

ouderschap in de behandelkamer

Roely Drijfhout, Augeo

Afgelopen week mocht ik een workshop geven op het Trimboscongres Psychische problemen en ouderschap. De workshop ging over het bespreekbaar maken van ouderschap in de behandelkamer.

De kinderen

Het is een thema wat me al lang bezig houdt. Om het belang te onderstrepen gebruik ik vaak het filmpje [Christel](#) (Mensjesrechten) waarin Christel voorleest uit haar dagboek. Ze groeide op bij haar manisch depressieve moeder die regelmatig ook psychoses had. Christel gaat naar groep 8 van de basisschool en doet het daar goed; ze mag naar het VWO. Niemand ziet dat het eigenlijk niet goed met haar gaat. School niet, maar ook de behandelaars van moeder hebben geen oog voor haar situatie. De eenzaamheid van het meisje raakt me elke keer weer als ik het filmpje zie.

Er zijn talloze vergelijkbare verhalen van KOPP/KVO kinderen die zich niet gehoord en niet gezien voelden. Die zich zorgen maken om de ouder, voor hun ouder (en eventuele broertjes en zusjes) gaan zorgen, die verwaarloosd worden of mishandeld. Een hele goede reden om het over hen te hebben in de behandelkamers van de (POH) GGZ.

De ouders

Maar ook ouders laten we in de kou staan als we hun ouderschap niet bespreken. In de MARIO ([Mood and Resilience in Offspring](#)) studie vindt 58% van de ouders met een stemmingsstoornis dat er tijdens hun behandeltraject onvoldoende aandacht is geweest voor de kinderen. Maar liefst 73 % maakt zich vanwege zijn of haar stoornis zorgen om de kinderen.

Belemmeringen

Alle reden dus om het met deze ouders te hebben over hun kinderen en het ouder zijn. Maar veel professionals, ook juist in de volwassen GGZ, vinden praten over ouderschap en de kinderen lastig. Belemmeringen die in de workshop naar voren kwamen waren

- Ik moet al zo veel in de korte tijd die ik heb
- Ouders willen er niet over praten; ze zijn bang voor gevolgen
- Ouders zeggen toch dat het goed gaat met de kinderen, en dan...
- Ze zeggen dat de kinderen er niets van merken
- Ik wil de vertrouwensrelatie niet onder druk zetten...

Voorstelbare belemmeringen. Maar door ook aandacht te hebben voor het ouderschap neem je je cliënt juist serieus; door naast de ouder te gaan staan, bescheiden, zonder oordeel.

Ouderschap

Ouderschap is een belangrijk deel van je identiteit, het is wie je bent. Het is onvoorwaardelijk en tijdloos. En het maakt kwetsbaar. Het helpt ouders als je aandacht geeft aan de pijn als zij niet de

ouder kunnen zijn die zij willen zijn. Als je ze bekrachtigt en bevestigt in hoe belangrijk ze voor hun kinderen zijn en in hun goede bedoelingen.

Vraag hen wat het ouder zijn voor hen betekent, wat zij belangrijk vinden. Zorg dat je een beeld hebt van hun kinderen; hoe oud zijn ze? Waar zijn ze goed in? Waar ben je trots op? Het kan helpen het ouderschap naar ouders te onderscheiden van hun opvoederschap, wat gaat over wat je doet, wat per definitie tijdelijk is en ook (tijdelijk) uit handen kan worden genomen. Maar ouderschap blijft; altijd!

De kinderen in beeld

Om zicht te krijgen op de kinderen is het belangrijk om de kinderen figuurlijk de behandelkamer in te trekken. Door te zorgen dat je de kinderen meer op je netvlies hebt zal je ook, als je cliënt vertelt dat hij op zijn werk snel geprikkeld is en het veel moeite kost niet uit te vallen tegen zijn collega's, bedenken om te vragen hoe dat thuis gaat als hij geprikkeld is. Of als een cliënt vertelt dat hij de laatste week erg angstig is geweest en niet zelf de deur uit durfde wie de kinderen naar school bracht.

Er werden veel goede tips en voorbeeldvragen uitgewisseld in de workshop. Een aantal daarvan heb ik hieronder voor je op een rij gezet.

- Beschrijf eens hoe uw ochtend/ middag er gisteren uitzag. Waar waren de kinderen? Wat deden zij? Wie was erbij?
- Wanneer hebben jullie plezier samen? Wat zijn dingen die jullie leuk vinden om samen te doen?
- Hoe is jouw gedrag als je (vul in; teveel gedronken hebt, angstig bent...een herbeleving hebt etc etc.) Hoe is dat aan je te zien? Dat zien je kinderen ook. Hoe is dat voor hen denk je? Wat doen zij dan?
- Heb je uitgelegd wat er met je is, kan ik (of iemand anders) je daarbij helpen? Leg uit hoe belangrijk het is dat kinderen ontschuldigd worden en informatie krijgen over de ziekte van de ouder.
- Betrek andere professionals waar nodig, vraag advies.
- Vraag: Wie is er naast jou nog meer voor de kinderen? Wie kan je bellen/ waar kunnen de kinderen heen als het niet goed met je gaat?
- Tot slot; wees transparant naar cliënten als je je zorgen maakt om de kinderen. Werk samen met de ouder, zoek samen naar oplossingen maar doe het niet alleen. Overleg en betrek anderen; volg de stappen van de meldcode.