2012 kwam de test gereed. Inmiddels heb ik meer dan 250 respondenten gehad en leveren de resultaten van die test mij enorme mooie ontdekkingen op (staat vermeld op mijn website). Het meetinstrument was geboren, echter de bouw van het huis, was nog niet compleet. Dat gebeurde gedurende het ontwerp van de test. Het verleden was bekend, nu nog het heden in testvorm ontwerpen.

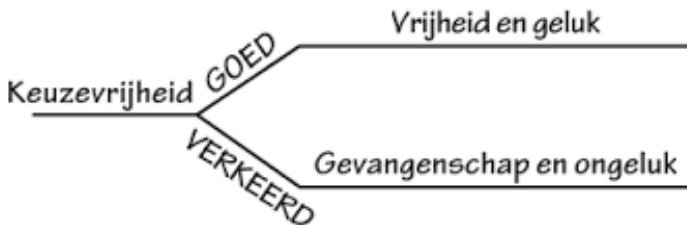
Een collega van mij (Joke Soesbergen) was mijn docente medische wetenschappen. Zij gaf eens een lezing over het probleem van deze tijd met name voor de jongeren. Ze lijden allemaal aan “mentale kiespijn”. Vertrouwen bouw je pas op als je dingen onderneemt,

als je actief bent en ervaart., dus door dingen te doen!
Om dingen te doen moet je keuzes maken. Gelukkig haalde ik mijn oude boeken van Nathaniel Branden uit de kast (the six pillars of Self Esteem) en bouwde ik verder aan het huis. Keuze vrijheid is een eigenschap die je nodig hebt om jezelf te kunnen vertrouwen.

Gedurende de periode van ontwerpen, kreeg ik te maken met veel cliënten welke te maken hadden met depressieve gedachten. Daar waar enorm veel onzekerheid en twijfel een grote rol speelden. Ze ondernamen niets meer, er gebeurde niets meer.

Zij maakten geen gebruik van hun vrijheid om keuzes te maken.

De volgende tekening geeft aan, wat het resultaat kan zijn van het maken van een keuze:



De negatieve zijde van keuzes maken diende zich aan. Ons zelfvertrouwen is dus afhankelijk van de resultaten van het maken van keuzes. Vind je het gek, dat er mensen zijn die geen keuzes meer durven te maken?

Als hun ervaring is gebaseerd op het maken van verkeerde keuzes, wordt je bang om nieuwe keuzes te maken.

Als we teruggaan naar de peutertijd ontdek je dat het maken van keuzes wel degelijk aan de voet van de groei van ons zelfvertrouwen staat. De peuter leeft op het moment in het hier en nu. Dat is het enige veld wat een peuter kent. Iedere dag in het hier en nu (iets wat een volwassene erg veel moeite oplevert). Ze gaan iedere dag erop uit om weer iets nieuws te ondernemen of te ontdekken. Ze bepalen hun eigen doel, iets wat ze op een moment x beslissen te pakken, te ondernemen.

Zij ervaren direct of het succesvol is of niet. Ook gaan ze over grenzen heen van zichzelf. Dit moet ook, want hierdoor leren ze wat mogelijk is en wat gevaarlijk is. Ze hebben alleen begeleiding nodig bij het ontdekken als ze een grens overschrijden.

Voorbeeld: Iedere peuter of dreumes wil graag een trap op klimmen, want dat zien ze andere ook doen. Ze kunnen nog niet lopen en klauteren op hun knietjes naar de trap. Vooral toestaan en observeren is mijn advies aan ouders. Als de dreumes eenmaal de eerste trede heeft beklommen volgen er meer en dan is het belangrijk, dat je op een veilige afstand de dreumes zijn of haar werk laat doen. Bij iedere trede stijgt het vertrouwen in zichzelf. Totdat het een keertje mis gaat en je kleine kind in je armen komt te liggen. Dan begin je weer van voor af aan en je zult ervaren, hoe vaker ze de treden beklommen, des te meer vertrouwen ze

ontwikkelen en minder vaak zullen ze in je armen komen te liggen. Het kind geeft zelf aan, wanneer het voor deze ontwikkeling klaar is. Moedig je kind aan. Uiteraard niet van boven naar beneden. Dat doe je pas later als het kind de trap goed op kan klimmen. Het kind maakt de keuze voor de grensoverschrijding en de ouder volgt het kind om daar te zijn als het mis gaat, zonder dat het kind zichzelf bezeerd. Houd je het kind tegen in deze ontwikkeling, gaat het ten koste van het zelfvertrouwen.

Veel volwassenen ervaren een tekort aan zelfvertrouwen. De oorzaak ligt in de beschermende houding van hun ouders of juist in de onveilige gehechtheid. Een volwassene zal ervaren, dat een training zelfvertrouwen vaak slechts enkele weken een positieve lading geeft. Daarna komt het oude patroon weer en de gedachtes worden weer desstructureel. Een reciderende depressie ligt zomaar voor het oprapen.

Keuze vrijheid betekent dus een opstap om te ervaren wat zelfvertrouwen is. Een andere storende factor bij zelfvertrouwen is onze perfectionistische instelling. Vaak door de omgeving aangeleerd. Als ouders dat hebben, kunnen kinderen hetzelfde mechanisme aanleren (coping). Wat wij vaak vergeten is, dat faalangst hoort bij perfectionisme. Tegenwoordig leren we de kinderen die faalangst hebben allemaal trucjes, terwijl hun ontwikkeling van perfect zijn gewoon doorgaat. Bij faalangst richt je het vizier op de perfecte instelling van het kind en niet op de angst van het kind niet perfect te kunnen of mogen zijn.

Perfectionisme is dus een probleem bij de vorming van het zelfvertrouwen. Laat de dreumes dus zelf bepalen wanneer en wat het wilt ervaren/doen om zich verder te ontwikkelen. Moedig het aan op wat het kind laat zien. Moedig het niet aan om het kind verder te brengen. Laat het zijn eigen snelheid of tempo bepalen.

Na een studie over respect bleef ik hangen op een belangrijke eigenschap: onze kwetsbaarheid. Als je aan anderen laat zien wie je bent, kun je door een ander veroordeeld worden. Degene die veroordeeld leert dat namelijk weer van de ouders. Als ouders veelvuldig anderen veroordelen, gaat het kind automatisch zich daar ook oprichten. Het begint er al mee op het schoolplein in groep 4 of 5. De omgeving bepaalt vaak wie je mag zijn als mens. Zij respecteren je niet wie je nu eigenlijk bent en waarom zou je hen dan respecteren? Het beschermingsmechanisme in de mens wordt ineens overlevingsmechanisme. Een onderdeel van de vorming van gedrag wordt actueel, namelijk die van afwijzing en erkenning.

Kwetsbaarheid is dus een eigenschap welke centraal staat. Kwetsbaarheid heeft alles te maken met moed, kracht, weten wie je bent en daar tevreden over zijn. Kwetsbaarheid is dus een onderdeel van wat je laat zien. Dit noemen we Integriteit. Je handelen komt overeen met wat je denkt en voelt. Een ander leert je te zien wie je daadwerkelijk bent. Daar heb je wel zelfvertrouwen bij nodig en keuze vrijheid, om uit te zoeken, bij wie jij dat laat zien.

De vorm van het huis is nu klaar. Ons gevoelsleven hoort bij onze kwetsbaarheid. Voel jij je verdrietig nadat iemand een opmerking maakt, dan mag je daar best een traantje over laten stromen. Of reageer je boos op de ander?

In “The six pillars of self esteem” geeft Nathaniel Branden een andere classificatie van zelfwaardering. Hij benoemt de volgende zes eigenschappen:

- 1) bewustwording
- 2) acceptatie
- 3) verantwoordelijkheid
- 4) zelfredzaamheid
- 5) doelgerichtheid
- 6) integriteit

Deze zes pijlers van onze zelfwaardering zijn in mijn ogen meer gereedschappen tot...het verkrijgen van zelfwaardering. Het ondersteunt mijn vier pijlers van zelfwaardering:

- 1) Keuze vrijheid
- 2) zelfvertrouwen
- 3) integriteit
- 4) zelfrespect

Bewustwording en acceptatie vallen bij mij onder keuze vrijheid, terwijl zelfredzaamheid onder zelfvertrouwen valt. Verantwoordelijkheid heeft alles met zelfrespect te maken, hetzelfde geldt voor integriteit.

Nu blijf ik zelf nog zitten met doelgerichtheid. Deze schaar ik onder bij keuze vrijheid. Zo wordt het voor mij overzichtelijker.

Ik noem het dak van het huis de uiteindelijke mate van zelfwaardering. Wat heb ik nu bereikt in het leven en hoe ziet dat eruit? De mate van zelfwaardering kan wiskundig berekend worden. Het is de som van alles. Het dak kan pas geplaatst worden als de fundering er ligt en de muren van het huis staan.

1.3 RESULTATEN VAN MATE VAN ZELFWAARDERING

Nu het ontwerp van het huis gemaakt is, kun je opdrachten verzinnen om te werken aan vertrouwen en het respectdeel. De training is niet standaard, omdat iedere fundering anders kan zijn. Hier bedoel ik mee: ieder mens is uniek en kan anders gevormd zijn. Daarom is het een opmaat opzet. Geen standaard bouw van een huis. Maar de elementen van zelfwaardering zijn wel allen samengepakt in de training. Door psycho educatief te werken leer je als cursist of client voor de welbevindentherapie, in te zien hoe het bij jouw geregeld is en kun je altijd werken aan je gewenste toekomst. Je rekent als het ware af met datgene wat je altijd hebt gedaan en wordt er plaats gemaakt met datgene je zelf wilt. Terugval is bijna niet meer mogelijk na de training. Ik zeg bijna, want je kunt in je trauma gebied weer geraakt worden na de training, waardoor je van slag raakt. Dan is een APK of EMDR je volgende redmiddel.

Toch leveren de resultaten van de test interessante ontdekkingen op. Om er een paar te noemen:

- 1) Jongeren die de test maken ver-romantiseren hun relatie over hun opvoeding met hun ouders. Hierbij bedoel ik, dat jongeren vaak lager scoren in de test uit het heden dan de resultaten uit de test van het verleden. Een terugval in volwassenheid. Wat blijkt na doorvragen, dat de interpretatie of beleving nog

steeds gerelateerd is aan de loyaliteit aan de ouders. Het gekke is dat na een populatie van 150 respondenten blijkt, dat de leeftijd waar het stopt ongeveer op 32 jaar ligt.

- 2) Als in de test van het verleden een getal ontstaat lager dan een 3, is er bijna altijd sprake van een ongezonde ontwikkeling van de geest. Je kunt het vaak relateren aan een persoonlijkheidsstoornis (As 2 DSM). Het wordt enorm moeilijk om dan een stijging te realiseren in het heden. Toch stijgt de zelfwaardering, alleen is de duur en intensie van de behandeling of training langer. Ontdekt is, dat lager dan een drie uit het verleden alles te maken heeft met ingesleten overtuigingen en onbereikbare illusies.
- 3) Dat een gezonde score in het heden boven de acht ligt en dat dit niet veel mensen betreft die zo hoog scoren. Slechts 5 mensen van de 250 respondenten betrof het. Bij navraag blijkt ook daadwerkelijk, dat bij een hoge score in het heden veelal een hoge score uit het verleden hoort. Een opvoeding daar waar het vertrouwen en respectdeel goed doorlopen zijn. Bij vervelende gebeurtenissen is men eerder in staat te schakelen en te handelen of wel de negatieve gedachten om te buigen in positieve gedachten.
- 4) Het overgrootte deel van de respondenten tonen een cijfer rond de vijf uit het verleden en een groei rond de 7 in het heden. Hoe dichter de getallen bij elkaar liggen, des te meer zit de persoon gevangen in zowel overtuigingen en illusies. Ze zoeken naar zekerheden en laten hun leven vaak bepalen door omstandigheden. Totdat een life event (zoals

scheiding of ontslag) roet in het eten gooit en hen letterlijk doen wankelen.

Er zijn nog meerdere opvallende resultaten gekomen uit de test deelnemers. Deze worden later gepubliceerd (uiteraard zonder naam etc.)

In ieder geval is de test een uitgangspunt om uiteindelijk de zelfwaardering toe te laten nemen en daardoor een gezond leven te gaan leiden en letterlijk succesvol te worden. Ik nodig je uit de test gratis op mijn website te maken en te kijken hoe hoog jij scoort op de ladder van zelfwaardering.

1.4 CONFISIOLOGIE

Nu ik jullie deelgenoot heb gemaakt van mijn ontwikkeling rond het ontwerpen van het huis van zelfwaardering, zocht ik nog naar een naam voor het huis. In 2013 kreeg ik ineens een bijval. De titel psycholoog is vrij en kan eigenlijk door iedereen worden genoemd. Deze is dus niet beschermd. Ik wil verder “out of the box” gaan denken en ineens viel mijn kwartje...

Wat is de latijnse benaming voor vertrouwen? Ik zocht het op en ontdekte dat het “confisio” is. Maar ja, het dekt niet helemaal mijn “self esteem” benadering. Toch is vertrouwen een belangrijk component. Door deze groter te maken ontstaat een nieuwe stroming binnen de mensheid?

“Confisiologie” is een samenvoeging van een wetenschapsbenadering vanuit meerdere disciplines. Ik word er verlegen van. Vertrouwen in de context van de wetenschappen:

- Psychologie
- Neurologie
- Biologie
- Filosofie
- Pedagogie
- Fysiologie
- Pathologie

Alles eindigende op ...gie en zo maakte ik er confisiologie van. Let maar op, het wordt de toekomst

binnen de positieve psychologie naar ons welbevinden. Om mijn theorie en onderbouwing te begrijpen neem ik jullie mee naar hoofdstuk 2.

In Hoofdstuk 2 is mijn taalgebruik ineens professioneler. Hoofdstuk 1 heb ik geschreven uit wie ik zelf ben en hoofdstuk 2 heb ik geschreven met de kennis van. In eigen taal uitgedrukt krijg je een andere samenstelling van zinnen en uitleg. Toch de moeite waard, want dit boek is geschreven voor iedereen!

Hoofdstuk 2 is geschreven om mijn huis wetenschappelijk te maken.

HOOFDSTUK 2

1. ONTWIKKELINGPSYCHOLOGISCHE, PEDAGOGISCHE EN NEUROPSYCHOLOGISCHE VERBINDINGEN

1.1 INLEIDING

Het mooiste voorbeeld wat Vygotsky in zijn onderzoeken aanhaalt is: leg 10 ballen op een heuvel neer. Geef ze alle tien een duw en observeer hoe het verloop is van iedere bal afzonderlijk. Je zult zien, dat geen enkele bal dezelfde baan volgt, of dezelfde hindernissen ontmoet. Iedere bal is afhankelijk van wat er op de weg naar beneden gebeurt, elke hindernis is anders en iedere bal gaat daar anders mee om. Zo geldt dat ook voor de kinderen. Ieder kind volgt zijn eigen weg, afhankelijk van cultuur en omgeving om zich heen. Afhankelijk van de ouders of opvoeders die hij treft. Iedere opstapel zal een begin zijn van een nieuwe aanpassing of van een nieuwe ontdekking en dat vervormt weer het vervolgpad dat het kind zelf kiest.

Vygotski * noemde dit Zone of Proximal Development. *According to Vygotsky, the zone of proximal development "is the distance between the actual development level as determined by independent problem solving and the level of potential development as determined through problem solving under adult guidance or in collaboration with more capable peers." (Vygotsky, 1978) In other words, it is the range of*

abilities that a person can perform with assistance, but cannot yet perform independently.

Gedurende de weg naar beneden ontmoet de bal alle soorten hindernissen, obstakels, botsingen, kuilen, afgronden, vertragingen, versnellingen en komt het steeds voor verrassingen te staan. Hoe gaat de bal zijn pad volgen? Hoe overwint de bal de hindernissen? In precies dezelfde woorden kun je het leven van een kind op weg naar volwassenheid zien als het pad van de ballen. Wordt de baan van de bal gevrijwaard van obstakels, dan zal de snelheid toenemen en komt er weer ander gevaar boven. Met andere woorden: als de ouders of opvoeders van een kind het levenspad gaan plavuizen en het kind voortdurend gaat beschermen tegen alle obstakels in het leven, dan zal het kind niets leren, geen zelfvertrouwen opbouwen en regelrecht ergens terecht komen, waar geen hulptroepen klaar staan de weg vrij te maken. De klap is dan net zo hard als de bal die aan snelheid toeneemt en ergens tegen een boom tot stilstand komt.

Vygotsky (1892) wilde de mensenwetenschappen herconstrueren. Hij wilde met zijn nieuwe theorie de sociale en educatieve problemen uit zijn tijd uitleggen en voor deze problemen praktische oplossingen bieden. Zijn aandacht en interesse lagen vooral bij het verband tussen denken en taal en hij was meer geïnteresseerd in intellectuele ontwikkeling dan in kennis. Vygotsky heeft ook de nadruk gelegd op het belang van taal voor de cognitieve ontwikkeling, waarmee hij wilde aantonen, dat

kinderen wanneer ze eenmaal beschikken over woorden en etiketten, ze begrippen veel makkelijker kunnen vormen. Hij geloofde dat denken en taal samen kwamen in betekenisvolle begrippen en het denkproces ondersteunt. Hij zag taal als het primaire middel waardoor de cultuur wordt doorgegeven en het primaire transportmiddel voor denken en vrijwillige zelfregulatie.

Als we nu kijken naar de begeleiding van onze taal mogelijkheden, leert het kind de taal vanuit het luisteren naar omgeving, vooral van uitspraken van anderen. Begrijpen wat de betekenis letterlijk inhoudt gebeurt pas op latere leeftijd. Zo vanaf 6 jaar worden er verbanden gelegd tussen hetgeen verteld wordt en de betekenis ervan. Pas daarna kan een kind zelf bepalen wat goed voor zichzelf is. Wat klopt en welke consequenties eraan hangen. Dan pas gaat taal leven voor een kind. Voor die tijd leert het de klanken te herkennen. Leert het de woorden op te slaan in de neo-cortex (lange termijn geheugen). En langzaam aan leert het wat goed en fout is, doordat er door een ander op gewezen wordt. De ander is erg belangrijk bij de ontwikkeling van taal, die geeft de betekenis en het voorbeeld. Zeggen wij steeds shit ergens over als iets niet loopt, dan gaat het kind het vanzelf overnemen.

Vygotsky gaat ervan uit dat individuele ontwikkeling (vooral de mentale ontwikkeling) van een kind het resultaat is van het milieu en de cultuur waarin het opgroeit. De cultuur verzorgt namelijk de kennis van het kind, maar het kind neemt ook de manier van denken

over uit de maatschappij. Deze gedachtegang kwam in Vygotsky's geval ook door zijn cultuur: deze ideeën komen namelijk uit de tijd na de Russische revolutie. De filosofie van de Marxisten was er één van socialisme en de vooruitgang van een individu werd gezien als een weerspiegeling van de vooruitgang in de maatschappij. Vygotsky dacht dat de vaardigheden van een kind voortkwamen uit sociale interacties met bijvoorbeeld ouders en leerkrachten.

Dit betekende volgens hem dat deze vaardigheden de vaardigheden van de maatschappij weerspiegelden. Dit is ook meteen een verschil tussen Vygotsky* en Piaget: Piaget*** geloofde dat elk kind een min of meer identiek ontwikkelingspatroon had, terwijl Vygotsky gelooft dat de ontwikkeling afhankelijk is van de cultuur. Helaas is ons pedagogisch systeem opgehangen aan de resultaten en ideeën van Piaget.

Volgens Vygotsky leren kinderen door zelf problemen op te lossen. Hij maakt hierbij onderscheid tussen problemen die het kind zelf ook daadwerkelijk kan oplossen (niveau van eigenlijke ontwikkeling) en problemen die het kind met behulp van iemand anders kan oplossen (potentiële ontwikkeling). Er zit namelijk een gat tussen deze twee niveaus wat hij de zone of proximal development (zone van naastgelegen ontwikkeling) noemt. Om deze reden moet de helper van het kind eerst de bijna volledige verantwoordelijkheid hebben over het oplossen en vervolgens langzaam aan steeds meer verantwoordelijkheid afstaan aan het kind.

Hij benadrukt dat het gebruik van taal hierbij erg belangrijk is. Het is namelijk door taal dat ouders en leerkrachten hun kennis kunnen overbrengen aan het kind. Het kind leert de wereld begrijpen door middel van taal. Volgens Vygotsky zorgde het eigen maken van vaardigheden, door taal, ervoor dat het kind zich aan ging passen aan de maatschappij. Het kind neemt namelijk het gedrag en de taal dat tegen hem wordt gebruikt over. Vygotsky is waarschijnlijk met zijn ideeën over het belang van taal gekomen omdat hij kinderen had geobserveerd die tegen zichzelf spraken als ze aan een probleem werkten. Hier is nog een verschil tussen Piaget en Vygotsky: Piaget*** vond dat dit tegen zichzelf praten van een kind egocentrisch was en hechte er geen waarde aan, maar Vygotsky dacht dat het ontstond door interactie met anderen en dat het kind het zich zo eigen maakte en er zijn eigen gedrag mee stuurde.

Kleuters bezitten een magisch brein (het animisme). Ze denken voortdurend aan het spel tussen echt en nep. Een periode tot een jaar of vijf/zes, waarin kinderen geen verschil zien tussen dood en levend. Kleuters hebben vaak een animistische houding ten opzichte van de wereld om hen heen, vooral in het geïndustrialiseerde deel van de wereld.. Voor een kleuter kunnen bomen praten, wonen kabouters in paddenstoelen en kunnen dingen menselijke eigenschappen hebben. Vanaf ongeveer 6 jaar krijgen kinderen een meer algemeen aanvaard beeld van hun leefwereld. Alles zien ze als levend. Ze zien alles als kans en magie. Tijdens groep 3 in het basisonderwijs verandert het in cognitief denken.

Kunnen analyseren, interpreteren en verschillen ontdekken. Bij de anatomie van de hersenen wordt dit ook uitgelegd als ontwikkelingsfase. Vaak zie je kleuters helemaal los gaan als ze verkleed kleren aan mogen trekken. De fantasie wereld krijgt letterlijk inhoud en ze dromen over prinsen of prinsessen, heksen en ridders, goed en kwaad. In deze periode kun je als ouder een statement maken door geloof te geven over het bestaansrecht van sinterklaas. Kinderen rond de drie jaar realiseren zich vaak uit zich zelf nog niet wie deze man is, dat wordt letterlijk door de omgeving ingegeven en aangeboden.

Hoe dicht Lev Vygotski in zijn beweringen bij de breinontwikkeling zit, kunnen we pas vanaf ongeveer het jaar 2000 bevestigen. Door nieuwe technieken om onze hersenen in kaart te brengen en de interacties vast te leggen via een MRI scan krijgen we geheel nieuwe informatie over het brein. Dat het brein van een kind dynamisch is en zich zal aanpassen aan de weg die het volgt of voortgeduwd wordt, bepaald de blauwdruk voor de rest van zijn/haar leven. Wat belangrijk is, in dit oerwoud aan mogelijkheden, komt steeds terug op bepaalde psychologische begrippen: de gehechtheid, de schoolperiode, cultuur en directe samenleving.

Vygotsky vond dat een kind tot drie jaar volgens zijn eigen plan leerde en vanaf drie jaar leerde wat de docent wilde dat het leerde. Vygotsky gaf in zijn ideeën zelf al aan hoe belangrijk leerkrachten zijn voor de ontwikkeling van een kind. De leerkracht is namelijk meer deskundig

dan de kinderen en hij kan dus de kinderen leiding geven bij probleem oplossen en hen in de goede richting sturen. Deze aanwijzingen maakt het kind zich vervolgens eigen waardoor het zelf ook deskundig wordt. Bijvoorbeeld een kind dat een puzzel moet maken en daarbij uitleg krijgt van de docent. Na een paar keer kan het kind het zelf.

Dat wij eigenlijk totaal afhankelijk zijn zal menig een verbazen, want we staan er nauwelijks bij stil. Ik vind dat deze maatschappij er één is waar onze EGO mogelijkheden geheel heeft plaats gemaakt voor ons ALTER EGO (Freud**). We zijn allemaal aangepast aan de afhankelijkheid. Een nieuw begrip lanceer ik als LOSGESLAGEN EGO. Een kind dat tijdens zijn peuterijd geen zelfvertrouwen kan ontwikkelen (vanwege invloed ouders en omgeving) en steeds geholpen wordt de ouder of omgeving te volgen, zal door pruning (afsterven van cellen) in het dynamische brein, afstand doen van eigen potentieel. Het kind past zich dan vervolgens geheel aan, vaak tot genot van de ouders en de maatschappij, die het kind ook nog gaan belonen. Als een peuter vanuit eigen kracht en wil het ZELF gaat ontdekken gaat het de strijd aan met de gevestigde orde aan moetjes, normen en waarden. Als de peuter geen beloning ontvangt over eigen existentie, zal het tijdens de puberteit een tweede kans zien om zich tegen het afhankelijkheidsregime te gaan verzetten. Dat worden de moeilijke puberjaren die ouders op deze wijze weer de grond in willen duwen.

Met een losgeslagen ego tot gevolg. Een ego die zichzelf meer kwaad zal doen dan goed.

*Vygotsky, L.S. (1978). *Mind and society: The development of higher mental processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

**The Ego and Id. Sigmund Freud (1923)

****Structuur en genese*, 1990, vol.3, p.3-29 Jean Piaget (1896-1980) en de genetische epistemologie - dr. Ewald Vervaet

Piaget onderscheidde drie mechanismen waarmee kennis vergaard wordt: assimilatie, accommodatie en equilibratie. Volgens Piaget bestaat kennis uit structuren. Een structuur kan een andere structuur *assimileren*; de assimilerende structuur neemt de geassimileerde structuur in zich op. *Accommodatie* is de verandering van een structuur als gevolg van het assimileren. Deze beide mechanismen dienen voor een gezonde ontwikkeling in een evenwicht te zijn, en daar zorgt *equilibratie* voor.

Als gevolg van assimilatie en accommodatie ontstaan er tijdens de ontwikkeling steeds complexere structuren. Piaget was ervan overtuigd dat fundamentele eigenschappen van kennis ervoor zorgen dat ontwikkeling zich in verschillende (meestal vier) niveaus manifesteert. Er bestaan volgens Piaget dan ook kwalitatieve verschillen tussen kinderen die zich in verschillende niveaus bevinden. Piaget wist vrij nauwkeurige leeftijdsgrenzen vast te stellen voor deze niveaus, al zijn andere wetenschappers er nog niet over uit of ze wel echt bestaan. Ik maak zelf ook weer een onderverdeling die afwijkt van Piaget stadiamodel. Met

name in de fase tot en met 6 jaar hanteert Piaget een grove inschatting.

1.2 Stadiamodel van Piaget

Piaget formuleerde vier verschillende stadia in de ontwikkeling van het kind. Hieronder een kort overzicht van de fases. Een 'normale' ontwikkeling bestaat niet. De leeftijden geven dan ook slechts een indicatie van wanneer bepaalde ontwikkelingen plaatsvinden.

- Sensomotorische fase, 0-2 jaar:
 - Ontwikkeling van het functioneren op lichaamsniveau, tasten, voelen, proeven.
 - Ontwikkelen van de motoriek
 - Ontwikkelen van het geheugen
 - Persoonspermanentie
 - Objectpermanentie is nog niet ontwikkeld. Voor het kind bestaan objecten niet die zich niet in zijn gezichtsveld bevinden.
- Preoperationele fase, 2-6 jaar:
 - Ontwikkeling van het spreken, het strottenhoofd daalt.
 - Verfijning van de motoriek.

- Ontwikkeling van het ik, egocentrisme. Het kind leert dat het een eigen persoon is.
- Animisme. Levenloze objecten wordt een ziel toegekend.
- Concreet operationele fase, 6-11 jaar:
 - Ontwikkeling tot het kunnen vergelijken van lengte en hoeveelheid
 - Ontwikkeling tot het kunnen ordenen, tellen en rekenen.
 - Ontwikkeling van het figuratieve denken
 -
- Formeel operationele fase, 11 jaar en ouder:
 - Ontwikkeling van het ruimtelijk denken
 - Ontwikkeling van het abstract denken
 - Leren logisch te denken en conclusies te trekken

Jean Piaget richtte zich voornamelijk op de kennisleer. Iedere keer als hij een onderzoek lanceerde werden cognitieve spelletjes ingezet om te meten hoe kinderen van verschillende leeftijden (verschillende stadia) als reactie gaven op deze spelletjes. Zo richtte hij zich op persoonspermanentie en objectpermanentie. In de

sensormotorische fase (voornamelijk de ontwikkeling van onze zintuigen) ontdekte hij dat persoonspermanentie een belangrijk aspect was in de relatie met moeder (of opvoeder). Door een kind vanaf 8 maanden tot 24 maanden te observeren hoe het kind zich gedroeg als de moeder plotseling tijdens het spelen de ruimte ging verlaten, kreeg Piaget informatie over de eenkennigheidfase. Hij associeert hierbij de eenkennigheid met verlatingsangst. Duidelijk beredeneert vanuit cognitief denken.

Onderzoeken vanuit de neuropsychologie komen inmiddels met andere inzichten. De onderzoeken die aan het einde van de 20^e eeuw plaatsvonden kwamen voort uit de resultaten van de hersenactiviteit, dat gemeten werd door de MRI-scan. Bij het injecteren van een bepaalde vloeistof konden onderzoekers ervaren, hoe een bepaalde gebeurtenis in de hersenen een activiteit bepaalden. Via de MRI scan kon worden vastgesteld welke gebieden in de hersenen actief waren als het aan komt op bijvoorbeeld angstprocessen.

In het boek “Kind in ontwikkeling” van Rob Bilo en dr. Henk Voorhoeve worden de ontwikkelingsstadia nauwkeuriger benoemd. Door verschillende ontwikkelingslagen aan te brengen krijg je een ruimer beeld in de sub organisatie van ontwikkeling.

Onderverdeling in prenatale ontwikkeling en post natale ontwikkeling zijn beiden essentieel voor hoe het kind zich ontwikkelen kan. Tijdens de zwangerschap kunnen we vele stadia van ontwikkeling in kaart brengen. We

weten inmiddels welke lichamelijke functies, wanneer operationeel worden. De celdeling gaat in een gigantisch tempo en we zijn zelfs in staat om aan te geven hoe de hersenen zich ontwikkelen. We weten inmiddels ook welke invloeden belangrijk zijn bij vervormingen en vertraging in de celdeling. Als een moeder alcohol, nicotine of drugs tot zich blijft nemen tijdens de zwangerschap is de kans groot, dat tijdens de celdeling bepaalde gebieden vervormd worden, vernietigt worden of zich aanpassen aan de voortdurend nieuwe toevoer van chemische verbindingen in het lichaam van de moeder. De foetus kan daardoor levenslange schade en / of achterstand ontwikkelen. De meeste onderzoekers richten zich op een natuurlijke ontwikkeling van de foetus om in kaart te kunnen brengen hoe ons zenuwstelsel functioneert.

Jean Piaget richt zijn onderzoeken op de groei van onze cognitieve functies en benoemt dit als epistemologie. Hij kwam erachter dat bij objectpermanentie een langer traject nodig was om te onderzoeken, waarbij zijn indeling in stadia steeds belangrijker werd. Uit al die onderzoeken resulteerde de gedachtegang hoe het geheugen functioneert. Assimilatie en accommodatie wisselen elkaar voortdurend af en als zodanig zijn ze de twee basale deelprocessen in de wisselwerking tussen de kenner en zijn omgeving. Dat wil zeggen, gegeven een aantal kennisstructuren (in wording) neemt iemand zijn omgeving in zich op overeenkomstig één van die (pre)structuren. Dat is *assimilatie*.

Bijvoorbeeld, als ik mijn boeken over een bepaald onderwerp op lengte bij elkaar zet, assimileer ik die lengtes aan de ordeningsstructuur die is ontstaan toen ik een jaar of 7 was. Anders gezegd, ik pas die toen ontstane lengtestructuur nu toe op de ruggen van die boeken.

Welnu, zodra geen van de (pre)structuren blijkt te voldoen of zodra iemand meent dat er zich iets voordoet wat niet binnen één daarvan past, tracht hij de reeds aanwezige kennis te herschikken. We spreken dan van *accommodatie*. Hierbinnen kunnen we twee gevallen onderscheiden. Als dat herschikken niet bevredigend lukt, verliest de persoon vroeger of later zijn belangstelling voor het nieuwe en wendt hij zich tot wat anders. Als die herschikking echter wel slaagt, meent de persoon dat hij het nieuwe een plaats kan geven binnen zijn kennisbestand dat dus gedeeltelijk is herschikt. Een paar voorbeelden. Een semilogisch opererend kind benoemt een serie van 4 stokjes als 'kleinste, groter, nog groter, grootste'. Gevraagd de serie andersom te beschrijven, is het er na het grootste stokje weer als 'grootste' benoemd te hebben verwonderd over dat 'nog groter' 'kleiner' wordt. Assimileerde dit kind voorheen series op semilogische wijze (dus met eenzijdige verbanden, i.c. van kleinste naar grootste), deze verwondering kan leiden tot een herstructurering die, zoals we hebben gezien, aan tweezijdige verbanden is gekoppeld. Er is dan sprake van een geslaagde accommodatie. Het accommoderen vindt dus plaats

naar aanleiding van iets verrassends, en wel om die verrassing te trachten te *verklaren* in de zin van 'in een operationeel kader plaatsen zodat een nieuw en rijker sensorimotorisch circuit, handelingsschema, begrip of inzicht ontstaat'.

Jean Piaget kreeg te maken met veel weerstand bij zijn theorieën en onderzoeken. Door het denkveld breder te maken en af te stemmen op het cognitief functioneren pareerde hij het kritiek dat hij kreeg.

Een verklaring van assimilatie en accommodatie wordt tevens onderbouwd door te kijken wat er in de wetenschap bij volwassenen mee gebeurt. Een voorbeeld die ik noem betreft het onderzoek van Newton. Zo had Newton aanvankelijk Keplers opvattingen tot zich genomen zoals deze ze te boek had gesteld. Dat was dus assimilatie. Echter, nadat hij zich had gerealiseerd dat de wet van actie en reactie en Keplers zwaartekrachttopvatting (de zon zou een planeet sterker aantrekken dan omgekeerd) met elkaar in strijd waren, nam hij op zeker ogenblik aan dat een planeet en de zon elkaar even sterk zouden moeten aantrekken. Het op zoek gaan naar een oplossing voor die tegenspraak is dus een voorbeeld van accommodatie.

Zonder de hedendaagse kennis over de werking van ons geheugen, heeft de denk en leefwijze van Jean Piaget de wereld wakker geschut. Het is zelfs zo, dat een groot deel van de pedagogiek afgestemd is op de wereld van

epistemologie. Rita Kohnstamm heeft als basis de theorieën van Piaget overgenomen in haar boeken over “kleine ontwikkelingspsychologie”, dat veelvuldig door studenten van de PABO is gebruikt om inzicht te krijgen bij de introductie van leersystemen. De impact van de onderzoeken van Piaget is groot, omdat ons huidige schoolsysteem grotendeels functioneert vanuit de gedachtegoed van Piaget.

1.3 HEDENDAAGSE KENNIS OVER ONS GEHEUGEN BEKEKEN VANUIT NEUROPSYCHOLOGISCHE ONDERZOEKEN:

Leren en geheugen zijn fundamentele aspecten van de cognitieve ontwikkeling. De eerste zintuiglijke waarnemingen van een kind zullen er toe moeten leiden dat op latere leeftijd herkenning plaats vindt. In zoverre is het onderzoek van Piaget geslaagd. Assimilatie en Accommodatie zorgen voor de groei in ons bewustzijn.

Skinner een verwent woordvoerder en onderzoeker van het behaviorisme (gedragsgericht) heeft tot in de jaren 80 van de vorige eeuw voldoende steun genoten. Jean Piaget maakte zich rond de jaren zeventig al los van de denkwijze van Skinner. Skinner groeide op zijn beurt weer van de resultaten van Freud. Vanuit de gedragsfilosofische ontwikkelingen groeide de psychologie en kreeg de pedagogiek steeds meer inhoud. Wat echter niemand kon vermoeden waren de resultaten van neuropsychologische onderzoeken (na de

eeuwwisseling) die momenteel de boventoon voeren.
Een andere kijk op de werking van ons geheugen.

Ons geheugen maakt gebruik van meerdere systemen in de hersenen. Atkinson & Shiffrin, 1968, lanceerden de resultaten van hun onderzoek en plaatsten dit in een neurowetenschappelijke omgeving. Het geheugen wordt als een serieel proces gezien waarbij zintuiglijke informatie in het sensorische geheugen wordt verwerkt, om vervolgens naar het korte termijn geheugen (hippocampus) te worden doorgestuurd om ten slotte in het lange termijn geheugen (cortex) te worden opgeslagen. Baddeley heeft in 2000 een schifting aangebracht tussen het korte termijn geheugen en het werkgeheugen. Ons korte termijn geheugen verwijst naar een tijdelijke opslag van een geringe hoeveelheid informatie voor een korte periode. Het werkgeheugen krijgt een omvangrijkere taak toebedeeld om niet alleen te kijken naar het korte termijn gebeuren, maar tevens een verbinding te maken met andere hersengebieden. Zo heeft hij onderscheid gemaakt in het fonologische gedeelte van de hersenen (taal) en visuele en spatiële componenten geïntegreerd in het werkgeheugen. Inmiddels heeft hij er een vierde laag bijgehaald, namelijk een belangrijke verbinding met ons lange termijn geheugen.

Het lange termijn geheugen kunnen we weer opdelen in twee gebieden, namelijk het declaratieve geheugen, wat weer bestaat uit het semantisch geheugen, het episodisch geheugen en het impliciete geheugen. In het

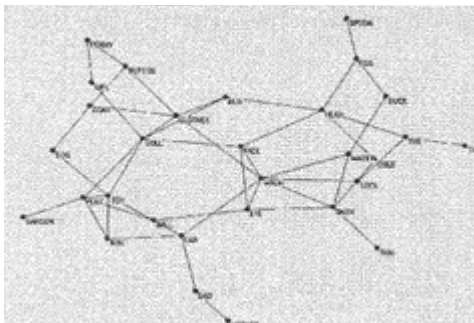
sematisch geheugegebied zitten onder andere de opgeslagen woorden en objecten, terwijl in het episodisch gebied juist de ervaringen worden opgeslagen. In het impliciet geheugen worden niet direct bewuste herinneringen gevraagd. Vaardigheden als leren fietsen, schaatsen en zwemmen komt uit dit gebied.

Onderzoek heeft uitgewezen (Lloyd & Newcombe 2009), dat ons geheugen verschillende stadia van ontwikkeling doorloopt. Het blijft complex om het geheugen van kleine kinderen te onderzoeken, omdat is aangetoond dat er nog geen taalgebied ontwikkeld is, zodat verbale response onmogelijk is. Het taalgebied gaat zich pas ontwikkelen tijdens het gebrabbel van de baby. Brabbelen is een voorloper om geluiden op te slaan in het semantisch geheugen. We gaan er dus nog steeds vanuit dat ons bewustzijn pas zich ontwikkeld rond de 8-9 maanden na geboorte. Als we ons bewustzijn verbinden aan het hersengebied van ons lange termijn geheugen (cortex) zien we vaak, dat deze oplicht tijdens een MRI scan rond deze leeftijd. De celdeling richt zich op ons buitenste hersengebied en dat gaat gepaard met een enorme snelheid. In de evolutie is dit nu ook het bewijs, dat wij pas na 10.000 jaar voor Christus een nieuwe laag hebben ontwikkeld. Als eerste symboliek voor de mens blijft onze hersenstam te zijn die al vele evoluties heeft meegemaakt. De meeste overlevingsmechanismen wordt aangestuurd door deze hersenstam, waaronder ook ons vermogen tot bewegen. Daarna volgde het limbisch systeem dat zich letterlijk

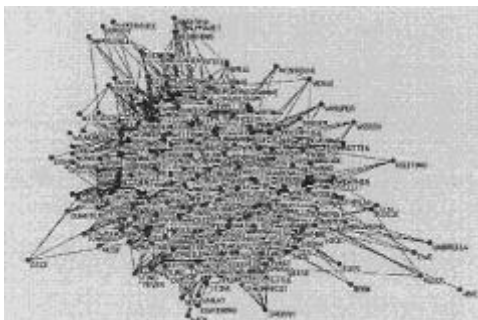
nestelde boven de hersenstam. Uiteindelijk volgde de cortex en konden wij als mens ons onderscheiden vanwege onze intelligentie. Die intelligentie heeft weer alles te maken met de groei van het buitenste gebied van onze hersenen, de cortex genaamd. Ons lange termijn geheugen, ons bewustzijn, zetelt hier.

In “kind in ontwikkeling” (vanaf pagina 59) lezen we, dat de baby al direct na de geboorte bezig is met het maken van een enorme groeispuurt op motorisch niveau. Zodra het begint te brabbelen neemt het taalgebied het over en gaat ons semantisch geheugen een enorme groeispuurt aan. Dit betekent, dat zodra er aan het motorische gedeelte wordt gewerkt (groei van het lichaam en beweging) het semantisch gebied even op een laag pitje functioneert en andersom. We zijn er inmiddels ook al achter dat als de tandjes zich gaan laten zien, vaak het motorische gedeelte langzamer groeit en het semantische gedeelte een groeispuurt maakt. Het lichaam volgt dus een bepaald ontwikkel proces, dat los van elkaar gebeurt. Vaak volgen ontwikkelingen zich op, maar manifesteren ze al eerder. Dan worden de nieuwe ontwikkelingen voorbereid (brabbelen, tandjesgroei onder de huid). Wat nog een groter belang is zijn de verbindingen die in het neurale circuit plaatsvinden. De gyrus-dentatus en de amygdala beginnen zich te ontwikkelen zo rond de acht maanden na geboorte en zorgen ervoor dat het geheugen kan gaan ontwikkelen. Omdat de amygdala hierbij betrokken is, lijkt het waarschijnlijk dat de eenkennigheidfase te maken heeft met deze nieuwe ontwikkeling in de hersenen. De

amygdala vormt het netwerk van ons gevoel. De emotieregulatie vindt hier plaats, waaronder boosheid en angst. Met name als ons bewustzijn zich gaat manifesteren, schrikt het kind van de effecten van groei en niet direct van het vertrek van moeder. Dat betekent dus een ontwikkeling in het declaratieve geheugen. De ontwikkeling van een groot netwerk is van belang om kinderen vanaf 1 jaar te voorzien van een geheugen. Dit geheugen voedt zich aan de hand van herinneringen. Voornamelijk herinneringen die ontstaan vanuit herhalingen. Hoe snel het semantisch brein van een peuter groeit wil ik aangeven in de tekening.



Semantic van een kind van 3 jaar (bron: Klinische Kinderneuropsychologie 2011)



Sematic van een kind van 5 jaar

Het declaratieve geheugen, met name het semantische geheugen groeit enorm, vanwege de herinneringen die het opslaat. Dit noemen we een dynamisch brein. Het lange termijn geheugen vult zich aan de hand van herinneringen en herhalingen. Als we even teruggaan naar Piaget wordt er voortdurend geassimileerd om uiteindelijk het accommoderen inhoud te geven.

Tijdens de peutertijd ligt het accent op het geheugen. Taal ontstaat, woorden krijgen een herkenning, van fonologische betekenis naar morfologische inhoud en uiteindelijk de syntax er tussen. Woorden die opgeslagen worden in het semantisch deel van het lange termijn geheugen. De klank is het eerste wat een kind vasthoudt (fonologie). De klank wat een ouder of opvoeder gebruikt als overdracht. De betekenis van woorden en het begrijpen van de syntax gebeurt pas in groep 3 van het basis onderwijs, daar waar de cortex alle functies gaat overnemen. In de peutertijd is het voortdurend een wisselwerking tussen sensomotorische

groei en cognitieve groei. Vandaar dat deze periode essentieel is in de vorming van het kind.

Als een ouder bepaalde woorden gebruikt, zal het kind door de herhalingen de woorden gaan overnemen. Het kind wordt hier eigenlijk gehersenspoeld, want de woorden zijn van iemand anders. Naast het besef van woorden krijgt het kind te maken met meerdere belangrijke functies uit het leven, namelijk de ontdekking van zichzelf. Als na de geboorte de symbiotische relatie met een opvoeder plaats vindt, is de baby geheel afhankelijk van de opvoeder. Nu ga ik even terug naar de persoonspermanentie theorie van Piaget. De eenkennigheidperiode staat garant voor verlatingsangst. De regulatie van emoties die vrijkomen na het verwijderen van de vertrouwde opvoeder wijst erop dat ook het limbisch systeem enorm actief is. Ineens manifesteert zich vanuit het limbisch systeem een enorme realisatie van gevoelens. In de prenatale periode is het limbischsysteem al ver gevorderd. Het gevoelssysteem baseert zich op een actieve amygdala en hypothalamus. Na de geboorte blijven deze hersengebieden veelvuldig de boventoon voeren. De baby is al actief bij het reguleren van de emoties. Naast deze gevoeligheid leert de baby emoties te reguleren aan de hand van beloningen. Als het huilt komt er hulp. Zo ontwikkelt de baby al verschillende huilklinken om van zich te laten horen. Aangezien de periode nog geheel afhankelijk is werkt de baby wel aan zijn eigen narcistische houding. Gekoppeld aan de groei van het geheugen betekent dit een periode van verwarring voor

het kind. Aan de ene kant realiseert het zich, dat het een eigen identiteit heeft en aan de andere kant is het onbekende beangstigend.

Als we nu een hypothese hierop loslaten lanceer ik meteen een nieuw onderzoeksgebied. Stel, dat de baby rond 8 maanden zich bewust gaat worden van veranderingen in het brein, omdat hij realiseert dat beelden en woorden ineens een betekenis krijgen in zijn leven. Zijn cortex begint zich te ontwikkelen en aangezien de angstregulatie in het brein vanuit het limbisch systeem wordt ingezet (iets wat de baby al langer als gevoel heeft ervaren). De baby ervaart nu ineens, dat herinneringen een belangrijke volgende stap in zijn ontwikkeling wordt, dan gaat dat bewust worden van dit groeiproces gepaard met een bepaald gevoel wat de baby al langer kent, namelijk angst. Het buikgevoel manifesteert zich op het moment als zijn vertrouwenspersoon aan wie het gehecht is geraakt, uit het zicht verdwijnt. Nu komt de functie van gehechtheid om de hoek kijken. De interactie tussen de opvoeder en de baby blijkt ineens van levensbelang te zijn om de stap te wagen naar de volgende periode in ontwikkeling. De baby leert nu klanken te onthouden en weet niets van de betekenis van deze klanken. Het baseert zich op de gemoedsrust van de ander en zichzelf.

1.4 Nurture of nature

Hier komt dan ook gelijk de vraag over het verschil tussen nature en nurture. Aangezien de dieptepsychologie geheel gewijd is aan dit onderscheid

is het nog wel de vraag of er onderscheid bestaat tussen nature en nurture. Anton Gesell heeft in zijn werk duidelijk een onderscheid aangebracht dat recht tegenover de visie van de dieptepsychologie staat. Met zijn beweringen dat de ontwikkeling geheel gewijd is aan een samenwerking tussen deze twee componenten werd dat weer bestreden door de psychoanalytici (Freud, Piaget). Als kennis het belangrijkste is, waar een kind zich in ontwikkelt, kun je letterlijk het kind daar krijgen waar jij het als volwassene wilt hebben. Deze gedachtegang komt veel terug in nieuwere stromingen binnen de psychologie. Leren of rijping: de opkomst van tegenover elkaar staande scholen (reguliere basisonderwijs en scholen zoals Montessorri, Jena, Steiner). Het verschil tussen behaviorisme en maturatie. Anton Gesell (1880-1961) zorgde voor een andere kijk op ontwikkeling. Zijn hoofdidee was dat tijdgebonden processen van biologische groei bijzonder belangrijk zijn voor het verschijnen van verschillende motorische en perceptuele vaardigheden in de vroege ontwikkeling.

Maturationale benadering - Nature

- gebruikt de naturalistische methode van observatie
- de benadering vindt zijn wortels in de biologie
- tijd-gebonden processen van biologische groei zijn bijzonder belangrijk voor de verschijning van motorische en perceptuele vaardigheden (Gesell)

- studies met eenige tweelingen toonden dat de motorische ontwikkeling gelijk was ongeacht oefening (McGraw)
- nativistische standpunt: nadruk op 'nature' eerder dan 'nurture'

Behaviorisme: focust objectief op observeerbare acties. Referenties naar interne mentale activiteit wordt afgewezen. Watson (1878-1958) had uitgelezen ideeën over kindontwikkeling gebaseerd op de leertheorie.

Behavioristische benadering - Nurture

- bestudeerde de verwerving van irrationele angsten door leren
- geloofde streng in de potentie van het kind om te leren door ervaring
- een environmentalistische visie: 'nurture' eerder dan 'nature'
- een extreme visie over de menselijke plasticiteit
- het ontwikkelende kind is extreem maakbaar en toegankelijk voor de effecten van omgevingsinvloeden

Nature of Nurture Studies (Wikipedia UK):

One way to determine the contribution of genes and environment to a trait is to study twins. In one kind of study, identical twins reared apart are compared to randomly selected pairs of people. The twins share identical genes, but different family environments. In another kind of twin study, identical twins reared together (who share family environment and genes) are compared to fraternal twins reared together (who also share family environment but only share half their genes). Another condition that permits the disassociation of genes and environment is adoption. In one kind of adoption study, biological siblings reared together (who share the same family environment and half their genes) are compared to adoptive siblings (who share their family environment but none of their genes).

The nature side of this debate emphasizes how much of an organism reflects biological factors. Genes are activated at appropriate times during development and are the basis for protein production. Proteins include a wide range of molecules, such as hormones and enzymes that act in the body as signaling and structural molecules to direct development. The nurture side, on the other hand, emphasizes how much of an organism reflects environmental factors. In reality, it is most likely an interaction of both genes and environment, nature and nurture, that affect the development of a person. Even in the womb, genes interact with hormones in the environment to signal the start of a new developmental

phase. The hormonal environment, likewise, does not act independently of the genes and it cannot correct lethal errors in the genetic makeup of a fetus. The genes and the environment must be in sync for normal development. Similarly, even if a person has inherited genes for taller than average height, the person may not grow to be as tall as is genetically possible if proper nutrition is not provided. Here too the interaction of genes and the environment is blurred. It has been suggested that the key to understanding complex human behaviour and diseases is to study genes, the environment, and the interactions between the two equally.

Tweelingstudies hebben een belangrijke rol aangetoond voor genetische factoren in meer algemene trekken, inclusief intellectuele capaciteiten, personaliteitstrekken en sommige vormen van psychopathologie zoals autisme. Ze verschaffen ook belangrijk bewijs over 2 verschillende omgevingseffecten. Tweelingen samen grootgebracht hebben een gedeelde omgeving dat er voor kan zorgen dat hun gedrag zich hetzelfde ontwikkelt. Tweelingen grootgebracht in verschillende omgevingen hebben verschillende ervaringen die hen meer ongelijk maken. De interactie tussen genen en omgeving is evenwel meer complex dan dit want de aanwezigheid van bepaalde genen kan predispositioneren dat een individu een bepaalde omgeving uitzoekt. (An Atlas of Infant Behavior (1934)-Gesell)

Vygotsky was het meest geïnteresseerd in te laten zien hoe cultuur de ontwikkeling beïnvloed. Hij zag cultuur, sociale organisatie en de historische krachten die de maatschappij vormen, als een belangrijke rol hebbend in de ontwikkeling van de geest van het kind.

Aan studenten die bij mij studeren stel ik altijd de vraag: is het van enig belang op de ontwikkeling van het kind op welke locatie het geboren wordt. Unaniem constateren ze dat dit inderdaad belangrijk is. Toch staan ouders hier vaak niet bij stil. Laten we er even van uitgaan dat de locatie van de opvoeding voor een peuter, kleuter erg belangrijk kan zijn voor de rest van zijn of haar ontwikkeling. In dat geval is de locatie een bewuste keuze van de opvoeder. Als een kind opgroeit op het platteland of in een stad, krijgt het te maken met een geheel andere zone van naastgelegen ontwikkeling. Ook het epigenetische landschap kan ineens verschillen. Epigenetische landschap, Waddington's metafoer, voor het ontwikkelingsproces waarbij nieuwe vormen ontstaan door de interacties tussen de voorgaande vormen en de omgeving. Dan hebben we het alleen nog over het verschil tussen opgroeien op het platteland en in de stad. Daarnaast is locatie nog heviger van invloed, dan in eerste instantie gedacht. Wordt je geboren in het noorden van Nederland of juist in het zuiden van het land, het bepaalt wel degelijk andere structuren van ontwikkeling. Staat je huis in Europa of in Afrika geeft weer een ander beeld. Vygotski benoemde ook nog eens het verschil in culturele ontwikkelingen. Nu ga ik nog even een omweg maken naar Gustav Jung. In zijn

onderzoek over de mens en zijn symbolen ervaart Jung een enorme verscheidenheid aan beelden, dromen, symbolen die van betekenis blijven voor de locatie waar een kind geboren wordt en opgroeit.

Wij Nederlanders gruwelen als we te horen krijgen, dat er in Somalië dagelijks nog steeds meisjes verminkt worden of de dood vinden vanwege een behoefte van de volwassenen om een traditie in stand te houden, namelijk een besnijdenis. Wij vragen ons af, hoe het toch mogelijk is, dat in het jaar 2012 de geschiedenis is blijven stilstaan in Somalië. Tevens gruwelen wij van de beelden die men uitzendt over het onderwijs in Palestina. De Hamas leert hun kinderen al vanaf 2 jaar te beseffen wat martelaarschap inhoudt. Op deze wijze blijven ze voldoende jongeren zover krijgen, dat ze zich ooit als het gewenst is, als martelaar zullen inzetten, door bijvoorbeeld zich zelf op te blazen. In Neerland gruwelen we ervan, dat bijna iedere Amerikaan gewoon in het bezit is van een vuurwapen, zogenaamd om zichzelf te kunnen verdedigen. Wij Nederlanders gruwelen ervan als we de beelden uit China krijgen, waar een tweede kind bewust gedood wordt, omdat het niet in het systeem van de regering past. Toch zijn wij Nederlanders ook hypocriet, als het aankomt op religie. Je zult maar geboren worden in een gezin dat nog orthodox omgaat met de bijbel.

Gustav Jung heeft hier onderzoek naar gedaan en constateerde dat zolang de mens leeft er gestreefd wordt naar het zich onderscheiden. Het belang van het

geloven is een behoefte die bij de mens al sinds het geheugen actief is. De mens is in staat om in een staat van dissociatie te geraken en zo zijn identiteit te kunnen verliezen. Wij kunnen als mens door stemmingen beheerst worden en hierdoor veranderen. Ongetwijfeld heeft het geheugen nog geen redelijke graad van continuïteit verworven. Het is nog kwetsbaar en aan fragmentatie blootgesteld. Toch is het vermogen om een deel van onze geest af te zonderen in werkelijkheid een waardevol kenmerk. Het stelt ons in staat om ons op een bepaald ogenblik te concentreren en al het andere te vergeten. (De mens en zijn symbolen – CG.Jung- pagina 25).

Wat Jung hier beweert is essentieel voor de ontwikkeling van het brein van een peuter. Toch is er nog een belangrijk gegeven om mee te nemen alvorens ons te verdiepen in de groei van ons geheugen. Ik duik nu in het werk van Rousseau, namelijk de ontdekking van de Feral kinderen. Kinderen die niet door de mens worden opgevoed, echter door het dierenrijk verzorgd worden. Dit onderzoek laat weer een gigantisch beeld zien in hoeverre we als kind afhankelijk zijn van onze omgeving en opvoeding. Freud heeft zich er ook mee bemoeit en zelfs tot laat in de negentiger jaren van de vorige eeuw ontdekte men kinderen die vanaf een bepaalde leeftijd zich hebben ontwikkeld.

Piaget's algemene toewijding aan genetische epistemologie (= kennisleer) blijft velen aantrekken, hoewel veel details van zijn theorie zwaar bekritiseerd zijn.

Twee van de hoofdbezwaren:

1. veel modern onderzoek heeft gedemonstreerd dat baby's competenten zijn dan Piaget had aangenomen
2. betreft het idee dat alle kennis, ongeacht de specifieke aard, past in een algemene stadiatheorie.

Het is beargumenteerd dat kennisverwerving beter begrepen kan worden als domeinspecifiek dan als een proces dat opereert ongeacht de inhoud van wat men dient te weten. Piaget's model van ontwikkeling is er een van zelfregulerende interactie - tussen het kind en de fysieke en sociale omgeving - die nieuwe manieren van kennis vormen. Analoog tot evolutie: nieuwe vormen van kennis verrijzen in ontwikkeling omdat ze beter aangepast zijn aan de eisen van de omgeving dan de vormen die ze vervangen.

Onderzoeken van Skinner tonen aan dat een kind reageert op straf.

1.5 HERSENEN

Binnen het declaratieve geheugen worden het semantische en episodische geheugen onderscheiden. In het semantische geheugen bewaren we de kennis die we opdoen vanuit cognitief oogpunt. Onthouden van woorden, optelsommen, betekenissen. Het episodische geheugen bevat kennis over persoonlijke en specifieke, aan tijd en plaats gebonden informatie. als voorbeeld

kan genomen worden, dat ik me nog veel herinner van mijn laatste vakantie.

Alle kennis over de wereld (semantisch geheugen) moet eerst op een bepaald moment gehoord, gezien of geleerd zijn (episodisch geheugen). Echter om iets te leren is kennis over de wereld met name betekenistoekenning of taal, onontbeerlijk. Vaak voorgekomen ervaringen zijn niet meer afzonderlijk uit het geheugen op te diepen, er zit geen plaats- en tijdgebonden label meer aan (dit noemen we semantisch geheugen).

Ons lange termijn geheugen kent ook nog een procedureel geheugen. Hierin vinden priming en conditionering plaats. Priming betekent dat de aanbidding van een stimulus een latere respons vergemakkelijkt, zelfs al weet men niet meer dat het al eens ervaren is. Een eenvoudig voorbeeld hierbij is als een boek diverse keren wordt voorgelezen, de woorden sneller in het geheugen worden opgenomen, om op een later tijdstip een snellere herkenning ervan te realiseren. Dit is bijvoorbeeld het geval bij peuters die meestal luisteren naar een verhaal uit een boek en als ze 6 jaar zijn zelf het boek leren lezen, waarbij de woorden een snellere herinnering oproepen. Belangrijk hierbij is wel dat de informatie uit het lange termijn geheugen is geëncodeerd en voorzien van retrieval-cues. Naarmate de opdiepsituatie meer lijkt op de inprentingsituatie, bijvoorbeeld dezelfde fysieke omgeving (context afhankelijk), dezelfde toestand van het individu (toestand

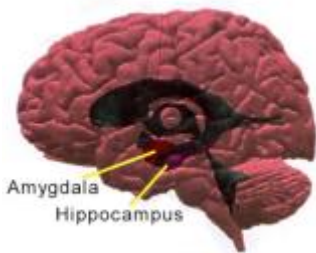
afhankelijk)of dezelfde betekenis van de informatie (encoding), wordt het gemakkelijker om informatie op te diepen. (uit klinische neuropsychologie pagina 179).

De eerste onderzoeken naar het conditioneren betreft het onderzoek van Pavlov met de honden. Als er een bel gaat reageren de honden en gaan de speekselklieren bij de honden al speeksel aanmaken voor het voedsel dat gaat komen. Een reactie op een bel. De hond herinnert zich het geluid en weet dat het dan voedsel ontvangt (bij herhaling geoefend).

Als we dat gegeven loslaten op ons declaratieve geheugen, moet er dus in eerste instantie een stimulus zijn, dat in het semantisch geheugen wordt herkend. Het semantisch geheugen vult zich aan de hand van herinneringen. Een gigantische bibliotheek aan kennis, dat door herhalingen en/of herinneringen gevuld gaat worden. Dit gebeurt op het moment rond ons eerste levensjaar. We noemen dit de vorming van ons bewustzijn.

De eenkennigheidsfase is een voorloper op de vorming van de identiteit. De baby ondervindt de introductie van de cortex. Dat gaat gepaard met angstreacties in ons limbisch systeem. Het hippocampus-amygdala complex in ons brein (gesitueerd net boven de hersenstam en pons) heeft verbindingen met nagenoeg de gehele hersenen en is dus in een positie om relaties te leggen tussen verschillende aspecten van geheugenprocessen en visuele, auditieve en sensormotorische informatie. Deze structuren blijken zeer belangrijk te zijn bij de

verwerving van nieuwe feitenkennis, waarbij de linker mediale temporale gebieden vooral betrokken zijn bij verbaal materiaal en de rechter vooral bij non-verbaal, zoals routes, muziek, gezichten. Dit limbisch systeem is al in de baarmoeder tot ontwikkeling gekomen en reageert samen met de pons op overlevingsmechanismen.



De baby ervaart rond de 8 maanden, dat beelden (non-verbaal) ineens zich vaker aanbieden (stimulus). Het beeld dat zich aanbiedt wordt ineens een code in het declaratieve geheugen. Een code dat opgeroepen kan worden (retrieval-cue) als het noodzakelijk is. We noemen de eerste periode de symbiotische verhouding. Hiermee bedoelen we een complete afhankelijkheid van een gehechtheidfiguur. De term symbiotische verhouding tussen moeder en baby is nader onderzocht door Freud en kan omschreven worden als:

Relatievorm zoals die normaal is tussen een moeder en haar baby in de eerste helft van het eerste levensjaar. Kenmerkend is dat het kind de moeder niet als een zelfstandig wezen ervaart, maar als een deel van

zichzelf. Het kleine kind is parasitair, zoals een maretak bij een boom. Bij een geslaagde ontwikkeling maakt het kind zichzelf autonoom, daartoe gestimuleerd door de moeder, die ook andere dingen aan haar hoofd heeft, zoals de relatie met de vader, een ander kind, of haar werk. Wanneer het oplossen van deze symbiose niet lukt, kan er een symbiotische illusie ontstaan, een onbewust contract tussen moeder en kind: 'Als ik alles doe wat jij wilt, zul jij altijd voor mij klaarstaan.' Resultaat: beklemming en woede, die niet geuit mogen worden. Het begrip 'symbiotische fase' is een voorbeeld van de denkwijze van de psychoanalyse: vanuit de volwassenheid naar de kinderjaren. Uitgaande van een neurotische ontwikkeling wordt een normale toestand gepostuleerd in de vroege kinderjaren. Babyobservatie kan hier aanvullend en corrigerend werken. (Freud, H.C. (Iki) (2002a) Electra versus Oedipus. Het drama van de moeder-dochter relatie. Van Genneep, Amsterdam.)

Rond de acht maanden ervaart de baby een stimulus als zijn veilige omgeving verandert. De stimulus is: help mijn parasitaire deel doet iets, wat ik niet ken. Als moeder even weggaat is de baby geheel aan zichzelf overgeleverd, waarbij het via de cortex (declaratieve deel van het geheugen) ineens te maken krijgt: wat heb ik aan herinneringen opgeslagen in mijn groeiende geheugen. Aangezien er op dat moment pas sprake is van een actief geheugen, kan de baby nog niet teruggrijpen op herinneringen die antwoord geven op dit probleem van zelfstandigheid. Met tot gevolg dat het overlevingsmechanisme uit het limbisch systeem

reageert met een huilbui. In dit geval is het een huilsamenstelling vanuit de amygdala gestuurd, dus gericht op de angst gevoelens. De reactie op angst is normaal bij zelfstandigheid omgezet in vechten of vluchten, maar reageert nu door zichzelf te laten horen (huilen).

Jean Piaget heeft deze ontwikkeling verder uitgewerkt en noemt dit persoonspermanentie. Een tijdbalk heeft hij eraan toegevoegd van 8 maanden tot 24 maanden. Aan de hand van zijn onderzoeken heeft hij het verloop van deze fase in ontwikkeling jaar na jaar vast kunnen leggen. Moeder vertrekt ineens vaker en de baby krijgt een retrieval-cue bij soortgelijke vertrekken. Het proces verloopt als volgt: het episodisch geheugen vult zich nu met herinneringen die het opdoet aan de hand van de herhalingen. Het limbisch systeem reageert direct actief vanuit overleving. Deze handeling wordt direct in het semantisch geheugen opgeslagen, zodat het als herkenning meteen reageert.

Nu wij op de hoogte zijn, van hoe informatie wordt opgeslagen, is het ook te verklaren hoe het voelt als een kleuter voor het eerst naar school gaat. De reactie van het kind komt nu voort uit het episodisch geheugen. De reactie van het kind is nu afhankelijk geworden van de verwerking tijdens het beëindigen van de symbiose met moeder. Is dat spelenderwijs gebeurt, dan zal het kind daaruit zelfvertrouwen ontwikkelen. Is dit bijvoorbeeld beschermend gebeurt, dan zal het kind angstig reageren (paniek). We kunnen dus vaststellen, dat de periode van

eenkennigheid samengaat met vele nieuwe ontwikkelingen en bepalend is hoe het kind de rest van zijn leven deze herinnering meeneemt (blauwdruk).

De eenkennigheid periode staat ook bekend als separatiefase in ontwikkeling. Het loskomen van de symbiotische verhouding met een opvoeder (meestal de moeder). Separatie gebeurt meerdere keren in het leven en heeft alles te maken met gehechtheid. Onbewuste separatie gebeurt in de periode voor de acht maanden en groeit door naar bewuste separatie tot zo'n 24 maanden. Een nieuwe separatiegolf vindt plaats tijdens de puberteit. Om te kunnen separeren heb je hechting nodig.

1.6 GEHECHTHEID (JOHN BOWLBY)

Zijn theorie, hoewel een eclectische mix van ideeën, was gebaseerd in de freudiaanse psychoanalytische traditie. Zijn originele doel was om de consequenties van ernstige aantasting van de hechting tussen moeder en kind voor de ontwikkeling te verklaren.

De evolutionaire functie van zulk hechtingsgedrag zal op de korte termijn het kind beschermen tegen jagers en op de lange termijn scheidt het een model waar alle andere relaties op zijn gebaseerd. De aanname dat het kind van de moeder leert houden omdat ze de basis scheidt voor de basisbehoeften (zoals honger en dorst) wordt 'cupboard love' theorie genoemd. Harlow stelde dat moeders niet alleen voedsel verschaffen maar ook warmte en comfort.

Grote schaal epidemiologische studies die de rol van familie-ervaring als antecedenten van depressie en angststoornissen in het latere leven onderzochten tonen aan dat veel factoren de lange termijn effecten kunnen verbeteren zelfs bij bijv de dood van een ouder. Dit zijn goede relaties met overlevende familieleden, vriendschappen met peers, succes op school, een goed ondersteunend huwelijk hebben en een veerkrachtige persoonlijkheid zijn. (Holmes, 1993).

Naar aanleiding van Bowlby's werk, over de scheiding als kinderen naar een ziekenhuis moeten, werd ouders vanaf de jaren 50 toegestaan bij het kind te verblijven.

De hechtingstheorie is uitgebreid om niet alleen de relatie tussen ouders en kind te omvatten maar ook die van de transgenerationale effecten (van IJzendoorn, 1955).

Onveilig gehechte kinderen neigen zelf ouders te worden van onzekere kinderen. De relatie tussen hechting, temperament en persoonlijke ontwikkeling biedt ook de mogelijkheid om biologische, sociale en culturele aspecten van de ontwikkeling te verenigen binnen één verklarend raamwerk (Bretherton, 1994).

Bowlby's benadering

- ideeën afstammend uit freudiaanse psychoanalytische traditie met biologische en psychologische invloeden
- sterk beïnvloed door Harlow's werk met resusapen

- grotendeels betrokken bij emotionele ontwikkeling en de totstandkoming van de persoonlijkheid
- ook betrokken bij slechte aanpassing gedurende de kindertijd en de verhouding van slechte relaties tussen ouders en kinderen
- sympathiek tegenover de analytische benadering maar kritisch ten opzichte van de onwetenschappelijke aspecten
- ontwikkelde een unieke synthese van methoden en theorie getrokken uit de freudiaanse psychoanalyse, observatie en opname van natuurlijke geschiedenis, veldstudies over gedrag, comparatieve studies met primaten en cognitieve ontwikkelingstheorieën
- probeerde de formatie van de vroegste hechting te verklaren tussen kind en moeder, samen met ethiologische principes die werden geherformuleerd in menselijke termen
- argumenteerde voor een primaire emotionele band tussen kind en moeder/verzorger die ongerelateerd was aan de traditionele geloven van freudiaanse kinderseksualiteit
- verschoof de focus van retrospectieve psychoanalytische studie naar de studie van de formatie van emotionele relaties en hun consequenties (prospectief)

- De moeder/verzorger verzorgt een veilige en zekere basis vanuit welke het kind de wereld kan ontdekken
- Veilige kindhechting paveit de weg voor psychologisch gezonde ontwikkelingspaden
- Onzekere/onveilige kindhechting leidt tot een neurotische persoonlijkheid en aansluitend psychologisch ongezonde ontwikkelingspaden

John Bowlby stond niet alleen aan de voet van zijn onderzoeken. Hij raakte in contact met Mary Ainsworth. Zij heeft op haar eigen wijze een verdeling weten te maken over de gehechtheidstheorie. In haar onderzoekruimte nodigde ze vele ouders uit om de onderzoeken van Jean Piaget nog eens in een ander perspectief te plaatsen. Persoonspermanentie in het kader van gehechtheid gezet. Ze legde de feiten naast de onderzoeken van Bowlby en Harlow en constateerde dat er een einde is aan het aantal mogelijke gehechtheidfiguren voor een baby. Een baby heeft maar een beperkte capaciteit. Met de onderzoeken van Freud in ons achterhoofd over de symbiotische verhouding is veiligheid een belangrijke issue voor gehechtheid. Ainsworth onderzocht de persoonspermanentie door peuters vanaf 10 maanden in een kamer met moeder te laten spelen, waarbij een nieuwe onbekende vrouw zich voegt bij het spel. De moeder vertrekt vervolgens en de baby gaat huilen. Emotioneel veilige gehechte kinderen gebruiken de moeder als basis naar waar ze periodiek kunnen terugkeren als ze de nieuwe omgeving

onderzoeken, terwijl ze de moeder duidelijk in beeld houden. Ze noemt de test:

Vreemde situatietest



Hechtingsproces bij een kind.

Mary Ainsworth heeft onderzoek gedaan naar de verschillende vormen of patronen van interactie tussen opvoeder en kind. Zij werkte het idee uit dat gehechtheidsgedrag wordt opgeroepen in stressvolle situaties. Met deze gedachte ontwikkelde zij de **vreemde situatietest** waarmee de hechtingstypen van kinderen op een gestandaardiseerde wijze te classificeren is.

Theorie

Het uitgangspunt van de test is dat het kind in aanwezigheid van zijn opvoeder (moeder in de oorspronkelijke theorie) exploratiegedrag vertoont. Na het vertrek van de opvoeder voelt het kind zich onveilig

en zal hechtingsgedrag vertonen. Bij de terugkomst van de opvoeder wordt de stresservaring verzacht en het kortstondig geschonden vertrouwen hersteld. Het kind zal contact zoeken en vervolgens weer exploratiegedrag vertonen. Ainsworth bekeek de kinderen tijdens de hereniging op een aantal gebieden (nabijheid of contact zoeken, contact handhaven, vermijden, afweren, opvoeder zoeken tijdens afwezigheid, interacties over afstand) en kwam op vier hechtingstypen van kinderen.

Praktijk

De vreemde situatietest is een standaard observatieprocedure voor kinderen van twaalf tot twintig maanden. Een kind wordt in een neutrale ruimte geconfronteerd met een onbekende persoon en twee korte scheidingsherenigingen van de ouder. De test duurt ongeveer twintig minuten met perioden van toenemende stress. Bij de observatie ligt de nadruk op het gedrag van het kind bij de hereniging. Alhoewel de kinderen verschillende (heftige) reacties kunnen vertonen bij de separatie komt dit gedrag meer voort uit het temperament van het kind dan uit zijn hechtingsstijl. De herenigingperiodes bepalen de kwaliteit van de gehechtheid. Het gedrag van het kind wordt met een 7-puntsschaal beoordeeld.

Schematisch

Hieronder is de test schematisch weergegeven. De stress-elementen zijn cursief gedrukt. Elk onderdeel duurt ongeveer drie minuten.

1. Opvoeder en kind in *vreemde ruimte*
2. *Vreemde volwassene* komt erbij en gaat met kind spelen
3. *Opvoeder verlaat de ruimte*
4. Opvoeder komt weer binnen
5. Opvoeder en *vreemde volwassene* verlaten vertrek, *kind blijft alleen achter*
6. *Vreemde* komt weer binnen

Uiteindelijk resulteerde haar onderzoek in vier verschillende gehechtheidstypen:

A. Vermijdend gehechte kinderen (ongeveer 20%)

Deze kinderen exploreren heel veel. Bij vertrek of terugkomst van de moeder reageren ze nauwelijks en gaan door met hun spel, wat van matige kwaliteit, oppervlakkig en vluchtig is. Ze negeren of vermijden de moeder. Deze kinderen worden vaak door hun omgeving als zeer (prematuur) zelfstandig gezien. Complimenten zoals “Kijk, wat kan hij toch goed zelf spelen”, worden dan ook wel gegeven. Ondanks de uiterlijke onbewogenheid van deze kinderen blijkt de situatie voor hen ook stressvol te zijn. Dit is te zien aan de fysiologische effecten zoals een verhoogd cortisol-gehalte. De interactiegeschiedenis van deze kinderen is er een van afwijzing en het genegeerd worden door de ouder. Ouders van deze kinderen zijn consequent

insensitief, vaak afwijzend, hebben een afkeer voor fysiek contact, zijn zakelijk en snel geïrriteerd door huilen of ander weigerachtig gedrag van kind. De strategie van het kind is dat hij geen beroep meer doet op moeder uit angst voor afwijzing. Het kind heeft zijn gehechtheidsgedrag geminimaliseerd.

B. Veilig gehechte kinderen (ongeveer 60 tot 70%)

Deze kinderen vertonen een evenwichtige balans tussen exploratie en hechtingsgedrag. Ze exploreren gemakkelijk bij aanwezigheid van de ouder en kunnen angstig reageren bij afwezigheid. Bij terugkomst van de ouder zoekt het kind toenadering, is het weer snel op zijn gemak en hervat hij vanuit zijn veilige basis zijn exploratiegedrag. Ouders van deze kinderen zijn sensitief, coöperatief en toegankelijk. De interactiegeschiedenis is er een van affectieve afstemming van en met de ouder, "feeling felt".

C. Afwerend gehechte kinderen (ongeveer 10%)

Deze kinderen vertonen veel hechtingsgedrag, en weinig exploratie. Ze proberen constant nabij de ouder te zijn en reageren heftig op afwezigheid van de ouder. In de periode dat ze alleen zijn zullen deze kinderen amper spelen of hun omgeving onderzoeken. Deze kinderen vertonen tweezijdig ambivalent gedrag. Aan de ene kant klampen ze zich vast aan hun moeder. Maar aan de andere kant tonen ze hun woede en teleurstelling over het feit dat hun moeder is weggegaan door ook afwerend te reageren. De strategie die deze kinderen

ontwikkeld hebben is het maximaliseren van gehechtheidsgedrag, waarbij de boosheid de functie als straf voor de ouder heeft. De interactiegeschiedenis van deze kinderen is er een waarin de ouders inconsequent sensitief, soms grillig en onvoorspelbaar reageren en vaak onbereikbaar zijn op cruciale momenten.

D. Gedesorganiseerd gehecht (ongeveer 15%)

Het lijkt alsof deze kinderen tegenstrijdige verwachtingen hebben over de beschikbaarheid van de opvoeder of bang zijn voor de opvoeder. Zij laten bijvoorbeeld tegenstrijdige gedragingen en emoties zien (bijvoorbeeld eerst huilen, maar opeens beginnen te lachen). Ook kan het zijn dat ze zich abnormaal bewegen; plotseling stilstaan waarbij het lijkt dat ze zich niet meer kunnen bewegen (bevrozen of verstarren). Soms lijken zij in de war als de ouder terugkomt en toenadering zoekt; zij slaan de handen voor de ogen, of wiegen heen en weer, of wenden het hoofd af terwijl zij naar de ouder lopen of kruipen. Het lijkt alsof de komst van de ouder de stress bij het kind eerder verhoogt dan verlaagt. De interactiegeschiedenis van deze kinderen is zeer onvoorspelbaar en incoherent geweest, denk hierbij aan traumatische ervaringen, zoals mishandeling of aan onverwerkte trauma's bij de ouder zelf. In de interactie tussen ouder en kind kan een onverwerkt trauma bij de ouder ervoor zorgen dat deze soms wegvalt "dissociatief", of dat de ouder het kind ineens laat schrikken.

(bron: Wikipedia)

Naarmate het kind ouder wordt, is het moeilijker om veilige hechting te bewerkstelligen. Vaak wordt het tiende levensjaar als kritiek jaar genoemd. Het niet-veilig gehecht zijn leidt tot verschillende problemen in het latere leven van kinderen, zoals leerproblemen, een laag gevoel van eigenwaarde en moeite met het aangaan van relaties. Veilige hechting wordt bevorderd door:

- een sensitieve houding van de opvoeder voor de signalen van het kind (kindvolgend handelen en inleven in het kind)
- respect voor de autonomie van het kind
- het ondersteunen en structureren bij het leren van het kind

Kinderen van verslaafde ouders of ouders met psychische problemen, kinderen die veel scheidingen hebben meegemaakt en kinderen uit kindertehuizen zijn relatief vaak onveilig gehecht. Daarom komen hechtingsproblemen relatief veel voor bij adoptie- en pleegkinderen; soms zelfs zodanig dat sprake is van een reactieve hechtingsstoornis.

Ik heb zelf moeite met de alom geprezen conclusie over veilige gehechtheid (type B). Zijn wij niet in staat dit te verfijnen? Om mijn bezwaar te ondersteunen, ga ik weer

terug naar de neuropsychologie en maak ik gebruik van de onderzoeken uit de dieptepsychologie.

Als een baby geboren wordt zoekt de baby naar iemand die hem of haar verzorgt, omdat de baby dit niet zelf kan. Het enige waar de baby zich druk ommaakt is dat het gevoed wordt. Naarmate de baby ouder wordt gaat het behoefte krijgen aan andere belangrijke kenmerken (Maslov). Naast voeding zijn de sensormotorische reflexen van het kind de enige ontwikkelingsperspectieven voor een aantal maanden. Aangezien de visuele cortex een groeispurt maakt in de eerste weken na geboorte, lijkt het dat de baby door visueel contact herkenning van gezichten kan ontdekken (niet vanuit bewustzijn). Doordat er steeds dezelfde gezichten langskomen, verbindt de baby zich met deze personages. De auditieve cortex is gelijk aanwezig bij geboorte. Herkenning van stemgeluid kan bepalend zijn om zich veilig te voelen. Het stemgeluid uit de periode in de baarmoeder kan de baby geruststellen. Aangezien de zintuigen het werk doen is een huid op huid reactie ook van belang om zich enigszins op zijn of haar gemak te voelen. De baby is dan gefocussed op slechts 1 personage die bekend voor komt (geen herinnering). In de jaren van onderzoek naar gehechtheid is John Bowlby de belangrijkste schakel geweest voor hechting van couveuse kinderen na geboorte door middel van een keizersnede. John heeft aangetoond, dat de baby direct na geboorte de huid en de stem van de draagmoeder nodig heeft om zich veilig te voelen in de nieuwe wereld. Voorheen werden kinderen die gehaald waren via de

keizersnede vaak bij de moeder gebracht een aantal dagen later als de moeder enigszins hersteld is van haar operatie. De anesthesie medewerkers hebben onderzoek gedaan om tijdens de bevalling de moeder gedeeltelijk te verdoven, zodat het mogelijk was na de keizersnede gelijk de baby bij de moeder neer te leggen. De impact van het onderzoek van John Bowlby is wereldwijd overgenomen. Zeker nadat hij kon aantonen, dat kinderen die pas later bij de moeder gelegd werden via longitudinale onderzoeken problemen ondervonden in de binding of hechting tijdens het gehele leven.

De eerste maanden staan in het teken van een narcistische aanwezigheid om de behoeften van de baby volledig beantwoord te krijgen. Freud noemt dit een gezonde ontwikkeling (oedipus-elektra). Rousseau, Freud, Vygotski en vele anderen hebben al aangetoond dat de omgeving van het kind erg belangrijk is voor de verdere ontwikkeling. Met andere woorden de baby reageert op invloeden vanuit zijn/haar omgeving. Als we naar de werking van ons geheugen gaan kijken wordt het ineens een stuk eenvoudiger. De baby heeft nog geen bewustzijn als het geboren wordt (tenminste dat vermelden de laatste onderzoeken). Het bewustzijn vult zich aan de hand van herhalingen en herinneringen. In eerste instantie betreft het beelden. Het vertrek van moeder wordt ineens erg intensief waargenomen. Daar waar het in het begin van het leven nog normaal was, dat de baby vele uren alleen in bed doorbracht. Ineens komt het besef dat het beeld van moeder ook weg kan gaan. Veilig gehechte kinderen reageren als moeder

vertrek (angst) en kunnen ineens weer lachen als moeder terugkomt. De interactie tussen moeder en kind is veilig. Het kind kan verder gaan met exploreren.

Bij consultatiebureaus worden weleens tegenstrijdige adviezen gegeven. Bijvoorbeeld als een kind in de avond of nacht gaat huilen. Veel ouders weten niet wat ze moeten doen. Moeder gaat naar boven en het huilen slaat om in lachen. Moeders die hun kinderen gewoon laten huilen dagen het kind uit om zichzelf vanuit angst in veiligheid te brengen. Er zijn ouders die niet reageren op de baby als het in de slaapkamer aan een stuk door huilt. Er zijn ouders die steeds later op bezoek gaan naar hun huilende baby. Dat de baby huilt is een normale reactie van de baby, want dat is de taal die het spreekt. Ergens in het gevoel (limbisch systeem) ligt een verbinding met mogelijke oorzaken, dat de baby huilt. Er is altijd een oorzaak aanwezig, dus wat maakt dan dat er ouders zijn die hun baby gewoon laten huilen? Ook zijn er ouders die zeggen pas op te staan als ze horen dat de baby in paniek is. De baby heeft dus een behoefte, maakt dit kenbaar door te huilen en wordt niet in zijn behoefte voorzien of pas veel later. Als dit herhaald optreed na de acht maanden slaat de baby de beelden op in het geheugen. Er zijn nu vele gebieden in de hersenen actief. er is een behoefte gesignaleerd in het sensormotorische geheugen of verkregen via de binnenwereld en de verbinding met het limbische systeem (bijvoorbeeld honger of buikpijn). Daarop reageert de baby. Door weg te blijven wordt de behoefte van de baby niet bevredigt. In het episodische geheugen

volgt dan een ervaring als moeder even weg is. Doordat het zich vaker herhaald, zal de toestand die het bij het kind oproept zich opslaan in het semantisch gedeelte van het geheugen. Een puber of volwassene kan dan bijvoorbeeld een vervelend gevoel krijgen als een geliefde verdwijnt of weggaat. De associatie met een in de babytijd ontstane reactie op het verlaten of niet krijgen van de behoefte.

In de gehechtheid is het belangrijk dat je veiligheid creëert voor je kind om zich zelfstandig op te groeien. Het begrip veiligheid verandert in iedere ontwikkelingsfase. De veiligheid voor een baby is dat het verzorgd wordt en al zijn behoeftes bevredigt krijgt. De peuter neemt al veel meer afstand van de veiligheid die de ander te bieden heeft. Het gaat op zoek naar zijn eigen veiligheid. Het enige wat erg belangrijk is, dat de peuter zichzelf mag ontwikkelen, zonder te veel aanpassingen aan de wil van de ouders. De kleuter gaat ontdekken, dat er verzet bestaat. Het verzet knaagt aan zijn eigen identiteit, maar is nodig om bewust te worden, hoe het zich veilig verder kan ontwikkelen. Afhankelijk van de reacties van de ouders of opvoeders ervaart het hoe emoties zich reguleren. Deze ervaringen worden opgeslagen en zullen altijd in de verdere ontwikkeling aan de wieg staan van beschermende eigenschappen die helaas nodig zijn. De puber heeft weer geheel andere veiligheid nodig. Een puber voelt zichzelf vaak erg onzeker en gaat op onderzoek uit hoe het zich kan ontvreemden van de wens en wil van de ouders en maatschappij. De veiligheid die een puber nodig heeft is

dat het weer over grenzen mag gaan, dat het zich mag leren hoe om te gaan met verantwoording en consequenties. Hoe het een weg gaat vinden in schuld en schaamte. In dit geval is de puber al een stuk gelijkwaardiger aan de ouder dan de ouder vaak wil inzien en toegeven.

De peutertijd staat garant voor het op zoek gaan naar identiteit. Freud verwijst naar het ontstaan van ego en alter ego. Bowlby verwijst naar het opnieuw hechten aan een nieuwe veiligheid. Vygotski vind deze periode de allerbelangrijkste, want het bewustzijn krijgt inhoud en voeding. Piaget kan nu eindelijk aan de slag met zijn bevindingen rond assimilatie en accommodatie, het wordt tijd voor objectpermanentie. Erikson noemt het de fase van autonomie versus schaamte en twijfel.

In de hersenen ontstaan vele nieuwe verbindingen (semantic), die ervoor zorgen dat het geheugen gevuld gaat worden. Het semantisch geheugen houdt zich voornamelijk bezig met het opslaan van woorden. Het brabbelen is omgezet in woorden. Om vorming van een eigen identiteit te realiseren, zijn er herkenningen nodig. Een peuter realiseert zich ineens, dat het onafhankelijk tot actie kan komen. Het kan ineens de behoeften op een andere wijze kenbaar maken. De peuter ervaart daarbij ook ineens, dat de behoeften niet ingevuld gaan worden. De strijd tussen ego en alter ego is begonnen. Als we terugkijken naar hoe het geheugen zich vult, is het begrijpelijk dat er nu cruciale situaties ontstaan die het geheugen aan de hand van herhalingen en

herinneringen. Ons limbisch systeem past zich vervolgens aan, wat wij emotieregulatie noemen. De peuter ervaart, als ik dit doe, gebeurt er dat. De peuter ervaart, dat het zijn eigen narcisme opzij heeft te zetten om verbinding met anderen te krijgen.

Hersenspoeling

Het brein van de peuter past zich aan zijn omgeving aan. Het moet wel. Dat moeten is nu net de essentie van de aanpassing die het kind gaat ontwikkelen en staat garant voor de verzetsvorm die het kind kiest. Een ander woord voor moetjes is introjectie. Het kind wordt voorzien van vele introjecten die ervoor zorgen dat het kind zichzelf niet mag zijn. Introjecten heb je nodig in het leven, omdat het ook een waarschuwingsmechanisme is. De ander vindt iets van mij of ik doe iets verkeerd in de ogen van een ander en hoe kan ik mij aanpassen, zodat de relatie in stand blijft? Een verklaring uit de reflectie van een volwassene, dat kan niet anders, want een kind heeft dit (reflecteren en mentaliseren) nog te leren.

Het brein van het kind is erg dynamisch. Het gevaar van een volwassen tussenkomst is, dat het kind zich vaak moet aanpassen. Zo kennen we over de hele wereld voldoende voorbeelden, waar juist dit gevaar wordt omgezet in daden. Een filmpje op Youtube waar gewoon lieve kleine kinderen aan het zingen zijn met hun schoolmeester, lijkt erg onschuldig, toch is het tegendeel waar. Het lied gaat over het aangaan van het martelaarschap. Als je de tekst vertaald hoor je de indoctrinatie van volwassenen, wat wij hersenspoeling

kunnen noemen. Kinderen vanaf 2 jaar worden via de muziek geleerd zich als martelaar op te stellen in hun leven, met als doel hun geboortegrond te verdedigen. als ze ouder geworden zijn, kunnen ze zo ingezet worden om zichzelf op te blazen in landen en bij volkeren met wie ze geen goed relatie hebben.

Hitler en dr. Mengele waren bezig om het Arische Ras te ontwikkelen. Meisjes in moslim landen krijgen te horen dat zij altijd de man moeten dienen, dus op de tweede rang staan. Gedragstechnisch gezien kun je ieder kind manipuleren. Neurologisch gezien is dit verklaarbaar: het geheugen neemt alles op. De hypothalamus filtert wat nodig is en wat weg kan. Wat nodig is hangt af van het episodische geheugen. Het episodische geheugen vult zich met allemaal ervaringen die vaak aan de hand van herhalingen binnen komen. Het werkgeheugen zorgt voor een betekenis geven aan datgene wat binnenkomt. Bij herhaling slaat het zich op den duur op in het semantisch geheugen. Dit wat betreft het leren. Een professor in Japan was laatst in het nieuws over haar bevindingen over prestaties. Zij doelde op het intensief opzetten van een scholingprogramma waar alleen een tien wordt gehonoreerd en waar lagere gehaalde cijfers door middel van straf werd veroordeelt. Ze had twee proefkonijnen, namelijk haar kinderen. Ze had bewezen dat ze met deze instelling twee superieure kinderen op de wereld heeft gebracht wiens prestatiedrang zo hoog ligt, dat er nog alleen maar gescoord kan worden. Zo intens kan de maatregel van de ouder zijn, gedurende het leerproces.

In het procedureel geheugen vind de aanpassing plaats die het kind maakt op een herinnering. We noemen dit conditioneren. Dat conditioneren is namelijk het sleutelwoord voor een volwassene om het kind dat te laten doen wat de volwassene wil en waar het kind geen twijfel ondervindt aan die bewering. Dit is het gebied, waar onze pijn komt te liggen in emotionele sfeer. Want gevoelsmatig gebeurt er vaak iets anders, dan cognitief de intentie is. Bij de geboorte heeft de baby een ontwikkeling in het sensormotorische gedeelte van het brein. Het enige wat reageert is vanuit het gevoel gekomen. Conditionering staat garant voor geestelijke mishandeling.

Een voorbeeld over conditionering krijg je gedurende 2,5 uur voorgeschoteld in de film van de Oostenrijkse regisseur Michael Haneke, namelijk "Das Weisse Band". Een klein dorp ergens in Duitsland vlak voor de tweede wereld oorlog is het toneel van een drama. In deze film is het resultaat van conditionering te vinden, namelijk een compleet geestelijk mishandelde dorpsjeugd. Daar waar de mannen denken dat hun woord het goede is. Kinderen die zodanig geestelijk mishandeld worden dat ze alleen nog maar zichzelf pijn kunnen doen of een ander, als straffe voor de eigen gedachten. Een dorp waar de pastoor een man is die letterlijk niets van het leven heeft begrepen en via hersenspoeling het kind aan het wankelen brengt. Een baron die vanwege zijn inborst gestraft wordt door de plaatselijke bevolking, zonder te beseffen hoe hij profiteert van deze bevolking. Een arts die als narcist misbruik maakt van de liefde van

vrouwen, zelfs zijn eigen veertien jarige dochter gebruikt voor zijn eigen lust. Met andere woorden, de positie van de man, zoals die eeuwen lang het bewind heeft kunnen voeren. Wat mij verbaast is, dat het reflectieve vermogen van de man geheel niet positief in ontwikkeling is gekomen. Het feminisme heeft in ieder geval datgene bereikt, waardoor de man nu op zijn achterste poten leert te reflecteren.

Als therapeut op een geestelijk eiland merk ik dat de tijd nog steeds heeft stil gestaan. Op dit eiland gebeurt nog steeds wat een eeuw geleden in de film naar boven kwam. Hellinger beschrijft in zijn boek "de dynamiek van familiebanden" hoe patronen worden doorgegeven en op welke wijze je als volwassene afstand kan doen van ongewenste patronen. Religie is een vorm van het in stand houden van patronen. Niet voor niets is de bijbel geschreven door mensen uit verschillende tijdperken. De hedendaagse bijbel vertalingen richten zich echter nog steeds op de intelligentie van eeuwen geleden. Religie is ook een bewijs, dat als je al vanaf de geboorte het kind leert wat de bijbel voorschrijft, het kind afhankelijk gaat worden van dit schrift. Een predikant gooit er nog een eigen betekenis bovenop en kinderen krijgen te maken met een conditionering die de patronen in stand houden: het doorgeven van angst, schuld en macht. Waarom ik voor deze begrippen kies heeft te maken met de conditionering van de mens: wat doet de mens met deze theologische ontdekkingen. Een dominee spreekt nog steeds over schuld, als of het dat enige is wat de wereld in zijn macht heeft en betoverd. Vindt je het gek dat het

limbisch systeem van de mens reageert met angstregulatieve maatregelen. Het ontstaan van verzet heeft een directe relatie met onze angst. In sommige stammen neemt men aan, dat de mens een aantal zielen bezit. Dit geloof is een uiting van het gevoel van sommige primitieve mensen, dat zij uit een aantal met elkaar verbonden, maar toch van elkaar te onderscheiden eenheden bestaan. Anno 2012 gelooft men in Somalië nog steeds, dat het besnijden van meisjes in stand moet blijven, ondanks dat dit een vorm van verminking en mishandeling is. Tegelijk geloven de blanke boeren nog steeds, dat iedere neger niet te vertrouwen is. In de Verenigde Staten is men nog steeds overtuigd, dat de inval van Irak noodzakelijk was, omdat men geloofde dat Saddam Hoessein bezig was met het maken van chemische en vernietigende wapens. Niemand heeft nucleaire wapens kunnen vinden. Tegelijk speelt hetzelfde idee over Iran, echter nu vallen ze dit land nog niet aan. De overtuiging wankelt, echter iedere Amerikaan groeit op met een wapen onder zijn kussen.

“Dissociatie is een gespletenheid van de psyche die tot een neurose leidt”, beschrijft Gustav Jung in zijn boek *De mens en zijn symbolen* (pag. 24). De neurose leidt vervolgens vaak weer tot lichamelijke klachten. Ieder mens herkent vaak de gevolgen van onevenwichtigheid tussen gevoel en verstand. Angst voelen ze in hun buik. De borst kent het opslaan van ingehouden woede, waarbij de adrenaline niet uit het lichaam kon geraken door woede naar buiten te gooien. De borst kent ook het

vasthouden van pijn, wat vaak weer een relatie heeft met verdriet. De keel staat garant voor schuldbekekenissen of schuldgevoelens niet kunnen uitten. Dit zijn eigenlijk allemaal voorbeelden van een dissociatie tussen geest en lichaam. De oorsprong is te herleiden naar de conditioneringfase tijdens de peutertijd.

Een peuter ontdekt, dat het ineens onafhankelijk van de opvoeder tot eigen prestaties kan groeien (assimilatie). Het lichaam gaat langzaam het besef ontdekken, dat er kracht in komt te zitten, om te gaan zitten en te gaan rollen. Vervolgens krijgt de peuter te maken met de mogelijkheid te gaan kruipen. Het kan zonder een ander zelfstandig zichzelf verplaatsen. Vaak zie je dan dat via assimilatie er steeds weer gestreefd wordt door de peuter een volgende ontdekking te doen. Iedere keer als de peuter naar boven wordt gedragen herkent hij dat de opvoeder zelf de trap oploopt. Iets wat een kruipende peuter graag zelf wil gaan leren. Deze fase is essentieel voor het verkrijgen van zelfvertrouwen. De peuter zie je knokken om de eerste trede op te klimmen. Door steeds terug te vallen, herkent de peuter zijn eigen proces. Iedere keer zie je de peuter sterker worden en uiteindelijk de trap op klimmen. Trede voor trede beleef het zijn prestatie. Als het niet lukt, dan wordt de peuter snel boos en ga op zoek naar iets anders. Dat op zoek gaan naar iets anders is dan weer voor iedere peuter verschillend. Nu komt nature om de hoek kijken, want als in de genen een aanspraak gedaan kan worden op doorzettingsvermogen of koppigheid, blijft het kind doorgaan totdat wat hij wil is bereikt. Dat maakt het

verschil of de peuter gelijk iets anders gaat opzoeken of toch doorzet.

Als een ouder het klimmen op de trap verbiedt, door bijvoorbeeld zelf in paniek te raken, schrikt de peuter van de paniek reactie van de ouder. Hier vindt gelijk dissociatie plaats tussen gevoel en de wil van het kind. Als dit regelmatig op dezelfde wijze gebeurt, als de ouder steeds paniekerig kan geraken, dan voelt het kind dit feilloos aan. Het zelfde gebeurt als een moeder bang is voor een spin, zal het kind deze angst letterlijk kunnen copieren. Dit zijn de spiegelneuronen die het werk doen. Coping is een mechanisme wat afspeelt tussen jezelf en de ander. als jij je tong uitsteekt bij een baby, gaat de baby jouw nadoen. Dit is het effect van spiegelneuronen. Zo ook bij het in paniek raken van het zien dat je kind de trap op kruipt. Voor de peuter is het van levensbelang om deze trap te gaan beklimmen, want dat ziet hij anderen ook doen. Het enige wat van de ouder gevraagd wordt is het begeleiden van dit proces. Als een peuter eraan toe is, zal het de behoefte kenbaar maken door te gaan kruipen van trede naar trede. Als de ouder gewoon rustig toekijkt en achter de peuter gaat staan, zonder zich ermee te bemoeien, zal het kind zelf ervaren wat het is om een trap te besteigen. Je observeert als ouder de peuter en je blijft er een aantal treden achter. Je ziet vaak gelijk als een peuter een trede gaat missen en kan vallen. Dan vang je behendig de peuter op en plaatst de peuter terug waar het was gebleven. Voor de peuter betekent dit moment erg veel. Het klimt omhoog en mist een trede, waardoor het valt. Omdat het

opgevangen wordt moedigt het de peuter aan om door te gaan, wat weer ten goede komt van het zelfvertrouwen. Maar niet alleen het zelfvertrouwen is essentieel hierbij. Ook de reactie van de ouder door het kind op te vangen zorgt voor een bepaald gevoel en gedrag, namelijk veiligheid. De peuter mag zijn reis voortzetten, ondanks het maken van een fout. Dat is de boodschap die de ouder dan doorgeeft, wat weer tegemoet komt aan de veiligheid in de gehechtheid tussen ouder en kind. Eigenlijk zal iedere ouder dit proces als belangrijk groeiproces kunnen zien. Uiteraard is het dan belangrijk, dat er hekjes geplaatst gaan worden. Daarmee leer je het kind te begrijpen, dat het alleen naar boven of naar beneden mag als een ouder in de buurt is. We noemen dit begrenzing vanuit veiligheid. De peuter ontwikkelt gelijk motorische kwaliteiten en zal vaak sneller en bewuster groeien met lopen. Als het kind loopt krijg je nog voldoende gelegenheid het proces in stand te houden. Te denken valt aan het over een plank lopen (als bruggetje), het evenwicht houden bij fietsen, snel schaatsen leren en behendig omgaan met zwemmen.

In dit voorbeeld laat ik zien, dat een peuter zelf zijn eigen groeiproces aangeeft, waar het aan toe is en dat het belangrijk is voor de peuter, dit proces te mogen inzetten als ervaring. Veiligheid is het enige wat geboden hoeft te worden, als er toch iets mis gaat. Dit bewijst ook het belang van de groei in zelfvertrouwen. Door het maken van fouten leert de peuter nu het snelst.

Dissociatie vind plaats als een ouder reageert op een wijze, waarbij het kind niet herkent wat het is. Er is dus nog geen herkenning van gedrag, wat een kind vaak als angstig ervaart. Er gebeurt iets, wat in het declaratieve geheugen nog niet is vastgelegd. Aangezien het in het begin sprake is van een momentopname schrikt het de peuter af, echter blokkeert het de peuter niet. Als hetzelfde gedrag van de ouder aanblijft of steeds vaker terugkomt, dan zal het kind de dissociatie wel ervaren en opslaan in het geheugen. Ze voelt een beklemming of het wakkert juist de woede aan. De meeste woede uitspattingen van een peuter richten zich op zichzelf. Het niet kunnen volbrengen van iets wat het wil. Het gezonde narcisme zorgt dan voor een woede over eigen prestatie. Doch bij een kleuter verandert woede naar zichzelf vaak in woede naar de ander. Hoe kan dit gebeuren? Als we een woede uitbarsting veroorzaakt hebben tijdens de peutertijd raakt het kind gedissocieerd. Een nieuwe aangepaste ego (alter ego) krijgt betekenis. De emotieregulatie gaat zelfs zover, dat het kind vaak zich gaat schamen, terwijl het kind die afweging nog niet zelf had gemaakt. Erikson heeft dit ook verklaart in zijn achtfasen overzicht. Autonomie versus schaamte en twijfel is een belangrijke ontwikkeling voor een peuter van 2 tot 3 jaar. Als de kleutertijd begint noemt hij die fase het nemen van initiatief versus schuld gevoel. Een fase waarin grenzen opgerekt worden. Grenzen die te maken hebben met de ander en ik. In de peuter tijd groeit de peuter door het verwerven van zelfvertrouwen en nu gaat de kleuter ervaren, dat er ook nog een ander is die een aanslag

doet op dat zelfvertrouwen. Hierdoor ontstaat door de ander vaak aangegeven een schuld gevoel, waarbij de kleuter de beperkingen van de ander gaat integreren met zijn of haar eigen ontwikkeling. Het nemen van initiatieven (vaak uitdagende) levert ervaring op in de reactie van de ander. Het mentaliseren kan beginnen. Je ziet een kleuter ook nadenken, over wat er gebeurt, of hoe de strategie zich kan ontwikkelen die de kleuter heeft uitgestippeld.

Dit proces noemt Piaget eigenlijk accommoderen, alleen dat heeft hij niet in zijn onderzoeken op deze wijze verwoord. Hoe komt het dat hij deze fase heeft overgeslagen? Dat heeft waarschijnlijk te maken met zijn eigen gerichtheid op het ontvangen van kennis. Is hij alleen geïnteresseerd geweest in het semantische gedeelte van ons geheugen? Ik vermoed van wel, omdat Freud en Jung zelf ook totaal niet bewust waren van de verdeling in ons geheugen. Freud was wel de ontdekker van het bewustzijn en onbewuste, waaraan Jung onderzoeken over dromen heeft gekoppeld. Breuer en Freud hebben zich gericht op de neurotische kant van het bewustzijn. Het onbewuste is volgens hen belangrijk voor dissociatie. Erik Erikson heeft dit opgepakt en zijn verdeling raakt meer de neurotische ontwikkelingen dan de oude bekenden uit de dieptepsychologie. MRI scans geven nu een geheel andere kijk op wat er in de hersenen gebeurt bij een dissociatie. Aangezien het gevoel direct reageert vanuit het sensormotorische gedeelte van onze hersenen en de neurotische verbindingen (semantic) zorgt voor vulling van ons

geheugen (lange termijn geheugen) kan hier een dissociatie in de belevenis plaatsvinden. De betekenis komt namelijk altijd van een ander en staat dan los van eigen ervaringen. Het is het gedrag van de ander dat gespiegeld wordt als leidraad voor het verdere vertrouwen. Het is de reactie van de ander die zorgt voor onbegrip en onveiligheid. De autonomie komt in gevaar. Vandaar dat Erikson dieper duikt in het verband tussen aanpassing (conditionering) en autonomie. Met tot gevolg een schaamte ontwikkeling dat zorgt voor de dissociatie en wat conditionering tot gevolg heeft (alter ego). De peuter herkent zichzelf niet. Het kopieert het gedrag van de ander als uitgangspunt. Dit bepaalt gelijk het gedrag van de peuter. De worsteling gebeurt tijdens de kleutertijd. Dan neemt het kind initiatieven om het te polsen naar waarheid en zal bemerken dat het vaak schrikt van eigen gedrag (schuld gevoel) terwijl de kleuter vaak het gedrag van de ouder kopieert. een strijd die de kleuter heeft te strijden. De meeste ouders gaan dan ook de strijd aan met de kleuter. Vandaar dat de kleuter dit gedrag kopieert.

De peuter ontdekt dus dat het leven ineens heel veel uitdagingen in zich heeft. Een peuter legt geen enkele betekenis in zijn daden en in de daden van anderen. Schaamte gevoel ontstaat, omdat de ouder of de ander, de ontwikkeling begrensd of afkeurt. De syntax ontwikkelingen zorgen ervoor dat taal een betekenis krijgt. Een betekenis die de ouder eraan geeft. Ik maak altijd in mijn lessen gebruik van de volgende metafoer: stel je eens voor dat jij als volwassene tegenover iemand

staat die 5 keer langer, steviger en groter is dan jezelf. Ga je met deze persoon dan snel de strijd aan? Dat doe je alleen als je slimmer bent dan de ander (metafoor uit de bijbel over David en Goliath). Alleen kan een peuter nog niet beschikken over deze slimheid. De kleuter gaat dat ontdekken, terwijl de puber pas iets daarmee gaat doen. De peuter volgt de ouder en past zich aan. Nu is daarbij van groot belang dat de peuter zich veilig voelt, ondanks de reactie van de ouder. Een consequente ouder laat zien waar het moeite mee heeft en waar niet. De peuter hoeft zich dan alleen aan te passen, zodat de ouder niet over de grenzen gaat van de peuter. Bij inconsequent gedrag volgt er snel vermijding. Vermijding omdat de peuter niet weet hoe de ouder gaat reageren en dat is erg verwarrend. Als een ouder met geweld in zijn stem of houding reageert schrikt de peuter van deze uitbarsting en ziet de reus voor zich. De peuter kan geen kant meer op en zal zich snel gaan terugtrekken. Als een ouder te veel zich bemoeit met de ontwikkeling van de peuter en de peuter weinig vrijheid krijgt zichzelf te exploreren, zal het vaak kiezen voor een rebels gedrag als verzet. Ook als de peuter merkt, dat een ouder vanuit rebelsverzet aan de winnende hand is, kan de peuter dit overnemen. Veel ouders zeggen dan dat het in het karakter zit van het kind en zeggen eigenlijk dat er ergens in huis iemand is die datzelfde gedrag vertoont. De strijd kan beginnen. De kleuter zal dit gaan uitbuiten en ontdekken. Wat ik hiermee beweer is dat het kind zichzelf een eigen beschermende houding gunt. Deze beschermende houding is van belang om de dissociatie te niet te doen. Om geen neurotische reacties te hoeven

ervaren die een rot gevoel opleveren. We verklaren nu ineens het belang van gehechtheid. Daar waar Mary Ainsworth haar onderzoek op gebaseerd heeft. Mary Main die weer later aan het groepje van Bowlby heeft deelgenomen, koppelt de effecten van dit verweer of onveiligheid aan pathologische processen die kunnen ontstaan. Stoornissen komen het meeste voort uit de dissociatiefase die de peuter en kleuter onbewust opgedrongen krijgen. een onderzoek over de bevindingen van Main wordt verwoord in Lyons-Ruth K, Yellin C, Helnick S, Atwood G (2005). "Het uitbreiden van het concept van de onopgeloste mentale toestanden: Vijandige / Helpless gemoedstoestanden op het Adult Attachment Interview worden geassocieerd met verstoorde moeder-kind communicatie en kind desorganisatie.

Gehechtheid is nu een formule geworden voor de neurologische verbindingen in de hersenen die het bewustzijn vormen. De relatie van de peuter met de ander bepaalt het verdere verloop van de ontwikkeling (zone of Proximal Development of het epigenetisch landschap worden ineens weer belangrijk in de psychologie). Nu is ons grootste probleem om dit resultaat uit onderzoeken over te brengen naar de mensheid. Want dit blijkt ineens de kern van ons bestaan te zijn geworden. Tijdens de peutertijd wordt de blauwdruk gevormd van het verdere verloop in ontwikkeling. Als we ons richten naar deze periode en daar bewust mee om zullen gaan, kunnen we ons kind datgene bieden, wat wij als ouders eigenlijk allemaal

graag willen realiseren: zelfvertrouwen. De nazorg, die wij nu als leidraad in ons bestaan hebben omarmd, kan worden omgezet in preventief handelen. We kunnen voorkomen, dat onze kinderen later tegen de zelfde ellendige obstakels aanlopen van ons bestaan. We kunnen het voorkomen door bewuster om te gaan met de peuterfase van het kind. Als we dus alle onderzoeken nu eens richten op deze periode uit het leven, dan kunnen we werken aan het fundament van ons bestaan.

Afkeurend gedrag van ouders zorgen voor aanpassing van de peuter (conditionering). De peuter heeft meestal een ander gevoel over hetgeen hij aan het ondernemen is, dan dat de ouder als reactie aangeeft. De peuter ervaart door assimilatie steeds een hogere ontwikkeling. Een hypothetische vraag kan dit proces bewust maken. Hoeveel ouders keuren de natuurlijke ontwikkelingsfasen van hun peuter af? (lees hier, het gedrag wat de peuter laat zien).

De film "Das weisse Band" laat zien, dat bijna al het zelfstandig gedrag van een kind wordt afgekeurd. Een kind in ontwikkeling zijnde wordt afgekeurd. Dus het bestaansrecht van het kind wordt afgekeurd. De reactie van de opvoeder, of van de pedagogische medewerkster op het dagverblijf, kan dus een conditionering tot gevolg hebben. De dissociatie tussen het gevoel van het kind en de lading van de reactie van de ouder bepalen in hoeverre de peuter zich veilig kan hechten aan zijn omgeving. Deze laatste zin bevat de kern. De peuter bepaalt zelf hoe het omgaat met de ander in hoeverre

het zich veilig voelt, zodat een dissociatie geen existentie hoeft te hebben. De peuter onthecht zich dus van de vertrouwde gehechtheidfase met in het meeste geval de moeder. De peuter kijkt naar hoe de moeder zich gedraagt tijdens zijn eigen ontwikkeling. Voor een peuter is het van groot belang om het knopje van de televisie in te drukken. Voor zijn eigen ontwikkeling wil het de betekenis ervaren van het indrukken van het knopje. Aan en uit. aan zorgt voor beeld en uit dan wordt alles zwart. De peuter ziet alleen dat er iets gebeurt en begrijpt nog niet wat er gebeurt en wat het precies te zien krijgt. Meestal is het gevolg van de ouder een afkeurende beweging. Een negatieve reactie op dit proces. De peuter begrijpt niets van die reactie van de ouder, omdat het nog niet begrijpt wat er gebeurt. De reactie van de ouder verstoort de groei van de peuter. Meestal levert het ook nog een tik op (fysieke mishandeling) of wordt het kind verwijderd van de plek, of krijgt het kind een uitbrander (geestelijke mishandeling). De peuter begrijpt niets van de reactie omdat deze niet in verhouding staat met datgene wat de peuter aan het ontwikkelen is. Vervolgens volgt een aanpassing omdat de reus wel erg sterk en groot is, wat weer een dissociatie tussen eigen gevoel en cognitie oplevert. Bij fysieke of geestelijke mishandeling zal het kind zichzelf moeten gaan beschermen en kiest het voor een bepaald verweer. Terugtrekken bij angst ontwikkeling, vermijden bij uitstel en rebels bij ik pik dit niet. Verzet is nu geboren. Al deze handelingen krijgen een betekenis, omdat het zich vaak herhaald. Het geheugen slaat nu die handelingen op. Vaak als wij volwassen zijn

reageren we nog steeds op dezelfde wijze als iemand zich autoritaire gedraagt. Hoe dat zich ontwikkeld heeft te maken met het ontstaan van vaste patronen.

De volgende tekeningen laat zien hoe een patroon zijn vorm aanneemt.



Dit is een tekening van het brein van een baby. De semantiek van verbindingen worden vastgelegd in de kleine lijntjes. De flitsen (de iets dikkere lijnen) zijn nu voortgekomen uit het effect van de spiegelneuronen, waardoor er al een identiteit aan het ontstaan is. De peutertijd zal zorgen voor een enorme toename aan verbindingen en datgene

bewaren wat wij in ons geheugen opnemen. In de kleutertijd worden de lijnen al iets dikker, omdat beschermingsfactoren zoals verzet ook een patroon gaan vormen.



Zo ziet het patroon eruit als de puberteit zich manifesteert. Je ziet de kleine lijntjes van verbindingen zijn een stuk minder aanwezig. Daarvoor in de plaats staan nu dikkere lijnen die patronen aangeven. Het brein is nu minder dynamisch geworden. De patronen zorgen ervoor dat de puber zich steeds meer aanpast aan zijn omgeving. Deze periode is nu net enorm belangrijk om juist te exploreren in gedrag. De dynamiek ervan hangt af van de inmiddels ontstane patronen tijdens de peutertijd. Door pruning zijn alle andere mogelijkheden uit die tijd verdwenen.



Een volwassene kent geen kleine verbindingslijnen meer. Patronen nemen nu bezit van de volwassene. Het brein is niet meer dynamisch en zal geen grotere groei tot gevolg hebben. Vandaar dat het zo moeilijk is om gedragingen van volwassenen om te wisselen voor andere gedragingen. Alle mensen passen zich nu aan datgene aan wat het heeft meegekregen. De impact van de kleine bevindingen tijdens de peutertijd zijn ineens vastgeroest in het volwassen leven. Daarom kunnen we gedragingen maar moeilijk veranderen.

Een leuk voorbeeld is de hedendaagse jeugd. Kijk eens naar het resultaat van hun activiteiten tijdens een game

besturen op een console. Als ik met mijn zoon van 14 jaar een spel via de computer aan het beleven zijn, verlies ik altijd. Ik zie namelijk de verbanden niet die het scherm wel aangeeft. Een kind leert al om te gaan met computers vanuit de peutertijd.

We zeggen nu vaak dat kinderen in staat zijn vier dimensionaal tegelijk te reageren, terwijl een ouder slechts 1 dimensie voor zijn rekening kan nemen. De celsterfte heeft daarvoor gezorgd. De evolutie krijgt nu een andere invalshoek. Meer dingen tegelijk kunnen ineens normaal worden. De hersenen passen zich geheel aan. Ik wordt erg misselijk als ik twee niveaus moet bijhouden. Direct volgt er een lichamelijke reactie. Bij jongeren is het normaal, dat zij op vier plaatsen op het scherm tegelijk informatie op kunnen nemen die het voor hen mogelijk maakt te reageren. Hier wordt weer de dynamiek van een aanpassing van het brein duidelijk. Heb je het nooit geleerd, dan is het aanleren erg moeilijk en vergt veel tijd en beheersing. De mobieltjes is ook zo'n uitvinding. Ik doe tien keer langzamer over een sms bericht te maken, dan mijn zonen. Zelfs mijn dochter van vier jaar, laat mij vaak doen blozen als het aankomt op computergebruik of mobiel gebruik.

Deze patronen van kennis zijn essentieel. Dat verklaart dan waarschijnlijk ook, dat een eeuw geleden de mannelijke bevolking uit het dorpje in Duitsland reflecteert vanuit schaamte en schuld. Op bepaalde plaatsen in deze wereld herkennen we nog steeds deze

achterstand. Geen reflectie mogelijk, de patronen doen hun best. Je kunt over een geloof ook bijna nooit van gedachte wisselen. De patronen doen hun werk. Hoe moeilijk het is om ouders iets te vertellen over opvoeding heeft hier ook mee te maken. Patronen ontstaan dus al in de peutertijd op het moment dat het bewustzijn zich ontwikkeld. We kunnen een kind letterlijk alles aanleren als we daar genoeg tijd en aandacht aan geven (hersenspoeling). Het verweer zorgt ervoor dat de eigen identiteit niet geheel ten gronde gaat. De veilige gehechtheid is daarvoor de sleutel. Alleen wordt die veiligheid ervaren door het kind zelf en niet door de ouder. Een peuter gaat zich opnieuw hechten aan zijn omgeving, omdat hij nu bewuster is geworden en in contact is gekomen met de andere kant van het leven, namelijk de ontdekking Ik en de Ander. Als de ander regelmatig onveilig reageert of handelt, wordt het onveilig voor de peuter om zich verder te ontwikkelen. Vaak zien we dan een achterstand ontstaan in de ontwikkeling, met desastreuze gevolgen op latere leeftijd. De meeste persoonlijkheidsstoornissen ontstaan op een leeftijd aan het einde van de adolescentie. Echter de onveiligheid tijdens belangrijke ontwikkel fasen zorgt voor de dissociatie. Onveiligheid die veelvuldig voorkomt (bij herhaling) zorgt voor een des georganiseerde veiligheid. een kind kan dan nooit zichzelf zijn en reageert vaak met afwijkend gedrag (zie film). Afwijkend gedrag met grote gevolgen van psychische stoornissen, dat het hele leven niet meer verwijderd kan worden. De patronen zijn hiervan gezet en stevig in het harnas gemonteerd. Een jong volwassene met de diagnose

borderline, blijft het wantrouwen in de volwassene houden en kan zichzelf niet vertrouwen.

Gevolgen

In het boek *Stemming & Stoornis*, wat een gedetailleerde versie is van de DSM IV lezen we de pathologische reacties van mensen die in de diagnostiek een stoornis krijgen toegewezen. Een volksziekte in het westen is depressiviteit. De onderzoeken ernaar wijzen op genetisch materiaal, echter het belangrijkste manifest wordt vastgelegd tijdens de peutertijd. Depressie verschijnselen wijzen naar een lage vorm van zelfwaardering, waarin de gevoelsthema's angst, schuld en ingehouden woede meestal de veroorzakers blijken te zijn. Depressieve mensen kunnen moeilijk tot keuzes komen en zijn vaak levenslange twijfelaars. Als we dan terugkijken naar de peutertijd, wordt het ontstaan ervan al snel duidelijk.

Als een peuter voortdurend gecorrigeerd wordt (ga zelf maar na hoe vaak je tot correctie overgaat) kan de peuter geen zelfvertrouwen opbouwen. Je hebt de peuter zelf te laten ervaren als iets verkeerd gaat. Als een peuter valt betekent het niet, dat de wereld hoeft te vergaan. Zelfvertrouwen is een ontwikkeling dat ontstaat tijdens de vorming van het geheugen. Als een peuter de trap opklimt, ervaart het iedere trede dat het dezelfde handeling vereist als je verder wil. Als het gepaard gaat met terugval is het belangrijk dat dit in veiligheid beleeft kan worden. De peuter gaat doorzetten met klimmen totdat het boven is. Gelijk wil de peuter zijn overwinning

gaan vieren, door te kruipen daar waar het nooit uit zichzelf geweest is of hij wil gelijk weer naar beneden. Nu zal de ouder merken, dat naar beneden gaan gepaard gaat met een geheel andere motoriek als de klim naar boven. Iets wat pas ontwikkelt als de peuter kan lopen. Door dit het kind te laten ervaren is de relatie met de ouder veilig. De peuter voelt zijn eigen kracht en belooft zich zelf daarvoor als het boven is. Terug wordt iets heel anders en als de ouder het kind daarbij begeleid is het falen geen issue. De ouder wordt gezien als aanvulling in ontwikkeling. Ouders reageren vaak heftig als peuters ergens aankomen wat de ouder niet wil dat zij aankomen. De reactie bepaalt gelijk in hoeverre de veiligheid er is om het nieuwe experiment vorm te geven. Is er een heftige reactie dan zal de peuter ervaren hoe het zich gaat beschermen. Is er geweld bij (fysiek of geestelijk) dan volgt er een aanpassing en zal het vertrouwen van het kind anders beleefd gaan worden. De veiligheid wordt ook ineens teniet gedaan. De mate van verweer en de mate van geweld betekent welke vorm van veiligheid het kind uit zichzelf weet te halen. Als dat gedesorganiseerd is zal het kind geen vertrouwen hebben met de omgeving en geen vertrouwen kunnen krijgen uit zichzelf. Een stoornis ligt dan op de loer. Een achterstand in emotieregulatie is meestal het gevolg.

Dus de peuter leert van zichzelf en van de ander, wat weer borg staat voor een dosis zelfvertrouwen. Als dat eenmaal gewonnen is, zal het als patroon verder in het leven een belangrijke eigenschap vormen. In ieder geval

is er dan geen sprake van op de loer liggende depressie. Eenmaal verworven vertrouwen zorgt ervoor dat in de emotieregulatie altijd op deze methode vertrouwt kan worden en zo cumuleert de basis van vertrouwen in een vaststaand patroon.

Mary Main heeft in haar onderzoeken in kaart gebracht, dat een onveilige gehechtheid de veroorzaker is van op latere leeftijd verkregen pathologie. Main M, Salomon J (1986). "Ontdekking van een onzekere gedesoriënteerde gehechtheid patroon: procedures, bevindingen en de gevolgen voor de indeling van gedrag".

De meeste persoonlijkheidsstoornissen komen voort uit een lage vorm van zelfwaardering. Hier ligt nu de kern van mijn onderzoek naar de hoogte van zelfwaardering op volwassen leeftijd en dat het te herleiden is naar de peupertijd. Uiteraard rekening houdend met de eeuwen lange discussie tussen nature en nurture.

Het genetisch landschap van Waddington laat een ontwikkeling zien vanuit nature. De genen geven door hoe het karakter is van de mens en dat dit weer belang heeft bij gedrag. Vanuit de genen worden vaak patronen (Hellinger) doorgegeven. Dit laatste wordt al in de 19^e eeuw verteld door Darwin, die een studie maakte naar de evolutie. De visie op de mens veranderde plotseling. Het liedje van Stef Bos: "je wordt ouder Papa", legt een relatie tussen vader en zoon. Ik heb dezelfde blikken als jij, maar toch komen we elkaar na de dood nooit meer tegen. De blikken, een oogopslag, een uiting kan

hetzelfde zijn als de vader. Echter als het gedrag overeenkomt is dit niet voortgekomen uit de genen. Dan is nurture belangrijk geworden. Met name de spiegelneuronen en de ervaringen tijdens de peuter- en kleutertijd bepalen of iemand vertrouwen in zich heeft of tot zich heeft genomen (ontwikkeling). De nadruk leg ik hier bij nurture. In dit geval is de zone van naastgelegen ontwikkeling belangrijk, want Vygotski benoemt de basis van gedrag en het leren ontstaat door de directe omgeving (locatie, ouders, school, gemeenschap, cultuur en maatschappij). Neurologisch zien we gelijkenis in de relatie met de onderzoeken van Vygotski. Vertrouwen zit niet in de genen, maar verwerf je zelf vanuit je directe omgeving en ontwikkeling. De gehechtheidstheorie opent vele nieuwe standpunten als het gaat om de interactie tussen het kind en de opvoeders. Ik benoem bewust het meervoud van opvoeder. Het is niet alleen de moeder die verantwoordelijk is voor de veilige gehechtheid, het is de interactie met gehechtheidfiguren in de nabije aanwezigheid van de peuter. Als de peuter ook nog in de peuterspeelzaal wordt begeleid krijgt het ook te maken met gehechtheidfiguren. Als er veel wisseling is in bezetting van de pedagogische medewerksters wordt het erg onveilig, waarbij de peuter verlies van vertrouwen gaat ontwikkelen. Thuis meestal vader en moeder en als je de jongste bent ook nog meerdere broers en zussen, daarnaast op de peuterspeelzaal toch belangrijke personen voor de ontwikkeling en dan wordt het ineens allemaal te veel. De veiligheid komt in gevaar. aan de andere kant kan het kind zijn eigen

zelfvertrouwen ontdekken, mits de veiligheid thuis niet in het geding staat.

De transactie analyse van Ian Steward leert ons te kijken naar hoe een ander op het kind reageert. Gebeurt het vanuit een kritisch oog, dan kan het kind zich alleen nog maar kunnen aanpassen. De introjecten worden rond het kind vrij rondgeslingerd en de peuter krijgt steeds een bevestiging van: ik kan het niet, ik ben dom, ik kan het nog niet, ik leer het nooit. Een nieuw patroon wordt gevormd en de mate van verweer geeft aan in hoeverre het kind werkt aan zijn of haar eigen vertrouwen. Uiteindelijk resulteert het verweer altijd in verlies en ondersteunt het de angst.

Zelfvertrouwen krijg je niet zomaar. Alles wat een kind onderneemt en doet werkt mee aan het verkrijgen van zelfvertrouwen. Je krijgt vertrouwen als je iets doet. Als een peuter erachter komt dat als het iets onderneemt iets oplevert, wil je als kind steeds vaker en meer ervaringen op doen. Het enige waar een peuter vertrouwen uit kan halen is zijn motoriek. Als de peuter leert lopen raakt iedereen enthousiast, terwijl de peuter nog aan het realiseren is wat er net gebeurt is. Door dit enthousiasme reageert de peuter als eerste op zijn omgeving, pas daarna realiseert het zich wat er gebeurt is. De peuter ontvangt een stroke van waardering. Zijn eigen strook volgt later, nadat hij realiseert wat zijn motoriek heeft gedaan. Zo ook de klim naar boven op de trap. Uit zijn doen ontvangt hij waardering, zowel van anderen als van zichzelf. Als hij iets onderneemt wat een

ander niet wil, krijgt hij afkeuring en afwijzing van hetgeen wat er gebeurt. Vaak door mishandeling (lichamelijk of geestelijk) ervaart de peuter dat het menens is. als een ouder zegt niet doen, dan kent de peuter nog niet de betekenis van niet doen. Pas als het met kracht wordt gezegd gebeurt er iets in het limbisch systeem dat een waarschuwing afgeeft en bij herhaling weet de peuter, dat de ander het niet wil. Echter de peuter begrijpt niet, waarom hij iets niet mag. Hier krijgt de peuter dus geen vertrouwen in. Het vertrouwen komt pas, als het begrip begrepen wordt, maar dan is hij al meestal voldoende gewaarschuwd en door geweld zal hij stoppen. Nu neemt zijn zelfvertrouwen juist weer af. alleen omdat de rede van afwijzing niet begrepen wordt. Vertrouwen ontwikkelt de peuter dus door enerzijds dingen te ondernemen en te ervaren dat het goed is wat hij doet. Niet alleen vanuit zijn omgeving een waardering ontvangt, maar ook zelf begrijpt wat er gebeurt is. Deze positieve context zorgt voor vertrouwen.

Ouders let maar eens op, hoe vaak je op een dag: neen zeg! Hoe vaak je optreedt? Je zult versteld staan van het aantal berispingen die je uitdeelt. Uit de Transactionele Analyse halen we het begrip kritisch ouder communicatie. Als een ouder kritisch is, zal het kind zelf niet ervaren wat de betekenis van zijn gedrag of handeling is. Er is dan geen ruimte meer om te leren mentaliseren. Pas als het ondersteunt wordt in de actie die hij doet, ervaart het kind of het kan of niet. Schreeuwen door met je handen van de kachel af te blijven heeft bij een peuter alleen maar tot gevolg, dat

het schrikt en dit de angst oproept. De peuter begrijpt niets van de verwarming. Als je als ouder rustig met je kind in de buurt van de kachel laat ervaren wat een kachel betekent, zal het vertrouwen krijgen in eigen handelen en begrijpen, dat het onverstandig is, met de handen de kachel aan te raken. De eigen conditionering van de ouders zorgen ervoor, dat het kind vaak bang wordt, zonder te begrijpen waarvan het bang is.

1.7 SAMENVATTING PEUTERTIJD

Onderstaande samenvatting is een hypothese. Er zijn nog meerdere hersengebieden actief in de peupertijd die een belangrijke functie hebben bij emotieregulatie en kennisleer.

De peuter leert dus door te assimileren en te accommoderen. De assimilatie betekent steeds doorgroeien naar een hoger plan. Van episodisch geheugen naar semantisch geheugen. Procedureel geheugen wordt geactiveerd als er een verbinding ontstaat tussen het gevoel (limbisch systeem) en het denken (cognitie). De worsteling vindt dan plaats, is het van me zelf of van de ander. Aangezien de ander erg sterk is (de reus) zal de dwerg snel overstag gaan en om nog bestaansrecht te mogen hebben komt de peuter (de dwerg) in het verdedigingsgebied, dat we verzet noemen. De omgeving bepaalt of het verzet veilig mag zijn, dan wel onveilig is. De reactie op het verzet betekent een strijd voeren. Een machtspositie van de reus zorgt ervoor, dat de dwerg zich terugtrekt of het

contact gaat vermijden. Met tot gevolg een schaamte gevoel omdat het zelf niet mag bestaan. De identiteit is ineens in gevaar (EGO). Heeft het genetisch materiaal een vechtmecanisme in zich, dan zal het kind blijven strijden. Vaak tot ergernis van de ouders of opvoeders, die vervolgens de strijd aangaan en als reus de dwerg dwingen zich in te houden. Dit betekent dat de dwerg zich niet kan en mag identificeren, zoals het zelf wil. De dwerg past zich aan. Doordat de relatie ineens onveilig is geworden, kunnen er dissociaties ontstaan bij de peuter. De dwerg bepaalt namelijk hoe het zich gaat hechten aan de figuren rond hem heen. De beleving kan zo intens zijn dat de reactie van het kind gedesorganiseerd wordt, wat weer gevolgen heeft voor de patroon ontwikkeling voor later. Het kind voelt zich niet veilig, is niet welkom en ontmoet alleen introjecten die ervoor zorgen, totaal gedissocieerd te raken. Deze acties worden opgeslagen in het lange termijn geheugen. Het gevoelsthema wordt opgeslagen in het korte termijn geheugen (de hippocampus). Zo blijft de conditionering in stand en het ego past zich aan.

Aangezien de peutertijd ook een groei doormaakt in het sensormotorische gedeelte van de hersenen gaat de peuter ervaren wat het is om te kruipen, te klimmen, te lopen en te fietsen. Ineens is de speeltuin een gebied om ervaring op te doen in dit gebied. Deze ontwikkeling is eigenlijk van zeer groot belang om activiteiten te gaan doen. De peuter zie je veel korte momenten een inspanning leveren. dat betekent, dat de concentratie nog steeds gericht is op het lichamelijke deel van de

ontwikkeling. Beheersing van het lichamelijke betekent vertrouwen krijgen in eigen evenwicht. Het trotse gevoel dat een peuter ervaart komt van de overwinningen die het doet. Het boze gevoel gaat over de dingen die net niet lukken. aangezien de peuter de hele dag door iets aan het doen is, krijgt het vertrouwen. De peuter zoekt voortdurend grenzen op om verder te komen, hoger te klimmen, harder te lopen en noem maar op. Iedere keer als het lukt groeit zijn vertrouwen in zichzelf. Als zijn directe omgeving (ouders) instemmen met zijn gang laten gaan, zelf te ervaren wat kan en wat niet kan, zal het kind vertrouwen winnen. Als de omgeving het afkeurt door steeds in te grijpen of de ontwikkeling tegen te houden (door bijvoorbeeld de introject te zeggen: dat kun je nu toch nog niet), verdwijnt het zelfvertrouwen en slaat om in angst. Want veel ouders reageren uit angst en de spiegelneuronen van de peuter nemen die angst over.

Het taalgebied is erg actief en klanken krijgen ineens een betekenis in woorden. De communicatie begint. Echter de betekenis van woorden heeft het kind nog niet. Het semantisch geheugen slaat alle woorden op die het tegenkomt door de vele herhalingen. Het woordje “nee” leert de peuter doordat er een emotie achter zit. Een peuter blijft doorgaan met datgene waar hij mee bezig is als de omgeving het afwijst. Neen, heeft dan nog geen betekenis. Het woordje “nee” krijgt ineens een betekenis vanwege de emotie van de ander die vrijkomt als er niet geluisterd wordt. Toch begrijpt de peuter in het begin nog steeds niet wat het woordje betekent. Pas als het

dagen lang herhaald wordt in straffende vorm bekritiseert wordt krijgt het woordje een betekenis. Het leuke van woordjes is, dat eigenlijk de volwassene ook niet weet waar het vandaan komt. We kennen woorden toe aan een kleur. Niemand weet waar de duiding vandaan komt. Groen is gewoon groen. Voor een peuter werkt het in het begin niet zo. Groen is niet gewoon groen. Groen is datgene wat het groen uitbeeld (bijvoorbeeld een plant). De peuter zal eerst het woordje plant leren en daar later de kleur groen bij noemen. Of alles wat groen is krijgt ineens dezelfde betekenis, gewoon groen. Geen verschil tussen gras, bomen, planten, kastdeur, e.d. Alles is ineens groen. Op deze wijze slaat het kind woorden op. Wij als volwassenen vergeten, dat het enige tijd duurt eer het duidelijk is bij de peuter. Als de ouder iets niet wilt, zal het kind het voortdurend op afwijzende manier horen, dat er iets niet mag. Begrijpen doet het kind niet. De emotie zorgt voor de aanpassing. Deze systemen worden opgeslagen in het episodische geheugen om later opgenomen te worden als er een betekenis bij komt in het semantische geheugen.

Nu ligt het zelfvertrouwen ten grondslag van de vrijheid en veiligheid waarin het kind op eigen tempo zijn ontwikkeling kan volgen. De peuter volgt zijn eigen ontwikkeling en dat is al een enorme inspanning. De peuter bepaalt ook of zijn omgeving te vertrouwen is. De peuter tast dat af, door grenzen te verkennen en te overschrijden. Je zult merken dat de peuter steeds anders kan reageren op anderen. De peuter heeft een

eigen onderzoeksruimte om veiligheid op te zoeken. De grens hangt af van de reacties van de ouder of oudere broer of zus. De verwarring slaat toe bij de peuter en verwarring zorgt juist voor een laag zelfvertrouwen. Iemand die twijfelt krijgt weinig zelfvertrouwen, want het is ineens afhankelijk van de ander.

De theorie van Erikson gaat ervan uit dat er een vast programma zit in de ontwikkeling van de psyche van mensen. Eerst ontwikkelt zich vertrouwen, dan wilskracht, dan moed, enzovoorts. Het gaat fase voor fase. De fase zijn onderling afhankelijk en zijn vastgelegd in de genen. Het is net zo'n soort programma als de manier waarop een foetus zich ontwikkelt. Voor een stabiele ontwikkeling kan er geen fase worden overgeslagen. In het mensenleven zijn er kritische perioden voor de ontwikkeling van bepaalde delen van de persoonlijkheid die later veel moeilijker moeilijk overgedaan kunnen worden, mocht dat nodig zijn.

“Voor een stabiele ontwikkeling kan er geen fase worden overgeslagen”. Dit is een zeer belangrijke uitspraak van Erik Erikson geweest, wat voortvloeit uit zijn benadering van het Ego. Hier zit de waarheid in verscholen in hoeverre de peuter het zelfvertrouwen gaat ontwikkelen. De peutertijd is een roerige tijd, waar ouders totaal geen grip op hebben. Ouders en andere opvoeders beredeneren alles vanuit het volwassen brein en willen dat hun kroost ook datgene krijgt waar de ouders voor staan. Er is bijna geen ruimte voor eigen ontwikkeling. De “moetjes” vliegen de peuters om de oren. Bijna alle

“moetjes” zijn voor peuters aanpassingen. Aanpassingen zorgen voor het verlies van zelfvertrouwen. De houding van de ouder is vaak een geïrriteerde als de peuter niet doet wat de ouder wil. Ook dan neemt de peuter afstand van het vertrouwen.

In de Transactionele Analyse wordt er niet voor niets gesproken vanuit een kritische benadering. Volwassenen die in een emotie schieten krijgen vaak het gevoel van hun peutertijd weer terug. Als een baas zegt met een harde stem en een uitdrukking van ik ben de baas: jij moet dat doen, dan komt dit vanuit een kritisch standpunt (moeten = een introject). Aan de andere kant zegt hij: JJ. In de transactie kun je dan alleen nog maar aanvallen of verdedigen. Het klinkt als een verwijt of als een attitude vanuit macht. Je kinddeel wordt geraakt en zal reageren zoals je altijd al hebt geleerd te reageren op kritiek. In de communicatie zit totaal geen volwassenheid en gelijkwaardigheid. Uit het geheugen komt de herinnering gelijk weer via de hippocampus tot uiting. Of je trekt je terug, of doet wat de ander wil, of reageert op een aanvallende wijze terug. Dat laatste zorgt voordat de communicatie met de baas een strijd wordt en dat zal de ondergeschikte altijd verliezen. Welke transactie er komt, het komt allemaal uit het aangepaste kind, dat dit als peuter gekozen heeft te gebruiken om zich te verdedigen. Een verzet, dat altijd zal blijven manifesteren. Een verzet afkomstig uit de periode van de peutertijd. Een verzet wat ten koste gaat van ons zelfvertrouwen.

Als je voldoende zelfvertrouwen hebt mogen ontwikkelen tijdens de peutertijd, ga je geen verzet gebruiken. Dus de emotie wordt gelijk gereguleerd in: oh, de baas wil iets geregeld krijgen en hij weet niet hoe hij dit het beste kan communiceren. Hij is een baas die zijn zin wil hebben en ik heb daar voor gekozen om bij hem te gaan werken. Als ik de interactie verandert wil hebben, zodat het effectiever wordt, dan heb ik iets te doen om de ander daarvan in kennis te stellen. Dat doen heeft dan te maken met het zelfvertrouwen. Je bent dus bezig met een meta organisatie van reflectie. Iets wat je ook kunt leren in de kleutertijd, echter waar de meeste ouders geen benul van hebben (mentaliseren). Je maakt dan in de transactie gebruik van een volwassen antwoord op de vraag van de baas: Wat wil je dat er gaat gebeuren en hoe wil je het hebben? Op dat moment is de baas geen bedreiging meer en kun je het autoritaire gezag pareren met een volwassen communicatie structuur (lan Steward- Transactionele Analyse).

Aangezien de meeste cliënten met een hulpvraag komen die te maken heeft met een lager zelfvertrouwen, kunnen we nu vaststellen, dat dit voortkomt uit de peutertijd.

Ik zie het volgende voorbeeld nog steeds na jaren op mijn netvlies komen: Ik sta te wachten op de bus en zie de bus in de verte aankomen. Ik zie gelijk een moeder met een wandelwagentje aankomen rennen. Haar dochter zit erin. De bus stopt en opent de deuren. Ik blijf nog even wachten tot de moeder is gearriveerd en in kan stappen. Op het moment dat ze nog lopende is, zegt ze

tegen haar dochter, dat ze op moet staan. Haar dochter doet dit en verliest haar laars. Iedereen struikelt en wankelt een beetje omdat moeder nog rennende is. Moeder raakt geïrriteerd en snauwt haar dochter toe: Jij altijd met je getreuzel. De dochter trekt een angstig gezicht. Ze pakt de laars op en sleurt de wagen en haar dochter de bus in. Vervolgens krijgt haar dochter in de bus ervan langs en zal een gevoel van schaamte hebben. Ze huilt. Ik loop naar de moeder toe en zeg tegen haar: hoe kan uw dochter nu de schuld krijgen als ze netjes in het wandelwagentje zit en U haar verteld in uw hardloop situatie te gaan staan? Ze doet het netjes wat haar opdragen wordt (ze kent haar moeder allang) en vervolgens verliest haar laars omdat de wagen nog niet stilstaat. Dat kaffert u uw dochter af, omdat ze haar laars verliest en trekt haar pijnlijk aan de arm mee de bus in. Uw dochter in paniek en ze krijgt alweer de schuld. Het werd even stil, een rood hoofd keek me aan. Haar dochter snikte nog steeds. Ik kreeg te horen, waar ik mij mee bemoeide. Ik gaf antwoord op die vraag door te zeggen: ik constateer dat u uw dochter mishandelt voor iets wat u zelf verkeerd doet. Het werd doodstil in de bus. Ik ging zitten vlak achter haar en gaf een knipoog naar haar dochter die gestopt was met huilen. Het bleef stil in de bus, omdat ik het gewaagt had er iets van te zeggen, want iedereen had het gezien. Schuld en schaamte wisselden elkaar af in een luttel moment en aan de hand van een voorbeeld dat je de hele dag door ervaren kunt in de metro. Ik denk dat het woordje mishandeling het kritische woord was, wat weer het kindeel van de moeder bereikte. Ze zal vroeger

gezwegen hebben in haar jeugd. Niemand had nu iets geleerd van een volwassen transactie, ook ik niet. Ik was namelijk de rebel en ik reageerde met het woordje mishandeling op een rebelse wijze. ik veroordeelde de moeder, zette haar voor schut, ik wees haar terecht. Precies het zelfde dat haar moeder deed met haar dochter.

1.8 LATENTIEFASE EN PUBERTEIT

Siegler komt in 1998 met een rapport, over dat het geheugen zich in een rap tempo verder ontwikkeld. Het werkgeheugen groeit enorm en kinderen ontwikkelen in de loop der jaren steeds meer geheugenstrategieën en maken hiervan steeds efficiënter gebruik. Oudere kinderen kunnen steeds effectiever en meer gebruikmaken van hun semantischgeheugen, immers hoe meer kennis des te gemakkelijker het wordt om de hieraan gerelateerde informatie te leren. Het metageheugen dient zich aan, waardoor we kennis hebben over het functioneren van ons eigen brein. dit is weer van groot belang om het geheugen nog verder te ontwikkelen (mentaliseren).

In de ontwikkeling van het werkgeheugen worden een aantal mechanismen genoemd. Een aantal tijdgerelateerde factoren dienen zich aan, namelijk verval en herhalingstijd. Als er iets in het geheugenspoor niet herhaald wordt, zal het van zelf vervallen. Een tijdpad is onderzocht en de conclusie is dat we 2 seconden iets kunnen vasthouden. (Gathercole, Pichering, Ambridge

en Wearing 2004). Alles wat binnen die tijd herhaald wordt krijgt een kans om tot het werkgeheugen toegelaten te worden en vandaar uit een verbinding kan maken naar het lange termijn geheugen. De snelheid waarin kinderen klanken of woorden kunnen herhalen is nagenoeg gelijk aan de capaciteit van het werkgeheugen. Als kinderen ouder worden kunnen ze klanken en woorden steeds sneller uitspreken en herhalen in het werkgeheugen, wat weer tot een verbetering van het functioneren van het werkgeheugen tot gevolg heeft. De capaciteit neemt toe als het kind ouder wordt. Volwassenen maken automatisch gebruik van geheugenstrategieën, zoals semantische clustering. Vrije reproductie neemt bij het ouder worden toe. Een zeventienjarige zal ongeveer 50% beter presteren dan een achtjarige. Hoe ouder ze worden des te meer maken ze gebruik van clustering. In de latentiefase wordt de basis gelegd van die clustering. Kinderen leren gemakkelijker met ezelsbruggetjes. Ze leren sneller aantallen waar te nemen en kunnen gemakkelijker verbanden leggen in de syntax van woorden. Het semantisch geheugen vult zich met al deze nieuwe vergaarde kennis die altijd aanwezig blijft, mits het ingezet wordt tijdens het leven. Een onderzoek van DeMarie, Miller, Ferron en Cunningham (2004) bij 5- 11-jarigen wordt geconcludeerd dat de hoeveelheid van informatie dat opgediept kan worden afhangt van de mate van strategieproductie en strategie effectiviteit. Hier doelt men op het leerpakket op de basisschool. Als het leerpakket zich richt op deze strategieën zal het kind daar levenslang profijt bij hebben. Pedagogen worden

nu gevraagd om het basis onderwijs meer te voorzien in het aanbieden van strategieën in plaats van losse componenten.

Een van de belangrijke neurale veranderingen in de kinderleeftijd is dat het grote aantal synapsen dat als gevolg van synaptogenese ontstaat, selectief zal verminderen tot een volwassen aantal. Als kinderen ouder worden maken ze steeds minder fouten bij de opslag van informatie. Voor een goed functionerend episodisch geheugen staat de flexibiliteit ten aanzien van de context centraal, omdat de reproductie van episodische kennis geassocieerd wordt met het geheugen voor de bron (source memory). Het bron geheugen ontwikkelt zich merkbaar vanaf 4 jaar. Op deze leeftijd zijn kinderen in staat om onderscheid te maken tussen gebeurtenissen waarbij ze zelf betrokken waren of die ze zich voorgesteld hadden. Dit bewijst wederom dat gerealiseerde zelfvertrouwen in de peupertijd de rest van het leven aanwezig zal zijn.

Rond de vijfde verjaardag volgt de voltooiingsfase. Tijdens deze fase gaat het kind verbanden leggen en begrijpen wat het zegt en wat de betekenis is. Het leert te lezen en kan een volgorde aanbrengen in grammatica. Gebieden die in de hersenen met taal- en spraak actief worden zitten verspreid in de schedel. De verbindingen worden tegelijk gelegd. Dit zijn miljoenen gebeurtenissen tegelijk. Sensormotorisch richt zich op het zien (visueel) en het horen (auditief). Tegelijk zoekt het de betekenis ervan in het geheugen op (opgeslagen

aan de hand van herinneringen). Het gebied van Wernicke en het gebied van Broca zorgen er weer voor dat het uitgesproken wordt. Er vindt dus erg veel semantiek plaats (verbindingen) in de hersenen. Bij een val kan er een gedeelte beschadigd worden en voor achterstand zorgen.

Groep 3 van het basisonderwijs begint al met rekenen en taalopdrachten om het verder te ontwikkelen. Een rustige tijd voor de ouders breekt nu vaak aan, mits ze in het voortraject (baby-peuter-kleuter) positieve bijdrage hebben geleverd aan de natuurlijke ontwikkeling van het kind en genoeg veiligheid hebben geboden. Aan de andere kant als ouders constateren dat het gedrag in deze latentieperiode van het kind storend is voor zichzelf en voor de omgeving is er geen man overboord. Door informatie in te winnen of op onderzoek uit te gaan, ontdek je vaak de angel of de prikkel die voor deze storing in gedrag zorgt. Als het ontdekt is (bijvoorbeeld bij een kindtherapeute), kunnen de ouders zich herstellen in hun opvoedingsbijdrage. Vaak is een aanpassing van het gedrag van de ouders al voldoende om het kind weer veiligheid te bieden, zodat het storende gedragsnormen niet weer hoeft te vertonen. Bij de meeste ouders is het grootste probleem het gedrag van je kind te gaan of laten onderzoeken en het te spiegelen naar jezelf als opvoeder. Zeker als jezelf alles buiten jezelf legt in de maatschappij, dan wordt het moeilijk gedrag van kinderen aan te passen. Met alle ellende op latere leeftijd in het verschiet (criminaliteit, verslaving, stoornissen). Als ouders zelf een laag

zelfvertrouwen hebben ontwikkeld, zal dit terug te vinden zijn bij de opvoeding van hun kinderen, waardoor patronen zich wederom gaan herhalen.

Casus:

Ans is een moeder van 2 kinderen. Haar man heeft een eigen bedrijf aan huis en Jeroen is de oudste zoon. Jeroen vertoont negatief aandachtsgedrag door zich te laten gelden met harde woorden, onbeschoft eten en terugtrekken op zijn kamer die hij vervolgens overhoop gooit. Ans ruimt daarna de rommel voor hem op, maar dat gaat altijd op een agressieve wijze en toon. Haar zoon wordt onbehandelbaar. Ze komt met hem in therapie. Ik heb vier sessies nodig gehad om te zien, dat haar zoon een pientere jongen is, die eigenlijk al een paar jaar op leeftijdgenootjes voorloopt. Hij is een gevoelige jongen. Zijn broertje is 2 jaar jonger en laat een heel gemakkelijk gedrag zien. Tijdens spel kom ik erachter dat de werkelijke natuur van het kind niet gericht is om iemand negatief te benaderen. Hij wil wel winnen maar niet ten koste van. Zijn empathisch vermogen is ontwikkeld en hij weet uit te leggen waarom hij het gedrag vertoont waar zijn moeder moeite mee heeft.

Na de vierde sessie nodig ik zijn vader en moeder voor een oudergesprek uit. Ik schets een aantal gedragingen die herkend worden door vader als gedragingen van moeder. Verder ontdek ik, dat haar tweede zoon meer aandacht heeft gekregen omdat hij gemakkelijker was en gehandicapt. Dat heeft ze Jeroen voortdurend tijdens

zijn peuter en kleutertijd ingeprent. De jongen past zich dus geheel aan de wens van zijn moeder aan. Op latere leeftijd ziet zijn moeder hem nog steeds niet. Zijn manier om onbeschoft te eten gebruikt hij om aandacht van zijn moeder te krijgen. Hij weet dan dat ze boos wordt, maar dat is beter dan geen aandacht. Als ze boos wordt (wat dus bijna iedere avond gebeurt), dan krijgt hij een excuus om na tafel gelijk naar zijn kamer te rennen. Hij hoeft dan niet verplicht met zijn boertje te gaan spelen. Toch is hij woedend, omdat hij het gevoel heeft dat hij er niet mag zijn en dan smijt hij met spullen in zijn kamer. Als zijn moeder dan nog bozer boven komt, heeft hij eindelijk de aandacht die hij van moeder krijgt. Alleen is het aandacht die hij op negatieve wijze oproept. Hij kopieert het gedrag van moeder en raakt haar steeds op een wijze, dat ze wel boos moet worden. Want een boze moeder heb ik liever dan geen moeder.

Toen Ans dit ten gehore kwam wist ze meteen waar het omging. Ze had altijd al zo'n vermoeden, maar hoe kan ze haar eigen gedrag nu aanpassen aan het uitdagende gedrag van haar zoon? Ik heb vervolgens haar tijdens een aantal sessies zover gekregen om naar haar jeugd te gaan kijken, hoe dat verlopen is. Ze ontdekte, dat haar vader nooit tijd voor haar had en dat zij tijdens het eten de kans zag een blik van hem te mogen ontvangen. Haar vader was erg dominant en werd altijd erg boos tijdens het eten. Zij verkoos liever voor een boze vader, omdat ze dan tenminste gezien werd of gehoord. Dus lokte ze hem voortdurend in de val. Alleen vader was erg dominant. Ze heeft er niets mee gewonnen, omdat haar

vader altijd de wedstrijd om aandacht had gewonnen. Uiteindelijk had ze de strijd opgegeven en ging ze het leven tegemoet als gefrustreerde vrouw. Nu herkende ze het gedrag van haar zoon in zichzelf terug en wist geen raad hoe ze hier mee om moest gaan.

Ik leerde haar door naar zichzelf op zoek te gaan, wat gewenst is als gedrag en wat niet. We maakten een ontdekkingsreis, dat er voor zorgde dat zij bij zichzelf oplossingen ging zoeken hoe ze nu met het gedrag van haar zoon om kon gaan. Ze besepte dat boos worden zorgde voor nog meer boosheid, dat resulteerde in ongewenst gedrag. Ze besepte dat er twee delen zijn: de boosheid van haar zoon en die van haar. Deze twee delen mogen elkaar niet meer kruisen. Aangezien zij het haar zoon had aangeleerd, besepte ze ook dat zij degene moest zijn er veranderingen in aan te brengen. Binnen twee maanden was er een compleet andere dynamiek te bespeuren tijdens het avondeten. Af en toe verviel ze in haar oude rolpatroon en dit resulteerde in ongewenst gedrag bij haar zoon. Een prima signaal om daar alert op te zijn en te blijven. Het misgaan is dus juist een stimulans om je eigen gedrag te veranderen (mits je dat zelf begrijpt). Zij ging op een andere wijze communiceren naar haar zoon toe en dat resulteerde in veel meer afstemming met elkaar en onder elkaar. Het werkte aan beide kanten ineens vriendschappelijker. Een jaar later heb ik de zoon nog bij mij gehad en hij vertelde me, dat hij het was die zijn moeder op andere gedachten had gebracht. Ik beloofde hem door te zeggen, dat dit ook het geval was. In eerste instantie

bereikte hij zijn moeder met negatief gedrag en dat is inmiddels door zijn verandering in attitude omgeslagen in positief gedrag. Zelfs de relatie met zijn broertje was een stuk beter geworden. Gelukkig is deze jongen tot dit besef gekomen voordat hij de puberteit in duikt. Het verloop zal geheel anders zijn geweest als hij op oudere leeftijd onbewust gecorrigeerd zou zijn geweest (zie hoofdstuk puberteit).

De latentiefase is dus een uitstekende periode om gemaakte fouten in de opvoeding bij te stellen en te corrigeren. Het enige wat daarvoor nodig is, is initiatief vanuit de ouder om te veranderen. Je kind volgt je verandering en kan zo om leren gaan met een nieuw gedrag. Doordat hij kan analyseren en verbanden leggen begrijpt hij het zelf ook nog. Alleen komt er een probleem te liggen in structuur aanbrengen in eigen mentaliserend vermogen. Dat kan pas op latere leeftijd vlak na de leeftijd van circa 16 jaar. De hersencellen die daarvoor nodig zijn ontwikkelen zich pas op die leeftijd en zijn nog niet aanwezig bij pubers.

De latentiefase is ook een uitstekende periode om rust te krijgen in ontwikkeling. Voornamelijk zit de verandering in de groei en in de capaciteit van het bewustzijn. Ineens is de schoolgaande kleuter het begin van een nieuwe identiteit aan het vormen. Het magische brein maakt plaats voor het latente brein. Hersengebieden die samenwerken tijdens het uitvoeren van een werkopdracht zijn: dorsolaterale prefrontale cortex, de parietale cortex en de ventrolaterale prefrontale cortex. De

prefrontale cortex bevindt zich in het voorhoofdsgedeelte van de hersenen. Dit gebied begint zich pas verder te ontwikkelen vanaf de zesde jaar tot aan het 25 ste levensjaar toe. Dat gaat gepaard in fasen. Het begint met afstemming van ons werkgeheugen door verbanden te gaan zien en te kunnen begrijpen wat iets inhoud. Dat kan pas als er een bestemming plaats heeft gevonden in het brein. Om een bestemming in de hersenen to activeren is het nodig dat iets begrepen wordt. Daarvoor het je taal nodig. Woorden krijgen een betekenis. Lezen wordt een begrip en rekenen zorgt voor analytische ontwikkelingen. Rijtjes uit je hoofd leren wordt ineens mogelijk, lettergrepen vereenvoudigen het leesgedrag. De hersenverbindingen richten zich op het begrijpen van iets. Een enorm gemis is nog het aanbrengen van structuur en het plannen van. Dus beseffen dat alles hangt aan inzet en begrip. Dat komt pas op gang na het zestiende levensjaar. Het beseffen wat de consequenties zijn van iets, betekent het aanbrengen van structuur en het kunnen plannen. Dat ontbreekt nog en dat inzicht zal nog even voor een puber op zich laten wachten, laat staan voor iemand van de basisschool. Ineens blijft het besef vanuit het hier en nu bestaan, echter het brokkelt steeds verder af. In deze periode van ontwikkeling leert de mens lange termijn denken in te zetten om doelen te behalen en te realiseren. als daarvoor het zelfvertrouwen op natuurlijke wijze in veiligheid tijdens de peutertijd is ontwikkelt, krijgt het gelijk aansluiting bij dit lange termijn denken dat pas na het 16e levensjaar wordt geactiveerd. Ineens is zelfvertrouwen weer een belangrijk groei instrument. De

aliertheid van de kleuter is nog niet echt uitontwikkelt. De amygdala die mede daarvoor zorg draagt krijgt pas een volwassen vorm en gebruik bij de leeftijd van 9 – 10 jaar. Dat betekent een enorme verandering in gevoel met name gericht op angst. Als het kind rond negen jaar ineens komt met enge mensen onder het bed of in de kast betekent dat de monsters uit de kleurtijd ineens levensecht zijn geworden. Het magische brein is vervangen door realistische beelden.

Tevens is dit de leeftijd waarin het kind beseft wat dood daadwerkelijk betekent. Ineens is er angst voor de dood. Als er tijdens deze twee jaar van volgroeiing (9 en 10) een geliefd huisdier komt te overlijden, dan kan het kind geheel overstuur zijn en het betrekken op het verlies van iemand die dierbaar is. Monsters in de kast zijn ineens echte mensen die kwaad willen doen geworden. Het besef tussen goed en kwaad krijgt een enorme explosie te verduren.

Casus:

Ik kreeg laatst een cliënt (man 46 jaar) in mijn praktijk, die bang was om zijn partner te bedriegen en te verliezen. Hij was de dans al meerdere keren net ontsprongen en realiseerde dat zijn gedrag problemen op ging brengen in zijn relatie. Aan de andere kant voelde hij druk op zijn keel vanwege het hebben van een relatie. Toen ik voer zijn jeugd begon vertelde hij me dat op tienjarige leeftijd zijn vader plotseling aan een hartinfarct was bezwaken. toen zijn moeder zijn vader in de kamer vond, moest hij naar boven. Hij werd

opgevangen door familie en mocht verder niet bij het afscheid nemen zijn en zelfs ook niet bij de begrafenis. Tot zijn 17e jaar zocht hij naar antwoorden over zijn plotselinge vertrek van zijn geliefde vader. Hij had meerdere partners maar wilde zich niet hechten aan die partners, want liefde betekent pijn en verdriet. iets wat hij moest afleveren van hemzelf. Eindelijk heeft hij op 45 jarige leeftijd de partner van zijn leven gevonden en die wil hij niet kwijt. Toch zoekt hij nog steeds naar een vorm van erkenning en hij verliest zichzelf compleet als een vrouw tegen hem zegt, dat zij hem leuk vindt. Dan zijn er ineens geen grenzen meer en gaat hij vreemd. Wat weer een schuldcomplex activeert naar zijn zo gewenste partner. Hij wil van dat gedrag af. De oorzaak ligt bij het verlies van zijn vader, maar niet dat een geliefde persoon kwam te overlijden, maar het spel erom heen. Hij mocht er niet bij zijn. Hij kreeg nooit antwoord op de vraag: waar is papa? Op het moment dat de amygdala volwassen omvang aan nam kreeg hij te maken met het verlies van een dierbare. Zijn held, zijn voorbeeld verdween, zonder afscheid. Met zijn moeder kon hij er niet over praten, het werd steeds afgedaan als niet belangrijk. Toch merkte hij het verdriet van zijn moeder die dagelijks aanwezig was. Kon dit niet plaatsen, mocht er niet over praten. Hij werd bang om mensen te verliezen. Vooral mensen van wie hij hield. Als hij maar genoeg van een vrouw hield, zorgde hij er wel voor dat zij hem niet leuk meer begon te vinden, zodat hij kon zeggen: zie je wel daar gaat weer een geliefde. Iedere keer werd hij daarin bevestigd. We noemen dit bindingsangst of verlatingsangst. Je kunt bijna zeggen,

dat verlies van een dierbare op tienjarige leeftijd door de volgroeiing van de amygdala extra aandacht nodig heeft om in het verdere leven te kunnen begrijpen dat alles los staat van elkaar en toch met elkaar verbonden is. Samen met zijn partner hebben we diverse sessies besteed aan deze problematiek. Hij had geluk met deze partner, die wilde wel investeren in een man die vocht om zichzelf te veranderen, ondanks dat het haar enorm pijn deed wat hij aanrichtte met zijn vreemdgaan. Uiteindelijk heeft hij de strijd met zichzelf een stuk aangenamer kunnen maken, wat weer een verbetering van de verhoudingen in de relatie opleverde.

Wat te doen met onverwachts verlies van een dierbare als je kind 8, 9 of tien jaar is? Behandel je kind niet als een klein kind, daar begint het mee. Laat je kind deelgenoot zijn van het verlies en de pijn die dat met zich mee brengt voor ieder lid van het gezin. door er vaak over te communiceren krijgt het een plaats en betekenis waarmee het kind zich in zijn ontwikkeling verder kan brengen. laat het kind bij de begrafenis aanwezig zijn. Forceer niets bij het kind, vraag het steeds om eigen mening te ventileren. Ook over het afscheid, wat liederen betreft laat uw kind meedenken en mee organiseren. Hoe meer hij betrokken raakt bij het afscheid des te beter kan hij het later relativieren. De pijn en de angst nemen wel de overhand, echter door aandacht kan dit verwerkt worden. Toch blijft de kans aanwezig dat het kind levenslang een probleem krijgt met de dood. Overigens raad ik het iedereen aan ongeacht de leeftijd je kind bij het verlies te betrekken.

Kinderen van onder de vijf jaar zitten nog in het animisme en kennen alles het leven toe. Ze begrijpen de intentie van doodgaan niet. Vaak de omgeving hoe je ermee omgaat geeft het verlies een betekenis. Dat voelen kinderen en dat zorgt vaak voor realisatie van een sterfte. Denk dus altijd aan het vermogen van je kind en behandel het adequaat zijn natuurlijke ontwikkelingsfase.

Angst ontwikkelen heeft nog een andere bijkomstigheid, namelijk het ontwikkelen van alertheid. Alertheid die pas in de puberteit ten volle aanwezig en groeiende is. Alertheid die je niet kunt missen in het leven, want het is belangrijk voor je eigen bescherming. Je kunt een kleuter uitleggen niet zomaar de straat over te steken, maar het beseft niet de rede daarvan wat die inhoudt. Wat een auto ongeluk voor pijn kan opleveren kan ze pas ervaren als ze het beleefd. Behoeden gaat niet, wel waarschuwen. Dat is het zelfde bij zwemmen en schaatsen. Een kleuter weet niet de consequenties van dun ijs. Dat leert het pas nadat het er doorheen gezakt is. Ze kan het nog niet inbeelden of overzien. Daar heb je dus ouders voor nodig die zorgdragen voor veiligheid en in de buurt aanwezig zijn om in te grijpen.

De pubertijd is wederom een nieuwe fase van veel ontwikkelingsprocessen tegelijk. Iets minder dynamisch als in de peutertijd, echter toch enorm veranderlijk. Vanaf circa 11 jaar zal het kind zich op meerdere gebieden veranderingen merken. Lichamelijk door vaak de start van een nieuwe groeispurt. De motoriek kan

ineens beter presteren als er intensiever geoefend wordt. De hersenen krijgen weer een ontwikkelingsfase die op veel gebieden effecten realiseren. De belangrijkste zijn de hormoonregulatie voor seksualiteit, de verdere groei in het limbisch systeem om socialisatie te rangschikken in vriend en vijand en de afhankelijkheid om te buigen in anti afhankelijkheid. Wederom begint er een fase van onthechting te komen, terwijl de puber ontdekt dat het zelf nog niet in staat is verder op eigen benen te kunnen leven. Vandaar uit gaat het zich weer opnieuw hechten aan de ouders of anderen. School vraagt veel van ze, terwijl ze er nog lang niet aan toe zijn. Het cognitieve heeft plaatsgemaakt voor het empathische of emotieregulerende systeem. De strijd tussen schaamte en schuld is weer begonnen en tijdens al deze ontwikkelingen is het nodig om grenzen te verleggen. Dit grenzen verleggen is nu gericht op het respect deel van de ontwikkeling. Hoe vind ik de balans tussen me zelf te mogen zijn en me te moeten aanpassen. Deze strijd wordt voortdurend gestreden.

Ouders zijn in deze periode vaak niet blij met wat hun puber onderneemt. Ouders begrijpen niets van deze ontwikkelingsfase, terwijl ze zelf maar al te goed weten, wat deze fase in hun jeugd teweeg heeft gebracht. Als een ouder zelf weinig ontwikkelingsfasen heeft doorlopen zie je vaak dat na hun veertigste de puberteit alsnog wordt ingehaald. Vaak zie je ouders vreemdgaan en weer puberaal gedrag vertonen. Meestal gebeurt dit bij ouders die tijdens hun puberteit weinig ruimte en begrip hebben gekregen van hun ontwikkeling toen ze

nog echt puber waren. De pubertijd is zo enorm belangrijk, dat er weer een tijd aanbreekt waarin de blauwdruk van het leven wordt vastgelegd. Naast de peutertijd is de puberteit het geraamte van het bouwwerk. Als het geraamte stabiel is en goed op zijn poten staat, kan het zelfs aardbevingen verdragen. Ouders wees alert, als je het in de peutertijd verkeerd gedaan hebt, doordat je kind een vervelend gedrag heeft ontwikkeld of een enorme faalangst, dan kun je het corrigeren tijdens de puberteit. Essentieel is dat je ze niet meer als kind behandelt, maar meer als gelijke. Geef ze verantwoording en laat ze de consequenties zelf ervaren. ook al stuit het tegen je borst om je kind te moeten zien lijden bij het verbreken van een liefde. Hun pijn kan nooit jou pijn betekenen. Er zijn maar weinig ouders die het inderdaad ontwikkelingsgericht zien. Neem niet weg, dat het verbreken van een liefde altijd rouwgevoelens met zich mee brengt. Het intens beleven van die gevoelens is eigenlijk de beste oplossing.

Alleen is ons schoolsysteem nog steeds niet gericht op de daadwerkelijk ontwikkelingsfasen van de puber. De overheid richt zich voornamelijk naar de prestaties van het schoolsysteem in het algemeen. We vragen van al die pubers iets, wat ze nog steeds in hun brein niet hebben ontwikkeld en wat overigens in strijd is met de natuurlijke ontwikkeling van de mens. Gelukkig komen er steeds meer boeken op de markt die de testresultaten van hersenonderzoek beschrijven van de periode 11-16 jaar tijd. Tijdens deze fase is er een limiet in de mate van zelfstandigheid. Juist de hersengebieden die belangrijk

zijn voor het maken van een goede planning (structuur) hebben nog niet de volwassenheid bereikt. De communicatie tussen de hersengebieden is nog niet optimaal.

Voor het maken van een goede planning of het aanbrengen van structuur betekent dat je cognitieve vermogens nodig hebt. Kennisvermogens die ons in staat stellen om toekomstige doelen te bereiken en intelligent gedrag uit te beelden. Goed plannen wordt voor een groot gedeelte gestuurd door de frontale cortex. Dit gedeelte van ons brein zit vooraan in de schedel en bestrijkt een derde van de gehele cortex. Binnen deze ruimte zit een belangrijk gebied dat we laterale frontale cortex noemen. Dit gebied is belangrijk voor het plannen van gedrag, het toepassen van regels en het volgen van instructies. tevens belangrijk voor het leren van nieuwe informatie. een ander deel van de frontale cortex is de mediale cortex. Deze is belangrijk bij het plannen van activiteiten en doelgerichte handelingen, maar ook actief bij emotionele beslissingen en sociale beslissingen.

Vanwege de locatie van de frontale cortex in het voorhoofd, is dit gebied erg gevoelig voor beschadiging door onder andere stoten, vallen. Een van de belangrijkste kenmerken van patiënten met schade aan de laterale frontale cortex is dat zij moeite hebben met het verwerken van sturing (of feedback) uit de omgeving. Als iemand kritiek heeft op een plan of actie die de puber bijvoorbeeld van plan is te ondernemen kunnen ze

afwijkend gedrag vertonen. Agressief worden, de kluts kwijt raken zijn vaak gedragingen voortkomend uit beschadiging in de laterale frontale cortex. Er wordt helaas weinig onderzoek gedaan naar de oorzaak van gedrag bij kinderen. Soms kunnen de kinderen er niets aan doen en de ouders doen hun best zich aan te passen, wat uiteindelijk veel frustraties teweeg zal brengen.

Hevige emoties hebben te maken met reacties in de amygdala. Een amandelkernachtige hersenconstructie in het limbisch systeem die zorgt voor de onder andere de emotieregulatie. In bepaalde fasen van de ontwikkeling is dit erg actief om verder te ontwikkelen. Het reageert dan vaak overgevoelig. Voor een puber zijn de eerste jaren belangrijk om met complexe emoties te leren omgaan. Daar hebben we als ouders rekening mee te houden. Als het goed is herkent iedere ouder deze fase van ontwikkeling uit de peutertijd, waar hetzelfde van toepassing was. Toen gericht op de identiteit en nu gericht op de socialisatie ervan.

De orbitofrontale cortex beslaat het onderste gedeelte van de frontale cortex, het gebied dat net achter je ogen ligt. Dit gebied van de hersenen heeft een bijzondere functie, want het maakt verbindingen met een andere hersengebieden die belangrijk zijn bij het maken van emotionele beslissingen. Een emotie richt zich namelijk niet alleen op het gevoel. Gevoelens van verdriet of boosheid ontstaan in de amygdala, nadat de hippocampus (korte termijn geheugen) zaken

waarneemt, waar een emotie bij betrokken is. Dat kan zijn de emotie van een ander of van jezelf. Binnen de hypothalamus worden vele binnenkomende emoties eerst gefilterd. De reacties krijgen gelijk een signaal in de cortex (lange termijn geheugen) op herkenning. De reactie komt dan ook vaak voort uit herkenning die het via herhalingen heeft opgeslagen. Het waarnemen gebeurt met de zintuigen die geven de signalen door aan de hippocampus en amygdala en tegelijk wordt er gekeken in bij de kamers van herkenning uit de cortex.

Zo is het gehele limbische systeem actief bij het ontvangen en geven van emoties. De orbitofrontale cortex heeft connecties met meerdere gebieden, onder andere het limbisch systeem en het somatosensorische cortex gebied wat staat voor het gevoel wat wij hebben in armen, benen, borst, buik. Daarnaast heeft het een verbinding met de reeds genoemde laterale cortex gebieden, waarin keuzes gemaakt wordt. De orbitofrontale cortex heeft dus een uniek systeem aan verbindingen voor het maken van emotionele beslissingen. Hier worden emotionele keuzes gemaakt. Keuzes tussen vluchten en vechten. Keuzes tussen verdriet en angst of boosheid. De reactie op een emotie van een ander komt vaak voort uit de samenwerking met dit hersengebied.

Dit gebied is gedurende de eerste jaren van de puberteit in ontwikkeling om wederom in de gehechtheid met anderen keuzes te maken waar en bij wie het veilig is. De gehechtheid zorgt ervoor dat de puber zich kan

identificeren als uniek mens in een omgeving waar iedereen anders is. Hier gaat het meestal in de opvoeding weer mis. Tijdens de peutertijd kan het zelfvertrouwen ontwikkeld zijn en als dat zo is, zal de puber zich kunnen handhaven tijdens het socialisatie proces en in de gehechtheidsfilosofie. Als er tijdens de peutertijd niet voldoende gewerkt is aan het zelfvertrouwen vanuit een veilige omgeving, zal de puber eerst een inhaalslag te maken hebben alvorens te kunnen beginnen met de verdere ontwikkeling in socialisatie. Ouders die hun puber nog net zo behandelen als voorgaande jaren zullen lik op stuk krijgen. De puber komt in verzet en gaat er weer voor zorgen om zijn eigen identiteit veilig te stellen. Dat doen ze dan vaak bij vrienden of vriendinnen. Ze delen daar hun gevoelens mee en krijgen de antwoorden vanuit die zelfde groep terug. De veiligheid daarbij is nog van belang.

In een grote stad in het midden van het land is Jeroen geboren. Tijdens zijn ontwikkeling als peuter werd hij vaak weggebracht bij een kinderopvang. Hij zag zijn ouders niet vaak, want als ze aanwezig waren, hadden ze nog geen tijd voor hem. Hij voelde zich niet belangrijk en kon niet werken aan zijn zelfvertrouwen. In zijn gehechtheid kreeg hij te maken met vele opvoeders. Het werd er onveilig voor hem en hij koos ervoor zich te schikken aan de omgeving omdat hij zich niet kon identificeren. Hij identificeerde zich eigenlijk met zijn omgeving. Een buurt waar veel hangjongeren waren. Al op jonge leeftijd wilde hij zich identificeren aan deze

groep. Hij voelde zich bij hen veilig, omdat hij gezien werd. De groep maakte veel misbruik van hem, door hem de vuile klusjes te laten doen. In iedere groep bevindt zich ergens wel een leiderstype die aanzet tot verzet. zo ook bij Jeroen. Jeroen werd geleerd hoe hij bejaarden kon beroven zonder betrapt te worden. Jeroen voelde zich groeien en gezien, want bij iedere buit scoorde hij een punt. Toen hij ouder werd en naar de middelbare school moest, was hij vaak aan het spijbelen om maar bij de groep te kunnen blijven. Echter de groep viel uiteen. Hij werd een van de ouderen nu en vele jongeren sloten zich aan. In zijn puberteit kon hij opnieuw werken aan zijn identiteit en hij wilde nu de leider van de groep worden. Daarvoor had hij vele voorbeelden gehad en begon hij die voorbeelden te herhalen, nu niet als sloofje, maar als leider. De groep accepteerde hem, omdat hij iemand werd. Zijn identiteit groeide. Hij socialiseerde zich in het criminele circuit en werd belangrijk. Naar school wilde hij niet meer en zijn ouders hadden nog steeds niets in de gaten wat er speelde. Doodeenvoudig omdat de ouders bezig waren met eigen profilering. De school zorgde voor de onrust. Hij mocht niet meer spijbelen en moest elke dag zijn huiswerk maken. Mooi niet dus. Hij was inmiddels een meester geworden in het zoeken van uitvluchten en zorgde ervoor dat zijn leidersrol steeds stabiel werd. Toen hij zestien werd was hij inmiddels bekend bij de politie. Zijn ouders strafte hem voortdurend en betrokken het proces van deze ontwikkeling nog steeds niet op hun zelf. Ze wilden eigenlijk niets meer met hem te maken hebben. Hij moest maar uit huis geplaatst worden. Hij

was leider van zijn groep en hij zorgde ervoor dat die groep het hem makkelijk maakte verder te leven zonder ouders. Hij had toch nooit affectie genoten en veiligheid ervaren bij zijn ouders en nu had hij het echt niet nodig. Hij bood veiligheid aan zijn groep, die hem als leider eerden.

Iedereen kan verzinnen hoe het verdere verloop is van het leven van Jeroen. Maar niemand heeft zich gebogen over de oorzaak van deze ontsporing. Want het werd wel gezien als ontsporing in de maatschappij. De maatschappij zorgt er weer voor dat hij steeds slimmer moet worden en steeds brutaler. Een moord is zonder moeite gepleegd, omdat de affectie en schuldgevoelens verbannen zijn uit zijn leven. Iets wat zijn ouders voor gezorgd hebben. De overheid treed graag op, die richt zich op de nazorg, terwijl in het begin van de ontwikkeling al zoveel zorgwekkende situaties waren ontstaan in relatie tot zijn ouders. Zijn ouders hebben altijd goed voor hun zelf gezorgd en keuzes gemaakt die hen een fijn leven konden bieden of niet. Dat maakt even niet uit. Ze hebben onveilig gehandeld tijdens de peutertijd en onveilig gehandeld tijdens de puberteit. En deze twee periodes zijn dus net de veroorzaker van blijvende zorg. Je kunt zeggen levenslang. Toevallig kon Jeroen zich opwaarderen tot leider. De meesten vallen buiten de boot en kunnen als drugsgebruiker, alcoholist of andere verslavingsproblemen geboekt staan. De socialisatie van Jeroen was al op jonge leeftijd begonnen. De hersengebieden hebben zich letterlijk aangepast aan de ervaringen vanuit zijn verleden. De

reacties vanuit emotie is vaak gericht gebleven op vechten en vluchten. slim omgaan met kansen en bedreigingen.

Pubers krijgen ook nog eens te maken met een nieuwe ervaring, namelijk verlangens naar intimiteit. Nieuwe ontwikkelingen die veel lichamelijke veranderingen tot gevolg hebben. Meisjes krijgen borstjes en worden ongesteld. Jongens krijgen vaker een erectie en natte dromen. Tegelijk zie je dit gebeuren bij hun leeftijdsgenootjes. Misschien is er al iemand verder in ontwikkeling of toch nog achter. Ze gaan zich realiseren dat er verschil zit tussen meisjes en jongens en meisjes - meisjes of jongens onderling. Het hele brein is werkelijk actief bij het proces van lichaamsveranderingen en tegelijk bij het proces van behoeftes. De spiegelneuronen richten zich nu meer op het onderscheid tussen leeftijdsgenootjes. Hormonaal gebeurt er veel in het lichaam en de hersenen hebben ook daarbij een belangrijke rol. Pubers ervaren zo veel veranderingen, dat een ouder daar vaak niet bij stil staat. Laat staan het pedagogisch klimaat in Nederland houdt daar nauwelijks rekening mee.

Wie kijkt er nu naar Spangaz iedere dag? Is dat de puber zelf of juist de ouder of grootouder die kijkt. Ik denk dat het een variatie is. Spangaz is al jaren populair op televisie en laat vaak de ontwikkelingsprocessen onder pubers in schoolomgeving beleven. Het richt zich voornamelijk op ontwikkelingsfasen van de oudere puber. Wat maakt nu dat ouders hiernaar kijken of

grootouders? Ze zien vaak de processen van ontwikkeling van pubers optimaal verlopen en onder de aandacht gebracht worden op een acceptabele wijze. Ik zelf kijk ook met plezier naar Spangaz. Je krijgt ieder jaar nieuwe ontwikkelingen van jongeren voorgeschoteld zoals wij dat als ouders graag zien. Ook al zijn de problemen aanwezig, ze worden op een acceptabele wijze uitgebeeld en correcties in gedrag tot gevolg. Neem nu de rol van Charlie. Zij is een puber met ouders die nauwelijks aandacht geven aan haar. Ze doet van alles om op te vallen, vaak via negatieve aandacht. Ze wordt zelfs uit huis geplaatst en merkt dat ze het in de nacht niet droog kan houden. Ze schaamt zich enorm, verlangt naar haar een attentie van haar ouders in intimiteit. Iets wat er niet komt. Ze worstelt voortdurend met gevoel van niet erkend te worden. Gevoel van afwijzing. Ze vind in de serie wel gehoor bij sommige jongeren en dat bekrachtigd het succes van socialisatieprocessen. De ouders geven haar onveiligheid in gehechtheid. Ze zoekt het bij haar leeftijdsgenoten en vind daar enige aansluiting. Iedere toeschouwer voelt met haar mee, ze lijdt enorm. Ouders zouden zich zo aanbieden als gastouder om haar verder te helpen. Maar niemand vraagt zich af wat ze nu echt nodig heeft. Gastouders zijn niet degene die het kunnen bieden, het gevoel van veiligheid ontstaan vanuit een onthechting en vanuit de puber volgens haar eigen regels aangepaste nieuwe gehechtheidsvormen. De show begint weer van vooraf aan. De puber bepaalt zelf de onthechting en opdat het ontdekt, dat ze nog niet geheel voldoet aan de zelfstandigheid van een volwassene,

probeert ze zich opnieuw te hechten aan haar omgeving. Als die omgeving (vaak ouders) onveilig voor haar is, zal ze zich afzetten en gaan verweren tegen alles wat de ouders met haar voor hebben. Denk aan Jeroen die allang bezig was een leidersrol te bemachtigen binnen de groep. Hij richtte zich daarop en had zijn ouders niet meer nodig.

Ik kreeg eens een telefoontje van een wanhopige moeder die haar dochter zogenaamd wilde beschermen tegen haar stiefvader. De dochter had namelijk geld gestolen uit de beurs van de stiefvader. De stiefvader wilde namelijk aangifte doen en haar laten straffen voor deze daad. De man was een wethouder en lid van een kerkelijke gemeente. De dominee wilde de stiefvader ondersteunen met de aangifte, nadat hij zich in eerste instantie had bemoeit om het meisje te bekeren en te laten voelen hoe slecht ze was. Ik nodigde de moeder en stiefvader uit voor een oudergesprek. Tot mijn verbazing had de stiefvader een dossier aangelegd over zijn stiefdochter. Of ik dat even wilde lezen en er voor wilde zorgen, dat ze vrijblijvend aangifte zou doen, alvorens hij het zou doen. Ik legde de stiefvader uit, dat ik niet aan deze voorstellen van hem ging werken. Toch kwam de dochter van zestien bij mij in therapie. Ik merkte al meteen, dat er weinig mis was met de intelligentie van dit meisje. Ze wist precies wat ze gedaan had en waarvoor. Ze had er geen moment spijt van. In de sessies daarna werd ik meegenomen in het leven van dit meisje.

Ze was acht jaar toen zij ineens met moeder mee moest gaan naar een andere woning. Samen met haar broer kwamen ze aan bij een boerderij. Haar vader woonde enige kilometers verder en daar konden ze altijd terecht. Haar ouders gingen scheiden, zonder de kinderen daarbij te informeren en te betrekken. Moeder had al enige tijd een andere relatie. Ze kwam in een gezin terecht die bestond uit een vader en nog 2 andere kinderen. Haar moeder was in verwachting van een nieuw kind dat wel van de stiefvader was. Ze paste zich aan. Haar broer kon dit niet en vertrok naar zijn eigen vader. Zij moest achterblijven. Ze leerde dat haar eigen moeder haar steeds vaker in de steek ging laten. Haar moeder was namelijk weer een nieuwe symbiotische verhouding aangegaan met haar nieuwe zusje. De stiefvader werd gekozen in de kerkenraad en kon als wethouder aan de slag. Want zo gaat dat bij kerkelijke gemeenten. Vriendjes helpen elkaar. De twee oudere kinderen van de stiefvader gehoorzaamden veel en lieten vaak afkeer voelen en zien aan dit nieuwe meisje in hun leven. De aandacht ging naar iedereen behalve dit meisje die net aan de puberteit is begonnen. Ze moest het alleen gaan doen en gelukkig kon ze het goed vinden met vrienden. Ze was nu zestien en had verking. Met deze jongen wilde ze verder. Ze had een gevoel van contante afwijzing en er werd nog steeds niet naar haar geluisterd. Ondanks dat haar moeder tijdens een oudergesprek alleen maar benoemde hoe goed ze voor haar dochter was. Ik merkte bij moeder een stoornis, waarbij de moeder zelf voortdurend bezig was alle aandacht naar zichzelf toe te trekken. Het meisje

was steeds vaker op bezoek bij vader geweest. Echter vader had ook een nieuwe relatie en deze vrouw wilde niet de dochter in huis opnemen. Ze werd weer afgewezen. De puberteit kon ze beleven tussen vrienden en vriendinnen. Ze was geen hoogvlieger op school, want ze kon zich niet concentreren. Steeds vaker kwam ze laat thuis en wilde geen discussie meer en verantwoording afleggen aan haar stiefvader en moeder. toen zij een beurs vond met zesduizend euro erin, kreeg ze de neiging om voor zichzelf te gaan zorgen. Ze ging met vriendinnen naar de stad en kocht kleren. Ze zorgde voor de benzine van de brommers van haar vrienden en zo verwierf ze aandacht van haar omgeving. Ze kocht deze aandacht en beloonde de vrienden voor hun vriendschap. Zij gunde zichzelf wat haar door haar ouders was afgenomen.

Ik heb de dochter zover gekregen, dat ze kon gaan samenwonen met haar vriend. Ze betaalde de schuld langzaam terug uit hetgeen ze verdiende. Schoonschip maken en afstand nemen van je ouders en stiefouders gaf haar ruimte en energie. Ze heeft nooit voldaan aan de wens van de dominee dat ze gestraft moest worden voor de diefstal. ze had nooit meer voldaan aan de wens van haar stiefvader om zichzelf aan te geven bij justitie. Ze heeft de verkeerde voorbeelden in het leven gehad en ze had dat voor zichzelf opgelost door het geld weg te nemen en voor zichzelf te gaan zorgen. Echter heeft ze van het geld niet kunne profiteren voor zichzelf, wel voor de vrienden. Deze vriendschap leverde haar toch weer een motivatie op om verder te leven.

Hieruit blijkt dat socialisatieprocessen in de puberteit enorm belangrijk zijn. Ons schoolsysteem past zich daar weinig aan. In Spangaz zien we verlangens zoals we dat allen zouden willen. Echter in de praktijk valt het vies tegen. Scholen zijn voor de prestaties en de overheid wil die prestaties omhoog brengen. Dus meer accent op het leefvermogen leggen dan op het belang van socialisatieproces. De overheid luistert net zoals de ouders van het meisje naar eigen wensen om de kwaliteit te vergroten. Vanuit volwassen oogpunt kan ik me daar iets bij voorstellen. Echter vanuit de ontwikkelingsmogelijkheden absoluut niet. Ik ben een voorstander van een schoolperiode, waarbij de socialisatie en het leven centraal wordt gesteld boven de prestaties. Welke ouder weet iets preventiefs te halen uit het leven? Bijna niemand, omdat alles georiënteerd is op de nazorg. Eerst fouten maken, dan pas ervan leren. Lekker straffen vinden de media fantastische berichten, want waar succes is, wil eigenlijk niemand naar kijken. Het leed doet nog steeds meer, dan het geluk. Denk maar aan de inzamelingsacties voor Afrika. Die bestaan al decennia lang en worden ingezet als de nood al lang is geweest. Terwijl iedereen weet wanneer de nood opkomt en hoe het eruit ziet. Dan hoor je niemand. Alleen bij de trieste beelden van stervende kinderen en vrouwen zijn wij ineens poeslief en maken geld over. Ook dit is een gevoel van socialisatie. Ineens beseffen we het leed van de ander en zijn bereid daarvoor iets te delen. Alleen geven we het niet aan de kinderen. Het zijn volwassenen die ermee om gaan. Wat gebeurt er na een ramp? Denk aan Haiti, waar ontzettend veel geld voor

opgehaald is. Meer dan de helft is nog steeds niet ingezet om het land jaren later weer op te bouwen.

Socialisatie is belangrijk voor het respectdeel van onszelf. We kunnen niet zonder elkaar leven, dat is onderzocht. In ons brein maken we steeds verbindingen met diverse hersengebieden die voor de emotieregulatie verantwoordelijk zijn. Die ons gevoel een betekenis geven. Het respect deel bestaat uit respect hebben voor jezelf en de ander. Het mensbeeld en wereldbeeld wordt in de puberteit gevormd. Gevoel is toch een gevoel en geen cognitie? De interactie tussen gevoel en cognitie ontstaat uit ons brein aan de hand van de ervaringen die wij als peuter hebben opgedaan. Tijdens de peutertijd richt de emotie zich op zichzelf en in de puberteit juist naar jezelf en de ander. Een nieuwe wijze van herhalingen en herinneringen vullen onze cortex. Naast wat wij moeten leren van school krijgen wij de kans om tot ongeveer zestien jaar het zelfbeeld te volmaken en ons wereldbeeld vorm te geven. Je kunt je voorstellen, dat zonder de ontwikkelde hersengebieden in de laterale frontale cortex (sturen en plannen/structuur) alle aandacht gaat naar socialisatie. Waarom dan geen onderwijs daarin? Nauwelijks besteden we de aandacht aan het leven, daar waar, tijdens de puberteit, alles om draait.

Een gezin meld zich aan voor hulpverlening aan hun dertien jarige zoon. Volgens de ouders keert hij zich steeds vaker tegen hun regels en leefwijze om zich aan te sluiten bij een groep jongeren. Het gezin volgde de

principes van een kerkelijke gemeente en waren al diverse keren aangesproken op het gedrag van hun zoon. Ze schaamden zich eigenlijk voor hun zoon naar de andere leden van hun kerkgemeenschap. Ze hebben in totaal vier kinderen. Drie meisjes en 1 jongen van dertien. Met de meisjes hadden ze enkele problemen, alhoewel de oudste nu een leeftijd had die zorgde voor eigen zelfstandigheid (zeventien jaar). Voor mij kwam een echte puber te zitten. Een leuk ventje die precies wist wat hij wilde. Hij wilde met zijn vrienden spelen en in ruil daarvoor ging hij toch naar de christelijk school? Hij was bezig te onderhandelen met zijn ouders en omgeving. Wat is daar mis mee. Mijn vader is toch ook ondernemer en doet niets anders?

Voor mij betekenen deze uitspraken van een dertien jarige jongen, dat er niets mis is met deze jongen. Hij weet wat van hem verwacht wordt en weet wat hij zelf wil. aan de ene kant geven zijn ouders hem dit voorbeeld, aan de andere kant schamen zijn ouders zich ten opzichte van de omgeving. Hij had met een groepje jongens afgesproken na school. Het groepje bestond uit vrienden van de regionale school die niet christelijk was. Dat trok hem aan, omdat deze jongens veel meer vrijheid hadden zich te ontwikkelen dan hij. Van hem werd nog steeds verwacht dat hij op zondag twee keer naar de kerk ging. Absurd noemde hij dat. Ik zit gewoon te slapen bij dat geouwehoer. Het slaat nergens op, wat daar verteld wordt. Wauw wat een autonoom standpunt is dat. maar ja in christelijke kringen is dit verboden. Autonomieit en natuurlijke ontwikkeling zijn woorden die

door de duivel worden meegegeven en zeker niet welkom zijn bij gelovigen. Uiteraard wel bij de dominee zelf, maar die heeft een streepje voor. Deze jongen was erg gesteld op zijn omgeving en bewust wat hij op dat moment in zijn leven wilde, namelijk werken aan zijn vriendenkring en leuke dingen ondernemen. Toevallig was hij verraden door een buurman toen hij stiekem met vrienden graffiti spoot op een bankje. De politie eiste van hem dat het hele bankje werd schoongemaakt. Zijn vrienden werden niet aangegeven als dader, echter hielpen hem wel bij het schoonmaken. “Kijk zo ontstaat er een band, snap je”, vertelde hij mij trots. Ja, je hebt gelijk, daar zijn vrienden voor.

Het probleem ligt niet zozeer bij deze puber. Je kunt als ouder trots zijn dat hij zich op deze wijze manifesteert en de puberteit beleefd. Hij ervaart wat het resultaat is van zijn gedrag en wil daar iets tegenover stellen. Hij had geen moeite met het schoonmaken, hij vond het zelfs leuk werk. Logisch toch, dat je iets schoonmaakt wat je vervuilt? Gelijk gaat hij in discussie met zijn vader en moeder over de zondagen. Hij wil 1 keer naar de kerk voor zijn ouders (van hem hoeft het niet) als hij in de middag mag spelen met zijn vrienden. Geheel zelf verzonnen stelde hij deze vraag en kreeg helaas als antwoord “neen”. Zijn ouders reageerden met: “wij hebben een belofte aan God gedaan, voor je te zorgen totdat je achttien jaar bent. Daar houden wij ons aan”. “Daarnaast ga je met zogenaamde vrienden om die eigenlijk niet deugen, dat willen we ook niet meer. Als je tot je achttiende doet wat wij willen, dan krijg je van ons

je zo gewenste motor om te crossen". Daar maakten ze een punt, want hij wilde al jaren zo graag crossen. Toch koos deze jongen voor zijn vrienden en niet voor de wens van zijn ouders. Hij ging in verzet. Van het één kwam het ander en iedere keer werd hij er aan herinnerd dat hij slecht bezig was. met als resultaat dat het woordje slecht voor hem daadwerkelijk inhoud moest krijgen. Want als ik slecht ben, dan zal je dat ook weten pa en ma. Hij zette woorden om in daden en belandde bij de verkeerde vriendengroep die lekker slecht bezig waren in de ogen van zijn ouders. Ik legde hem uit, dat hij nu in het verzet ging en dat hij dat altijd zou gaan verliezen, omdat hij te veel mensen in zijn omgeving had die meer zeggenschap hadden dan hem. Wat zo verstandig begon eindigde als weerstand. Zijn ouders kregen waar ze bang voor waren en schaamden zich kapot om uiteindelijk te ervaren, dat ze gefaald hadden naar de wetten van de kerk en de gemeenschap. Zijn ouders voelden zich enorm schuldig en schaamden zich en zonder het te zeggen werden de meiden meegetrokken met dit beeld. De meisjes schaamden zich zowel voor het resultaat van hun ouders en dat van hun broertje. De Kerkenraad zal het gezin uiteindelijk hebben vernederd om uit de gemeente gezet te worden. De jongen kan zich jaren later beseffen, dat hij altijd de schuld bij zich draagt van de ondergang van zijn familie. Want als zelfstandige ondernemer was vader ook afgeschreven. Hij hield geen klant meer over. Een heel gezin ontspoord en verliest alleen omdat ze een kerkelijke eis niet waar konden maken. Ze hielden te veel van hun zoon om hem te verstoten, waar veel

ouders voor kiezen die bij een kerkelijk instituut aangesloten zijn.

Dit voorbeeld beschrijft dat de socialisatiefase boven welke wet dan ook staat. geen geloof dat belangrijker is dan “je vrienden”.

Een ander voorbeeld wil ik graag benoemen. Een collega van mij zat overhoop met zijn dochter van veertien. Zij had erg veel verdriet, omdat ze steeds verstoten werd uit de vriendengroep. Ze was toch al jaren verbonden bij die groep. Haar vader en moeder moesten mee huilen met het leed wat haar dochter vertelde. Keer op keer werd de dochter afgewezen door de groep. Ze voelde zich enorm eenzaam en hilde op de schoot van haar ouders. Gelukkig had ze hen nog. In plaats van, dat ze leerde te mentaliseren over wat er nu eigenlijk speelde, zocht zij de warme en liefdevolle schoot van het gezin op. Haar wereldje werd daardoor steeds kleiner. De veiligheid ontdekte ze door ouders die met haar meevoelden. Op het eerste gezicht lijkt dit de droom te zijn van iedere ouder. Echter in de gehechtheidfase krijgt iedere puber te maken met het doorknippen van de navelstreng met moeder en vader. De puber moet van binnen uit gehecht raken met degene waar haar behoefte ligt. Zij was altijd een sociaal meisje en werd vroeger gezien door anderen. Ze verloor dit door de warmte te zoeken bij haar ouders, die het haar ten volle gaven. Haar ouders gingen de discussie niet aan om te onderzoeken wat er nu eigenlijk speelde binnen de groep meiden. Ouders kozen voor hun eigen

behoefte in deze, laat mijn meisje lekker bij me blijven, dat is wat ik wil.

Bij dit voorbeeld krijgen we te maken met het tegenovergestelde van het vorige voorbeeld dat ik gegeven heb. Hoe zal dit meisje nu staan tegenover haar eigen zelfbeeld? Ze kon zichzelf niet in de groep manifesteren. Ze vluchtte en ging niet het gevecht aan er bij te mogen horen. Als ze goed gekeken had was er veel jaloezie binnen de groep aanwezig. De groep meiden was juist erg jaloers op het empathisch vermogen van haar. Ze wist altijd voor iedereen te zorgen, want dat had ze geleerd tijdens haar hele leven. Anderen zijn belangrijk en daar moet voor gezorgd worden. Op het moment dat ze een zelfbeeld had te creëren sloot ze niet meer aan bij de ontwikkeling binnen de groep. Ze deelde namelijk haar verdriet met de meiden. Iets waar de meiden juist net afstand van hadden genomen tijdens hun ontwikkeling. De meiden hadden geen liefdevolle ouders en wilden zeker geen pijn en verdriet voelen. Ze namen afstand van deze pijn en verdriet gevoelens. Ze ankerden hun gevoel met een overlevingsmechanisme dat voor krachtigheid stond (in hun eigen beleving). Ze schaamden zich voor verdriet. Doordat dit meisje anders was opgevoed merkte ze dat ze langzaam aan verstoten werd uit de groep, zonder te begrijpen wat er gebeurde. Het huilen nam namelijk steeds vaker toe, omdat ze zich steeds vaker afgewezen voelde binnen de zo veilige groep. Onbewust voedde ze het verweer van de andere meisjes die een andere positie in zelfbeeld hadden ingenomen. Het meisje had goed bij de groep kunnen

blijven, als ze wist wat er speelde in de groep. Doordat zij geheel gericht was op een ander respectgedachte dan de anderen liepen hun intimiteiten steeds verder uit elkaar. Ze konden elkaar niet meer begrijpen. Er werd namelijk niet gesproken, maar beleefd. De kracht van de groep was zelf nu het doelwit geworden. De ouders van het meisje van veertien voelden de pijn en het verdriet en koesterden dit gevoel samen met haar. Vervelend dat ze je niet meer mogen, maar bij ons ben je van harte welkom. Het meisje koos nu haar weg bij haar ouders. Als haar ouders nu het besef hadden gehad om de cognitieve gedachte over het gevoel te benoemen, hadden ze het meisje nog lang kunnen helpen in het ontdekken wat respect eigenlijk inhoud. Zit het tegen in je leven, ga er voor en zoek het uit, in plaats van trek je terug en beleef je verdriet erover op een intense wijze. Hoe zal het meisje zich gaan voelen als ze later met haar partner in conflicten terecht komt? Het antwoord zal zeker zijn, dat ze zich terugtrekt in verdriet en terugtrekt naar haar ouders om dit verdriet te mogen delen. Ze gaat niet op onderzoek uit, wat er nu speelt tussen de partners. Ieder conflict wordt ineens erg intens en schrikt af. Terwijl je juist het meeste leert van de aanwezigheid van conflicten.

Puberteit betekent namelijk: voortdurend leven in conflicten. Zijn ze niet van jou, dan zijn ze wel van je omgeving. Hoe ga je om met conflicten is eigenlijk de grootste boodschap binnen de puberteit. Verzet zorgt voor afstand en vaak verkeerde beslissingen. Keuzes worden dan vaak onbewust genomen in plaats van dat

ze bewust een deel van je zijn. Met depressie tot gevolg. Vaak schort het ook nog eens aan je integriteit, want je leert je als puber te verzetten tegen alles en vooral jij raakt afhankelijk van het gevecht tussen schaamte en schuld (Emoties bij jongeren – Frans Schalkwijk 2011).

Conflicten zijn de basis van ons gedrag geworden. Als peuter ervaar je om te gaan met een conflict. Als je ouders iets anders willen dan jij leer je een mechanisme op te bouwen hoe je het beste daarmee om te kunt gaan. Ik ga zelfs verder dan Frans Schalkwijk die het terugvoert op schuld en schaamte ontwikkeling. Een conflict bepaalt zelfs hoe je verder gaat en of je schuld of schaamte gevoelens leert kennen. Tijdens de puberteit leer je afstand te nemen van wat een ander zegt. Je leert, dat ook jij zelf een mening kan vormen, echter eentje die vaak niet gehonoreerd wordt. Je wilt je anti afhankelijk opstellen en juist dan ontstaat er een conflict. Vanuit de ouder gezien gaat het als volgt: je kind gaat anders denken en doen. Je kind beweegt zich ineens in kringen die jij als ouder niet ziet zitten. Je kijkt met angst toe hoe je kind zich manifesteert tijdens de puberteit. Er worden voortdurend conflicten op je afgevuurd. Gelukkig ben jij de ouder en bepaal jij de grenzen, de normen en waarden. Je kind heeft maar te luisteren. Je kind is het conflict. Er is geen rust meer binnen het gezin. Er ontstaat geen zekerheid meer en het vertrouwen in elkaar is weg. Conflicten beheersen de dagelijkse orde. Hoe ga jij als ouder om met een conflict? Vergeet niet, dat je kind jouw voorbeeld kent. Het eerste wat je kind geleerd heeft is te voelen hoe jij je voelt bij een conflict.

Ineens willen ze dit gevoel van jou als ouder niet meer accepteren en gaan ze op zoek naar anderen die beter aansluiten. Het grootste conflict is dus gesmeed: afstand nemen van je ouders en op zoek naar vrienden bij wie jij wilt horen op dat moment.

Het brein van de puber heeft al aangetoond, dat het zich bezig houdt met de momenten in het hier en nu. Het brein kan nog niet plannen en structuur in gedachtes aanbrenen. Gevoelens maken enorme grote veranderingen in de acceptatie van het kind zelf. Als jij als ouder je zorgen maakt over de toekomst van je kind, zal dit niet aansluiten bij de beleving van je kind. De puber kan je niet begrijpen. aan de andere kant wil de puber het zo graag wel begrijpen. De loyaliteit is ineens de enige wens die je kind wil, omdat het een bepaalde veiligheid in zich verbergt. Als kind weet je als de beste hoe je ouders reageren en daar kun je op zinspelen of juist tegen in verweer gaan. Hoe gaan ouders om met conflicten is een bekend terrein bij de kinderen. Ze leren nu te manipuleren met gevoelens en ontdekken zo dat veranderingen vaak door hun zelf gegenereerd kunnen worden, wat weer zorgt voor een stukje eigen ontwikkeling en zelfrespect. Hoe harder ouders zich opstellen, des te harder worden de reacties van de pubers. Hoe zachter ouders zich opstellen, des te meer vrijheid ontdekt het kind en wordt het beloond in gedrag, ondanks dat dit negatief kan zijn. Beide aanpak is niet gewenst bij een puber. Een puber leeft namelijk in het hier en nu. Straffen vinden ze belachelijk en ze hebben gelijk ook. Straffen helpt een puber niet inzien in wie ze

zelf zijn en wat ze kunnen. Dat werkt averechts. Kijk maar naar de maatschappij, die bestaat alleen uit strafmaatregelen als je buiten een bepaald normen en waarden stelsel valt. Het onderwijs kan ook veel aandacht geven aan het bestaansrecht van conflicten. Conflicten beheersen het gehele leven, meer dan je lief is. Het zorgt voor die afhankelijkheid die de mens continue ondervindt. Gelukkig wel, want ons gehele brein is afgestemd op afhankelijkheid. Het gekke is dat iedereen onafhankelijk wil zijn. Conflicten hebben een overlevingsdrang vanuit die worsteling tussen het afhankelijk zijn en niet willen zijn. Voer om juist in de eerste jaren van de puberteit fundering te krijgen hoe je daarmee beter in het leven kunt staan. Hoe je eigenlijk meer grip op je eigen leven krijgt en daardoor meer zelfrespect verdient. Dit zelfrespect heb je nodig om het wereldbeeld in te vullen. Het respect naar de ander toe. De puber heeft dus te leren omgaan met de aanwezigheid van conflicten. Hij heeft ze te herkennen. Zijn gevoel zorgt er voortdurend voor, dat een conflict ergens op de loer ligt.

Ouders willen juist geen conflicten en doen er veel aan om deze te niet accepteren. Met andere woorden krijgt de puber de verkeerde tools aangereikt om het volwassen leven inhoud te gaan geven. Als ouder zorg je er voortdurend voor dat je een conflict hebt met je kind, al vanaf de peutertijd. De peuter ervaart al datgene wat het moet en wat het niet mag als conflict. Alleen leren we onze kinderen nooit hoe je kunt omgaan met conflicten. Ons onderwijs is een bron van conflicten en de

groepsleerkrachten leren de jongeren niet hoe ze ermee om moeten gaan. De puberteit is eigenlijk de tijd van de volgroeïing van een conflict. En ook daar leren we onze jongeren niet te reflecteren op de aanwezigheid van conflicten, terwijl het gevoel voortdurend in spagaat zit tijdens een conflict.

Nu is opvoeding ook een ontwikkeling. Alleen richt opvoeding zich bijna altijd op de volwassene, de ouder, die vanuit eigen perceptie denkt en handelt. Een ouder dat afhankelijk is van eigen ontwikkeling vanuit de opvoeding die het zelf genoten heeft. Dikke patronen zorgen vaak voor herhalingen. Als we nu de perceptie van opvoeding kunnen wijzigingen in kind gerichtheid zal het een verregaande verandering van ons mens zijn in het vizier hebben. Nu is alles gebaseerd op conflicten. als een conflict nu de kracht is van iets nieuws of van creatie, dan krijgen we ineens veel meer mogelijkheden die verder reiken dan de emoties bij een conflict. Ik werk dit uit in het artikel over de alchemie van geraakt worden.

Het zelfde gebeurt eigenlijk ook met de communicatie die plaats vind tussen ouder en puber. Als we de kritische ouder positie kunnen wijzigen in ontwikkelingsgerichte ouder positie zullen wij allen minder leed ervaren tijdens deze spannende periode.

In de hormoon huishouding verlangt de puber ook ineens naar het verkennen van het eigen lichaam. Normaal gesproken ontdekt de puber eigen fijne plekjes van het lichaam en zal bewuster gaan strelen, omdat

genot de beloning is. Masturbatie krijgt ineens een belangrijke functie in de verdere ontwikkeling van het kind. Een ontwikkeling die bijdraagt aan het seksueel rijp worden. Het is een misdaad tegen de mensheid dat bepaalde bevolkingsgroepen in bepaalde culturen hun dochter ineens op veertienjarige of zelfs twaalfjarige leeftijd als volwassene beschouwen en waar huwelijk en seks samen hand in hand gaan voor een vaak veel oudere man. Veel meisjes worden uitgehuwelijkt en eigenlijk misbruikt. Niet alleen bij bepaalde culturen komt dit voor, zelfs ook bij onze jeugd komt het voor, alleen dan in andere vormen. Als een meisje van veertien jaar verkering krijgt met een jongen die meer dan 3 jaar ouder is ontstaat hetzelfde effect: er is geen gelijkwaardigheid in de relatie en zeker niet in de seksualiteit. Een belangrijke fase van experiment wordt overgeslagen, omdat een ouder man of jongen een geheel andere gedachte en ervaring heeft bij een seksuele behoefte dan het meisje latent ervaart. Veel meisjes zeggen wel dat ze er rijp voor zijn, echter de meeste meisjes weten niet eens wat de gevoelige plekjes van hun lichaam zijn. Ze weten niet eens wat ze graag willen beleven. Ze doen wat de jongen of man voorstelt en gaan mee in het spel. De beleving is dus vaak anders. een jongen van 17 jaar of ouder ervaart seksualiteit totaal anders dan een meisje van veertien jaar. aan de ene kant reageren de hormonen en aan de andere kant reageert het lichaam op seksuele reacties. Hier gaat meestal een periode over heen om beide gelijkwaardig te laten genieten van het spel. Vaak willen de meisjes als ze volwassen zijn niet meer vrijen op de

wijze als in de tiener jaren. Ze geven eerder hun grenzen aan en de lust gevoelens hebben vaak plaats gemaakt voor het niet meer willen voldoen aan de machtsstrijd die er is tussen man en vrouw tijdens de geslachtsdaad. Veel voorkomend bij ouders die niet beiden kunnen genieten van elkaars intimiteiten, is de afstand die tussen hen ontstaat in de machtsstrijd die gevoerd wordt. Vaak is de vrouw degene die de toon aangeeft of aangeeft wanneer ze gereed is om bemind te worden. De man wacht af, wanneer het sein op groen komt te staan en soms kan dit erg lang duren. Voor de man is dit erg frustrerend omdat het overkomt als afwijzing. De man heeft namelijk meer behoefte aan het klaarkomen, dan de vrouw vaak heeft. De meeste relaties lopen stuk op het gebrek aan seksuele verlangens naar elkaar. Dit wordt al aangeleerd tijdens de puberteit. De afweer ervaart iemand nog niet, echter leert het ervaren, omdat het juist de man is die dan vaak vanuit macht de lust opwekt. Aan de andere kant is er groot verschil tussen de beleving van seks tussen jongens en meisjes.

Als seks beschouwt wordt als frustratie komt het vaak voor uit een vorm van afwijzing. Masturberende jongens passen dit genot veelvuldig toe als ze zijn afgewezen of erg onzeker zijn. Het is een frustratie. Ze willen klaar komen omdat dit het gevoel even uit hun frustratie kan halen. En een gevoel van afwijzing is bij velen aanwezig, omdat een puber vaak afgewezen wordt in wie hij is. In de puberteit ontstaat ook vaak de behoefte aan het lief hebben van iemand van dezelfde sekse. Inmiddels is er bekend dat dit ook in de hersenen al is vastgelegd, wat

men is. Hetero of homo betekent vaak andere samenstellingen in de hersenen. Geen ziekte, zoals de paus van het katholieke geloof dit graag ziet. Gewoon een hersenconstructie die heel normaal is en waarvan enkele verbindingen anders geleid worden. Vanaf het begin van de mensheid kennen we al het verschil tussen hetero en homo. Een andere samenstelling van hormoonaanmaak resulteert in een andere behoefte samenstelling. Het erge is dat moslims dit vaak ook afwijzen en zien als iets wat vernietigd moet worden. Ze vergeten, dat onder hen, net zoveel mannen leven die van andere mannen houden, dan bij christenen of altruïst. Met andere woorden zij gebruiken het weer als machtsinstrument.

1.9 SAMENVATTING ADOLESCENTIE EN JONG VOLWASSENEN

Dit is een zeer belangrijke fase in de theorie van Erikson. De ontwikkeling van ego-identiteit vindt niet alleen in deze fase plaats, maar het bereikt hier wel een hoogtepunt in intensiteit. De voorgaande fasen komen nu samen. Het **vertrouwen** dat geleerd is in de zuigelingperiode vormt nu de basis van **trouw**. Jonge mensen moeten nu anderen leren te vertrouwen, evenals hun eigen ideeën en toekomstbeelden. De andere ego-krachten worden ook aangesproken: **wilskracht, doelgerichtheid en competentie** evolueren zich tot **toewijding**. Dit gaat niet zonder slag of stoot. Identiteitsverwarring op veler gebied slaat toe in de vorm van identiteitscrisisen om te worden verhelderd waarna

er weer nieuwe verwarringen ontstaan. Er moeten vaak vele horden worden genomen. Onzekerheid en zekerheid wisselen elkaar af. Fanatisme en verloochening maken om beurten plaats voor toewijding en trouw. Beide kanten moeten worden ervaren om te komen tot stabiliteit. Toewijding en trouw zijn uiteindelijk de belangrijkste ingrediënten van een stabiele persoonlijkheid; de hoofdprijs van deze fase.

Zoals de lagerschoolleeftijd de genitale-latentieperiode wordt genoemd, zo noemt Erikson de adolescentie de sociale latentieperiode. Terwijl men allerlei nieuwe manieren van *omgaan met* uitprobeert verwacht men geen sociale verplichtingen van deze groep. Ze hoeven nog geen beroep uit te oefenen. Het is een zoektocht naar de eigen plaats in het establishment op het gebied van geloof, beroep en relaties waarvoor de samenleving ruimte geeft.

Door de periode heen leert men zichzelf kennen. Soms als overwinnaar of held, maar soms ook als verliezer of iets er tussen in. Problemen in de ontwikkeling in de adolescentie kunnen zich voordoen als men niet of onvoldoende in staat is om alle zelfbeelden die men opdoet op een of andere manier samen te brengen (*te assimileren*) in zichzelf. Door alle ervaringen leert men te reflecteren wat hopelijk leidt tot een genuanceerd zelfbeeld.

Voorbeelden van ongenueanceerdheid op dit gebied zijn:

- Gebrek aan zelfvertrouwen: verlegenheid en geremdheid zich te uiten
- Gebrek aan zelfrelativatie: uitdagend gedrag: Vasthouden aan extreme opvattingen en geloof.

Stijfkoppigheid en rolafwijzing zijn onmisbaar voor de eigen ontwikkeling. Iedere adolescent speelt hier in meer of mindere mate mee. Daarbij zorgen stijfkoppen ook voor de nodige vernieuwing in de maatschappij. Stijfkoppigheid, hoe vermoeiend ook, is niet altijd slecht!

1.9 JONG VOLWASSENE

De fase die hier op volgt is die van de Jongvolwassene. Hier gaat men relaties aan die hen instaat stelt **intimiteit** te delen zonder de ander te domineren of gedomineerd te worden. Het geslachtsleven was voorheen vooral gericht op zelfbevrediging. Door het ervaren van vertrouwen wordt dit **samen** gedeeld. Vertrouwen is essentieel voor het centrale thema van deze fase: **Liefde**.

De uitdaging ligt tussen:

1. intimiteit
2. isolatie

Het positieve resultaat is Liefde en de mogelijkheid dit te uiten.

Met behulp van het begrip identiteit kunnen we de adolescentieperiode met al haar veranderingen en onzekerheden als een periode van identiteitscrisis typeren. Het woord crisis duidt op een onzekere, conflictueuze en emotioneel hevig beleefde toestand. Erikson noemt de *identiteitscrisis* van de adolescentieperiode een normatieve of ontwikkelingscrisis. Dat wil zeggen, dat het doormaken van een identiteitscrisis een voorwaarde vormt voor een optimale persoonlijkheidsontwikkeling. Een identiteitscrisis is, als elke crisis, een aanvankelijk negatief beleefde emotionele ervaring, maar een

onvermijdelijke hindernis om tot een verdere ontplooiing te komen – als de rijstebrijberg aan de grenzen van luilekkerland. Anders geformuleerd: het is een normale periode van toegenomen conflicten, welke zich niet alleen kenmerkt door een schijnbare wisseling in egosterkte, maar tevens door ruime mogelijkheden voor groei. Dit in tegenstelling tot neurotische en psychotische crises, die zichzelf in stand houden terwijl de energie aan afweermechanismen wordt verspild en die gepaard gaan met sociale isolatie. De normatieve crisis is van voorbijgaande aard en kenmerkt zich door een overvloed aan beschikbare energie. Deze activeert enerzijds latente angsten en veroorzaakt nieuwe conflicten, maar kan anderzijds worden aangewend voor het zoeken van nieuwe oplossingen, vaak via een speels experimenteren met nieuwe ervaringen. Een crisis is niet zoiets als een onafwendbare ramp, maar moet gezien worden als een noodzakelijk keerpunt, een cruciaal moment waarop de ontwikkeling op een of andere wijze voort moet gaan en mogelijkheden tot groei, herstel en verder differentiatie gemobiliseerd worden.

Voorbeelden van zo'n problematische ontwikkelingen tijdens de adolescentie kunnen zijn:

1. *Foreclosure*: het vroegtijdig afsluiten van het experimenteerproces, waardoor allerlei ontplooiingsmogelijkheden niet worden verkend. Men probeert niet zelf wat het beste overeenkomt met de eigen wensen en mogelijkheden, maar conformeert zich aan de verwachtingen uit de omgeving. Hierdoor kan later de eigen identiteit weer in het gedrang komen; de ware identiteitscrisis breekt door, op een veel moeilijker moment.
2. *Identity Confusion*: een blijvende identiteitsverwarring, waardoor men maar bezig blijft met experimenteren en geen keuzes durft te maken of lessen weet te trekken uit het vroegere geëxperimenteer. Men blijft gepreoccupeerd met zichzelf en slaagt er dan ook niet in een echte relatie aan te gaan met andere mensen.
3. *Synthetic Identity*: men gaat zich krampachtig conformeren aan een gesloten systeem en zich zo een kunstmatige identiteit aanmeten. Ook hier vermijdt men uit te zoeken of de gekozen identiteit overeenkomt met de eigen diepere wensen en vaardigheden. Men gaat zich vaak onverdraagzaam opstellen tegenover andersluidende opvatting, om zichzelf te kunnen beschermen tegen mogelijke twijfel omtrent de ingeslagen weg.

4. *Negative Identity*: het ontwikkelen van een negatieve identiteit, mogelijk als verzet tegen een sterke autoriteit (waarschijnlijk binnen de gezinssituatie). Men gaat zich identificeren met de rollen en gedragsvormen die in het verleden steeds als ongewenst en gevaarlijk werden voorgesteld

bron: de acht stadia van Erik Erikson - The Life Cycle Completed (1987)

Gehechtheid

Wederom een belangrijke periode voor hernieuwing van de gehechtheid is de puberteit. Met name in de periode van 11 tot 17 jaar is vrijheid tot exploratie en socialisatie voor de puber belangrijk. Vrienden krijgen een andere indeling in het sociaal systeem van jongeren en ouders zijn mensen om je zorgen over te maken. Ze blokkeren constant je groeiproces en ontwikkeling. Je vrijheid en anti-afhankelijkheid worden niet gedeeld met je ouders. Een nieuwe verzetsstrijd lanceert zich en dat betekent, dat de puber zich opnieuw gaat hechten aan de afhankelijkheid met ouders. Als een puber zelf in staat was om het leven te leiden, zoals ze zelf willen, dan kregen we te maken met een vroegtijdige volwassenheid, waarbij verantwoording en consequenties ineens de boventoon voeren. Het gekke is, dat in grote delen van onze wereld een kind van boven de twaalf jaar al gezien wordt en behandeld wordt als volwassene. In Zuid Amerika gaan kinderen zelfstandig de straat op en slenteren zo verder, dag en

nacht zijn ze aangewezen op zichzelf. Veel jogneren worden door ouderen uitgebuit en belanden vaak in het crimineelcircuit. Dit circuit komt weer voort uit pubers die inmiddels een positie hebben verkregen door dit te verdienen met criminele activiteiten. Het ene houdt het andere in stand en patronen doen de rest. In afrika worden meisjes besneden zodra ze gaan menstrueren. Een ritueel, waar bij het meisje veel angst en pijn te verdragen krijgt en zich moet onderwerpen aan de macht van de man. Bij moslims hebben meisjes niet veel te vertellen en worden weer vaak op vroege jonge leeftijd uitgehuwelijkt. Als lustobject voor een vaak oudere man mogen ze verder het leven ontmoeten. Ze krijgen en verdienen geen respect. Het gebruik van Burka's is ook een bewijs van respectloosheid als het wordt toegepast in landen waar het niet gebruikelijk is.

De puberteit en adolescentie periode gaat dus gepaard met het verkrijgen van respect en het geven van respect. Een voortdurend wisselende activiteit. Het verkrijgen van veiligheid van ouders om zich als gelijkwaardige te leren groeien naar volwassenheid is de uitdaging. De veiligheid daarbij bepaald wederom of een jongere zich kan ontwikkelen of niet. In deze periode is er vaak sprake van herhaalde aanpak van de ouders, zoals in de peutertijd. Ouders redeneren vanuit zichzelf en kunnen de belevissen van hun kind niet onder ogen zien. Onveiligheid betekent ook hier een groei in dissociatie. De grootste zorg in onze samenleving op dit moment is dat er veel jongeren onveilig gehecht geraakt zijn aan hun directe omgeving. De hunkering naar anti

afhankelijkheid zorgt juist weer voor een extra afhankelijkheid of een niet leefbare onafhankelijkheid. Persoonlijkheidsstoornissen krijgen tijdens deze periode weer voldoende ruimte zich te ontwikkelen. De manifestatie ervan gebeurt vaak vroeg in de jong volwassen periode.

Respect heb je te verdienen. Respect kun je niet afdwingen. Dit zijn vaak belevenissen van ouders die niets van de ontwikkeling van hun kind begrepen hebben. Respect krijg je of niet. Respect biedt je of niet. In deze fase van ontwikkeling leert de puber of het veilig is om hun kwetsbaarheid te tonen en integriteit te omarmen. Congruent zijn in gedrag en gevoel is de grootste uitdaging, echter wordt vaak ook door de omgeving afgestraft.

Respect

Respect betekent *aanzien, eerbied of waardering*, die men heeft voor (of ontvangt van) iemand vanwege zijn kwaliteiten, prestaties of vaardigheden. Het woord betekent oorspronkelijk *omzien naar*, en vandaar *rekening houden met*. Hier laten de meeste ouders de meeste steekjes vallen. Puberteit is een periode om grenzen te gaan verleggen, om te exploreren in socialisatie. De middelbare school legt de nadruk op prestatiegerichtheid. Veel leervakken en weinig relativering. Strengere regels of juist veel vrijheid. Als een puber Als een puber hormonaal een verandering ondergaat betekent dit ook een lichamelijke verandering. Twee enorme ontwikkelingen die jaren in beslag nemen.

Als jongeren kunnen experimenteren in vrijheid, betekent dit, dat de periodes van ontwikkeling wederom elkaar opvolgen. Omdat de puberteit juist een periode is van exploratie maakt het de jongere ook angstig. De jongere wil eigenlijk graag de band met de ouders versterken om door dit proces van exploratie te komen. Maar er is respect nodig van de ouders voor het groeiproces waarin de jongere verkeerd. Krijgt het voortdurend afwijzing over het gedrag wat de puber toont, dan zal het steeds vaker in verzet gaan om zo snel mogelijk zelfstandig te willen zijn. In dat geval zullen de jongeren zich ook respectloos opstellen naar anderen, want hun voorbeeld (meestal ouders, leraren, maatschappij) laat hun ook in de steek. Respect voor een ander opbrengen gaat samen met het respect verwerven voor jezelf. Een zelfbeeld creëren over jezelf in de chaos van het leven. De motor voor deze fase ligt dan ook weer verscholen in de peutertijd. Heb je voldoende zelfvertrouwen ontwikkeld, dan zul je het zelfrespect ook voeding kunnen geven. Je vertrouwt jezelf en gunt jezelf respectvol met medemens en wereld om te gaan. Je kunt reflecteren en mentaliseren. Dat heb je geleerd en deze strategie in het geheugen zorgt weer voor een expansie van het geheugen dat zorgt voor structuur, vertrouwen, moed. Het een kan niet zonder het ander. Vandaar dat zelfwaardering gezien wordt als de som van het zelfvertrouwen en het zelfrespect (Nathaniel Brandon - Serf Esteem) . Om respect te krijgen heb je zelfvertrouwen nodig. Om zelfvertrouwen te winnen heb je respect nodig. Respect om te groeien zoals jij dat wilt en niet zoals de filosofie van nurture oplegt of zoals

Piaget het pedagogisch klimaat een stimulans heeft gegeven. Hier komt ook nature om de hoek kijken. Welke tools heb ik gekregen en hoe wordt daarmee omgegaan. In dit geval verwijs ik weer even naar de filosofie van Lev Vygotski. De omgeving heeft een belangrijke rol in het verwerven van zelfvertrouwen en zelfrespect.

HOOFDSTUK 3 SAMENVATTING

Zelfwaardering is geen los begrip. Je kunt over zelfwaardering praten om aan te geven in welke mate jij scoort op het waarden van jezelf. De formule voor zelfwaardering is een stuk moeilijker en bestaat uit een aantal componenten die vervolgens weer uit subcomponenten bestaat.

$$W = \Sigma V + R$$

Geweldig, echter het nog nog niet compleet.

$$ZW = \Sigma V (KV + ZV) + R (I+ZR)$$

Zelfvertrouwen krijg je niet door het effect van de keuzes los te laten. Of een keuze goed danwel fout genomen is betekent een leerproces. Met name in de peutertijd leer je om te gaan met het maken van keuzes en te ervaren, wat lukte en niet. Een eigenschap wat ineens erbij komt kijken of je de peutertijd goed kunt beleven in veilige gehechtheid is het doorzettingsvermogen als iets niet lukt. Als je gemakzuchtig bent (als dat een peuter kan zijn?) dan ervaar je niet wanneer je succes hebt in je activiteit of handeling. Doorzetten hoort bij een peuter, honderden keren hetzelfde proberen, totdat het lukt is een ontwikkeling. De eigenschap opgeven hoort dan ook eerder bij een volwassene.

Zelfwaardering is niet op zichzelf staand, dus hoe ziet de architectuur van zelfwaardering eruit?

Het model is een huis. Gebouwd op een fundering (afhankelijkheid), bestaande uit vier muren, met het dak als zelfwaardering.



Met de formule op zak is het mogelijk te meten hoe hoog je scoort in zelfwaardering. De test is ontworpen voor een score uit het verleden (opvoeding) en in het heden (als volwassene). Het verschil is (delta) een getal of je bengt gstegen of juist terugg gevallen bent naar het zelfde niveau uit je verleden of zelfs onder het niveau.

Een training haalt de componenten eruit welke je kunt verbeteren en op deze wijze zorgt de training ervoor, dat je fundament verandert en zich aanpast naar een gewenste situatie. Klachtreductie vind plaats en toekomst perspectief wordt zichtbaar. Doordat je kleine stapjes neemt en je eigen huis inzichtelijk wordt, kun je alleen maar groeien (wat ook gebeurt).

Omdat zelfwaardering veelomvattend is spreken we van een nieuwe stroming, namelijk Confisiologie (de wetenschap van het vertrouwen).

Uit voorgaande hoofdstukken blijkt, dat, wij Nederlanders, de grootste mopeite hebben met ons respectdeel. Het respect, welke zich ontwikkelt gedurende de pubertijd, heeft te maken met een veranderde opvoedstijl van de ouders. Als ouders zich daarvan niet bewust zijn, brengen ze veel schade toe. Wat zij ook gedaan kunnen hebben gedurende de peutertijd. Een jong volwassene ervaart vervolgens een zelfbeeld, dat of gevormd is door de ouders, of gevormd is door omgeving, of gevormd is door zichzelf. Het laatste hoort bij een ontwikkelingsfase. Als daar voldoende ruimte voor gegeven is tijdens de voorgaande jaren, gaat het lukken en zal het vertrouwen en respectdeel in orde zijn.

Spreekwoorden zoals geef respect en je krijgt respect is deels waar. Als je het krijgt, nadat je het hebt gegeven lukt de interactie. Echter het komt zeker in deze maatschappij meer voor, dat het geven niet beloond wordt met wederzijds respect. Je bent in dat geval afhankelijk van

de ander of jij erkent wordt in het respect jij hebt gegeven. De kracht ligt hier dus bij kwetsbaarheid en emoties ofwel integer handelen. Een jurist kun je nu eenmaal niet vragen integer te handelen. De jurist zal zeker het werk niet kunnen doen als hij echt integer handelt. Hetzelfde gebeurt bij vele andere beroepen (dominee, politicie, ondernemers, verkopers, dictators, etc.). Met andere woorden: de mens is afhankelijk van de maatschappelijke inspanningen of het respectdeel zich kan laten verwennen door het respect wat je krijgt van een ander. Het accent ligt dus op je eigen respect. Zelfrespect hebben is de start. Zolang je het zelfrespect leidend hebt gemaakt, kun je kijken (zonder afhankelijkheid) of de ander het beantwoord door respectvol met jou om te gaan of niet. Uiteindelijk zal het je niet veel uitmaken wat het resultaat is en groeit je zelfwaardering.

Nu is het respectdeel wel verbonden met je zelfvertrouwen. Als je geen zelfvertrouwen hebt, groeit je respect als je toegeeft (bekend) dat je weinig zelfvertrouwen hebt. Door het te bekennen zal uiteindelijk je zelfvertrouwen toenemen. Je zelfvertrouwen neemt ook toe, als jij jezelf respecteert zoals je bent, die je bent. Als jij integer om kunt gaan met je emoties (kwetsbaar opstelt) zal je zelfwaardering uiteindelijk enorm toenemen. Problemen kun je beter handelen of de baas worden. Je gezondheid neemt toe en je voelt jezelf een stuk gelukkiger.

Ik hoop met deze uitgave te bereiken, dat lezers begrijpen wat er schuilt achter mijn filosofie , aanpak en ontwikkeling. Ik sta altijd open voor vragen en ben op zoek naar medestanders om mee te denken over verdere ontwikkelingen. Voor meer informatie kijk op de website www.vlcounseling.nl

Ruud van Lent (september 2016)

