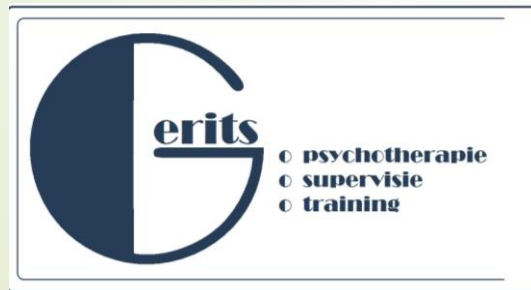


Storm, het Zelf en de Ander tijdens de Adolescentie

Studiedag NVPP, 4 november 2016

Lidewij Gerits





Casus (1)

Tracy, 13 jaar

- Ouders gescheiden, woont met moeder en oudere broer.
- Moeder is een alleenstaande vrouw, werkt aan huis (kapster); herstellend van een verslaving; er zijn voortdurend geldproblemen. Ze is betrokken bij de kk maar lijkt zich ook vaak schuldig en onmachtig te voelen; wordt bezet door andere zorgen en mensen die aan haar trekken. Ziet wel dat het niet goed gaat met Tracy maar weet niet hoe contact te maken.
- Vader is heel beperkt in beeld; heeft een nieuw gezin; zegt afspraken vaak af; wordt voortdurend afgeleid door werk. Heeft weinig oog voor de binnenwereld van zijn kinderen.
- Broer Mason is veel met en bij zijn vrienden.

Casus - vervolg

- Samenloop van omstandigheden:

pubertijd, nieuwe sociale orde op school, moeder haalt (ex-) verslaafde ex-partner weer in huis en noodlijdende kennissen, vader heeft een nieuwe baan, ontluikende seksualiteit

- Houding Tracy:

voortdurend boos, zich afzetten tegen moeder, vleien op andere momenten, hunkert naar bevestiging, een gevoel van erkenning en verbondenheid, wil 'erbij horen', emotioneel steeds meer terug trekken, weg van oude vriendinnen en familie > **moeilijk bereikbaar!**



Mentaliseren

Het doen en laten van

zichzelf en van **anderen**

impliciet en **expliciet**

waarnemen en **begrijpen**

in termen van

intentionele mentale toestanden

(bv. gevoelens, gedachten, bedoelingen en verlangens)



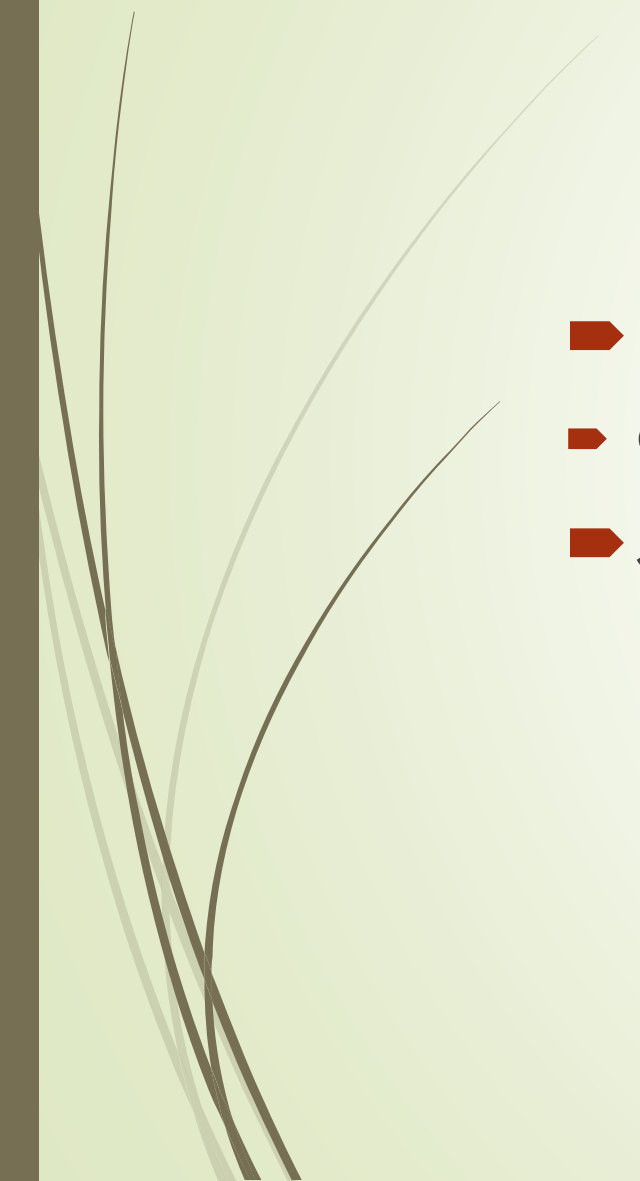
Mentaliseren: multi-dimensioneel

4 dimensies:

- Gecontroleerd vs. automatisch
 - Intern vs. extern
 - **Zelf-georiënteerd vs. ander-georiënteerd**
 - Cognitief vs. affectief proces
-
- Deze polariteiten worden gestuurd door andere neurale netwerken
 - Problemen kunnen globaal zijn, maar zich ook situeren in een van de polariteiten



Veranderingen tijdens de Adolescentie

- Neurobiologisch perspectief (Sociale Brein)
 - Ontwikkelingspsychologisch perspectief
 - Systemisch perspectief
- 



Het Sociale Brein:

- **Aflezen** van sociale signalen:
 - Oppikken en filteren
 - Eerste taxatie
- **Voelen** van sociale signalen:
 - De affectieve betekenis van signalen van de ander voor jezelf
- **Omgaan** met sociale signalen:
 - Perspectief ander kunnen innemen en meewegen

Veranderingen tijdens adolescentie: Storm

- ▶ Sterker reageren op gezichtsuitdrukkingen van anderen (zowel boze als blij gezichten)
 - **Impulsen** minder kunnen inhiberen
 - *Zowel toenaderings- als vermijdingsgedrag neemt toe*
- ▶ Meer moeite met goed inschatten ander
 - Meer fouten maken in **taxatie**
 - *Meer miscommunicaties en keuzes gebaseerd op verkeerd begrijpen ander*
- ▶ Effect buitensluiten of erbij horen sterker
 - Minder kunnen **relativeren** of (complexer) interpreteren
 - *Hoge arousal bij differentiatie, minder andere perspectieven 'willen' genereren*

Adolescentie en mentaliseren: sterkere emotionele reacties en meer moeite met expliciet mentaliseren.

Systemische context en Gehechtheid: Storm!

- ▶ Relaties veranderen
 - Jongeren brengen meer tijd buitenshuis door, vrienden worden belangrijker
 - Ouders komen meer op afstand te staan en krijgen een andere rol
- ▶ Gehechtheidsrelaties veranderen
 - Primaire gehechtheidsrelaties nemen in belang af en staan onder druk
 - Nieuwe gehechtheidsrelaties worden nog gevormd

Dubbele handicap?

Veranderende relaties brengen meer onzekerheid met zich mee en vragen een sterker mentaliserend vermogen terwijl dit vermogen in deze fase juist onder druk staat.

> Belang mentaliserende omgeving

Containment en hulp vanuit een mentaliserende omgeving staat ook onder druk in deze storm.

Casus (2)

Wat zien we bij Tracy?

► Representaties

'Als ik hetzelfde ben als Evi/jongens mij willen dan ben ik de moeite waard'

'Ik ben niet de moeite waard, anderen zijn niet geïnteresseerd in mij'

'Aan anderen heb ik niets, anderen hebben mij niets te vertellen'

► Relatiepatroon

Nieuwe vrienden: kopiëren, verleiden – bevestiging, gebruik maken

Oude vriendinnen: terugtrekken – afhaken

Familie: afwijzen/boos worden – terugtrekken

> *Onbereikbaar voor 'gezonde' omgeving; bevestiging voor bestaande representaties*

► Problemen met affectregulatie: destructieve patronen

seks, alcohol en drugs, snijden, woede-uitbarstingen



Casus - vervolg

➤ **Mentaliseren** Tracy:

- **Hyperalert** op het gedrag en de (gezichts)uitdrukkingen van anderen
- Razendsnelle **inschattingen** maken die vaak bevestigend lijken te zijn voor haar overtuigingen over zichzelf en anderen
- **Handelen** vanuit deze (rigide) ideeën
 - Sterk reageren op de beloning van bevestiging van leeftijdgenoten
 - Angst er niet bij te horen als ze niet 'meedoet'

➤ **Profiel:** vooral automatisch, affectief, extern georiënteerd en met weinig onderscheid tussen zelf en ander.

Hanteren van de storm: klinische implicaties

Therapeutische relatie:

- Jongeren kunnen baat hebben bij een alternatieve gehechtheidsrelatie met een volwassene.

MAAR

- Belang van gezien en gevalideerd voelen om weer open te kunnen gaan staan voor nieuwe ervaringen en sociaal leren.
- Vertrouwen geven blijkt bevorderend voor het kunnen innemen van andere perspectieven.



Hanteren van de storm: klinische implicaties

Interventies:

- ▶ Alert zijn op eigen non-verbale communicatie als behandelaar
- ▶ Transparanter zijn over eigen binnenwereld ('ondertitelen')
- ▶ Helpen bij het leren labelen en verwoorden van emoties
- ▶ Helpen bij het geven van betekenis aan emoties van zelf en ander
- ▶ Helpen bij differentiatie binnen en buiten de groep
- ▶ Alert zijn op processen van buitensluiting (zondebok-fenomeen)

Hanteren van de storm: klinische implicaties

Systemische context

- Stimuleren mentaliserende omgeving: mentaliseren lokt mentaliseren uit!
 - Herstel van breuken in het contact
 - Leren herkennen en begrijpen van hechtingspatronen in de relatie met belangrijke anderen
 - Verschillende perspectieven naast elkaar zetten
- Weer in positie krijgen van ouders, competentieversterkend
- In beeld krijgen (nieuwe) sociale omgeving; stimuleren gezonde elementen

Herstel van vertrouwen en verbondenheid.

Casus (3)

Stel dat Tracy in behandeling komt en ze vertelt dat ze seks heeft gehad met Javi?

- Tegenoverdrachtgevoelens, alert zijn op eigen non-verbale signalen
- Aansluiten bij haar perspectief en beleving van de situatie: steunen en exploreren
- Helpen bij het vinden van woorden, koppelen van gedachten aan gevoelens
- Mentale toestanden linken aan haar gedrag én dat van de ander: uitpluizen van de interactie gericht op de binnenwereld van haarzelf en die van de ander: mentaliseren van de relatie
- Aandacht voor onderscheid tussen haarzelf en de ander; alert zijn op misinterpretaties; begrijpen op welke (externe) signalen zij zich baseert en checken
- *Vanuit het valideren van de onderliggende behoefte en het exploreren van haar perspectief en haar manier van begrijpen, haar helpen begrijpen hoe haar mind werkt én die van anderen en hoe dit linkt aan gedrag.*

Aandacht voor de systemische context!

Bescherming tegen de Storm

Kans op positieve ontwikkeling is groter bij...

- **Reflectie**: vermogen om op eigen ervaringen te reflecteren
- **Agency**: gevoel van controle over eigen handelingen
- **Verbondenheid**: positieve relaties met anderen

'Out of the woods', Hauser e.a. 2006





Meer weten?

- ▶ Trainingen MBT Nederland o.a.: www.mbt nederland.nl
 - MBT-Adolescenten (voorjaar 2017)
 - MBT Theorie & Praktijk deel I en II (voorjaar 2017)
- ▶ Cursussen Centrale Rinogroep: www.rinogroep.nl
 - MBT-kindertherapie, basis- en verdiepingscursus (voorjaar 2017)
- ▶ Lidewij Gerits:
www.psychotherapieleden.nl
lgerits@psychotherapieleden.nl



STORM

**HET BESTE EXCUUS
OM JE AAN IEMAND
VAST TE KLAMPEN**

Loesje

Postbus 1045
6801 BA Arnhem www.loesje.nl