

Gehechtheid, wat kan je er (niet) mee?

Een samenvatting door G. ter Meulen

Nee, dit gaat niet over wat je zelf met je gehechtheid kan, maar waar gehechtheidstheorie en gehechtheidsonderzoek in de praktijk voor gebruikt kan worden. Want dat blijkt veel ingewikkelder dan het lijkt en daardoor wordt het ook onterecht toegepast. In kinderbeschermingszaken bijvoorbeeld.

Daarom schreven zeventig gerenommeerde gehechtheidsonderzoekers gezamenlijk dit consensus artikel¹. Ik probeer de 37 pagina's voor u samen te vatten.

Gehechtheid

Eerst de basis: wat verstaan we nou onder gehechtheid/hechting²?

De meest zuivere manier om gehechtheid te beschrijven (zo wordt het ook onderzocht) is dat het 'de emotionele (affectieve) band is die iemand motiveert om de nabijheid en geruststelling te zoeken bij voor hem/haar belangrijke, bekende personen – de hechtingsfiguren' (Bowlby). Meestal zijn dit de ouders. Kinderen worden geboren met de aanleg zich te hechten aan deze hechtingsfiguren, mits deze voldoende vaak aanwezig zijn en goed op hun behoeften reageren.

Wanneer er een bedreigende situatie is (angst, pijn) wordt het gehechtheidssysteem geactiveerd en is de gehechtheidsfiguur degene waar het kind veiligheid bij zoekt – een 'veilige haven'. Als deze gehechtheidsfiguur toegankelijk is en goed op de behoeftes van het kind reageert, kan het gehechtheidssysteem weer in rust gaan. Vanuit deze 'veilige basis' kan het kind de omgeving verkennen. De kwaliteit van de gehechtheid van het kind wordt beschreven als 'de verwachting van het kinderen over de beschikbaarheid (aanwezigheid en responsiviteit) van hun gehechtheidsfiguur als ze die nodig hebben.

Onveilige hechting

Kinderen kunnen ook een onveilige hechting ontwikkelen: strategieën waarop ze proberen een zo goed mogelijke situatie te creëren bij een niet altijd beschikbare verzorger. Kinderen met een klampende onveilige hechtingsstrategie proberen extra aandacht te krijgen door te klampen, kinderen met een onveilige vermijdende hechtingsstrategie proberen de situatie zoveel mogelijk op eigen houtje aan te kunnen. Een groot deel van de bevolking heeft dit soort georganiseerde onveilige hechting.

Het meest risicovol is de gedesorganiseerde onveilige hechting: in dit geval heeft het kind geen strategie om een situatie te creëren waarin aan zijn of haar behoeften voldaan kan worden. Het kind schiet van klampen naar vermijden en terug, maar kan geen comfort vinden in een onveilige situatie. In de algemene bevolking wordt bij 10-15% van de kinderen gedesorganiseerde onveilige hechting gevonden. Het wordt vaak gezien bij vechtscheidingen.

Hechting en de lange termijneffecten

Het verband tussen de verschillende classificaties van hechting en lange termijnprognoses is als volgt:

- Veilige hechting is belangrijk voor een goede ontwikkeling. Op groepsniveau is het positieve effect van veilige hechting aangetoond en voorspelt het geestelijke gezondheid. Veilig gehecht zijn is een beschermende factor, dus beleid en interventies die kansen op veilige hechting vergroten, hebben praktisch nut.
- Georganiseerde onveilige hechting. Op groepsniveau vinden onderzoekers een gematigd verband tussen onveilige hechting en bijvoorbeeld sociale competentie, maar niet op individueel niveau. In ieder geval kan er geen direct verband gelegd worden tussen deze vorm van hechting

¹ Vanuit Nederland prof dr Marian Bakermans-Kranenburg, prof dr Femmie Juffer, prof dr Carlo Schuengel en prof dr Rien van IJzendoorn.

² Oorspronkelijk werd de term 'attachment' vertaald met 'hechting'. Vooral in de wetenschappelijke wereld wordt liever de term 'gehechtheid' gebruikt. In dit artikel gebruik ik beide.

en inadequate zorg of ongunstige ontwikkeling van het kind. Hoe het kind zich ontwikkelt is ook afhankelijk van bijvoorbeeld de ongunstige effecten van de afwezigheid van de verzorger (zoals in tehuizen), of door de mogelijkheden die het kind heeft om met anderen hechtingsbanden aan te gaan. Het is ook afhankelijk van kwaliteit van de opvang, van steunende relaties en van het temperament van het kind.

- Gedesorganiseerde onveilige hechting (GOH) voorspelt schade en pathologie. GOH wordt voorspeld door beangstigend, angstig en dissociatief gedrag of vijandig en/of teruggetrokken gedrag van de verzorger en/of mishandeling. Er kan echter geen directe link worden gelegd met mishandeling: de helft van de mishandelde kinderen ontwikkelt GOH, maar de andere helft niet. In families met meer dan vier sociaaleconomische risicofactoren is de kans op GOH even groot als bij mishandeling. Onder hevige stress kunnen kinderen GOH gedrag laten zien zonder dat ze GOH hebben. GOH gedrag wordt ook gezien bij kinderen met problemen met zelfregulatie, bij pasgeborenen of bij ADHD. Maar opnieuw: op groepsniveau is het wel een van de sterkste voorspellers van o.a. externaliserende gedragsproblemen en negatieve uitkomsten. Maar omdat dit niet op individueel niveau geldt kan GOH in een rechtbank niet worden gebruikt als een bewijs van mishandeling of een voorspeller van negatieve uitkomsten.

Niet op individueel niveau.

Dus, gehechtheid lijkt een duidelijk concept, maar toch blijken er in de praktijk veel ernstige misvattingen te bestaan. De auteurs van het artikel zetten de belangrijkste op een rij. Later in het artikel worden situaties beschreven waarin dit soort misvattingen tot discutabele beslissingen over het leven van kinderen kunnen leiden.

Misvattingen:

- *Classificaties van hechting kunnen gebruikt worden voor individuen.* Hechting classificeren op veilige, onveilige of gedesorganiseerde hechting kan alleen gebeuren door getrainde professionals en in principe kunnen uitspraken alleen op groepsniveau gedaan worden. Hechtingsclassificaties kunnen niet gebruikt worden als diagnostisch instrument, er is niet voldoende gevoeligheid (om echte positieven te bepalen) en specificiteit (om echte negatieven te bepalen). Daarom kan dit als zodanig niet gebruikt worden in bijvoorbeeld de rechtbank. Zoals de auteurs stellen: 'Science generalises, the court particularises'.
- *Veilige hechting van het kind is direct gekoppeld aan de sensitiviteit van de verzorger.* Er wordt vaak gedacht dat de hechtingskwaliteit van het kind de sensitiviteit van de verzorger weerspiegelt. Met sensitiviteit wordt bedoeld: het zien van de signalen van het kind, ze juist interpreteren en er tijdig en adequaat naar handelen. Er is wel een verband tussen sensitiviteit van de verzorger en veilige hechting, maar het verband is statistisch klein en hangt ook af van andere factoren, zoals de samen doorgebrachte tijd en omstandigheden. Verschillende types hechtingsgedrag van verzorgers kunnen bijdragen aan veilige hechting. Zo kunnen bijvoorbeeld moeders meer een 'veilige haven' bieden, terwijl vaders meer een 'veilige basis' voor het onderzoeken van de buitenwereld bieden.
- *Kinderen worden gehecht geboren.* Hechting ontwikkelt zich pas na zo'n 8 maanden en kan pas op zijn vroegst worden bepaald na 8 maanden.
- *Hechting is hetzelfde als hechtingskwaliteit.* Toch wordt dit vaak door elkaar gebruikt. De meeste kinderen hebben meerdere hechtingsrelaties, maar de kwaliteit van die hechtingsfiguren als veilige haven en/of veilige basis verschilt. Gedrag dat laat zien dat het kind verwacht dat de hechtingsfiguur beschikbaar is als het kind deze nodig heeft, wordt aangeduid als veilige hechting en gedrag dat aangeeft dat het kind niet zeker is dat de hechtingsfiguur beschikbaar is, met onveilige hechting.
- *Hechtingskwaliteit is hetzelfde als de sterkte van de hechting.* Kinderen hechten zich ook aan afwijzende, onvoorspelbare of mishandelende ouders. Zo kan onveilige hechting een werkende

aanpassingsstrategie zijn en betekent het niet dat de verzorger nooit een veilige haven voor het kind kan zijn. Daarom wordt eigenlijk nooit gesproken over een sterke of zwakke hechting. Afwezigheid van hechting komt eigenlijk nooit voor, hoogstens bij kinderen in tehuizen en bij kinderen die pas kort in een pleeggezin zijn.

- *De kwaliteit van de relatie is hetzelfde als kwaliteit van hechting.* Hechting is een belangrijk aspect van een relatie, maar een relatie omvat meer: ook zaken als lichamelijke zorg, spel, onderwijs, grenzen stellen, straffen en hulp.
- *Afzonderlijke gedragingen zijn bewijs voor veilige of onveilige hechting.* Om hechting te bepalen is een professionele testsituatie nodig. Het gedrag van het kind kan namelijk ook samenhangen met de situatie, met stress, of met het temperament van het kind.
- *Een kind kan maar één hechtingsfiguur hebben.* Bij scheidingen balanceren rechters vaak tussen het voordeel van een veilige hechtingsrelatie met één ouder of het voordeel van hechting aan beide. Alleen is dit geen tegenstelling: kinderen kunnen meerdere hechtingsrelaties hebben, mits ze genoeg tijd met de hechtingsfiguren doorbrengen en beide een veilige haven vormen. Veilige hechting aan één van de hechtingsfiguren kan onveilige hechting aan een andere bufferen.
- *Onveilige en gedesorganiseerde hechting geven aan dat sprake is van een hechtingsstoornis.* Dit is een wijdverspreide misvatting: de twee hechtingsstoornisdiagnoses Reactive Attachment Disorder (RAD) of Allemansvriendjesgedrag zijn zeer strikt in de DSM beschreven en komen eigenlijk alleen voor bij extreem inadequate zorg, zoals tehuiszorg. Vaak verdwijnen de verschijnselen wanneer de kinderen in een stabiele sensitieve omgeving komen. Naast het te algemene gebruik van de term hechtingsstoornis zijn er ook veel niet onderbouwde hechtingstherapieën. Gelukkig bestaan er ook robuust onderbouwde therapieën voor hechtingsproblematiek.

Misvattingen bij gebruik hechtingstheorie in de rechtbank

Wanneer rechters moeten beslissen over ingrijpende zaken als uithuisplaatsingen of voogdij bij scheidingen, moeten ze kiezen voor het beste belang van het kind. Maar hoe schat je dat in? Omdat dit zo moeilijk is, wordt het belang van het kind vaak gerelateerd aan hechting en probeert men de kwaliteit van hechting te gebruiken voor besluitvorming rond kinderbescherming of voogdij. Maar gezien de hiervoor beschreven misvattingen kan dat niet en leidt het tot niet te onderbouwen claims. Hiernaast spelen in de rechtbanken nog andere complicerende factoren bij de vertaling van wetenschap naar praktijk:

- *Gebrek aan diagnostische infrastructuur.* Om van groepsniveau naar individueel niveau te komen zijn betrouwbare klinische diagnoses nodig, protocollen en vertalingen en die zijn er niet.
- *Cherry-picking* – het uitzoeken van wetenschappelijk onderzoek dat eigen standpunten onderschrijft, is geen valide gebruik van wetenschap. Hechting is een zo ingewikkeld thema dat voor betrouwbaar praktisch gebruik in de rechtbank reviews en meta-analyses aangetoond moeten hebben dat in meerdere hoogwaardige onderzoeken vergelijkbare resultaten gevonden zijn. En dan nog zijn de effecten zelden te vertalen naar een individu.
- *De druk dat beslissingen evidence-based moeten zijn, verdedigbaar en controleerbaar en dat de hechtingstheorie hieraan bij kan dragen.* De druk op het vinden van relevant bewijs voor het beste belang van het kind kan leiden tot een te groot vertrouwen in de toepasbaarheid van de hechtingstheorie op individuele zaken.
- *Omdat de termen zo gepopulariseerd zijn, worden ze makkelijk gebruikt.* Dit geldt ook voor de hechtingsclassificaties, terwijl deze alleen vastgesteld kunnen worden door getrainde professionals en beperkingen van de bevindingen duidelijk moeten zijn.
- *Afwegen.* In familierecht is geen sprake van onschuldig tenzij anders bewezen, maar gaat het om het afwegen van kansen en drempelwaarden van verschillende risico's. Dit is moeilijk voor niet-specialisten op het terrein van hechting. Zo is een 'hechtingsdrempelwaarde voor uithuisplaatsing' niet te bepalen. Bovendien zijn er te weinig experts in rechtszaken aanwezig om hechting professioneel te kunnen beoordelen. Het pleiten in de rechtszaal staat op gespannen voet met de gebalanceerde evaluatie die de hechtingstheorie vraagt.

Wat kan wel?

Allemaal redenen om de hechtingstheorie niet te gebruiken in rechtszaken. Maar kan deze theorie dan helemaal niets toevoegen aan de praktijk? Gelukkig wel, maar op een ander niveau. Deze theorie kan gebruikt worden om te begrijpen wat kan bijdragen aan het welzijn en de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen en voor het bepalen van ondersteunende interventies.

De behoefte van een kind aan een bekende verzorger, die niet misbruikt of verwaarloost.

Hechting kost tijd en interactie, dus het beperken van contact maakt het moeilijker voor het kind om zich te kunnen hechten. Bijna alle niet-mishandelende, niet-verwaarlozende zorg is beter dan tehuiszorg. Kortdurende opvang is soms noodzakelijk (bijvoorbeeld crisisopvang of tehuisonopvang voor de veiligheid van het kind), maar doorgaand contact is wezenlijk belangrijk voor het kind, mits het contact niet tegen veiligheid, welzijn en de wens van het kind ingaat.

De behoefte van een kind aan continue zorg. Het opbouwen van een hechtingsrelatie kost tijd en vraagt een regelmatige interactie tussen kind en verzorger, zodat de verzorger een veilige haven voor het kind kan zijn. Daarom moet de continuïteit van contact zwaar wegen in de besluitvorming in de rechtszaal. Als de zorg maar zodanig is dat aan de basale ontwikkelingsbehoeften van het kind wordt voldaan. Gelukkig zijn er bewezen werkende interventies die hechtingskwaliteit en verzorgingskwaliteit verbeteren. Hiermee kan een betere oplossing geboden worden dan uithuisplaatsing naar tehuizen of instabiele pleegzorg. Het hoge risico op een instabiele plaatsing of breakdown na uithuisplaatsing vergroot het risico op opnieuw verbroken hechtingsrelaties met als consequentie dat het kind er minder vertrouwen in heeft dat een verzorger een blijvende veilige haven kan zijn. Anders dan bij de permanente hechtingsrelaties binnen adoptie en permanente pleegzorg, blijken kortdurende en instabiele zorgstructuren na uithuisplaatsingen samen te hangen met een hoge mate van problematiek, waaronder mishandeling, drugsmisbruik, suïcidaal gedrag, psychiatrische morbiditeit, werkloosheid, verminderde opleidingsresultaten en tienerzwangerschappen.

Uit hechtingsoogpunt moet de rechtbank daarom prioriteit geven aan de continuïteit van zorg van 'good enough care' en moet de rechtbank gespitst zijn op de risico's van tijdelijke plaatsingen. Dit geldt ook voor herenigingen: de rechten van de ouders mogen niet zwaarder wegen dan de rechten van het kind op continue zorg, vooral wanneer een kind al vanaf jonge leeftijd in een stabiel, goed functionerend pleeggezin heeft gewoond. Wanneer een pleegzorgplaatsing onontkoombaar is, helpt het pleegkinderen wanneer de pleegouders al in een vroeg stadium bewezen werkende steunende interventies ter bevordering van hun sensitiviteit aangeboden krijgen. Ook helpen een goede uitleg van de reden tot uithuisplaatsing en de geruststelling dat contact mogelijk blijft zowel het kind als de ouders. Er moet aandacht zijn voor het streven naar een stabiele plaatsing zonder dat daar crisis- of andere tijdelijke plaatsingen aan vooraf gaan. Maar daaraan voorafgaand moet ingezet worden op steun en hulp voor de ouders, zodat hun kansen tot het leveren van goed-genoeg zorg vergroot wordt en uithuisplaatsing voorkomen kan worden.

Een netwerk van hechtingsrelaties is een voordeel voor het kind. Zo is het bij scheidingen belangrijk dat het kind hechtingsrelaties met beide ouders aan kan houden, mits het welzijn of de veiligheid van het kind niet bedreigd wordt. Hoeveel tijd het kind met de ouders nodig heeft voor een hechtingsrelatie weten we (nog) niet. Het is wel belangrijk dat beide ouders willen en dat hun onderlinge conflicten niet te hoog oplopen. Frequent contact na de scheiding blijkt voorspellend voor contact later. Ook in kinderbeschermingszaken blijkt het blijven onderhouden van contacten belangrijk. Kinderen kunnen relaties onderhouden met zowel pleegouders als ouders, zonder loyaliteitsconflicten. Ook andere relaties zijn van belang, zoals grootouders, stiefouders, broertjes en zusjes. Abrupte overplaatsingen moeten worden voorkomen. Contacten met vorige pleegouders moeten niet abrupt worden verbroken – hun positie als veilige haven moet niet verdwijnen voordat het kind verwachtingen van een veilige haven in het nieuwe gezin kan hebben opgebouwd. Als

overplaatsing nodig is, kan dat beter overlappend gebeuren. Het is nog onbekend of een al bestaande relatie in bij voorbeeld netwerkpleegzorg een voordeel oplevert. Ook is het nog onbekend in hoeverre oudere broertjes of zusjes een veilige haven kunnen vormen voor jongere broertjes en zusjes en wat de consequentie hiervan voor het oudere broertje of zusje is. Een studie in Zambia liet zien dat 72% van de kinderen een hechtingsrelatie met een ouder broertje of zusje had, maar dat hierbij onveilige hechting algemener was dan veilige hechting. Netwerkplaatsing en samenplaatsen van broertjes en zusjes zijn ook te verdedigen omdat er al sterke verwantschapsbanden zijn. Samenplaatsen van broertjes en zusjes geeft hen meer gevoel van continuïteit en veiligheid en is ook vaak hun expliciete wens.

Conclusies voor de rechtszaal

De auteurs van dit artikel concluderen dat het gebruik van kwaliteit van hechting in de rechtszaal zinvol is voor beslissingen over interventies, maar dat het alleen met voorzichtigheid kan worden gebruikt voor kinderbeschermingszaken en voogdijzaken. Er is geen duidelijkheid of meting van de kwaliteit van hechting het beslisproces verbeteren zal, omdat andere processen zoals ondervoeding, ontwikkelingsproblematiek, verstandelijke beperking, of medicatiegebruik de uitkomsten kunnen beïnvloeden. Voor een goede inschatting zijn getrainde professionals een voorwaarde. Kwaliteit van hechting zou wel meegewogen kunnen worden, maar de focus zou moeten liggen op het verzorgingsgedrag en de sensitiviteit van de verzorger – of de verzorger ‘goed-genoeg’ zorg kan leveren en of de verzorger het potentieel heeft om te verbeteren. Hiertoe zouden vroeg in het proces interventies moeten worden ingezet. Niet dreigend en als laatste strohalm, maar maatwerk, steunend en met compassie.

Hechtingskwaliteit gebruiken bij scheidingen om te bepalen wie voogdij krijgt en hoeveel tijd het kind bij wie doorbrengt is een slecht idee. In ieder geval is het ontnemen van contact met een van de verzorgers een risicofactor voor onveiligheid en ontregeling in de relatie. Wanneer het kind onveilig is gehecht aan een van de ouders, kan het nog steeds voordeel hebben van de relatie. Strijd tussen de ouders is de meest schadelijke factor in scheidingszaken en een chronisch huwelijksconflict hangt samen met een verhoogd risico op gedesorganiseerde hechting van het kind. Hopelijk leidt begrip van ouders dat het juist in het belang van hun kind is om meerdere verzorgers te hebben tot een vaker instemmen met gecontinueerde voogdij van beide partners. Als het conflict tussen ouders niet opgelost kan worden, kan niet-gedeeld gezag onvermijdelijk zijn, maar tijdsspendering bij de andere ouder kan nog steeds bevorderlijk zijn voor het kind.

Het risico van onveilige of gedesorganiseerde hechting moet niet genegeerd worden, maar belangrijker is het om te focussen op de mogelijkheden van de ouders om veilige haven te zijn voor het kind. Dit laatste is beter op individueel niveau te beoordelen en hiermee kan bepaald worden om interventies in te zetten. En werken de interventies niet, dan is het minder schadelijk dan een uithuisplaatsing. Ook kan de hechtingstheorie helpen uitleggen waarom een kind op een bepaalde manier reageert of ook waarom verzorgers op een bepaalde manier op een kind reageren. Dit kan leiden tot meer begrip en handvaten en minder stress.