

Tom van anderhalf lost zijn probleem zelf op

Tekst: Charlotte Visch

Charlotte Visch heeft een eigen kindertherapiepraktijk (Child Consult) in Amsterdam. Naast haar werk als kindertherapeut doceert zij aan de Nederlandse Academie voor Psychotherapie en verzorgt zij lezingen en studiedagen voor leerkrachten, psychologen, orthopedagogen en maatschappelijk werkers. Zij is initiator van tal van nascholingen, onder andere de training tot Happy Coach in het basisonderwijs.

‘Hallo, met Floor,’ hoor ik een vrouwenstem aan de andere kant van de lijn, ‘ik heb hulp nodig met mijn zoontje.’ Ik blij Floor, de moeder van Tom, aan de lijn te hebben. Ze heeft dringend hulp nodig voor Tom van anderhalf. Haar zoontje heeft al vanaf zijn geboorte slaapproblemen. Hij kan moeilijk inslapen en wordt vervolgens na een paar uur huilend wakker. ‘Wat erg voor Tom,’ reageer ik, ‘en ook voor jullie, want jullie zullen wel uitgeput zijn.’ Floor breekt. Ik hoor haar snikken.

Nadat we wat informatie hebben uitgewisseld, is het tijd om een afspraak te maken. Gebruikelijk is de ouders samen te zien zonder het kind, zodat zij vrij over hun kind kunnen praten. Nu kies ik voor een andere aanpak. Met name heel jonge kinderen staan volledig open en nemen alles op aan sfeer, spanning en onderdrukte gevoelens van de mensen in hun omgeving. Vanuit die gedachtegang maak ik een afspraak voor het hele gezin. In dit geval dringt moeder Floor er zelf ook met nadruk op aan dat Tom meekomt: ‘Hij weet dat we hem willen helpen.’

Een aantal dagen later zijn ze met elkaar op de kindtherapiepraktijk. Het gezin heeft vanaf de geboorte van Tom onder druk gestaan. Moeder Floor had last van bekkeninstabiliteit, vader Mathieu heeft het druk met zijn werk. Floor voelt zich alleen, wil graag vertellen over haar dag, en Mathieu is gesloten, niet toegankelijk. ‘Ik ben niet zo praterig opgevoed’, vertelt hij verontschuldigd. ‘En dan hebben we nu Tom ook nog, die al vanaf het eerste begin slecht slaapt en midden in de nacht meerdere malen huilend wakker wordt.’ Mathieu kijkt mij wanhopig aan en vervolgt: ‘En als ik streng ben en Tom dwing in zijn bed te blijven, is het ook weer niet goed.’ Hij kijkt hierbij schichtig naar Floor. Floor reageert niet. Ze zit op de stoel en kijkt stuurs voor zich uit. Ze vertelt dat ze in haar wanhoop (een half jaar geleden) vader Mathieu voor de keuze heeft gesteld: óf zijn geslotenheid aanpakken óf scheiden. Vader is aan het werk gegaan met zichzelf en het gezin herstelde zich. Op dit moment dreigt er weer een crisis, want moeder is uitgeput en vader weigert vaderschapsverlof op te nemen. Terwijl Floor en Mathieu mij deze huwelijksproblematiek vertellen, is Tom aan het spelen met twee speelgoedmuisjes, die hij in de speelkamer heeft gevonden. Hij schijnt niet op ons te letten. Plotseling slaat de kachel aan. Tom schrikt van het geluid, staat te trillen, kijkt angstig en grijpt de dichtstbijzijnde volwassene vast. Floor legt hem meteen uit dat het de kachel is en vertelt mij dat Tom erg bang is voor plotselinge geluiden. ‘We hebben er van alles aan gedaan om hem te laten wennen aan geluiden, maar hij blijft angstig’, legt Floor mij uit. Even later is duidelijk te zien dat Tom heel moe is, zijn oogjes vallen dicht. Om ze open te houden, wrijft hij er met zijn vuistjes in. Moeder Floor vertelt verder dat Tom een moeilijke bevalling heeft meegemaakt: een tangverlossing. Ieder mens kan zich voorstellen dat het niet erg prettig is om op deze manier geboren te worden. Het zal je maar gebeuren! Is het wellicht mogelijk dat Tom ’s nachts akelig droomt en ’s morgens een heel onprettig gevoel van machteloosheid en

controleverlies uit de droom meeneemt en er niet meteen los van kan komen? Om op deze vraag antwoord te kunnen geven, zal ik de interne plattegrond van Tom moeten onderzoeken. Waar zitten zijn krachten, zijn drang tot autonomie, zijn ‘volwassen’ wensen om de wereld te verkennen en te begrijpen? Waar is die Grote Tom die de wereld aankan? Veronderstel eens dat die Grote Tom van bijna 2 jaar ’s avonds inslaapt en dat er een machteloos gevoel (van rond zijn geboorte) ’s nachts ‘wakker’ wordt in zijn dromen. Bijna alsof de pasgeboren Kleine Tom er ’s nachts nog is. Het is een wonderlijk idee om zo te denken, want Tom is Tom. En er zit natuurlijk niet echt een Kleine Tom in hem, maar zo kan hij het wel ervaren. ‘Hoe vinden jullie dat idee,’ vraag ik, ‘dat Grote Tom nog met een angstige, huilende Kleine Tom zit?’ De ouders knikken aarzelend. ‘Ja, zo lijkt het wel’, reageert Mathieu. Tom, die me tot op dat moment nog niet heeft aangekeken, draait zich om en kijkt me doordringend aan. Ik kijk rustig terug, terwijl ik geen idee heb wat er precies in hem omgaat. Ik weet wel: Tom weet wat er aan de hand is en hij is de enige die dit probleem kan oplossen. Is hij dat nu aan het doen?

Wanneer Floor en Mathieu hem na de tweede intensieve sessie ophalen, vertellen ze dat Tom na de vorige sessie ’s morgens weer huilend wakker is geworden. Na een uur werd hij rustig en zei: ‘grote Tom wakker’. Kennelijk heeft Tom op een bepaald niveau zijdelings heel wat opgepikt vanuit het eerste gesprek. Ik leg de ouders uit dat Tom, zo jong als hij is, zichzelf binnenin moet leren troosten. Ik vertel dit in directe aanwezigheid van Tom. Die lijkt het niet te horen. De daaropvolgende keer hoor ik van zijn moeder dat hij de hele week alles een kusje wil geven. ‘Kusje geven’, roept hij telkens. Tom wordt gedurende de volgende drie sessies steeds sterker en vrolijker, hij gaat meer spelen. Thuis slaapt hij gemakkelijker in, hij slaapt langer en wordt meer vanuit de Grote Tom ’s morgens wakker. Dan vertelt Floor dat Tom ook al heel lang last heeft van eczeem. Het laait de laatste tijd sterk op. Na een gesprek over de mogelijke psychische component van eczeem (wie zit Tom te veel/te dicht op zijn huid?), oppert ze de mogelijkheid dat zij die persoon is. Ze geeft Tom die week meteen meer ruimte. Binnen drie dagen is het eczeem sterk verminderd, en korte tijd later is het helemaal weg. Tom slaapt goed, voelt zich sterk en vrolijk. Tom heeft de belangrijkste aanname van de integratieve kindtherapie bewezen: kind weet ’t probleem, kind kan ’t zelf oplossen, kind doet ’t met de middelen die hij zelf uitkiest.