

Kinder- en jeugdpsychiater Michiel Noordzij over aanpak gedragsproblemen:

'Van zwart-wit strategieën word je ongelukkig'

Als kinder- en jeugdpsychiater Michiel Noordzij op een symposium van Balans spreekt, klinkt er al snel een lach uit de zaal. Een lach van herkenning en van opluchting, omdat Noordzij wéét dat, ondanks al onze goede voornemens en bedoelingen, wij ons vaak vooral machteloos, teleurgesteld en wanhopig voelen.

Michiel Noordzij is kinder- en jeugdpsychiater met een eigen praktijk. Op het laatste symposium van Balans sprak hij over 'groeitaal', over functioneringsniveaus en over een systematische benadering van kinderen met ADHD en andere ontwikkelingsstoornissen. Nu verschijnt zijn boek *Echt wel*, waarin hij deze methodiek beschrijft voor alle ouders, leerkrachten en hulpverleners die hij niet via zijn praktijk of scholenpoli kan bereiken.

Zwart-wit

"Als ik ouders of leerkrachten ontmoet, hebben ze de tong vaak op de schoenen hangen", vertelt Noordzij. Ondanks 'goede gesprekken', stickerprogramma's en duidelijke afspraken blijft hun kind ongewenst gedrag vertonen. Als dat steeds weer gebeurt, reageren ouders vaak 'zwart' of 'wit'. Een 'zwarte' reactie is

straffen, de grenzen nog verder beperken, boosheid. De 'witte' reactie is loslaten, het opgeven, wanhoop. Soms kiest de ene volwassene voor 'zwart' en de andere voor 'wit'. Zo ontstaat strijd tussen vader en moeder, leerkracht en ouder. Soms switcht de volwassene zelf tussen beide reacties. 'Zwart' of 'wit', van beide strategieën word je ongelukkig en het gedrag van je kind verandert er niet door.

Als je blijft hopen dat het vanzelf beter zal gaan, dat jouw vermaningen of dreigementen het kind tot gewenst gedrag zullen brengen, als je wacht tot het misgaat en op dat moment reageert, sta je aan de poort van de vicieuze cirkel naar wanhoop en machteloosheid.

"Dat is niet nodig", zegt Noordzij. "Ouders kunnen de regie weer in handen nemen als ze het zien als een project. Met een actieve werkhouding verwachten ze als

het ware het ongewenste gedrag en zullen ze er beter mee om kunnen gaan. Ook is het belangrijk dat ze accepteren dat de gedragsproblemen voortvloeien uit een chronische aandoening, uit onvermogen van het kind en niet uit onwil."

Noordzij ontwikkelde een methode waarmee ouders en leerkrachten de ontwikkeling van hun kind als een project kunnen benaderen. In therapeutische sessies en in workshops en trainingen leert hij de volwassenen deze benadering aan. In deze methode benadert de volwassene het kind op zijn feitelijke functioneringsniveau, niet op het niveau waarop het zich (volgens de volwassene) zou moeten bevinden.

Noordzij onderscheidt drie functioneringsniveaus. Het bovenste niveau is het niveau dat van het kind verwacht mag worden gezien zijn leeftijd. Op dat niveau

kunnen we met het kind een gesprek voeren over het gedrag dat we van hem verwachten en is het zinvol om een straf uit te delen bij ongewenst gedrag. Daaronder bevindt zich het niveau waarop het kind nog wel te motiveren is om gewenst gedrag op te bouwen, bijvoorbeeld met een beloningsprogramma.

Het laagste niveau is het niveau waarop het kind niet meer te bereiken is met stickerprogramma's en al helemaal niet meer met 'goede' gesprekken. Dan gaat het om het afbouwen van ongewenst gedrag. En dat is het niveau waarover we het hier hebben.

Vorkheftruckmethode

Het is zinloos om een kind dat zich op dat onderste niveau bevindt, te benaderen vanaf het hoogste niveau. Het kind zal niet luisteren naar preken over hoe hij zich behoort te gedragen, hoe onze ouders het aangepakt zouden hebben of in welke goot het zal belanden als het zijn leven niet betert. Noordzij spreekt van de vorkheftruckmethode: je benadert het kind met je vorkheftruck op zijn niveau en tilt hem naar boven. Je neemt hem serieus op zijn huidige functioneringsniveau en wijst hem daardoor niet af als persoon. Het is belangrijk voor kinderen

Het kind zal niet luisteren naar preken over hoe hij zich behoort te gedragen

om op deze manier met respect benaderd te worden - ook al tonen zij totaal geen respect voor jou als volwassene.

Een belangrijk element van Noordzij's methode is de manier waarop de volwassene tegen het kind leert spreken. Het kind is niet gemotiveerd om voor jou, de volwassene, zijn gedrag te veranderen. Hij is niet geïnteresseerd in de zoveelste afwijzing van zijn gedrag. Hij hoort dag in, dag uit, wat hij fout doet. Meestal van jou. Dus waarom zou hij nu wel naar jou luisteren? Omdat je 'groeitaal' spreekt. 'Groeitaal' noemt Noordzij zijn manier om het kind te benaderen. Met groeitaal

spreek je over de ontwikkeling en de training, niet over het trainingsresultaat; het gedrag. In groeitaal benader je het kind op zijn huidige niveau van functioneren en laat je hem zien welke mogelijkheden er zijn om te groeien. Dat daagt het kind uit en maakt het interessant voor hem om te oefenen.

De kinderen die Noordzij in zijn praktijk of op de scholenpoli tegenkomt, zijn kinderen met complexe gedragsproblemen. Als de ouders en leerkrachten ongewenst gedrag inventariseren, komen er soms lange lijsten. "Dat mag", zegt Noordzij. "We gaan ze gewoon allemaal aanpakken. En als je het op de goede manier doet, dan zal dat na het aanpakken van enkele onderwerpen gaan doorwerken in de rest van het gedrag." Vooral jongere kinderen vinden het heerlijk dat de hiërarchie hersteld is. Bij oudere kinderen ligt dat anders. Die hebben een grote behoefte aan autonomie. Ook daarvoor moet je respect hebben, want anders bereik je het kind niet. Ook deze kinderen moeten we benaderen op hun functioneringsniveau en het heeft geen zin hun ongewenste gedrag inhoudelijk te bespreken. Je laat het kind zien dat het ervoor kan kiezen op een laag niveau te functioneren, maar dat hij dan ook op dat niveau zal worden afgerekend. Het is alsof je zegt: "Je kunt wel door het rode licht rijden, maar je krijg elke keer een bon". Het kind zal gaan beseffen dat het niet vertonen van ongewenst gedrag voordeliger is en zien dat hij daar zelf direct invloed op heeft. Groei is interessanter dan ongewenst gedrag te blijven vertonen en als hij dat ziet, ben jij er als volwassene om hem te helpen groeien.

Handleiding

Noordzij ontwikkelde deze systematiek in twintig jaar klinische ervaring. Hij traint leerkrachten, ouders en hulpverleners in zijn praktijk, zijn scholenpoli en in workshops. Zelf noemt hij de presentatie in een lezing 'een platgeslagen vorm, een mooi stukje vlees dat wordt opgediend als hamburger'. Het is onmogelijk de hele methode in een lezing (of in een artikel) over te brengen. Om de methode toch voor velen toegankelijk te maken, schreef Noordzij het boek *Echt wel*. En zo betrokken als hij is bij de



volwassenen en kinderen waarmee hij werkt, zo betrokken is hij ook bij zijn boek. Enthousiast beschrijft hij hoe belangrijk hij het vindt dat het boek de juiste uitstraling heeft. Geen foto's van boze kinderen wilde hij erin. Wel foto's van zijn favoriete natuurgebied: het Wad. Met grote armbewegingen geeft hij aan: het moet een 'open' boek zijn (armen hoog in de lucht), geen 'gesloten' boek (armen over elkaar, boze gezichtsuitdrukking). Tijdens het schrijven was hij steeds op zoek naar de juiste indeling om het boek zo bruikbaar mogelijk te maken. De inhoudsopgave is eigenlijk een samenvatting, een stappenplan. In het boek wordt met mindmap-structuren en kleuren duidelijk gemaakt hoe elke paragraaf in de methode past. En er is ruimte voor de individuele lezer om zich de stof op zijn eigen manier eigen te maken: door het

Soms zeggen ouders: 'Ik heb geen tijd voor methodes, ik heb al zo veel aan mijn hoofd'

lezen van illustrerende kinderportretten of door het bestuderen van achtergrondinformatie in de bijlagen.

Je kunt er op elk moment mee aan de slag, hoe vaak je ook al op de bodem van de vicieuze cirkel van wanhoop en machteloosheid hebt gezeten. Soms zeggen ouders: 'Ik heb geen tijd voor methodes, ik heb al zo veel aan mijn hoofd'. Maar het gebruik van deze methode kost veel minder moeite en energie dan steeds weer tegen dat ongewenste gedrag aanlopen en energie blijven steken in de teleurstelling. "Het werkt", zegt Noordzij. "Echt wel." ■