

De pathologie voorbij...

Horen, zien en zwijgen!

door Ivo Mijland

Iedere school heeft leerlingen met psychopathologische problemen. Soms zichtbaar, soms onzichtbaar. Als mentor of leerkracht kun je een belangrijke rol spelen in de aanpak van deze problemen. Horen, zien en zwijgen zijn hierbij van essentieel belang.

Iedereen in het onderwijs heeft in de dagelijkse gang naar het klaslokaal te maken met problemen van leerlingen. Leerlingen die niet te motiveren zijn, die zich niet gedragen volgens de afspraken van de leraar, of die andere kinderen lastigvallen met (ernstige) pesterijen. Helaas blijft het niet alleen bij deze veel voorkomende 'lichtere' problemen. De middelbareschooltijd is ook de vindplaats van beginnende psychopathologische problemen (psychos=geest, pathos=ziekte). Een meisje met anorexia, een jongen met een cannabis- of alcoholverslaving, een meisje dat automuteert, of een leerling die het leven niet meer ziet zitten. Hoe kun je, zonder je als therapeut op te stellen, eerste hulp verlenen aan deze leerlingen? En hoe voorkom je dat bij deze leerlingen de psychopathologische problemen zich verder ontwikkelen?

Chantal snijdt zichzelf sinds enkele maanden in haar bovenarm en op haar benen en buik. Haar moeder, die na het overlijden van haar man alleen voor de zorg staat, is de wanhoop nabij. Als de mentor van Chantal op school spreekt met de moeder, zijn mentor en moeder het met elkaar eens. Dit gedrag moet stoppen. Die zelfde avond verstoopt de moeder, het was een tip van de mentor, alle scherpe voorwerpen die in huis te vinden zijn om te voorkomen dat haar dochter opnieuw in de 'fout' gaat. Als Chantal de tafel wil dekken en merkt dat alle messen en scharen verdwenen zijn uit de keu-

kenla, slaan bij haar alle stoppen door. Ze rent stampvoetend naar haar kamer, slaat met haar blote handen twee spiegels stuk en snijdt zich heftiger dan ooit met de scherven.

Psychopathologie op school maakt heftige reacties los. Begeleiders die het gedrag op school ontdekken zijn vaak heftig geëmotioneerd als ze merken dat leerlingen zichzelf zo ernstig te kort doen. De eerste reactie is dan ook vaak een boodschap die zegt: 'stop ermee!' Hoewel het logisch lijkt dat je wilt dat het stopt, is het voor leerlingen vaak een onbegrijpelijke reactie, want die wil alleen maar dat de pijn stopt. Ze zijn vaak al maanden, zo niet jaren, op zoek naar een persoon op school die ze vertrouwen en schrikken als het geschonken vertrouwen beantwoord wordt met een in hun ogen reactie van afkeer. Stop met drinken, snijden, diëten, agressief zijn, angst en zelfmoordgedachten. Deze boodschappen zijn paradoxaal in de ogen van de leerling. Als stoppen zo eenvoudig zou zijn, dan was er niet een

Niet handelen of verkeerd handelen kan ernstige consequenties hebben

maandenlang 'onderzoek' gedaan om de meest betrouwbare persoon in school te vinden. Een stop-reactie wordt beschouwd als een – vaak nieuwe – afwijzing. Hoe gek ook, het gedrag neemt daardoor vaak toe terwijl de vraag was of de leerling het af wil laten nemen. Omdat deze eerste reactie op de openbaring van de pathologie van levensbelang kan zijn, is het in onze ogen onmogelijk om op school te zeggen: psychopathologie is voor de therapeut! De leerling beslist immers anders. Die kiest eerst een betekenisvolle volwassene, die nauwkeurig getest is op betrouwbaarheid.

Op het moment dat de leerling bij je komt met de voor hem of haar zo moeilijke mededeling of vraag, zul je vanuit professioneel oogpunt dus moeten handelen. Niet handelen of verkeerd handelen kan ernstige consequenties hebben.

De gezondheid van gedrag

Vanuit de emoties die het ongrijpbare gedrag van leerlingen los maken, zijn we erg geneigd te focussen op gedrag. Steeds meer komen we er achter dat het behandelen van gedrag lang niet altijd tot herstel leidt. Een meisje met anorexia, net terug van 8 maanden behandeling in een kliniek waar ze leerde eten en drinken, raakt na haar 'genezing' in een suicidale gedachtewereld verstrikt. Een leerling met een schoolfobie, die van de leerplichtambtenaar boete na boete krijgt, wordt na elke gedragsberisping alleen maar fobischer. En Chantal, die met de grote messen-en-scharen-verstopactie van haar moeder te verstaan kreeg dat ze moest stoppen met snijden, focust zich heftiger dan ooit op juist dat gedrag. En de autist die in de klas een bijna protocollaire begeleiding krijgt, lijkt zich meer en meer te gedragen volgens het protocol. De school vraagt om een autist en krijgt hem in volle omvang. De voorbeelden geven steeds weer aan dat je niet kunt volstaan met de focus op het ongezonde gedrag. De begeleider op school moet om die reden niet alleen focussen op gedrag, maar vooral ook benieuwd zijn naar de achterkant van dat gedrag. Er is namelijk ook een hele interessante andere kant van gedrag; de opbrengtzijde. Wat is het gezonde deel van probleemgedrag? Wat levert het een leerling op? Om daar antwoord op te vinden, moet je op zoek gaan naar oorzaken. De psychopathologie voorbij dus.

Onrecht geeft rechten

Gedrag aanpakken zonder naar de oorzaken te kijken, levert vaak onvoldoende op. Er is dus meer nodig, dan alleen een reactie op gedrag. Een krachtige manier om naar oorzaken te kijken, is door naar het ervaren, aangedane en overkomen 'onrecht' te kijken. Onrecht is onvermijdelijk in ieder mensenleven. Toch krijgen sommigen wel hele grote porties te verwerken. Mishandeling, misbruik, overlijden door ziekte of ongeluk... We 'verdienen' daarmee medeleven van onze medemens. Je hebt die compassie nodig om de pijn een plek te geven en het herstel in te zetten. Je verdient het echter niet alleen, je hebt er als mens zelfs recht op dat je hulp krijgt bij het herstel. Maar wat als het onrecht niet (voldoende) gezien wordt? Probleemgedrag ontstaat vaak vanuit onrecht en gebrek aan erkenning van onrecht en inzet. Leerlingen die onvoldoende erkenning ervaren, reageren destructief op zichzelf, anderen of op de maatschappij. Dan is de cirkel der paradoxen rond. Want door de destructieve reactie die de leerling kiest, wordt hij aangesproken op het destructieve gedrag en niet op het achterliggende onrecht. Is dat dan geen nieuw onrecht? Doen we de leerling niet



tekort door het af te rekenen op het destructieve gedrag, terwijl het kind het gedrag 'nodig' heeft om de werkelijke pijn een plek te geven? Moeten we niet langs de pathologie heen om echt een stap verder te komen?

Horen, zien en zwijgen

Een goede begeleiding van psychopathologisch gedrag kan letterlijk van levensbelang zijn. Het veroordelen van de buitenkant, veroorzaakt een verdere beschadiging aan de binnenkant, met als gevolg dat de leerling aan de buitenkant tot verdergaande beschadigingen over kan gaan. We moeten als begeleider dus op zoek naar de verdrietige binnenkant. Niet om daarmee therapeut te zijn, wel om doorverwijzing naar een therapeut mogelijk te maken. Om de binnenkant te ontmoeten moet je als begeleider kunnen horen, zien en zwijgen. Horen vraagt om een oprechte belangstelling naar het verhaal achter het gedrag. Het vraagt om een weglaten van gedragsetiketten. Niet benoemen wat jij ziet, maar onderzoeken wat de ander voelt/ervaart. In kleine stapjes zichtbaar maken dat je interesse hebt in Chantal en veel minder in haar automutileren. Naast het horen van de leerling, is het van groot belang dat je goed kunt zien. En dan bedoelen we opnieuw niet dat je ziet wat het kind aan de buitenkant doet, maar veel meer dat je ziet wat de leerling van binnen geeft. Welke verbinding probeert een leerling te herstellen met destructief gedrag? 'Zien' is vooral gericht op het non-verbale deel van de communicatie. Tot slot is zwijgen nog altijd goud. Hoe meer je praat, hoe meer de leerling zich niet 'gehoord' voelt. Je mond houden is een krachtige manier om je te verbinden aan de context van de leerling. Horen, zien en zwijgen zorgen voor verbindingen, die langs de pathologie heen gaan. Daar hoeft je geen therapeut voor te zijn.

Chantal praat in het bijzijn van haar moeder met de mentor. De mentor vraagt aan Chantal of ze wil vertellen wat het automutileren haar opbrengt. Ze vertelt heel emotioneel over de pijn die ze sinds het overlijden van haar vader dagelijks voelt. En dat ze ook niet weet hoe ze moeder nog beter kan helpen, omdat ze ziet dat zij ook niet weet hoe ze verder moet na de tragische dood van haar man. 'Ik wil je helpen met verdrietig zijn,' spreekt Chantal bijna volwassen. Mentor en moeder knikken begripvol, als ze luisteren naar de werkelijke pijn van Chantal. Het gesprek geeft zoveel lucht, dat het automutileren sindsdien niet meer heeft plaatsgevonden. Chantal zegt: 'Het was zo fijn dat mama niet meer boos was, maar samen met me huilde om papa! Het lijkt net of mama weer een beetje van me kan houden.'

10 tips voor elke mentor

- 1 Leerlingen onderzoeken vaak grondig de betrouwbaarheid van volwassenen. Wanneer een leerling zich bij je meldt, is dat alleen al een signaal van vertrouwen. Geef erkenning voor dat vertrouwen: 'Wat goed dat je er over komt praten. Dat is misschien wel een hele moeilijke stap geweest.'
- 2 Luister naar de leerling. Voorkom dat je adviseert of oordeelt. Het breekt het prille vertrouwen vrijwel altijd.
- 3 Communiceer met de leerling, niet met het probleem. Behandel John dus als John, niet als de autist uit klas h3c
- 4 Gedraag je als 'dom' en wees benieuwd en begrijp vooral niet te snel. De enige echte deskundige is de leerling zelf
- 5 Betrek ouders bij de begeleiding, vanuit permissie van het kind. Maak eventueel gebruik van differentiërende vragen. Als het kind aangeeft dat je het tegen niemand mag zeggen, vraag dan: wie mag het vooral niet weten? Vanuit die vraag vind je vrijwel altijd permissie.
- 6 Geef erkenning voor onrecht en inzet.
- 7 Intervenier niet alleen op inhoudsniveau, maar ook op interactie en gevoel. Een vraag als: 'Het maakt je op dit moment opnieuw verdrietig?' werkt als versneller in de interactie.
- 8 Zoek in samenwerking met de leerling en ouders naar hulpbronnen.
- 9 Verwijs pas door als de leerling vertrouwen heeft in de verwijzing. Te snel doorverwijzen kan mentor en leerling terug bij af brengen en door de leerling ervaren worden als nieuw onrecht.
- 10 Zoek naar het geven van het kind dat er altijd is. Het benoemen van wat er nog is, levert vaak meer op dan zelf geven aan het kind. Als je als mentor gaat geven, wordt de schuld bij de leerling vaak groter.

Ivo Mijland is trainer/coach bij Ortho Consult en heeft een praktijk voor contextuele hulpverlening. Ard Nieuwenbroek is contextueel therapeut en opleider bij Ortho Consult. Wim van Mulligen is contextueel therapeut en opleider bij Leren over Leven en Ortho Consult. Samen schreven ze het onlangs verschenen Handboek 'Kleine Psychopathologie in school' (met een voorwoord van professor dr. Herman van Engeland), Uitgeverij Quirijn, Esch, 2009, ISBN: 978-90-79596-08-09)

