

Ik laat je niet los

Een gestructureerde methodiek voor 'nieuwe autoriteit' van Haim Omer

Lenny Rodenburg¹, Henk Breugem, Jolanthe de Tempe

Lenny Rodenburg, klinisch psycholoog/systeemtherapeut, Henk Breugem, maatschappelijk werker/systeemtherapeut en Jolanthe de Tempe, socioloog/systeemtherapeut, zijn allen werkzaam bij MoleMann Mental Health Clinics in Almere Stad.

Samenvatting

Traditioneel gezag tussen ouders en kinderen is in westerse samenlevingen snel aan het verdwijnen. Daarmee ontberen ouders houvast in de opvoeding. Een ingewikkelde levensfase zoals de puberteit kan dan gemakkelijker ontsporen. Ouders en jongere lopen het risico terecht te komen in zichzelf-versterkende negatieve interactiecircels.

Haim Omer ontwikkelde een nieuwe opvatting van ouderlijk gezag die beter past in de moderne tijd en de ouders helpt effectieve ouders van pubers te zijn: 'geweldloos verzet' of 'nieuwe autoriteit'. In Almere Stad hebben wij hiervoor een gestructureerd behandelingsmodel ontwikkeld, waarbij meerdere bronnen van sociale steun worden ingezet om de ouders bij deze verandering te steunen, zoals een oudergroep, het eigen netwerk van het gezin, en de school. In dit artikel wordt deze methodiek beschreven.

Inleiding en vraagstelling

Een studiedag bij Haim Omer in Amsterdam maakte ons enthousiast over de principes van geweldloos verzet door ouders van lastige pubers. Al experimenterend met individuele gezinnen en oudergroepen ontwikkelden de eerste twee auteurs daarvoor een toepassingsmodel, dat wij in 2008 op een vierdaagse cursus aan Omer en zijn team in Tel Aviv voorlegden, en in september 2009 presenteerden aan deelnemers aan de jaarconferentie van de Nederlandse Vereniging voor Relatie- en Gezinstherapie. Daar was zoveel belangstelling voor, dat wij besloten onze methodiek in dit artikel te beschrijven.

De opbouw van het artikel is als volgt. In deel I, Achtergronden, beschrijven we de context: maatschappelijke ontwikkelingen in de ouder-kindrelatie, kenmerken van de puberteit, en de situatie in de gezinnen waar de puber-ouderrelatie verstoord is geraakt. Vervolgens geven we een samenvatting van de

¹ Correspondentieadres: lenny.rodensburg@molemann.nl, zie ook www.molemann.nl.

principes van ‘nieuwe autoriteit’. In deel II volgt een overzicht van ons behandeltraject met een nadere toelichting op onderdelen hiervan. In deel III, Reflecties, volgen een bespreking van speciale aandachtspunten, de voorlopige resultaten, en de indicatiestelling en beperkingen van de methode. In de bijlage wordt onze methodiek nog eens schematisch samengevat.

Deel I: Achtergronden van ‘nieuwe autoriteit’

Gedragsproblemen in de puberteit en de verstoring van de ouder-kindrelatie

Afgenomen machtsverschillen tussen jong en oud

De puberteit is een periode van lichamelijke, hormonale, neurologische en psychische veranderingen. Die kenmerkt zich onder andere door het opzoeken van grenzen, het experimenteren met gedrag, het toenemend belang van de eigen leeftijdsgroep en het zoeken naar een eigen identiteit. Dat vereist ook van de ouders het bijstellen van hun ouderschap. Meestal gaat dit goed, soms niet.

Vroeger werden jongeren in deze fase ingetoomd en geleid in traditionele, hiërarchische verhoudingen. Het gezag van hun ouders werd op alle fronten ondersteund door hiërarchische verhoudingen in de rest van de maatschappij. In westerse landen na de tweede wereldoorlog is de machtsongelijkheid tussen volwassenen en kinderen, net als andere machtsongelijkheden, aanzienlijk afgenomen; kinderen werden mondiger (Brinkgreve, 2008). Ook nam de oude sociale controle in gemeenschappen af en werden gezinnen geslotener; de waarde van privacy nam toe. De opvoeding raakte meer gericht op geluk en zelfontplooiing enerzijds, en anderzijds op zelfstandigheid en zelfsturing in plaats van sturing van buitenaf.

De socioloog en psychoanalyticus De Swaan (1982) noemde dit de overgang van een bevelshuishouding naar een onderhandelingshuishouding, waarbij de term ‘huishouding’ niet alleen betrekking heeft op interpersoonlijke interacties, maar ook op intrapsychische processen, die de interpersoonlijke processen weerspiegelen. Een persoon in zo’n maatschappij beleeft sociale regels niet meer als vaste, verinnerlijkte gedragsbeperkingen waarnaar men zich vanzelfsprekend hoort te voegen, maar als iets relatiefs dat in twijfel kan worden getrokken. Om goed te functioneren in zo’n sociale context met minder sturing door hiërarchische relaties, heeft de persoon veel meer zelfsturing nodig.

Deze verkleining van machtsverschillen heeft veel moois gebracht, maar ook onzekerheid. Jongeren hebben veel meer vrijheid gekregen en zij bewe-

gen zich meer in een eigen jongerenwereld. Die bestaat uit face-to-facecontacten op klein- of grootschalige ontmoetingsplekken. Sinds de opkomst van internet bestaat die eigen wereld ook in toenemende mate uit digitale netwerken via het web zoals Hyves en Facebook, en zelfs uit de complete virtuele werelden van games. Op deze werelden hebben ouders weinig tot geen zicht en de jongeren ontsnappen gemakkelijk aan de greep van hun ouders.

Van hun kant hebben de ouders geen houvast meer aan de regels van het traditionele gezag, en is er vanuit de cultuur en gemeenschap minder vanzelfsprekende steun bij het vormgeven van hun ouderschap. Bij allochtone ouders uit niet-westerse culturen ziet men deze ontwikkeling in een versneld tempo: de ouders rekenen nog op hiërarchie en opvoedingssteun van buitenaf, die er in de westerse maatschappij veel minder is, terwijl hun opvoedingsmethoden nog niet zijn aangepast aan de vergroting van autonomie en zelfsturing door de jongere, die nodig is om maatschappelijk te slagen.

Puberhersenen en hulphersenen

De jongere acht zichzelf al bijna volwassen en ouders zijn ook vaak geneigd hen als volwassene aan te spreken. Door onze welvaart worden kinderen per generatie langer en bereiken ze eerder geslachtsrijpheid, terwijl het daarentegen steeds langer duurt voordat zij zich voldoende kennis, vaardigheden en opleiding hebben eigengemaakt om zich in onze ingewikkelde maatschappij met succes zelfstandig te kunnen handhaven.

Bij die langdurige psychische ontwikkeling gaat het niet alleen om de inhoud van hun kennis, de software, maar ook om hun neurologische hardware, de hersenen. Uit hersenonderzoek is gebleken dat de rijping van hersenen van jongeren er langer over doet dan men eerder dacht en veel langer dan die van hun lijf, en dat verklaart veel van het typerende ‘pubergedrag’. De meeste ouders weten dat niet en spreken de jongere aan op volwassen verantwoordelijkheid.

Het deel van de hersenen dat in de evolutie het laatst is ontstaan en het meest kenmerkend is voor de homo sapiens – het prefrontale gedeelte van de hersenschors achter ons voorhoofd – is pas rond het 24^e jaar min of meer voltooid en misschien nog wel later. Dit gedeelte is belangrijk voor complexe cognitieve functies als redeneren, planning op langere termijn, abstract denken, sociaal gedrag en het uitstel van directe reacties (Hersenchichting Nederland, 2008; Carter, 2009, p.136, 202-3). Door deze late rijping is het gevoel bij jongeren nog vaak de baas over de ratio. Dat betekent dat zij het risico lopen tot impulsief gedrag, waarvan ze de consequenties niet kunnen overzien. Ze hebben hun ouders nog erg nodig als ‘hulphersenen’.

Al gaat het in de meerderheid van de gevallen goed, de verhouding tussen ouders en kind kan in deze periode gemakkelijk mislopen doordat er tussen hen oplopende negatieve interactiecirkels ontstaan. Daardoor verliezen de ouders hun effectieve rol als volwassen vertrouwenspersoon en hulphersenen, en raakt de hechtingsrelatie tussen ouder en kind verstoord. De ouders voelen zich machteloos. De vicieuze interactiecirkel kan de vorm hebben van een symmetrisch patroon van voortdurende en steeds ergere ruzies, of van een complementair patroon waarin de ouders het opgeven, totdat de emmer overloopt en de ouder uitbarst. Machts- of onmachtsreacties komen daarmee in de plaats van veilige hechting en leiding. Als er twee ouders in het gezin zijn, is de ene vaak de toegevende, de andere de strenge, en laten zij zich uitspelen in plaats van samen te werken.

In hechtingstermen is de relatie tussen ouders en kind dan een onveilige hechtingsrelatie geworden. Als beide partijen zich terugtrekken uit de relatie, schijnbaar onverschillig, is er sprake van vermijdende of afstandelijke hechting. Het gedrag van pubers en ouders die ruzie maken, kan daarentegen gezien worden als onveilige hechting van het angstig-vastklampende type (Johnson, 2003, p.7; Mikulincer & Shaver, 2007, p.27).

De behoefte van ouders aan houvast blijkt onder andere wel uit de populariteit van oudertrainingen en opvoedprogramma's. Maar oudertrainingen en opvoedprogramma's zijn meestal gebaseerd op leertheoretische principes. Het werken met beloning, straf, time-out en intrekken of teruggeven van privileges gaat uit van het idee dat de ouder controle moet krijgen over het kind. Pubers herkennen dit al snel als manipulatie en immuniseren zich daartegen: 'boeit me niet'.

Wat is 'nieuwe autoriteit'?

Een basishouding en een behandelmethode

Haim Omer, psycholoog en hoogleraar aan de universiteit van Tel Aviv, ontwikkelde een duidelijke en effectieve benadering om agressief en destructief gedrag van pubers aan te pakken (Omer, 2004). Zijn methodiek van 'geweldloos verzet' en 'nieuwe autoriteit' is onder meer geïnspireerd door Mahatma Gandhi en Martin Luther King. De laatste jaren zijn de principes van Omer in Nederland en Duitsland steeds wijder verbreid door trainingen en vertalingen van zijn publicaties (zie o.a. Alon & Omer, 2005; Bom, 2009; Bom & Römer, 2007; Grabbe, 2010; Omer, 2004, 2007; Omer & Von Schlippe, 2006, 2010; Rodenburg, 2009).

'Nieuwe autoriteit' is een behandelmethode voor ouders van pubers van twaalf tot achttien jaar die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling en ernstig

brutaal gedrag, spijbelen, drugsgebruik, geweld, intimidatie en ander grensoverschrijdend gedrag vertonen. De ouders voelen zich machteloos en zijn met hun kind in een negatieve, zichzelf versterkende cirkel van symmetrische of complementaire aard terechtgekomen.

‘Nieuwe autoriteit’ is geweldloos verzet. De ouder vermijdt fysiek geweld en het gebruik van dreigende, vernederende of beledigende taal, en gaat niet mee in escalaties. De ouder biedt echter op een nieuwe manier verzet tegen de dominantie of onbereikbaarheid van de jongere. Er wordt op vasthoudende wijze ouderlijke aanwezigheid in het leven van het kind aangeboden, waarbij de kernboodschap luidt: ‘Hier ben ik! Ik ben je ouder en ik blijf je ouder! Ik geef niet toe en ik geef je niet op!’ Machts- of onmachtsgedragingen worden vervangen door uitingen van kracht (Omer & Von Schlippe, 2010). De ouders bepalen het speelveld, waarvan de buitengrenzen bestaan uit gedrag dat voor hen onacceptabel is. Daarbinnen krijgt de puber ruimte om zijn of haar wensen aan te geven.

De evolutie van ‘nieuwe autoriteit’

De kijk van Omer is in de loop der jaren geëvolueerd. In het interview met Rodenburg (2009) vertelt hij welke invloeden daarbij een rol hebben gespeeld, waaronder ook de relatie met zijn eigen opgroeiende zoon.

Bij de ontwikkeling van ‘geweldloos verzet’ lag aanvankelijk de nadruk op het stoppen van zinloze escalaties, betere emotieregulatie en een duidelijke stellingname door de ouders, en het betrekken van steun uit de omgeving. Hiermee tonen zich de invloeden van de structureel-strategische methode; Omer vermeldt in het interview de invloed van met name Minuchin en Milton Erickson (voor Erickson, zie Haley, 1973). Het herstel van de ouderlijke hiërarchie is een typisch structureel-strategische interventie (zie bijvoorbeeld voor oudere adolescenten Haley, 1980; Stanton, Todd & Associates, 1982, een methode die ook in Nederland in de jaren 80 veel invloed had). Maar uniek bij Omer is de combinatie van hiërarchieherstel met de principes van geweldloos verzet.

Later ontstond de idee dat het model in feite neerkwam op een nieuwe, beter aan de huidige tijd aangepaste vorm van ouderlijk gezag (vanuit transparantie en kracht in plaats van machtsoperaties). De naam ‘geweldloos verzet’ werd steeds vaker vervangen door ‘nieuwe autoriteit’ (o.a. Bom, 2009).

Recent werd er ook een verbinding gelegd met de hechtingstheorie en kwam er meer nadruk te liggen op het herstel van een positieve, veilig gehechte ouder-kindrelatie (Grabbe, 2010; Omer & Von Schlippe, 2010). Het maken

van 'verzoeningsgebaren' door de ouder (zie verderop) was vanaf het begin een van de onderdelen van het 'geweldloos verzet', maar deze gerichtheid op relatieherstel begint een steeds belangrijker plaats in te nemen. Met deze aansluiting bij de hechtingstheorie en de grotere nadruk op relatieherstel heeft de methode van de 'nieuwe autoriteit' zich van een vooral structureel-strategische gezinstherapie ontwikkeld tot een meer integratieve therapievorm.

Dat verklaart ook de verbreding van de doelgroep. Waren dat eerst gezinnen van pubers met extreem agressief en destructief gedrag, het model bleek ook toepasbaar voor jongeren met juist internaliserend, teruggetrokken gedrag, en voor mildere ouder-kindproblemen. De 'nieuwe autoriteit' is niet alleen meer een model voor noodgevallen, het is een algemeen model voor modern ouderschap in de puberteit geworden.

De principes van 'nieuwe autoriteit'

Geweldloos verzet en de 'nieuwe autoriteit' vormen een basishouding. Omer (2004, 2007) ontwikkelde met zijn team een aantal hulpmiddelen en methoden om de ouder te helpen die basishouding vorm te geven. Hieraan ten grondslag liggen steeds de twee basisprincipes van 'geweldloos verzet':

- 1) De ouders nemen een krachtig standpunt in ten opzichte van geweld (fysiek of verbaal), risicogedrag en antisociaal gedrag.
- 2) Hierbij vermijden zij absoluut elke vorm van fysieke of verbale aanval.

Deze twee principes zijn nader uitgewerkt in de volgende methoden.

- Het *weerstaan van provocaties* en de *uitgestelde reactie*: de ouders leren inzien dat escalatie en terugtrekking niet werken, aangezien deze de ouderrol en de relatie met hun kind alleen maar ondermijnen. Ze leren om niet meer in te gaan op provocaties, hun emoties van boosheid, kwetsuur en angst te reguleren en hun reactie uit te stellen tot een rustig moment: 'smeed het ijzer als het koud is'. De ouders stellen prioriteiten. Ze zullen niet meer op elke slak zout leggen, maar de jongere aanspreken op echt belangrijk gedrag, dat de veiligheid, gezondheid of ontwikkeling van de jongere of anderen in gevaar brengt. Zij spreken hun besluit expliciet uit, in een positief kader: 'Omdat we van je houden en bezorgd over je zijn, kunnen we niet langer accepteren dat je...' Ze vermelden hier ook bij dat zij alleen controle over hun eigen gedrag kunnen uitoefenen en niet over dat van de jongere. Als de jongere zijn of haar wensen wil afdwingen of intimiderend gedrag vertoont, geeft de uitgestelde reactie de ouders de ruimte om na te

denken over hun reactie of om eerst met anderen te overleggen. 'Ik heb gehoord wat je zegt en wilt, ik kom er vanavond op terug.'

- Het *doorbreken van de geheimhouding*: de ouders die met hun kind in de problemen zijn gekomen, zijn dit vaak steeds meer geheim gaan houden uit gevoelens van schaamte en schuld, conform de zegswijze 'je hangt je vuile was niet buiten'. Omer stelt dat veiligheid boven privacy gaat en dat het belangrijk is om steun te vragen: 'it takes a village to raise a child'. De ouders leren het geheim te doorbreken en familie, vrienden, kennissen en buren op de hoogte te stellen en om hulp te vragen omwille van het belang van het kind. Ook de jongere wordt uitgenodigd steunfiguren te betrekken, zoals beste vrienden of volwassen vertrouwenspersonen. Zo nodig wordt ook de school van de jongere betrokken. De reden daarvoor is dat de ouders en de school zich door het probleemgedrag vaak tegen elkaar uit laten spelen en elkaar over en weer de schuld geven van het probleem. De ouders en de school worden gestimuleerd om samen te werken: 'alle hens aan dek'.
- Wanneer de jongere over de grenzen van het speelveld is gegaan, kunnen de ouders de *sit-in* gebruiken: ze zoeken de jongere op in zijn of haar kamer, kondigen aan welk gedrag zij niet langer kunnen tolereren, en blijven een tijd, zwijgend en zonder discussie, bij de deur zitten. Het doel is hun ouderlijke betrokkenheid en stellingname ten aanzien van de grenzen te tonen. Een uitgebreidere vorm van *sit-in* is de *staking*, een sociale aangelegenheid waarbij zoveel mogelijk personen van het netwerk van het gezin gedurende een dag of drie worden uitgenodigd, voorzien van hapjes en drinken. Ook het kind mag eigen helpers uitnodigen. Hierbij vragen de ouders het netwerk om het door de ouders bepaalde speelveld te helpen bekrachtigen en om mee te denken over de problemen en mogelijke oplossingen. Een dergelijk sociaal gebeuren doet in Israël waarschijnlijk vervoerder aan dan in Nederland. In de joodse cultuur nemen rituelen in gezin en familie een belangrijke plaats in. Deze uitgebreide *sit-in* doet denken aan collectieve overgangsrituelen zoals de grootse viering van een joodse bruiloft of de week van *sjiwwe* zitten na een overlijden.
- De *telefoonronde* en het *volgen*: deze twee methoden dienen om de ouders weer aanwezig te laten zijn in het leven van hun kind als hij of zij te laat thuiskomt, weigert te vertellen waar hij of zij uithangt, of is weggelopen.

De ouders sporen de vrienden en kennissen van de jongere op, de ouders van de vrienden en de beheerders van plekken waar jongeren bijeenkomen, bellen met hen en verzoeken hen om de jongere te vragen contact met thuis op te nemen. De boodschap is steeds: 'We willen weten waar je bent, omdat we bezorgd zijn.' Als de jongere wegblijft zonder iets te laten horen, gaan de ouders naar hem of haar op zoek, niet om straffend te reageren, maar om hun betrokkenheid te laten blijken.

- De *weigering van bevelen*: de ouders verlenen geen diensten meer aan hun kind uit angst of omdat het kind dit eist, maar doen uitsluitend dingen voor hem of haar die ze als ouder echt uit vrije wil verkiezen te doen. Dit is uitdrukkelijk niet bedoeld als straf. De ouders houden zich ook niet meer aan taboes of verboden die zijn ontstaan uit angst voor de reacties van de jongere, zoals niet meer op diens kamer mogen komen, of geen vragen mogen stellen over school of vrienden.
- *Verzoenende gebaren*: de ouders maken op relatieherstel gerichte gebaren jegens het kind door aardige dingen voor hem of haar te doen, gezamenlijke activiteiten aan te bieden, hun waardering uit te drukken voor de goede kanten van de jongere, of excuses aan te bieden wanneer zij zelf de fout in zijn gegaan. Ze doen dit onafhankelijk van eventueel goed gedrag van het kind en zonder straffend te reageren als het kind die gebaren afwijst. Bij deze gerichtheid op relatieherstel hoort ook dat de ouders responsief reageren op verzoeningsgebaren van de kant van hun kind.

Als de ouder deze veranderde opstelling stug volhoudt, zal op den duur de jongere zijn of haar gedrag bijna onvermijdelijk ook veranderen. Dat zal wel enige tijd kosten, variërend van enkele tot vele weken. Voor deze ingrijpende verandering van houding en het volhouden ervan hebben ouders veel steun van hun omgeving en van eventuele behandelaars nodig. Die steun proberen we in ons programma 'Nieuwe autoriteit' te maximaliseren.

Deel II: De opzet van het programma 'Nieuwe autoriteit'

Omer zelf en behandelaren in zijn voetspoor passen zijn principes meestal toe in individuele gezinstherapieën. De twee eerste auteurs van dit artikel hebben in MoleMann Mental Health Clinics in Almere Stad de laatste jaren een gestructureerd model ontwikkeld waarvan een groepstraining van meerdere ouderparen een belangrijk onderdeel is. We hebben inmiddels zes groepstrajecten

voltooid met in totaal 24 betrokken gezinnen.

Het behandelprogramma 'Nieuwe autoriteit' neemt in totaal ongeveer zes maanden in beslag en bestaat uit de volgende fasen: (1) intakefase; (2) trainingsfase in de oudergroep; (3) uitvoeringsfase in eigen gezin en netwerk met de oudergroep als extra netwerk; en (4) de slotfase met opnieuw alleen de oudergroep. Zie voor een schematisch overzicht de bijlage aan het eind van dit artikel.

1. Intakefase

De intake- of kennismakingsfase bestaat uit twee gesprekken. Het eerste vindt plaats met de ouders en de jongere. Hierbij bekijken we of dit traject past bij het gezin en of het gezin past in de groep die we op het oog hebben. Het gaat vooral om ernstig grensoverschrijdend gedrag door pubers van twaalf tot achttien jaar. Soms laten we ook ouders toe die zich bezorgd maken over meer internaliserend en extreem teruggetrokken gedrag van hun kind, maar dan moet er in de groep minstens een ander gezin zijn met vergelijkbare problematiek, omwille van de herkenbaarheid en onderlinge steun. Heel soms wil de jongere niet meekomen naar de intake; dit is op zich geen bezwaar, aangezien het programma zich richt op gedragsverandering bij de ouders, niet bij het kind.

Naast de ernst van de grensoverschrijdingen is de mate van machteloosheid van de ouders van belang: alleen als ze zich met de rug tegen de muur voelen staan, zullen ze de forse investering willen opbrengen die het traject vereist.

We onderzoeken in het eerste gesprek ook of er behalve gedragsproblematiek nog andere (kinder)psychiatrische problematiek in het gezin bestaat die diagnostiek of behandeling behoeft in de middenfase van het traject.

Een tweede intakegesprek vindt plaats met ouders en vertegenwoordigers van school om te beoordelen in hoeverre school en ouders samenwerken. Als een jongere problematisch gedrag vertoont op school, is het gevaar groot dat er in de driehoek ouders-school-jongere een conflict ontstaat. De ouders vinden dat de leerkrachten hun kind niet goed begrijpen, de school vindt dat de ouders tekortschieten in hun opvoeding. Een conflictgeladen driehoek verlaagt de kans op constructieve veranderingen. In dat geval wordt de samenwerking tussen school en ouders in de middenfase van het traject een van de speerpunten van de behandeling.

Vaak vragen ouders bij de intake: 'Waarom moeten wij veranderen, terwijl ons kind degene is die zich niet gedraagt?' Wij leggen dan uit dat er tussen ouders en kind een escalatiepatroon is ontstaan waarbij eigenlijk iedereen de

greep op de situatie is kwijtgeraakt. Wij kunnen de jongere in onze behandeling niet veranderen, we kunnen wel de ouders helpen om weer de regie over hun gezin te krijgen.

2. Trainingsfase

De trainingsfase bestaat uit drie trainingssessies van anderhalf uur met ouders in een groep van vier à vijf gezinnen en twee behandelaars. Bij volledige gezinnen wordt de aanwezigheid van beide ouders verwacht. Ook alleenstaande ouders kunnen deelnemen. Zijn de ouders gescheiden, dan is de deelname van beide ouders wenselijk, als de voormalige partners tenminste in staat zijn met elkaar over de opvoeding te overleggen. Woont het kind in een opnieuw samengesteld gezin, dan neemt ook de stiefouder deel.

Vanaf de trainingsfase tot en met de 'aankondiging' (zie verderop) is het niet de bedoeling dat de ouders al veranderingen doorvoeren. Tijdens de trainingsfase lezen de ouders de Nederlandse vertaling van het boek van Omer (2007).

In de *eerste* groepssessie maken de ouders met elkaar kennis en wordt psycho-educatie gegeven over de puberteit (het verkennen van grenzen en eigen identiteit) en de nog lang niet voltooide ontwikkeling van de hersenen bij jongeren, en het feit dat door de toegenomen machtsgelijkheid en mondigheid van kinderen en jongeren het teruggrijpen op de methodes van traditioneel gezag vaak niet meer effectief is.

Wij leggen de principes van geweldloos verzet uit. De ouders maken met elkaar een relatiediagram, waarin men in kaart brengt wie de belangrijke contacten zijn in het leven van het gezin (familie, vrienden, burens). Deze personen kunnen later worden ingezet als steunfiguren; in de groep noemen we dit 'support' of 'supportpersonen', om het meer nadruk te geven en om de associatie met afhankelijkheid of behoefteigheid te vermijden. Ten slotte krijgen de ouders als huiswerkopdracht mee: 'Maak een lijst van al het gedrag van jullie kind waaraan je je ergert of dat je gedurende een dag corrigeert'.

In de *tweede* groepssessie kiezen de ouders prioriteiten: de lijst van probleemgedrag wordt verdeeld in te negeren gedrag (60%), gedrag waar je een enkele opmerking over maakt maar verder geen actie op onderneemt (30%) en onacceptabel gedrag (10%). Die 10% is niet meer te tolereren gedrag, dat het gezin het meest ontwricht. Dat zijn de een tot drie gedragingen waarvoor de ouders een plan van aanpak gaan maken. Door deze focus is het voor de ouders en de

jongere perfect duidelijk waar het om gaat. Dit voorkomt veel gemopper, frustraties en mislukkingen. De behandelaars stellen de percentages 60/30/10 vast, de ouders bepalen zelf wat in welke categorie valt en wat voor hen de onacceptabele 10% is. Alleen als de veiligheid van het kind of de omgeving in het geding is ('safety first'), zullen de behandelaars daar hun mening over geven.

Daarna volgt een uitleg over de methoden die ouders bij geweldloos verzet kunnen gebruiken (zie boven; Omer, 2007, hoofdstuk 3). We staan er uitgebreid bij stil hoe belangrijk het is dat de ouders hun eigen emoties leren reguleren, hoe moeilijk dat ook mag zijn.

De sessie eindigt met de huiswerkopdracht: 'Schrijf een "aankondigingsbrief" voor je kind volgens de principes van "nieuwe autoriteit"'. Hierin beschrijven ouders, vanuit een liefdevolle houding, in zo concreet mogelijke termen welke gedragingen ze van hun kind niet meer kunnen tolereren.

In de *derde* trainingssessie lezen de ouders het concept van hun aankondigingsbrief voor en geven ze elkaar commentaar op de brieven. De behandelaars leggen het nut uit van samenwerking met de school en andere instanties, en het belang van een steunend netwerk; wie denken de ouders hiervoor te benaderen? Ten slotte worden de zogenaamde 'aankondigingsgesprekken' gepland.

De twee groepsbehandelaars splitsen na de derde trainingssessie op en verdeelen de begeleiding van de individuele gezinnen onderling.

3. Uitvoeringsfase

De uitvoeringsfase in het eigen gezin begint met een plechtig overgangsritueel (vergelijk Van der Hart, 1978): het aankondigingsgesprek waarin de ouders hun aankondigingsbrief aan de jongere voorlezen. Hierbij betrekken de ouders ook personen uit het steunnetwerk, en eventueel vertegenwoordigers van de school. De plaats is meestal een formele setting: de therapiekamer of de school. De krachtige structuur van deze gebeurtenis is van groot belang voor het realiseren van verandering in de verhoudingen.

De ouders lezen plechtig hun brief voor, waarin zij hun liefde en zorg uitspreken en hun betrokkenheid garanderen, maar concreet aangeven welk gedrag van de jongere zij daarom niet meer willen en kunnen tolereren. Zij stellen duidelijk dat zij geen macht over de jongere willen of kunnen uitoefenen en dat zij alleen controle over hun eigen gedrag als ouders hebben, zoals de jongere dat heeft over diens eigen gedrag. De jongere mag vragen stellen en de brief wordt overhandigd. Deze gebeurtenis heeft vaak een krachtige emotio-

nele uitwerking. De jongere is geraakt en dat raakt de ouders weer. Beide partijen zijn in de strijd elk zicht kwijtgeraakt op de onderliggende positieve betrokkenheid van de ouders. Daarom is de plechtige opzet van dit overgangsritueel zo belangrijk: de boodschap wordt uitvergroot om niet verloren te gaan in alledaags gekissebis.

VIGNET: EEN PRAKTIJKVOORBEELD VAN EEN AANKONDIGINGSBRIEF

Lieve Sem,

Bijna 14 jaar geleden kwam ik bij jouw papa wonen. Jij was een klein lief jongetje, dat met zijn lieve glimlach en zijn mooie blauwe ogen zo mijn hart veroverde en mij tot mama maakte. Ik vond het in het begin best moeilijk om ineens een kindje op te voeden. Door jouw onvoorwaardelijke liefde voor ons en hoe jij alles zo mooi vond wat we met jou deden, werden we al snel een hecht gezin. Wat was je trots op elk zusje dat geboren werd.

Het jaar dat je naar een andere school moest werd een naar jaar in ons gezin. Je werd steeds opstandiger. Wat hebben we ons vaak machteloos gevoeld. Gelukkig gaat het nu goed op school en heb je veel steun aan je mentor Bert. We zijn heel trots op je, op hoe het nu op school gaat.

Thuis laat je nog regelmatig agressief gedrag naar ons, je zusjes en onze hond Bas zien. We zijn nu hier bij elkaar vanwege dat gedrag. Wij willen je het volgende vertellen:

Papa en ik willen dat dit agressieve gedrag stopt om de sfeer thuis te verbeteren. Wij accepteren niet meer dat jij scheldt, schreeuwt, ons slaat, de hond schopt of spullen vernielt. Niet om controle over jou uit te oefenen, maar om ons gezinsleven voor iedereen weer zo aangenaam mogelijk te laten zijn. Wij willen consequent in je leven aanwezig zijn omdat we van je houden. Deze brief is geen dreigement, maar wij, papa en ik, zien het als onze verantwoordelijkheid om deze problemen met jou op te lossen. Wij willen samen met jou, vrienden, familie en school hieraan werken. Daarom zijn vandaag mijn broer Robert en onze buurman Peter hierbij om ons te gaan helpen.

Dit doen wij, Sem, omdat wij zielsveel van je houden.

Liefs, papa en mama

Vervolgens vragen we, om de generatiegrens te markeren, de jongere om in de wachtkamer plaats te nemen, waarna de ouders met de steunpersonen bespreken hoe de ouders hen willen inschakelen, en de behandelaars de steunpersonen uitleg geven over de methodiek.

In de uitvoeringsfase worden de ouders na de aankondigingsbrief op verschillende manieren ondersteund in het vormgeven aan en volhouden van hun nieuwe, geweldloze ouderlijke betrokkenheid. Maandelijks komt de oudergroep met beide behandelaars bijeen om ervaringen uit te wisselen. De behandelaars bellen wekelijks met de ouders om hen te bemoedigen en opkomende vragen te beantwoorden. Zo nodig kunnen er in deze fase gesprekken met de ouders, met school en anderen uit het steunnetwerk plaatsvinden, en/of gezinsgesprekken.

Als daartoe in de kennismakingsfase of later aanleiding is gebleken, kunnen de jongere en/of ouders aanvullende psychiatrische diagnostiek en behandeling krijgen voor psychiatrische beelden zoals ADHD, autismespectrumstoornis, partnerrelatieproblemen, depressie, een stoornis in de emotieregulatie, onverwerkt eigen verleden, e.d. Dit kan door een collega gebeuren, op voorwaarde dat die goed op de hoogte is van het programma 'Nieuwe autoriteit' en daarachter staat. Is dat niet het geval, dan gaan die beide trajecten elkaar belemmeren en stagneren de veranderingen. De groepsbehandelaars dienen hierbij de eindregie te houden (vergelijk Haley, 1980).

4. Afrondingsfase

In de slotfase komt de oudergroep weer bijeen voor de evaluatie van het traject en voor de consolidatie van de verworvenheden. Wat is helpend geweest voor het reguleren van de eigen emoties, het rustig blijven, en voor het weer terugpakken van de regie? En we besteden aandacht aan terugvalpreventie: wat te doen als het weer dreigt mis te gaan?

Deel III: Reflecties

Voorlopige resultaten

Omer (persoonlijke communicatie, 2008) verwees naar onderzoek van zijn team waaruit 'nieuwe autoriteit' positieve resultaten bleek op te leveren. De machteloosheid van de ouders werd doorbroken; door zelfcontrole lukte het hun om duidelijk de leiding te nemen. Na de gedragsverandering van ouders en omgeving verbeterden met een vertraging van enkele weken ook het gedrag van het kind en de relatie tussen ouders en kind. Wij hebben echter geen nadere details over de resultaten en opzet van dit onderzoek kunnen achterhalen.

Naar de resultaten van onze gestructureerde groepsgezinsaanpak hebben wij nog geen systematisch onderzoek gedaan. Wij hebben inmiddels zes traject-

ten voltooid met in totaal 24 gezinnen. Bij het merendeel ging het om externaliserende gedragsproblemen van de jongere. In alle gevallen was de ouder-kindrelatie ernstig ontregeld en voelden de ouders zich machteloos.

De problematiek varieerde in ernst. Aan de ene kant van het spectrum waren er ouders met langdurige problemen met hun kind, die al veel vergeefse hulpverlening achter de rug hadden en inmiddels uithuisplaatsing overwogen. Aan de andere kant waren er ouders die vooral last hadden van de vele verbale agressie thuis, of (een kleine minderheid) die zich zorgen maakten om extreme teruggetrokkenheid van hun kind, dus om meer internaliserend gedrag. In de eindevaluaties rapporteerde 80% van de ouders de volgende verbeteringen:

- afname van de machteloosheid;
- gebruik van hulptroepen;
- sterke vermindering van conflicten in frequentie en intensiteit;
- toename van positief contact tussen ouders en kind.

Twintig procent van de ouders daarentegen meldde geen of beperkt effect en/of stopte voortijdig met het programma. In een geval werd de dochter klinisch opgenomen en leken de gedragsproblemen zozeer in persoonlijkheidsproblematiek verankerd te zijn, dat houdingsverandering van de ouders niet voldoende was. In een ander geval was er sprake van overmatig drugsgebruik door de jongere, een verslaving te sterk om met deze methode te doorbreken. Het is ons nog niet duidelijk in hoeverre ernstige verslaving als contra-indicatie moet gelden; hiermee moeten wij verdere ervaring opdoen.

Aandachtspunten: de kracht van structuur en groep

De basis van de methodiek is een goede samenwerking tussen de behandelaars, waarin zij vertrouwen in elkaar betonen en in staat zijn hun verschillen ten voordele van het proces te gebruiken. Dit werkt ook als model voor de ouders. De methode vraagt om een directieve manier van werken. Deze houding wordt ook bij de ouders gestimuleerd. Het uitgedragen concept van ouderschap is echter transparant en *empowering* voor alle partijen (zie ook Bom, 2009).

De aankondigingsbrief, het betrekken van steunpersonen en het maken van verzoeningsgebaren zijn essentiële onderdelen. Zonder deze blijven de veranderingen beperkt. Het doorbreken van het geheim leidt tot steun, erkenning en acceptatie vanuit de omgeving, die mee kan helpen aan het herstel van de ouderlijke regie. De aankondigingsbrief is een plechtig overgangsritueel naar de adolescentie (Van der Hart, 1978), dat nadrukkelijk staat voor stellingname, laten zien waar je als ouder voor staat. Het maken en accepteren van ver-

zoeningsgebaren ten slotte is een belangrijk middel voor het herstel van de ouderlijke aanwezigheid en de veilige hechting in de ouder-kindrelatie.

De oudergroep heeft veel meerwaarde boven een individuele gezinstherapie. In de groep kunnen ouders herkenning vinden en hun isolatie en schaamte doorbreken, en worden ervaringen, tips en onderlinge feedback uitgewisseld. Er ontstaat een groepsproces waarbij de ouders elkaar gaan aanvullen en aanspreken, zodat de behandelaars gaandeweg minder directief hoeven optreden.

De groepstraining helpt ook om de vervolgstructuur van het traject krachtiger neer te zetten en vast te houden dan in een individuele ouder- of gezinstherapie. Alleen bij milde problematiek lukte het ouders in een individuele gezinstherapie hun houding consequent te veranderen. De principes van 'nieuwe autoriteit' staan haaks op gangbare overtuigingen van veel ouders, bijvoorbeeld dat ze de strijd moeten zien te winnen, of dat de problemen de omgeving niets aangaan, of dat de plechtigheid van het overgangsritueel overdreven is, of dat ze geen verzoeningsgebaren hoeven maken omdat ze te gekwetst zijn. In een individuele ouder- of gezinstherapie lopen daardoor de onderdelen van 'nieuwe autoriteit' eerder het risico te verwateren, of de werkrelatie loopt gevaar omdat de ouders zich onbegrepen voelen als de therapeut hen op hun eigen gedrag aanspreekt in plaats van hun 'gestoorde' kind. Ouders kunnen elkaar onderling veel beter aan die structuur, principes en onderdelen houden dan therapeuten.

Indicatiestelling en beperkingen van de methode

De methode is natuurlijk geen panacee voor alle problemen van gezinnen met jongeren. De indicatiestelling is hierboven al besproken. Naast de ernst van de gedragsproblemen van de jongere is de mate van machteloosheid van de ouders een belangrijk criterium, omdat het volledige traject van 'Nieuwe autoriteit' nogal wat van de ouders vergt. Als we inschatten dat eenvoudiger of kortdurender interventies van systemische of psychiatrische aard volstaan, zullen we ouders niet naar de groep verwijzen.

Als de problematiek daarentegen zwaarder is of meervoudig, biedt het programma 'Nieuwe autoriteit' de flexibiliteit om voorafgaand aan het traject, in de middenfase of naderhand nog andere vormen van hulp in te zetten, mits die verenigbaar zijn met de hoofdprincipes van het programma.

Hartgers (2010) wijst erop dat systeemtherapeuten zich behoren af te vragen of hun behandeling schade kan toebrengen. Naar onze mening is 'Nieuwe autoriteit' een relatief risicovrije methode door haar transparantie en de *empowerment*

van ouders en de vele vormen van sociale steun daarbij. Honderd procent garantie van slagen is uiteraard niet te geven, en elke mislukking van welke behandeling dan ook brengt verdere ontmoediging teweeg en is dus een vorm van schade. Het is belangrijk in te schatten of ouders de inspanning nog kunnen of willen opbrengen, of dat er nog extra werk nodig is in de vorm van motivering of het helpen oplossen van andere psychosociale problemen van het gezin.

Conclusie

De ontwikkeling van dit programma heeft ons als behandelaars veel houvast gegeven en ons werkplezier vergroot. Wij hopen dat dit artikel ook andere vakgenoten inspireert in het werken met 'nieuwe autoriteit'.

Literatuur

- Alon, N., & Omer, H. (2005). *The psychology of demonization. Promoting acceptance and reducing conflict*. New York/Hove (UK): Routledge.
- Bom, H. (2009). Identiteit en autoriteit, een contextuele benadering. *Systeemtherapie*, 21(1), 4-14.
- Bom, H., & Römer, M. (2007). De psychologie van het demoniseren. Een studiedag met Haim Omer op 9 februari 2007 te Amsterdam. *Systeemtherapie*, 19(3), 177-179.
- Brinkgreve, C. (2008). Familiesociologie. In A. Savenije, M.J. van Lawick, & E.T.M. Reijmers (red.), *Handboek systeemtherapie* (pp. 47-55). Utrecht: De Tijdstroom.
- Carter, R. (2009). *The brain book*. London: Dorling Kindersley Ltd.
- Grabbe, M. (2010). Er bestaat geen weg naar een goede relatie, een goede relatie is de weg. *Gezinstherapie Wereldwijd*, 21(1), 100-115.
- Haley, J. (1973). *Uncommon therapy: The psychiatric techniques of Milton Erickson*, M.D. New York: Norton.
- Haley, J. (1980). *Leaving home*. New York: McGraw-Hill. Nederlandse vertaling 1982, *Weg van thuis, de behandeling van problematische gezinssituaties*. Meppel: Infopers/Gamma.
- Hart, O. van der (1978). *Overgang en bestendiging. Over het ontwerpen en voorschrijven van rituelen in psychotherapie*. Deventer: Van Loghum Slaterus.
- Hartgers, M. (2010). Over de bijwerkingen van systeemtherapie. *Systeemtherapie*, 22(2), 65-81.
- Hersenstichting Nederland (2008). *Puberhersenen in ontwikkeling*. Den Haag: Hersenstichting Nederland. Brochure, te downloaden op www.hersenstichting.nl.
- Johnson, S.M. (2003). Introduction to attachment. A therapist's guide to primary relationships and their renewal. In Johnson, S.M., & Whiffen, V.E. (Eds.), *Attachment processes in couple and family therapy* (pp. 3-17). New York/London: Guilford Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P.R. (2007). *Attachment in adulthood. Structure, dynamics, and change*. New York/London: Guilford Press.
- Omer, H. (2004). *Nonviolent resistance. A new approach to violent and self-destructive children*. Cambridge/New York: Cambridge U.P.
- Omer, H. (2007). *Geweldloos verzet in gezinnen. Een nieuwe benadering van gewelddadig en zelf-destructief gedrag van kinderen en adolescenten*. Vertaling van Omer (2007). Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Omer, H., & Schlippe, A. von (2006). *Autorität ohne Gewalt. Coaching für Eltern von Kindern mit Verhaltensproblemen*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

- Omer, H., & Schlippe, A. von (2010). Kracht in plaats van macht. *Gezinstherapie Wereldwijd*, 21(1), 47-62.
- Rodenburg, L. (2009). Professie en Persoon: Haim Omer. *Systeemtherapie*, 21(2), 11-114.
- Stanton, M.D., Todd, T.C., & Associates (1982). *The family therapy of drug abuse and addiction*. New York: Guilford Press.
- Swaan, A. de (1982). Uitgaansbeperking en uitgaansangst; over de verschuiving van bevelshuishouding naar onderhandelingshuishouding (1979). In Abram de Swaan, *De mens is de mens een zorg* (pp. 81-115). Amsterdam: Meulenhoff.

Bijlage I

Overzicht van het behandeltraject 'Nieuwe autoriteit' te Almere Stad

Fase	Onderwerp	Deelnemers (naast behandelaars)
Kennismaking	1 ^e intake	Ouders, jongere
	2 ^e intake	Ouders en school
Training	1 ^e trainingssessie <ul style="list-style-type: none"> - Kennismaking ouders - Psycho-educatie puberteit, hersenen, opvoeding door de jaren heen - Uitleg principes geweldloos verzet - Maken diagram van sociaal netwerk - Huiswerk: inventarisatie probleemgedrag 	Oudergroep (ouders van 4 à 5 gezinnen)
	2 ^e trainingssessie <ul style="list-style-type: none"> - Prioriteiten stellen: probleemgedrag onderverdelen naar mate van belang, uitleg aanpak voor elk daarvan - Uitleg hulpmiddelen bij 'geweldloos verzet' - Huiswerk: aankondigingsbrief schrijven 	
	3 ^e trainingssessie <ul style="list-style-type: none"> - Ouders leggen hun brief voor, onderlinge feedback - Uitleg samenwerking met school en hulpverleningsinstanties - Uitleg belang van steunnetwerk: wie gaan de ouders benaderen? - Planning van aankondigingsgesprekken 	
Uitvoering	Aankondigingsgesprek <ul style="list-style-type: none"> - Ouders lezen aankondigingsbrief voor aan jongere - Uitleg en nagesprek ouders en steunpersonen over steun 	Ouders, jongere, steunpersonen
	Maandelijkse bijeenkomsten voor uitwisseling ervaringen	Oudergroep
	Wekelijkse telefonische steun	Ouders
	Zo nodig gezinsgesprekken	Ouders, jongere, gezin
	Zo nodig (kinder-)psychiatrische behandeling door een der behandelaars of collega	Ouders en/of jongere
	Zo nodig netwerkgesprekken	Ouders, school
Afronding	Evaluatie behandeling <ul style="list-style-type: none"> - Formulering verworvenheden - Terugvalpreventieplan 	Oudergroep

■ Summary

Lenny Rodenburg, Henk Breugem, Jolanthe de Tempe - Parental presence: a structured approach for applying Haim Omer's New Authority

In Western urbanized societies parents have lost their traditional, hierarchical authority. Parents lack clear models, especially when bringing up their adolescents. Parents and children easily get caught in self-reinforcing spirals of negative interaction.

Haim Omer developed a model called 'Nonviolent Resistance' or 'New Authority', a new view of parental authority that is better suited to modern times and helps parents to be effective parents of adolescents.

In the town of Almere Stad we developed a structured treatment model based on Omer's views to assist parents in this change of attitude. An important part of the method consists of using several sources for social support, e.g. a parent group, the family's natural network, and the child's school. In this article we describe the treatment model.

Contact: lenny.rodenburg@molemann.nl