

Hechting en autisme: Een bijzondere band

De inzichten omtrent autisme zijn de laatste jaren enorm toegenomen. Niet langer heerst er één opvatting die deze en aanverwante stoornissen verklaart; diverse invalshoeken doen ons begrijpen hoe mensen met autisme in het leven staan. Een weinig gehanteerde benadering is de relatie tussen deze aandoening en een verstoord hechtingsproces. Terwijl die benadering volgens psycholoog en trainer Henk Algra juist helpt om begeleiding en ondersteuning van mensen met een autistisch beeld goed op elkaar af te stemmen.

Door John Sijnke

Je kunt nooit helemaal begrijpen hoe iemand met autisme de wereld beleeft. Gelukkig zijn er heel wat verhalen en boeken geschreven door 'ervaringsdeskundigen' die ons een beter inzicht geven. Daarnaast vertellen mensen met autisme hun begeleiders natuurlijk ook veel verhalen over de ervaringen die ze hebben. Maar er blijven gebieden die voor ons nooit volledig helder zullen worden. Psycholoog en trainer Henk Algra is van mening dat het belangrijk is iets te weten over het hechtingsproces en de verstoring daarvan om je te kunnen verplaatsen in mensen met autisme. En om te begrijpen wat verstoorde hechting is, zul je eerst moeten weten wat veilige hechting is en hoe die ontstaat.

Gemiste kansen

Volgens Henk Algra staat hechting aan de basis van alle menselijke ontwikkeling. Het gaat in hechting om de band tussen kind en opvoeders. En dat is een unieke band, tussen *dit* kind en *deze* opvoeders. Zonder die band (hechting) kan er geen sprake zijn van ontwikkeling tot een gezond persoon. Hechting in de vroege levensjaren is dus essentieel voor onze latere ontwikkeling. En die eerste levensjaren bieden ons daarop een unieke, éénmalige kans: je kunt die eerste jaren (en dus ook het proces van hechting) later niet meer overdoen. Gemiste kansen in het hechtingsproces zijn dan ook moeilijk te herstellen. Gelukkig bestaan er momenteel wel speciale programma's (inhaalstrategieën) voor kinderen die een ernstige hapering in dit proces hebben ondervonden. Kinderen die bijvoorbeeld (om welke reden dan ook) de periode hebben gemist waarin lichamelijk contact als knuffelen de band tussen opvoeder en kind versterkt. Het letterlijk inhalen van die periode (bijvoorbeeld die knuffelfase zeer nadrukkelijk alsnog doorlopen) helpt bij een aantal kinderen de hechtingsschade te beperken of soms zelfs te herstellen. Maar hoe ouder het kind is, hoe moeilijker het wordt om de gezonde hechting alsnog tot stand te brengen.

Veilige hechting

Maar wat speelt er nu precies bij hechting? Henk Algra: 'Zelfs al voor en direct na de geboorte is er al sprake van een zekere gerichtheid op de belangrijkste persoon in de nabijheid van het kind: de moeder. Anders dan bij dieren gaat er bij mensen een lang proces van elkaar leren kennen aan de hechting vooraf.' Uit onderzoek weten we dat de zintuiglijke ontwikkeling niet alleen na de geboorte maar ook al daarvoor een belangrijke factor is bij hechting. Een kind herkent zijn opvoeders, in eerste instantie via beweging en trilling en later ook via tast en geur. Daardoor leert het kind die opvoeders kennen en zich veilig bij hen te voelen. Die veiligheidsbeleving is een kenmerk van gezonde (veilige) hechting. Een kind dat veilig gehecht is reageert op opvoeders die even buiten beeld zijn. Uit onderzoek blijkt dat veel jonge kinderen minder actief worden wanneer hun opvoeders er even niet zijn. Wanneer de opvoeder terug keert, neemt de activiteit weer toe.

Evenwicht

Essentieel bij veilige hechting is dat het kind een goed evenwicht weet te vinden tussen 'gehechtheidsgedrag' (contact maken met de 'gehechtheidspersoon', troost zoeken) en

onderzoekend, onafhankelijk gedrag. Bij een gezond verlopen hechting ontstaat het evenwicht vanzelf. Dat evenwicht is in het latere leven van grote invloed op het omgaan met relaties, contacten en gevoelens. We spreken dan van veilige hechting. Het vermoeden bestaat dat er bij mensen die in de criminaliteit terechtkomen vaak sprake is van onveilige hechting. Dit geldt trouwens ook voor zeer veel patiënten in de psychiatrie. Het is overigens wel van groot belang om de schuldvraag buiten beschouwing te laten: het moeizaam kunnen hechten heeft vaak ook met factoren in het kind zelf te maken.

Prikkelverwerking

Een recente opvatting is dat autisme een prikkelverwerkingsstoornis is. De moeizaam verlopende hechting zou daar dan weer een gevolg van zijn.

De meeste kinderen zijn van nature in staat om prikkels die op hen afkomen te selecteren. Die selectie passen we ons hele verdere leven toe: door niet overal op te reageren zijn we in staat ons te concentreren. Sommige kinderen hebben veel moeite om prikkels te verwerken, ze te selecteren en zich dus te concentreren. Als dat het geval is, heeft een kind ook moeite om de prikkels die het vanuit belangrijke hechtingspersonen ontvangt (zijn opvoeders) te onderscheiden van andere prikkels. Met andere woorden: doordat het zich niet op die – voor hechting belangrijke – prikkels kan concentreren, is het ook niet in staat zich te hechten.

Te veel afgeleid

Henk Algra: 'Verstoorde hechting kan een gevolg zijn van anders reageren op informatie. Autistische kinderen hebben van jongs af aan veel meer moeite om te verwerken wat er in hun omgeving gebeurt. Ook de manier waarop een kind normaal het contact met zijn opvoeders ervaart, verloopt bij een autistisch kind anders. Verstoorde hechting is dan dus een indirect gevolg van de bemoeilijkte prikkelverwerking.' Eén van de verklaringen die onderzoekers geven is dat de hypothalamus in de hersenen de prikkels onvoldoende filtert. Daardoor kan het kind niet selecteren wat belangrijke of onbelangrijke prikkels zijn. Het gevolg daarvan bij autistische kinderen zou zijn dat ze zich onvoldoende op hun opvoeders kunnen concentreren: de aandacht wordt te veel afgeleid door andere gebeurtenissen, zoals geluid en bewegende voorwerpen. Andere kinderen sluiten zich juist heel erg af van prikkels, mogelijk omdat het hun anders allemaal te veel wordt.'

Ontwikkelingsdynamisch

Het lijkt er dus op dat de hersenbeschadiging die ten grondslag ligt aan een prikkelverwerkingsstoornis er ook de oorzaak van is dat hechting bij kinderen met autisme niet op de gewenste wijze kan verlopen. En omdat het niet 'gewoon' verloopt, wordt er ook anders gereageerd. Het ontwikkelingsdynamische model van professor Anton Došen geeft het nodige houvast. Eenvoudig redeneert Došen dat elk kind uniek is en iedere opvoeder op zijn eigen unieke manier op het kind reageert, waar het kind weer op reageert, waar weer op wordt gereageerd enzovoort, enzovoort. Er is dus niet één oorzaak waardoor een kind op een bepaalde manier reageert, er is een constante wisselwerking van oorzaken. Een kind met autisme dat door een prikkelverwerkingsstoornis niet adequaat kan reageren op de prikkels van essentiële hechtingspersonen (de opvoeders), roept bij die personen weer een reactie op. Een moeder reageert bijvoorbeeld anders op een heel rustig kind dat nauwelijks een beroep op haar doet, dan op een hyperactief kind dat voortdurend de aandacht vraagt. De ontwikkelingsdynamische benadering geeft dus geen oorzaak voor een anders verlopen hechtingsproces, maar wel een verklaring voor het proces dat volgt wanneer iemand niet adequaat op hechtingsprikkels kan reageren.

Onvoldoende afgestemd

Wie op deze manier naar (de achtergronden van) autisme kijkt, kan de nodige handvatten vinden bij het ondersteunen van mensen met autisme. In de ontwikkelingsdynamische benadering zitten belangrijke relationele aspecten. De wisselwerking in dit model zegt niet

alleen iets over de persoon met autisme, maar ook over de ander, de ondersteuner. Die heeft met z'n gedrag ook invloed. Ondersteuners van mensen met autisme moeten niet alleen op zoek naar achtergronden van gedrag van de ander, maar ook kritisch kijken naar de eigen houding en de effecten die deze met zich mee kan brengen. Veel gedragsproblematiek bij mensen met autisme komt voort uit het niet in voldoende mate afgestemd zijn op elkaar. Dat is niet verwijtend bedoeld, want optimale afstemming is in feite niet mogelijk. Hoe goed we ons best ook doen, alles begrijpen en voorkomen is ondoenlijk. Hoe iemand met autisme zijn wereld beleeft is voor niet-autistische mensen wellicht op cognitief niveau te bevatten, maar om de daarbij behorende beleving ook werkelijk te begrijpen zou je eigenlijk zelf autistisch moeten zijn. Zo sterk wijkt de manier waarop mensen met autisme de hun omringende wereld waarnemen en beleven af van de manier waarop wij dat doen.

Meer inzicht

Ondersteuning van mensen met autisme vraagt dus nogal wat van de betrokkenen. Gelukkig wordt er veel onderzoek gedaan, waarvan de verworven inzichten ook in trainingen worden aangeboden aan directe begeleiders van mensen met autisme. Zo ontwikkelde Henk Algra, op basis van jarenlange ervaring, de korte training 'Hechting en autisme', die begeleiders met behulp van videoanalyse niet alleen meer inzicht geeft in de relatie tussen hechting en autisme, maar ook hele praktische handvatten voor de dagelijkse begeleiding aanreikt. Een andere belangrijke factor bij het ondersteunen van mensen met autisme is inzicht in de ontstaansgeschiedenis. En zeker de actuele inzichten daarin. Als een prikkelverwerkingsstoornis de oorzaak is van verstoorde hechting, dan weten we ook dat dat gevolgen heeft voor de wijze waarop mensen met autisme (relaties met) anderen ervaren. Een bekend voorbeeld is de teleurgestelde begeleider die merkt dat de autistische cliënt een heel andere betekenis geeft aan de in de loop der jaren opgebouwde relatie. Inzicht in het verschil tussen gezonde en verstoorde hechting helpt om verwachtingen realistisch te houden. Het is dan ook van belang dat ondersteuners van mensen met autisme hun eigen motieven kritisch onderzoeken.

Mark, Nel of Sonja

'Het is essentieel om mensen met autisme als unieke personen te blijven zien', zegt Henk Algra ten slotte. 'Iemand is geen "autist", maar Mark, Nel, Sonja of Peter, die in een bepaald gezin is opgegroeid en op een bepaalde manier de wereld ervaart.' Alle verklaringen over prikkelverwerkingsstoornissen, onveilige hechting en stoornissen in het autistisch spectrum mogen ons dus niet in de weg staan ieder mens met autisme toch steeds weer als een unieke persoon met unieke eigenschappen en achtergronden te blijven zijn. En dat maakt werken met deze mensen ook steeds weer tot zo'n boeiende en leerzame ervaring.

Met dank aan Henk Algra (voor dit artikel is mede gebruikgemaakt van teksten uit de door Henk geschreven trainingsreader 'Hechting en Autisme').

Verschenen in AS, Maandblad voor de activiteitensector

Een uitgave van Y-Publicaties
Postbus 10208
1001 EE AMSTERDAM
020 520 60 67
as@y-publicaties.nl