

ABSTRACT

Workshop 11 april 2013

Voorjaarscongres Nederlandse Vereniging voor Psychiatrie

Vaders en transgenerationale overdracht

Glenn Helberg, Kinder en Jeugdpsychiater

Kitlyn Tjin A Djie, Transcultureel Systeemtherapeut

Hechting

De hechtingstheorie is een westers conceptueel kader gericht op de emotionele band tussen het kind en zijn opvoeders. In de praktijk wordt daarbij in hoofdzaak gekeken naar het hechtingsproces tussen moeder en kind. De moeder wordt gezien als primaire hechtings-persoon. De vader als secundaire hechtings-persoon blijft meestal buiten beschouwing. Daar waar vader wel betrokken wordt in onderzoek, blijkt dat de hechtingsrelatie op een andere manier vorm krijgt dan met moeder en kind. De hechting tussen moeder en kind blijkt niet zozeer belangrijker dan wel anders dan de hechting tussen vader en kind. Het kind heeft meerdere hechtings-figuren nodig, elk met een andere bijdrage. Dit gegeven sluit aan bij de opvoedingsstijlen in niet-westerse familiesystemen waarin het kind wordt grootgebracht door meerdere familieleden en waarbij de moeder-kind hechting niet een unieke voorwaarde is voor het welzijn van het kind.

De hechtings-theorie draagt vanwege de focus op één op één-relaties het risico in zich om vaders uit te sluiten.

Beschermjassen ontwikkelen

Het belang van vader voor de ontwikkeling van het kind is groot. De vader helpt het kind om strategieën te ontwikkelen om met stress om te gaan, om zich veilig te voelen, om vertrouwen te hebben. Dit is enerzijds een cognitief leerproces, waarbij de vader activiteiten onderneemt die het kind leert om risico's te durven nemen, grenzen te verleggen, met conflicten om te gaan en problemen op te lossen. Tegelijkertijd is er een biologisch mechanisme dat ervoor zorgt dat de strategieën opgeslagen worden in de hersenen, zodat het kind zelf leert hoe van een stresssituatie in een rustsituatie te komen. Strategieën om je te hernemen worden aan het begin van een mensenleven vastgelegd in de hersenen. Er is een biologisch proces dat erop gericht is, als er sprake is van stress, de mens in een fase van hernieuwd evenwicht (homeostase) te brengen. Zodra er sprake is van stress komt er een respons vanuit het organisme. Dit mechanisme wordt in gang gezet door de hypofyse, de hypothalamus en de bijnierschors. Daarbij speelt cortisol een belangrijke rol. Het proces zorgt voor de verschillende stadia van de informatieverwerking, namelijk het aanleren, de opslag en het oproepen van het gedrag.

Je lichaam wordt dus in staat gesteld om de stress aan te kunnen. De wijze waarop je als baby of als kind weer in balans wordt gebracht, wordt je ingegeven door je omgeving. Zo ontwikkelt zich het eigen oplossend vermogen bij mensen. Daar waar moeders vooral strategieën overdragen om troost te vinden, leren vaders vooral om actie te ondernemen. Beide strategieën zijn nodig om als zelfstandige volwassene veiligheid te ervaren en te kunnen overleven. Om je te kunnen hernemen als het moeilijk is. Deze strategieën noemen we ook wel beschermjassen.

Jong vaderschap in de liminele ruimte

Ieder mens kent fase-overgangen in zijn leven, zoals de adolescentie, het veranderen van baan, het krijgen van kinderen, een scheiding of ziekte. Ook families kennen in het verlengde hiervan faseovergangen zoals bij migratie, geboorte en dood. Het antropologische concept Rite de Passage duidt de volgorde van de drie fasen waarin elke overgang zich voltrekt en de elementen die daarbij een rol spelen. De eerste fase is het afscheid, het besef van iets verloren te hebben, iets los te moeten laten. De tweede fase is de liminele fase. Limen betekent drempel. Je staat op de drempel

van iets nieuws, maar je bent er nog niet. Je hebt het besef van verlies maar nog niet het besef van iets nieuws, waarmee je vorm kan geven aan de nieuwe fase. De laatste fase is dan de reïntegratie, er komt weer rust en veiligheid, de overgang is afgesloten. Als zich meerdere faseovergangen tegelijkertijd voordoen, als er sprake is van gestapeld verlies zijn de strategieën, de beschermjassen die je geleerd hebt van je vader en je moeder cruciaal. Ze helpen je om je te hernemen, om je te beschermen in moeilijke tijden. Als een adolescent met een migratieverleden vader wordt, is er sprake van gelaagd verlies. Als je daarnaast zelf niet geleerd hebt dat je als vader belangrijk bent als hechtingsfiguur, als je geen strategieën hebt geleerd van je eigen vader, kun je deze ook niet spontaan doorgeven aan je kind.

Trans-generatieel vaderschap

Als er sprake is van een disfunctioneel familie-patroon, zoals het structureel ontbreken van de vaderrol in opvoeden en opgroeien, zijn er drie generaties nodig om dat patroon te doorbreken en te herstellen.

De liminele ruimte biedt een kans om de generaties opnieuw te verbinden en te helen. De eerste generatie draagt het verlies van het evenwicht, bijvoorbeeld door migratie of oorlog. De tweede generatie volgt de pijn en het zwijgen van de eerste. Hij volgt niet het eigen verlangen uit loyaliteit naar de vorige generatie. De derde generatie luistert, vraagt en doorbreekt het zwijgen. Hij verwoordt de betekenisgeving na het horen van de ervaringen van de eerste en de tweede generatie. Hulpverleners kunnen jonge vaders beschermjassen in de liminele fase door de stemmen van drie generaties bijeen te brengen. Door de jonge vader in te bedden in drie generaties kan hij, met behulp van levenslijnen en genogrammen, vergeten geuren, rituelen, tradities en strategieën uit de historie van de familie her-inneren en ophalen.