

Werken aan wederkerigheid

In 2024 zijn Sonja Graafstal en Carine Heijligers samen gepromoveerd op de methode Beweging-als-houvast. Op hun eigen werkplek geven zij adviezen en training aan professionals en (pleeg)ouders. Voor BIJ ONS vertellen zij over Beweging-als-houvast en hoe dit uitwerkte bij een 7-jarig pleegkind.

Pleegmoeder Anke is ten einde raad als haar gevraagd wordt naar haar pleegdochter Dewy. “Ik kan haar geen moment alleen laten. Ze zit aan de spullen en het geld van de andere kinderen, of pikt eten uit de keuken. Alle kasten in huis zijn op slot... Ik durf zelfs niet naar de wc te gaan, bang voor wat ze in de tussentijd uithaalt. Natuurlijk hebben we alles al geprobeerd zoals grenzen aangeven of de consequenties van gedrag laten ervaren, maar woorden lijken bij Dewy niet binnen te komen. Ik weet niet meer hoe ik *echt* in contact met haar moet komen. Ik ben bang dat we haar uit huis moeten plaatsen, dan komt er rust voor iedereen. Maar daarvoor zijn we natuurlijk geen pleegouders geworden, we willen helpen en niet opgeven.”

Ervaringen als die van Anke horen wij wel vaker. (Pleeg)ouders of professionals die ondanks hun inzet vastlopen in de omgang met kinderen en merken dat hun aanpak niet werkt.

Beweging

Beweging-als-houvast is een methode waarbij de wederzijdse beweging van twee personen de ingang voor de behandeling vormt in plaats van de verbale taal.

Meestal denken we bij communicatie als eerste aan de manier waarop mensen met woorden op elkaar reageren, dat blijkt ook uit het verhaal van pleegmoeder Anke. Maar dat is niet de enige manier om contact te maken. We weten dat ook lichaamstaal een belangrijke rol speelt. Denk bijvoorbeeld aan je houding, je gezichtsuitdrukkingen, gebaren en stemvolume. Wanneer we met iemand prettig contact hebben, dan stemmen we onbewust onze houding en bewegingen op elkaar af. We gaan op dezelfde manier zitten als de ander of we verhogen ons stemvolume om te laten zien dat we meevoelen met het enthousiasme van de spreker.

Afstemming op elkaar

Direct na de geboorte wordt de basis gelegd voor afstemming. In die periode is *bewegen* het belangrijkste instrument in de communicatie. Ouders en baby's stemmen geluiden en bewegingen op elkaar af. Een baby die een geluidje maakt als “uuuhh uuuhh” nodigt de ouder uit om dit geluidje te herhalen. Aan de trappelende beentjes van de baby leest de ouder af hoe de baby zich voelt. De ouder kan hierop reageren door in hetzelfde ritme mee te bewegen met hoofd en handen of door enthousiast en blij te gaan praten. Op deze manier geven ouders en baby's elkaar de boodschap ‘ik zie jou’ en ‘ik hoor jou’. Omgekeerd kan de ouder zelf ook een beweging beginnen, zoals een geluidje maken of met de armen zwaaien, waardoor de baby uitgenodigd wordt om dat te volgen.

Volgen

Ontwikkelingsmijlpalen zoals gedeelde aandacht, samenspelen of luisteren en een taak uitvoeren, zijn allemaal gebaseerd op het kunnen *volgen* van de ander. Bij gedeelde aandacht kijken ouder en kind bijvoorbeeld naar hetzelfde speeltje, waarbij ze elkaars kijkrichting volgen. Als je prettig samenspeelt, volg je elkaars initiatief. Zo draait elk contact om het volgen van de ander en zelf initiatief nemen. Dat maakt het wederkerig.

Aangeboren vermogen

De zorgen van pleegmoeder Anke zijn goed te begrijpen. We zijn zo gewend om probleemgedrag centraal te stellen, dat het niet voor de hand ligt om eerst naar wederzijdse bewegingen te kijken. Onze ervaring heeft geleerd dat hierin toch een oplossing ligt en dat ontwikkeling op gang gebracht

kan worden. Dit komt omdat bewegen en het kunnen volgen van de beweging van de ander een aangeboren vermogen is van ieder kind en ieder mens. We kunnen daar altijd gebruik van maken, ongeacht leeftijd of type probleemgedrag.

We zien in de praktijk dat het ontbreken van wederkerigheid geen kwestie hoeft te zijn van onwil, maar eerder van onvermogen. Een pleegkind dat in de vroege kindertijd verwaarloosd werd, heeft wellicht geen ervaring met verbinding maken en het volgen van de ander. Het kan ook zijn dat verbinding een gevoel van angst en onveiligheid oproept en vermijdt het kind dit juist. Hoe kan kijken naar de wederzijdse beweging dan helpend zijn?

Filmfragment

Concreet betekent dit dat er bij aanmelding of een vraag om advies, een kort filmfragment bekeken wordt van een kind samen met de pleegouder of professional. Uit de analyse van het filmfragment volgt een advies aan de ouder of professional. Het doel van het advies is altijd gericht op het ontwikkelen van wederkerig contact. Het is de stip op de horizon. De eerste stap op weg daarnaartoe is het aanpassen van de eigen bewegingen van de ouder of professional, zodanig dat volgggedrag of initiatiefname van het kind ontlokt wordt. Terugkerende momenten van intervisie zijn ervoor om te kijken of wederkerigheid ook ontstaat en of de ontwikkeling de gewenste kant op gaat.

In de casus van Dewy heeft hulpverlener Mireille Beweging-als-houvast toegepast, met als resultaat dat er wederkerigheid tussen Dewy en de gezinsleden ontstaan is en uithuisplaatsing niet langer noodzakelijk was.

Pleegmoeder Anke:

“Dewy weet nu wat ‘wij’ is, ze weet dus meer dan alleen ‘ik’.”

Dewy is de 7-jarige pleegdochter van een Nederlands echtpaar. Zij is een jaar na de geboorte in het pleeggezin opgenomen. De pleegouders hebben naast Dewy nog een pleegdochter van 7 jaar, een eigen dochter van 14 en twee geadopteerde zoons van 13 en 17. Op grond van psychologisch onderzoek is op 6-jarige leeftijd bij Dewy een reactieve hechtingsstoornis vastgesteld en ADHD, waarvoor ze medicatie krijgt.

De opsomming van probleemgedrag door pleegmoeder Anke is slechts een topje van de ijsberg. Naast het snoep en drinken pikken uit de keuken, sleept Dewy spullen van de andere kinderen naar buiten en vergeet ze vervolgens ze weer naar binnen te brengen. Dagelijks zijn er ruzies tussen Dewy en de andere broers en zussen en buitenshuis heeft Dewy geen aansluiting met andere kinderen.

Wederkerigheid

De hulpverlening richtte zich tot nu toe op het aanbrengen van structuur en corrigerende maatregelen, maar deze gedragsmatige en verbale aanpak sorteerde geen effect. Mireille, de hulpverlener, die volgens Beweging-als-houvast met Dewy is gaan werken, richtte zich op het ontwikkelen van wederkerigheid. In het eerste contact tussen Dewy en Mireille viel het op dat de vluchtigheid en de korte aandachtsspanne vergelijkbaar was met die van een jonge baby. Mireille wist de aandacht van Dewy te trekken door dichtbij Dewy knutselmateriaal aan te bieden, zoals ouders een rammelaar bij een baby aanbieden: Mireille noemde de naam van Dewy en toonde haar het materiaal. Op deze manier wist Mireille steeds weer de aandacht van Dewy naar de activiteit terug te brengen. Het behandeldoel werd het verlengen van de korte momenten van gezamenlijke aandacht en het ontwikkelen van volgggedrag.

Koekjes bakken

Gedurende acht maanden is Mireille met activiteiten begonnen die Dewy leuk vond om te doen, zoals knutselen, dansen, koekjes bakken, verven. Hierdoor ontstond een gezamenlijke kijkrichting en gedeelde aandacht richting het materiaal. Als Dewy letterlijk een andere richting nam, door iets anders te gaan doen, werd dit geïnterpreteerd als een initiatief van Dewy en niet gecorrigeerd. Mireille bleef bij het materiaal zitten, benoemde wat Dewy deed, en nodigde haar vervolgens uit weer bij het spel aan te sluiten. Het doel was om Dewy uit *eigen beweging* terug te laten keren bij het spel met Mireille en zo volggedrag bij Dewy te ontwikkelen. De momenten van gezamenlijke aandacht voor het spel of het materiaal werden in deze acht maanden steeds langer, waardoor ook een gevoel van samenzijn ging ontstaan, een gevoel van 'wij'. Dit zette zich ook door in relatie met de andere gezinsleden. Dewy ging zich deel van het gezin voelen.

Samenwerken

Uiteindelijk heeft de begeleiding van Mireille drie jaar geduurd. Volgens pleegmoeder Anke is de grootste verandering dat Dewy een ander kan waarnemen en samenwerken met een ander: "Dewy weet nu wat 'wij' is, ze weet dus meer dan alleen 'ik'." Dewy zelf verwoordde het zo: "Vroeger draaide alles om mij. Nu overleg ik met vriendinnen en bepalen we samen hoe we een spel spelen. Het gaat veel beter met mijn broer en zussen en met mijn ouders kan ik het helemaal goed vinden."

(Het verhaal van Dewy is volledig beschreven in ons proefschrift, hoofdstuk 3a)

Door Sonja Graafstal en Carine Heijligers

Orthopedagoog Sonja Graafstal is docent aan de Radboud Universiteit en het Radboud Centrum voor Sociale Wetenschappen. Carine Heijligers is gedragsdeskundige binnen de onderwijs-zorgorganisatie Koraal Noordoost-Brabant.

Foto: Gerben Pul

Meer weten over Beweging-als-houvast?

- Het proefschrift van Sonja Graafstal en Carine Heijligers (2024) is online te lezen.
www.publicatie-online.nl/publications/sonja-graafstal-en-carine-heijligers

- Carine Heijligers en Anna Bosman (2020). *Verhalen uit de leefgroep. Beweging-als-houvast in de jeugdzorg*. Gompel & Svacina. <https://gompel-svacina.eu/product/verhalen-uit-de-leefgroep-beweging-als-houvast-in-de-jeugdzorg/>

- Het Radboud Centrum voor Sociale Wetenschappen biedt een platform voor Beweging-als-houvast. Op dit platform verzorgen docenten Sonja Graafstal en Linda Reus regelmatig een gratis webinar over Beweging-als-houvast. Informatie is op te vragen bij: sonja.graafstal@ru.nl
Daarnaast start in september 2025 de 6-daagse cursus Beweging-als-houvast in Geldrop. Voor informatie: sonja.graafstal@ru.nl

Dit artikel is verschenen in pleegzorgmagazine BIJ ONS, juli 2025

<https://bijons.maglr.com/bij-ons-juli-2025/werken-aan-wederkerigheid>