



Systeemtherapeuten  
**Lenny Rodenburg en Elien van  
Oostendorp:**

'Creëer eerst een  
emotioneel veilige  
gezinssituatie!'

**In vrijwel alle emotie- en hechtingsgerichte behandelingen is het gezin het uitgangspunt voor de behandeling. Begin 2022 presenteren klinisch psycholoog Lenny Rodenburg en ggz-psycholoog Elien van Oostendorp in *Systeemtherapie* een Nederlandstalige integratie van de behandelmodellen Attachment Based Family Therapy (ABFT), Emotionally Focused Family Therapy (EFT) en Dyadic Developmental Psychotherapy (DDP).**

AUTEURS ERIK HARDEMAN FOTOGRAFIE CHRISTIAAN KROP

### **Vanuit welke visie schreven jullie het betreffende artikel?**

‘Wij leerden elkaar kennen bij ggz-instelling MoleMann, waar we allebei werkten vanuit een vernieuwende visie op de behandeling van kinderen met psychische problemen. We wilden weg van de klassieke ggz, waarin de individuele stoornis het uitgangspunt is bij diagnostiek en behandeling. Daarom zijn we uiteindelijk een eigen praktijk gestart, vanuit de redenering dat een kind niet wordt geboren met een angst- of agressieprobleem, maar dat veel gedrags- en psychische problemen van kinderen ontstaan in de relaties met de mensen om hen heen. Vooral de vaardigheden die een gezin heeft in het omgaan met emoties of stress zijn hierin zeer bepalend, dus moet je het gezin in onze optiek ook van meet af aan bij de behandeling betrekken.’

### **Wat betekent dat voor de dagelijkse praktijk?**

‘Huisartsen verwijzen vaak kinderen naar ons die somber zijn, of omdat de ouders en de school denken dat ze ADHD hebben. Wij nodigen dan direct het hele gezin uit voor een kennismakingsgesprek; om erachter komen hoe het gezin functioneert, wat de gezinsleden hebben meegemaakt en wat ze doen bij problemen. Tijdens die eerste ontmoeting hebben we het niet alleen over de problemen van het kind, maar voeren we een open gesprek over allerlei aspecten van het gezinsleven. We vragen bijvoorbeeld ook aan de kinderen: “Hoe doen papa en mama het volgens jullie samen, en hoe gaan jullie thuis met boosheid om?”’

### **Durven kinderen dan eerlijk antwoord te geven?**

‘Jazeker, we krijgen de problemen al snel op tafel. Maar als we merken dat de kinderen het moeilijk vinden om te zeggen wat ze denken, dan is het aan ons om de veiligheid te creëren waarin ze dat wel durven. Als we zien dat een kind het spannend vindt om iets te zeggen en zijn ogen schieten naar die van zijn vader, dan maken we dat bespreekbaar. “Zie ik goed dat je nu bij papa aftast of je hier iets over kan zeggen? Kan het zijn, papa, dat je zoon straks in de auto te horen krijgt: waarom zei je dat nou tegen die mevrouw?” Wat scheelt is dat we steeds meer ervaring hebben in het bespreekbaar maken van lastige thema’s, en in het afstemmen van onze benadering op elke persoon in de spreekkamer.’

### **Vinden ouders het niet lastig om negatieve feedback te krijgen?**

‘Natuurlijk is dat niet altijd gemakkelijk, maar na zo’n intakegesprek - van soms wel anderhalf uur - zeggen zowel de ouders als het kind vaak dat ze het een fijn en bijzonder gesprek vonden. Dan is er soms gehuild, zijn er moeilijke dingen besproken, maar vooral voor het kind is zo’n gesprek vaak een openbaring, want daarin gaat het voor de verandering eens niet over hoe vervelend hij of zij kan zijn. Kinderen die naar ons worden doorverwezen, hebben vaak een negatief zelfbeeld: ik ben de sfeerbederver thuis. Wat een opluchting is het dan voor kinderen als dat hier niet ter sprake komt, als ze merken dat wij oprecht willen weten hoe het er bij hen thuis aan toe gaat.’

## ‘Wij creëren een veilige omgeving’

### **Wat gebeurt er na dat eerste gesprek?**

‘Een belangrijk doel daarin is om het gezin te motiveren om met zijn allen in behandeling te komen. Stemmen ze daarmee in, dan gaan we eerst met zowel de ouders als de kinderen afzonderlijk praten.’

### **Waarom ook met de ouders?**

‘Wij willen weten in hoeverre ouders er voor hun kinderen kunnen zijn. Als je op moeilijke momenten geen steun van je ouders krijgt, als je thuis niet gehoord of begrepen voelt, dan trek je je terug op je eilandje. Je raakt dan het vertrouwen kwijt dat je ouders er voor je zijn om je te helpen of troosten en gaat al snel



denken dat ze je niet belangrijk vinden en dat je dus niets waard bent. En als je toch al psychische problemen hebt, dan word je daardoor nog somberder. Bij veel kinderen met een psychische stoornis ontbreekt het aan emotionele veiligheid in het gezin.'

**Dus als een kind depressief wordt, is dat vaak de schuld van de ouders?**

'Van schuld kun je niet spreken, want vrijwel alle ouders hebben het beste voor met hun kind. Maar wat helaas vaak voorkomt, is dat ouders door eigen zorgen (armoede, werkdruk, overbelasting, onverwerkte trauma's) of door spanningen in de relatie op cruciale momenten onvoldoende oog hebben voor hun kind. Zelfs in een harmonieus gezin, waarin sprake is van een veilige hechting, kunnen ouders soms te heftig of helemaal niet op hun kind reageren.

Veel ouders die niet gemakkelijk uit de voeten kunnen met een boos of verdrietig kind kunnen zelf ook niet zo goed met emoties omgaan, dat hebben ze nooit geleerd. In het gesprek nemen wij hen terug naar het verleden, om te onderzoeken welke rol emoties in hún gezin speelden en wat zij daar mogelijk tekort zijn gekomen. Dan voelen ze zelf vaak al vrij snel: shit, ik heb zelf niet het voorbeeld of de steun gekregen die ik toen zo nodig had en daarom reageer ik nu zo. Aan de vader vragen we dan bijvoorbeeld: welk voorbeeld heb je van jouw vader meegekregen, wat neem je daarvan over in de opvoeding van jouw kinderen en wat niet?'

**Zijn ouders bereid om zich zo kwetsbaar op te stellen?**

'Er zijn ook ouders bij wie we ondanks alle inspanningen geen stap verder komen. Wij werken in de gespecialiseerde ggz, met complexe gezinnen. Er komen hier ook ouders die hun agressie moeilijk kunnen beheersen. Maar vaak lukt het ons om een vertrouwensrelatie met hen op te bouwen, want wat voor geschiedenis ouders ook met zich meedragen, als jonge ouders

'Het emotie- en hechttingsgerichte denken krijgt steeds meer waardering'

met hun baby in hun armen staan, hebben zij maar één gedachte: wij gaan het wél goed doen. Elke man met een zware jeugd die net vader is geworden, zal denken: ik wil niet de vader worden die mijn vader voor mij was, die man voor wie ik bang was omdat hij zo vaak kwaad werd. En nu zit de jonge vader bij ons omdat hij potverdorie toch in hetzelfde patroon terecht is gekomen. Logisch dat hij daar iets aan wil doen.'

**Beseffen ouders hoe belangrijk hun rol is?**

'Lang niet altijd. Ze vragen ons vaak: waarom zitten wij hier, het ging toch om ons kind? Dan zeggen wij: in een uurtje per



week kunnen we het niet alleen met het kind oplossen. Jullie willen toch ook dat het weer goed gaat met jullie kind, dat het weer naar jullie toe komt als het zich rot voelt, in plaats van op zijn of haar kamer te gaan zitten blowen? Dat lukt niet zonder jullie medewerking. Wij gaan jullie helpen om in te zien - en te kunnen verdragen - dat jullie je kind soms niet hebben gegeven wat het nodig had, en dat wij samen moeten kijken hoe we dat kunnen veranderen.'

#### **En als de ouders het daarmee eens zijn?**

'Dan volgt het meest cruciale onderdeel van de behandeling, het herstelgesprek. Nadat we ook afzonderlijk met het kind hebben gesproken, krijgt het in het herstelgesprek de kans om, zijn of haar emoties te tonen, in de veilige omgeving die wij daarvoor creëren. Bijvoorbeeld: "Papa en mama, toen jullie zo'n ruzie hadden, hadden jullie helemaal niet door dat ik daar zo verdrietig en bang over was. Daardoor ben ik gaan denken dat ik niet belangrijk voor jullie was en dat heeft me erg onzeker gemaakt." Dat zijn heftige momenten, als een kind het lef heeft om de dingen uit te spreken waar het vaak al tijden mee rondloopt. Dan krijgen veel ouders tranen in hun ogen: "Lieverd, wat afschuwelijk dat wij dat toen niet hebben gezien." Door die reactie ervaart het kind: "Hé, mijn vader en moeder zijn er nu wel voor mij; ze vallen niet om als ik met mijn shit aan kom zetten, maar luisteren naar me. Ik doe er dus wél toe voor ze." Dan krijgen wij soms ook kippenvel. Dat ouders tegenover hun kind de verantwoordelijkheid nemen voor hun fouten, dat is zo mega-herstellend.'

#### **En daarmee is de behandeling afgerond?**

'Nee, dan volgen meestal nog enkele gezinsgesprekken, want met het herstelgesprek zijn de problemen nog niet altijd helemaal opgelost. Het kind kan dan nog steeds angstig zijn of niet naar

school willen en soms grijpen wij dan terug op meer klassieke behandelvormen, zoals EMDR of een specifieke depressiebehandeling. Maar het belangrijkste is dat we ervoor gezorgd hebben dat het gezin nu een veilige basis is voor het kind. Dat is een hele belangrijke voorwaarde voor herstel.'

#### **Slaan jullie visie en werkwijze breder aan?**

'Het emotie- en hechtingsgerichte denken krijgt in Nederland steeds meer waardering, maar de klassiek ingestelde ggz-instellingen en psychiaters hinken nog op twee gedachten. Aan de ene kant houden ze sterk vast aan hun psychiatrische diagnostiek, maar we merken ook dat ze onze systeemgerichte aanpak interessant vinden; dat ze wel inzien dat we bredere visie op psychische problemen moeten ontwikkelen, met als belangrijke vraag: hoe geven wij als hulpverleners meer begrip, steun en zorg aan ouders, zodat ouders dit aan hun kinderen kunnen geven? Wij zijn heel blij dat die gedachte steeds meer terrein begint te winnen.'

Lenny Rodenburg werkt vanuit haar eigen behandelpraktijk in Bussum, Elien van Oostendorp vanuit haar eigen behandelpraktijk in Hilversum. Beide behandelaars zijn ook opleider bij de Stichting EFT, RINO Utrecht en ze zijn supervisor en leertherapeut NVRG.

#### **Literatuur**

1. Rodenburg L, Conradi, H.J. (2022) Emotionally focused family. *Systeemtherapie*, 34,1.