

Rotkinderen

Door Nicole Querido-Coupré

“Er zijn ook rotkinderen (niet dat ik die heb), maar daar lees ik niet veel over?”

Een vraag die we kregen via Instagram @praktijkquerido

Ik ging ervoor zitten, nam de tijd en schreef een antwoord dat te lang was voor een Instapost 😊

De psyche van mensen komt vooral tot stand in interactie met de omgeving. Elk individu heeft een unieke combinatie van genen (behalve eenenige tweelingen), die bepalend zijn voor fysieke kenmerken zoals uiterlijk, maar ook voor aanleg voor bepaalde ziektes of persoonlijkheidstrekken. Heb je aanleg voor iets dan moeten die genen ‘aangezet’ worden door een complexe interactie met omgevingsfactoren (epigenetica).

Gedrag van een kind geeft aan wat het kind NODIG heeft van mensen met WEL een volgroeid brein. Het hoeft niets te zeggen over wie het kind is. Hoewel temperament aangeboren is, wordt ook dat gemodificeerd door de omgeving. Een temperamentvol kind dat opgroeit in een onveilige omgeving, kan zijn mond gaan houden. Het oorspronkelijke temperament wordt dan pas weer zichtbaar in een veilige omgeving, bijvoorbeeld in therapie, en dat kan soms jaren duren, omdat het kind ernstig beschadigd is bijvoorbeeld omdat zijn of haar temperament altijd is afgestraft.

Vanaf ongeveer 25 jaar is een brein volgroeid en ben je dus volwassen en verantwoordelijk voor je eigen keuzes. Elk brein ontwikkelt zich anders door unieke ervaringen, leren en sociale interacties. Dit maakt hoe iemand denkt, voelt en reageert, uniek. Als je als volwassene onbewuste processen bewust gaat maken in therapie, kun je keuzes gaan maken in plaats van dat je nog onbewust aangestuurd wordt door alles wat je als kind geleerd hebt over jezelf, relaties en de wereld.

Die ‘programmering’ vindt plaats tussen 0 en ongeveer 8 jaar.

Een ouder is verantwoordelijk voor de ontwikkeling van zijn of haar kind. Vanaf 18 jaar krijg je als jongvolwassene al verantwoordelijkheden, maar je brein is, zoals gezegd, pas rond je 25e volgroeid.

Als ouder kun je je dan terugtrekken en vanaf dan zijn steun en hulp van ouders aan het kind vrijwillig. Het respecteren dat je kind eigen keuzes gaat maken en het loslaten zijn een belangrijk besluit voor een opvoeder en kunnen bijdragen aan een gezonde ouder-kindrelatie.

Je kunt natuurlijk een mening hebben over het gedrag van je volwassen kind, maar daar heb je niets meer over te zeggen en ongevraagd je oordeel geven over de keuzes van je kind, draagt waarschijnlijk niet bij aan een fijne relatie. Als ouder zelf een constructief fijn leven leiden is de beste inspiratiebron die een kind kan hebben.

Een onveilige omgeving van een kind is vaak niet zichtbaar voor de buitenwereld. Dat maakt het voor een kind gekmakend, want die kan die omgeving zelf niet duiden en wordt vaak uitgemaakt voor “rotkind”, “lastig kind” of “onhandelbaar” terwijl de begeleiding van het kind tekortschiet.

Een kind kan zich ook terugtrekken, stil worden en “het perfecte kind” lijken, bijvoorbeeld op school, als overlevingsmechanisme. De overtuigingen over zichzelf (“ik ben een rotkind”, “ik moet stil en perfect zijn”, “ik ben onhandelbaar”...) zal het kind “meenemen” als volwassene. Deze overtuigingen zijn vaak hardnekkig en vereisen corrigerende ervaringen om er afscheid van te kunnen nemen en te ontdekken dat het niet klopt wat er over hem gezegd is.

Reflectieve ouders komen altijd in actie bij een onverklaarbare gedragsverandering van hun kind. Ze zoeken hulp, gaan in gesprek met school, vragen begeleiding, zoeken nieuwe hobby's of onderzoeken hun eigen gedrag en leefstijl. Ze begrijpen dat er iets veranderd moet worden om hun kind zich verder te laten ontwikkelen. Bij sommige opvoeders gaat dat vanzelf, bijvoorbeeld omdat ze zelf uit een veilige omgeving komen. Voor anderen is het een enorme worsteling, omdat ze nooit een goed voorbeeld hebben gehad, zelf nooit kind of puber hebben kunnen zijn. Hoopvol is dat hersenen kunnen blijven leren, ook op latere leeftijd. Lang leve het creatieve, neuroplastische brein!

Opvoeders die alsnog met zichzelf aan de slag gaan, trauma's helen en inzicht krijgen in hun invloed op hun kinderen, kunnen het verschil maken en intergenerationeel trauma doorbreken. Hoewel de invloed van ouders afneemt naarmate het kind ouder wordt, kan erkenning van de ouder voor tekortkomingen in de opvoeding vaak helend zijn voor het kind.

Een kind kan als volwassene (tijdelijk) alsnog afstand nemen van een ouder om zijn identiteit te ontwikkelen en los te komen van alles wat hij over zichzelf en de wereld heeft geleerd. Dat gebeurt idealiter in een aantal vroege ontwikkelingsfases, bijvoorbeeld de (peuter)pubertijd, maar kan later alsnog in gang worden gezet door het kind. Zo'n beslissing kan heel gezond zijn en een niet oordelende permissieve ouder zal alsnog een prima band kunnen ontwikkelen met het kind. Geef je geen erkenning aan je kind, dan is een relatie soms niet meer mogelijk, en soms is ook met erkenning een relatie te lastig omdat die te veel pijnlijke herinneringen naar boven brengt uit de kindertijd. We gaan tenslotte allemaal een klein beetje in regressie als we als volwassene in de buurt van onze ouder(s) komen.

Er zijn ook volwassenen die hun hele leven tegen hun ouders blijven aanschoppen of makkelijker: tegen de maatschappij, een bekend persoon, een werkgever... De eeuwige rebel, die zich nooit gezien en gehoord “voelt” (geen gevoel maar een gedachte). Als ouder is het belangrijk om hierin je eigen grenzen te respecteren naar je “volwassen” kind. Het is tenslotte geen kind meer.

Kinderen die zich vanwege hun omgeving emotioneel en lichamelijk niet gezond hebben kunnen ontwikkelen, kunnen vanaf hun 25e of (meestal) op latere leeftijd ervoor kiezen om passende hulp te zoeken om trauma's te helen en constructieve keuzes te gaan maken voor zichzelf.

Het gebruik van een term als “rotkind” is vaak een teken van onbegrip en onmacht van de omgeving. Het label houdt geen rekening met de onderliggende oorzaken van het gedrag en kan bijdragen aan een vicieuze cirkel waarin het kind nog meer gestigmatiseerd en afgewezen wordt. Dit kan het negatieve gedrag juist versterken.

Trauma, zelfs als het onzichtbaar is, kan zich op vele manieren manifesteren, zoals in agressie, teruggetrokkenheid of manipulatief gedrag. In deze gevallen zijn de “rotkinderen” eerder het product van hun omgeving dan van aangeboren eigenschappen.

Hoewel zeldzaam, zijn er kinderen die al vanaf zeer jonge leeftijd tekenen vertonen van antisociale of psychopatische neigingen, zoals een gebrek aan empathie en het plezier halen uit het leed van anderen. Ook in deze gevallen kan de omgeving een positieve bijdrage leveren aan de ontwikkeling van het kind. Uiteindelijk stopt de verantwoordelijkheid van de ouders wanneer het kind volwassen is.

Conclusie: Er zijn bestaan geen rotkinderen, alleen rotvolwassenen.

Volgtips Instagram

@dr.siggie @janneketerbille_pubercoach