

## Hoe de liefde van een ouder het brein van het kind vormt



Pasgeborenen zijn intuïtief gericht op sociale stimuli.

Het psychologisch proces van 'opvoeder worden' (de onderliggende verbinding en hechting) begint altijdens de zwangerschap. Zo heeft de emotionele gesteldheid van de moeder gedurende de zwangerschap en de (on)veiligheid in haar omgeving invloed op de ontwikkeling van de hersenen van de foetus. Een (gezonde) pasgeborene is vanaf het begin van het leven klaar om een band met zijn of haar moeder aan te gaan.

*'Door hormonen, vrij gekomen na de geboorte, zijn pasgeborenen de eerste uren van hun leven erg alert, vooral de eerste 20 à 30 minuten.*

*Dan hebben zij de eerste mogelijkheid om te gaan hechten. Twee dagen oud onderscheidt de baby het gezicht en de geur van de moeder, met drie dagen heeft het een voorkeur voor de stem van de moeder, met zes dagen een voorkeur voor de geur van de kleren van de moeder, met drie à vijf weken kijkt een baby met veel aandacht naar het gezicht van de moeder, met negen à twaalf weken trekken vooral de ogen van de moeder de aandacht van de baby. Met drie à vier maanden is er sociaal contact met de moeder'.*

[Bron: blz. 50, Behandeling van hechtingproblemen, Anniek Thoomes-Vreugdenhil]

### Hechting en mentaliseren

Bij kwetsbaarheden (dan wel problemen) in de hechtingsontwikkeling vraagt een kind een ouder die 'extra' responsief en sensitief reageert. Voorwaarde hierbij is dat je als ouder kunt mentaliseren. De mate van mentaliseren hangt sterk samen met de mate van reflectief functioneren bij de ouder.

Bij een interventie zoals theraplay\* gebruiken wij de feedbacksessies met de ouders om hierbij stil te staan. We stellen geen vragen over het gedrag van het kind. Ouders denken hier zelf vaak genoeg over na, maar hebben vaak moeite met het lezen van de emoties van het kind.

Mentaliserende vragen zijn bijvoorbeeld: Wat gebeurde er? Hoe voelde jij je? Hoe zou uw kind zich voelen? Wat zou uw kind nu denken?

Het punt is om ouders nieuwsgierig te krijgen om gevoelens van hun kind te lezen vanuit bijvoorbeeld een gezichtsuitdrukking. Dat is mentaliseren en een belangrijk doel van de interventie theraplay! Om te kunnen mentaliseren moet je niet teveel stress ervaren. Bij te hoge

stress, val je terug in automatische reactiepatronen (zoogdierenbrein) in plaats van kunnen mentaliseren vanuit je mensenbrein.

Als theraplay therapeut ben je een rolmodel door tijdens feedbacksessies de videobeelden van gezamenlijke speelsessies samen terug te kijken en hierbij mentaliserende vragen te stellen. Je geeft geen directe adviezen aan ouders. Je nodigt hen uit om na te denken over de binnenwereld van het kind. Voorbeelden van dergelijke vragen zijn: Wat zouden we kunnen doen om uw kind te helpen? Wat zou er gebeuren wanneer we zouden zeggen tegen uw kind; "wat help je mij lief mee." Zou dat ondersteunend zijn naar uw kind? Wat zijn jullie ideeën? Het doel van de ouders vaardiger maken en stimuleren zich in te beelden hoe het kind zich zou kunnen voelen, wordt hiermee bereikt. Door ouders de opdracht mee te geven om thuis ook theraplay activiteiten met het kind te gaan doen, stimuleer je ouders tevens meer te mentaliseren richting elkaar en zichzelf. Hoe was de ervaring? Hoe voelde het om deze activiteit te doen samen? Hebben jullie plezier gehad?

Gehechtheidstijlen van mensen en daarmee van ouders zijn over het algemeen niet makkelijk te veranderen, de mate van reflectief functioneren daarentegen wel. En daarop ligt de focus in theraplay!

Het vergroten van de mate van reflectief functioneren (mentaliseren) helpt om:

- Anders te denken over jezelf als ouder.
- Anders te denken over de ervaring van het kind. (Wat voelt, wat wil en denkt je kind?)
- Te leren kijken naar je eigen gehechtheid ervaringen en de invloed van deze ervaringen op het hier en nu.
- Anders te denken over hoe gedachten, gevoelens en behoeften van ouders en kinderen onderling verbonden zijn .

Erika Heinen  
GZ psycholoog/ Theraplay therapeut  
erika@gezinspraktijkdebasis.nl

\* voor meer informatie hierover zie mijn website [www.gezinspraktijkdebasis.nl](http://www.gezinspraktijkdebasis.nl) en [www.theraplay.nl](http://www.theraplay.nl)