

Gezinsrelaties zijn te herstellen

Praktijkverhaal door Monique van Kuijk

Twee jaar geleden werd een mevrouw verwezen in verband met postpartum depressie. Nadat ze me gebeld had, had ik het gevoel dat ik iets verkeerd gezegd had en haar afgeschrikt had. Het kwam niet tot een afspraak. Ik maakte me zorgen over haar en haar dochtertje en belde haar huisarts, waarbij ik aangaf dat ik het misschien niet handig aangepakt had en hoopte dat ze haar nog ergens anders naar verwezen kreeg. Onlangs belde dezelfde huisarts me op om deze mevrouw opnieuw te verwijzen, waarbij ze aangaf dat mevrouw nu wel gemotiveerd was. Gespannen belde ik mevrouw op, toch een beetje bang om weer 'afgewezen' te worden. Ze gaf aan dat de situatie op dat moment zo moeilijk was met haar dochtertje dat ze nu echt wel wilde komen. Het gesprek duurde kort, maar ze reageerde vervolgens wel op mijn mails. En liet me zelfs weten dat ook haar man mee kon komen. En werkelijk, ze kwamen. Het gezin, een heel jong stel met hun peuter (3 jaar), zat onwennig in de wachtkamer, moeder wat afzijdig en vader met hun dochter liggend op zijn schoot, alsof ze een baby was. Ze kwamen mee de kamer in en gingen op de klaargezette kussens zitten. Ook hier kroop de 'babypeuter' op schoot bij vader en moeder zat er (op een afstandje) moederziel alleen. Als dit gezinsdiagnostieksessie met behulp van The Lausanne PicNic Game zou zijn geweest, zou deze interactie in de dimensie 'warmte en liefdevolle sfeer' laag gescoord worden omdat er sprake is van buitensluitende coalitie.

Even terzijde.

In de Infant Mental Health zitten we meestal op kussens op de grond met eventueel een babykleedje ertussen. Daarnaast is er speelgoed, aangepast aan de leeftijd van het kind. Het voordeel hiervan is dat het zitten op de grond bijna op ooghoogte is van het kind, waardoor er niet over maar met het kind gepraat en gespeeld wordt. Het is flexibeler en makkelijker om even wat dichterbij of verder weg te gaan zitten. Depressieve ouders kunnen zich in deze positie letterlijk verbergen achter het kind. [Wat ze niet beseffen is dat ik via hun kind ook sensaties of wensen van ouders kan 'voelen'. Bijvoorbeeld via tegenoverdracht. Als ik het verlangen voel om de baby op te pakken vraag ik aan moeder 'Je zorgt zo goed voor je baby, geeft haar eten, helpt haar om rustig te worden en draagt haar. Misschien verlang je zelf ook wel eens om zo goed verzorgd te worden'. Ik heb op deze vraag nog nooit een 'nee' gehoord, altijd kwam er wel iets van verlangen naar...]

Terug naar dit jonge gezin.

Ik voelde me onzeker bij dit jonge gezin, met een moeder die zo broos en eenzaam tegenover me zat (zonder baby om zich achter te verschuilen) en een 'babypeuter' die niet naar een van de volwassenen kijkt, enkel tegen vaders zijkant lag. Moeder vertelt hoe moeilijk het is dat haar dochter haar zo afwijst, ze alles verkeerd doet en ze niets voor haar mag doen. Maar dat ze erg blij is dat vader de eerste jaren de baby liefdevol heeft verzorgd, toen zij zo depressief was en niets met haar baby wilde/kon doen. Ik heb nu met moeder te doen en zou haar het liefst troosten. Ik ben blij dat haar man haar heel lief met zijn hand op haar been geruststelt. Maar als ik navraag hoe die hand voor haar voelt geeft ze aan dat ze dat niet fijn vindt. Ze vertelt dat ze door haar eigen moeder ook nooit aangeraakt is. Zelfs nu raken ze elkaar niet aan als ze elkaar begroeten. Ik zeg tegen haar iets meelevents en vraag dan aan hem of hij voelde dat ze dat niet fijn vond. Dat bleek zo te zijn. Ik geef aan dat me dat ook moeilijk voor hem lijkt omdat hij zo'n lief gebaar maakt naar zijn vrouw, een gebaar waar veel vrouwen die bij mij komen naar hunkeren, maar dan weet en voelt dat ze dat niet fijn vindt. En natuurlijk vindt hij dat ook heel erg moeilijk. Hij wil zo graag dat zijn twee meiden samen gelukkig zouden zijn. Na hun verhaal over de zwangerschap, bevalling en eerste jaren vertel ik

hetzelfde verhaal aan de peuter in peutertaal. Zo iets als: 'mama en papa waren zo blij dat Anne kwam en vonden Anne heel mooi en lief. Ze knuffelden Anne allebei en zorgden goed voor Anne. Maar opeens werd mama ziek en kon ze niets meer. Ze snapte niet wat er met haar was en anderen ook niet. Ze kon niet voor zichzelf zorgen en dus ook niet voor Anne. Gelukkig zorgde papa heel goed voor Anne en daar was mama heel blij mee. Toen ze weer een klein beetje beter werd miste ze Anne. Ze wilde met Anne spelen en Anne helpen. Maar dat was zo vreemd voor Anne dat Anne dat niet wilde en mama vond dat heel erg. Ze probeerde het elke keer, omdat ze Anne zo lief vond en ze vond het heel moeilijk dat Anne van haar weggroop en naar papa ging. Daarom zitten we hier nu samen om te kijken of Anne en mama en ook papa het samen weer fijn gaan krijgen, net zoals in het begin.' En terwijl ik dit op een rustige manier vertel, naar woorden zoekend, terwijl ik naar ieder van hen kijk, zie ik dat de peuter zich wat opricht en mama aankijkt. Moeder wordt wat rustiger en even lijkt er een beetje een driehoek van gezamenlijkheid te bestaan tussen beide ouders en de peuter. Dus even geen buitensluitende coalitie. Het was heel spannend en na een stilte vroeg ik aan moeder hoe Anne naar haar keek. Ze zei dat ze heel blij naar haar keek en dat dat erg fijn was. Ik voelde dat een pril begin van contact tussen moeder en kind en het gezin en mij aan het ontstaan was. Maar snel daarna was het contact tussen moeder en dochter weer weg. Alleen vader mocht met haar spelen. Dus weer de buitensluitende coalitie. Echter moeder was wel wat opener naar mij en haar man. (Relatie tussen partners is nu dus beter) Op het einde werd het weer spannend. De schoenen van Anne moesten weer aan en het speelgoed moest worden opgeruimd. Het was een geschreeuw en nee, nee en nog eens nee. De ouders ruimden het speelgoed op en toen was er even rust. Nu de schoenen nog. (Ook dit is in de IMH altijd ingewikkeld. Op tijd stoppen lukt bijna nooit. Er is altijd wel iets te vechten, een fles die nog niet leeg is, of een kind dat gespuugd heeft. Dan loopt de stress bij iedereen hoog op, ook bij de therapeut.) Het lukte vader om Anne het eerste schoentje zelf aan te laten doen, een hele prestatie. Maar de tweede werd weer een nee, nee, nee. Dan wil vader haar de schoen aandoen. Ik sta al en suggereer met mijn ogen of moeder dat misschien kan doen. Moeder probeerde het en het werd een echte machtsstrijd. Ze dwong haar om de schoen aan te doen, maar dat lukt niet met een stijve voet. Dan dreigt moeder om de schoen in de prullenbak te gooien (een loos dreigement), waar de peuter echt niet op reageert. Dus moeder is heel erg onthand en vader probeert zijn dochter rustig te krijgen en te zeggen dat mama het ook kan. Ik heb erg veel spijt van mijn suggestie en heb het gevoel dat ik moeder wel erg op de proef heb gesteld. De stress loopt op. Daarna suggereer ik dat het ook niet erg is als ze nu met één schoen aan naar buiten loopt en mama straks misschien de schoen wel aan mag doen. En zo gingen ze weg. Babypeuter in de armen van vader en moeder met de schoen. Misschien zei ik dat laatste vooral uit schuldgevoel, of om aan het geschreeuw en gevecht een einde te maken, of om nog even voor mezelf rust te creëren vóór ik mijn volgende gesprek in zou gaan. Ik weet het niet, maar ik was ook 'buiten mijn raampje' door de heftige ontregeling in dit gezin. En snapte wel beter waarom vader alles deed om rust in huis te houden. Daarna kwam mijn angst weer opzetten dat ik het weer verkeerd gedaan had en ze niet meer terug zouden komen. Maar het tweede gesprek kwamen ze ruim voor de afgesproken de tijd binnenstappen. Daarna zitten vader en moeder op een kussen en de peuter in het midden met speelgoed. De ouders vertellen samen trots en blij hoe ze het aangepakt hebben. (Dit zou een hoge score bij de LPG op de dimensies Co-ouderschap en Interactie tussen partners opleveren). Ze hebben aan Anne aangegeven dat papa en mama haar om de beurt naar bed brengen en dan een verhaaltje voorlezen. Moeder vertelt dat ze de eerste keer steeds afgewezen werd, maar (gesteund door vader) ging ze elke keer weer naar boven en zei dat mama nu zou komen en een verhaaltje wil lezen en anders niet. Na vele afwijzingen bleef ze toch dapper doorgaan en uiteindelijk mocht ze het verhaaltje voorlezen en konden ze samen om het verhaaltje lachen. En zo hebben ze steeds meer dingen geprobeerd en nu mag mama net zoveel als papa. Ik ben trots, blij en gelukkig dat dit gezin dit zo goed en snel voor elkaar heeft gekregen en laat hen dit ook merken, waarbij ik aangeef dat ze nu

echt een gezin zijn en zij nu ook niet meer zo alleen. Ja, zegt ze, en nu heb ik er ook vertrouwen in om verder te gaan met de therapie. En hoe kwam het nu dat ze het zo gedaan hebben? Vader geeft aan dat hij door het vorige gesprek merkte dat hij eigenlijk het verkeerde deed. Dat hij hun dochter te veel hielp waardoor ze niet meer geholpen wilde worden door mama (en daarmee mama dus buitengesloten werd). Hij had niet beseft dat hij zelf een aandeel had in het probleem tussen Anne en moeder. Verder had de situatie met het schoentje geholpen. Want op het einde van de autorit mocht moeder het schoentje aandoen. Dat had hun doen beseffen dat ze het anders aan moesten pakken en zo kwamen ze op deze aanpak, waarbij vader het niet als vanzelf van moeder overnam. Maar hij zijn vrouw hielp om de afwijzing te verdragen en toch steeds opnieuw te proberen en ze samen als ouders de regels bepaalden. Wat kan ik dan blij zijn dat deze ouders elkaar weer gevonden hebben als ouders. We zullen nog wel wat werk hebben zodat zij elkaar vaker weer vinden als ouders en als partners. Maar ook om te zorgen dat moeder en dochter op een ontspannen manier met elkaar kunnen spelen en moeder wat meer woorden kan hebben voor haar eigen wensen, gevoelens en gedachten. Toch heb ik er vertrouwen in dat we het gaan redden. Dat het contact hersteld kon worden, nadat we er woorden aan hadden kunnen geven. Het gebeurt maar een enkele keer dat het gezinspatroon zo snel duidelijk is en er zo snel zo'n groot resultaat bereikt wordt. Meestal heb ik een uitgebreidere intake nodig en de gezinsdiagnostiek van de Lausanne PicNic Game om dit patroon tussen ouders (en hun kind) te zien. En mijn angst dat ik haar afgeschrikt had, waardoor ze weg is gebleven of dat ik in het eerste gesprek weer te veel onrust had veroorzaakt waardoor ze niet meer terug zouden komen is dus echt een tegenoverdrachtsgevoel geweest. In het gezin is er waarschijnlijk veel angst om het verkeerd te doen, waardoor de een zich terugtrekt, de ander zich als een baby gedraagt en de derde alle zorgen op zich neemt zonder bewust te zijn van zijn eigen gevoelens en wensen. We gaan een spannend verhaal beginnen, waarbij we weten dat relatiepatronen kunnen veranderen als het contact hersteld wordt.

Eerder verschenen op de website van de NVPP.