

1. Magisch

Ik zit op een roze kinderkrugje in de spelkamer te wachten op Marie, een meisje van vijf jaar. Zij verblijft hier in het Onthaal-, observatie- en oriëntatiecentrum (ooc) waar ik werk, een plek waar kinderen tijdelijk verblijven wanneer het thuis moeilijk loopt. Na enkele maanden geven wij een advies over verdere hulpverlening. Dat klinkt logisch en efficiënt, maar de realiteit is ingewikkeld en pijnlijk. Vaak kan ons advies namelijk niet uitgevoerd worden door plaatsgebrek of andere praktische redenen. Dat is moeilijk en confronterend, zeker wanneer het over jonge kinderen gaat. Daarom voel ik me hier soms klein en machteloos... Dan is de verantwoordelijkheid zo groot als jonge psycholoog dat ik mij vertwijfeld afvraag of ik wel de juiste persoon ben voor deze grote beslissingen.

Ik schrik als er op de deur geklopt wordt en sta op. Sarah, de begeleidster die Marie naar de spelkamer brengt, steekt vrolijk haar hoofd binnen.

‘Ik ben hier met Marie’, zegt ze. Ze buigt zich naar het meisje en wijst naar mij. ‘En dat is Wendy, een hele lieve mevrouw. Zij gaat met jou praten en spelen. Ik kom je over een klein uurtje weer halen, oké? Tot straks!’ Ze aait Marie even over haar hoofd en vertrekt weer. Ik lach naar Marie, kniel bij haar neer en toon haar een klokje waarbij de tijd visueel wordt weergegeven. ‘Kijk, als al dit rood is verdwenen, dan komt Sarah jou weer halen. Tot die tijd mag je hier met alles spelen, alleen of samen met mij. Zo leren we elkaar goed kennen. Kijk maar eens rond wat er allemaal is. Daar staat het keukentje. We hebben een winkeltje, spelletjes, papier en verf...’

Marie staat nog steeds op de plek waar de opvoedster haar heeft achtergelaten. Ze kijkt naar wat ik allemaal aanwijs. In haar ogen zie ik een gezonde terughoudendheid.

‘Dit is de poppenhoek’, vervolg ik. ‘Hier hebben we nog verkleedkledij en daar is de zandbak.’

‘Wat zou je graag willen doen?’ vraag ik, wanneer ik alle opties heb

laten zien. Maar Marie reageert niet op mijn vraag. Ze staat nog steeds op dezelfde plaats, midden in de kamer. De angst lijkt te groot om op ontdekking te gaan, dus ik zal de drempel moeten verlagen. ‘Moeilijk, hé, om zomaar te gaan spelen bij iemand die je helemaal niet kent. Dat snap ik wel.’

Ze staart me aan met grote ogen.

‘Ik zal eens uitleggen wie ik ben, hé? Ik werk hier, ik ben psycholoog. Dat is een moeilijk woord, dat is iemand die kinderen helpt als zij bang, boos of verdrietig zijn. Dat kan door samen te praten of te spelen. Ik ga jou ook heel veel vragen stellen om jou goed te leren kennen, zodat ik jou zo goed mogelijk kan helpen. Ik schrijf dat allemaal op zodat ik het niet ga vergeten en dat steek ik dan in dit mapje.’

Ik toon haar een geel mapje.

‘Kijk, dit is jouw mapje’, zeg ik. Kijk maar, hier staat jouw naam: M A R I E.’

Ik krijg een klein knikje.

‘Zou je het fijn vinden om dat mapje mooi te maken zodat het een echt Marie-mapje is? Kijk maar, hier zijn kleurpotloden en stiften.’ Marie knikt nu met meer overtuiging en neemt plaats op het krukje aan de kleine tafel. Ik ga aan de andere kant op eenzelfde kinder-krukje zitten. Nota aan mezelf: volgende keer best geen rok dragen. Het is niet zo handig om elegant op zo’n kabouterstoeltje te zitten. Het verbaast mij niet dat Marie gekozen heeft om aan de tafel iets te tekenen, dat is vaak zo in het eerste contact. Het schoolse aspect maakt het vertrouwd en de tafel die tussen ons staat, schept een veilige afstand.

Alles wat een kind doet, zegt of niet doet of zegt, is interessant voor een psycholoog.

Hoe is de mimiek, het oogcontact, de intonatie, spreekt het kind spontaan of enkel op vraag, over welke onderwerpen, en nog interessanter: over welke dingen wordt net niks gezegd? Angstige kinderen tekenen of praten bijvoorbeeld opvallend vaak níét over angst: zij

vermijden dat om die gevoelens niet opnieuw te hoeven ervaren. Marie tekent rond haar naam bloemetjes. Ze glimlacht, maar heeft nog steeds niks gezegd, doet dat ook nu niet en tekent in stilte verder.

Ondertussen probeer ik te bedenken wat ik tegen haar moet zeggen. In haar dossier heb ik gelezen dat ze haar vader niet kent, hij was al weg bij haar moeder voordat ze geboren werd. Deze instelling is de derde verblijfplaats van Marie in vier maanden, in afwachting van een definitieve plaatsing, en in al die tijd heeft ze geen contact gehad met haar moeder. Haar moeder is recent op beschuldiging van onvrijwillige doodslag in de gevangenis terechtgekomen.

Ik werd overspoeld door een golf van emoties en gedachten toen ik dat las. Wat een trauma voor hen beiden! En tussen al die emoties voel ik ook verontwaardiging over de hulpverlening. Ik vind het ongehoord dat er in al die maanden geen contact is geweest tussen moeder en kind. Los van het juridisch verdict heeft dat kind toch recht op contact met haar moeder. Die scheiding is enorm funest voor de ontwikkeling van Marie!

Ik dwing mezelf om me opnieuw te concentreren op de sessie. Ik merk dat dit verhaal mij erg raakt en ik moet moeite doen om met een objectieve, professionele bril naar deze casus te blijven kijken. Dus ik adem eens bewust diep in en bevroeg de normale dingen van een eerste gesprek.

‘Hoe oud ben jij, Marie?’ vraag ik.

Ze antwoordt kort. ‘Vijf.’ Ze steekt trots haar vijf vingers in de lucht. Ik lach bemoedigend naar haar.

De kinderen in ons centrum volgen tijdelijk les in de plaatselijke school, dus ik ben benieuwd naar haar ervaringen. Ik vraag de naam van haar leerkracht, wat ze het leukste vindt aan de lessen en wat ze graag zou willen wegtoveren van school.

‘Juf Katrien’, antwoordt ze vlot maar kort, en ze durft wat meer oogcontact te maken. ‘Ze is grappig maar ook snel boos.’

Het valt me direct op dat haar taalontwikkeling minder ver gevorderd is dan ik zou verwachten op haar leeftijd. Ze kan bijvoorbeeld de 'r' nog niet uitspreken, waardoor woorden gek overkomen. ‘Katrien

wordt zo ‘Katlien’ en ‘grappig’ wordt ‘glappig’. Voorzichtig maak ik een brugje naar meer persoonlijkere vragen: over haar gezin en bijbehorende emoties.

‘En wie woont er allemaal bij jou thuis?’

Marie wendt haar blik af en ik zie haar letterlijk in elkaar krimpen.

Ze stopt met tekenen en staart naar haar papier.

‘Ik wil mijn mama...’, zegt ze zachtjes.

‘Je hebt je mama al lang niet meer gezien, hé’, zeg ik, om te benoemen wat ze voelt. ‘Dat maakt je verdrietig, of bang of boos, of allemaal door elkaar.’

Marie knikt.

‘Heb je weleens gebeld met je mama? Of een brief gekregen?’

Ze schudt het hoofd. Samen met haar voel ik de onmacht groeien.

Ik weet niet zo goed wat ik verder moet zeggen of vragen... Dit is zo verdrietig dat ik mijn hele protocol van het eerste diagnostische gesprek kwijt ben. Als psycholoog leer je om de emoties van de cliënt niet te verwarren met je eigen emoties. Meestal lukt mij dit goed en kan ik warm en afgestemd luisteren. Bij sommige casussen lukt mij dit echter niet goed en loopt dit door elkaar heen. Ook bij Marie is dat zo.

Anderen ondersteunen is een belangrijke waarde voor mij en het raakt mij direct wanneer daar niet zorgvuldig mee wordt omgegaan.

Dan zou ik een reddende engel willen zijn die al die kinderen in bescherming neemt...

De rest van de sessie kleurt Marie in stilte verder. Ze praat niet met me, maar durft wel voorzichtig wat verder rond te kijken in de spreekkamer. Op mijn voorstel ronden we af met Memory, een spel waar kleuters goed in zijn. Marie wint dan ook terecht en glundert. Ze is gesloten, maar er is een duidelijke contactgroei merkbaar. Ze kijkt me meer aan en lacht met grapjes.

‘Volgende week wil ik je graag nog eens zien’, zeg ik. ‘Misschien win je dan weer!’

Ze knikt enthousiast.

Wanneer ik weer op de afdeling ben, spreek ik direct enkele collega’s aan. ‘Waarom heeft dit meisje al vier maanden geen contact gehad met haar moeder?!’

Niemand kan me een reden geven, maar iedereen deelt mijn verontwaardiging.

‘Ik wil dit echt uitzoeken’, besluit ik.

Ik krijg van de directie toestemming om rond te bellen, wat ik meteen doe. Maar de moedeloosheid neemt enkel toe wanneer de ene na de andere hulpverlener de verantwoordelijkheid doorschuift. ‘Dat weet ik eigenlijk niet’, klinkt het bij de ene. ‘Dat is niet mijn beslis-sing’, zegt de andere.

Pas wanneer ik een transparante sociaal assistent aan de lijn krijg van de laatste voorziening waar Marie verbleef, kom ik meer te weten.

‘Wij hebben daar eigenlijk niet aan gedacht in alle drukte’, geeft zij toe. ‘Dat is ons gewoon ontglipt, vrees ik...’ Ik neem mij vanaf dat moment voor om Marie de aandacht te geven die zij verdient én nodig heeft. Veel telefoontjes en moeite later heb ik toestemming van de rechtbank: Marie en haar moeder mogen brieven sturen naar elkaar én er mag een begeleid bezoek plaatsvinden in de gevangenis.

Een week later zit Marie weer tegenover me aan het tafeltje. Trots toont ze een brief die ze van haar moeder heeft gekregen. Ze straalt wanneer ik hem voorlees. Ik geniet mee met haar.

Ons contact groeit langzaamaan naar een warm en ontspannen contact, al blijft Marie een gesloten meisje. Ik respecteer haar afstand en geef haar in de sessies een veilige plek waar ze zichzelf kan zijn. Ze heeft genoeg redenen om volwassenen niet te vertrouwen, het is gezond dat zij nu haar grens bewaakt.

Na veel papierwerk en nog meer geduld mag Marie enkele weken later op bezoek bij haar moeder en ik zal haar als vertrouwenspersoon begeleiden.

Bij het binnenkomen van de gevangenis ben ik meteen onder de indruk. Hoe moet dat dan wel niet zijn voor zo'n klein meisje... Het is net zo formeel en afstandelijk als op televisie, ook al sta ik hier met een kind. Er wordt een foto van ons gemaakt en we moeten door een scanner stappen die gelukkig geen alarm slaat. Een maatschappelijk werker leidt ons vervolgens door vele lange, lege, beige gangen, tot we een kamer mogen binnengaan ter grootte van een cel. Het enige wat er staat, is een beige ijzeren tafel die aan de grond is bevestigd en vier dito stoelen.

'Ga gerust zitten', zegt zij, terwijl ze knikt naar de stoelen. Maar zo gerust zijn we niet, het is eerder gespannen wachten tot Maries moeder komt.

'Ik heb wat dingen meegenomen, Marie', zeg ik, terwijl ik tekenspullen, boekjes en een puzzel op de ijzeren tafel leg, om het daar toch wat kindvriendelijker te maken. Ze begint meteen aan de puzzel, maar stopt wanneer we op de gang voetstappen horen naderen. Dat moet haar moeder zijn.

Een agent begeleidt de vrouw tot in de ruimte. Marie springt recht en valt haar moeder in de armen. Het is een ontroerend moment.

'Wat ben jij aan het doen, meisje?' vraagt moeder.

Marie trekt haar aan haar arm mee naar de tafel en toont de puzzel die ze aan het maken was.

'Ga maar zitten', gebaar ik naar moeder.

En het beeld dat ik te zien krijg, klopt. Moeder en dochter knuffelen, kletsen, puzzelen en tekenen alsof ze samen aan de keukentafel zitten. We hebben een half uurtje samen en de tijd vliegt voorbij.

Wanneer het tijd is om afscheid te nemen, voel ik dat ik bang ben voor de emoties die nu zullen komen, maar Marie en haar moeder nemen vrij vlot afscheid. Beiden lijken het gewoon te zijn om afscheid te nemen en hun emoties niet te tonen.

Terug naar de uitgang wandelen we door dezelfde lange, lege, beige gangen, maar de sfeer is helemaal anders. Marie huppelt opgetogen naast me en in de auto vertelt ze spontaan verhalen over thuis. Dit bezoekje heeft haar duidelijk deugd gedaan.

Een week later zitten we opnieuw in de spelkamer. Marie is nu zichtbaar veel meer ontspannen.

'Ik wil een tekening maken voor mijn mama', zegt ze spontaan. En plots valt het mij op dat ze de 'r' foutloos kan uitspreken.

'Oh Marie!' zeg ik verheugd. 'Je kunt de 'r' zeggen!'

'Ja!' beaamt ze opgetogen. 'Ik heb mijn mama gezien!'

Beiden lachen we stralend, van opluchting en ontroering.

Marie en haar moeder zijn nog lang niet waar ze moeten zijn, maar dit moment is magisch. Een reddende engel ben ik niet. Ik kan als psycholoog vaak slechts iets kleins betekenen, maar soms is dat net groots genoeg.

Lang leve de lol

'Ik wil later prof worden', zei ik spontaan toen de docent tijdens het kennismakingsrondje in het eerste jaar aan de universiteit vroeg wat wij later wilden gaan doen met ons diploma. Algemene hilariteit in de groep, terwijl ik niet zo goed wist wat daar zo grappig aan was. Mijn motto was toen al jarenlang: ik doe iets goed of ik doe het niet. Verborgene faalangst onder perfectionisme was toen nog niet ontdekt en zeker niet bij mij, want dat principe had ik onderstreept door zomaar even vijf keer te blijven zitten in het middelbaar. Mijn ouders, beiden arts en toen nog met de illusie dat ik vlotjes hun goede voorbeeld zou volgen, hadden al van alles geprobeerd en uit wanhoop hadden zij mij al van een Nederlandse school naar een Belgisch internaat laten gaan. Daar werd de pret echter alleen maar groter, ver van huis met allemaal Nederlandse jongeren die daar 'heropgevoed moesten worden door die brave Belgen'. Ik feestte veel, ook met minder brave Belgen, en werd ook daar enkele jaren later weer van school gegooid. Heel flauw: omdat ik een examen Frans niet afgelegd had. Niemand vroeg mij destijds of dit uit onwil, onmacht of onkunde was. Zo zat de wereld nog niet in elkaar. Ik heb nog volwassenenonderwijs gevolgd in een poging om toch maar een middelbareschooldiploma te behalen, maar dat was het ook niet.

Als 21-jarige besloot ik dat het genoeg was geweest met de lol. Op die leeftijd mag je in Nederland toelatingsexamen afleggen voor een universiteit, dus enthousiast schreef ik mij in voor de voorbereiding op

de opleiding Psychologie aan de Universiteit Utrecht. Ik studeerde plichtbewust en hard en behaalde met goede cijfers (zelfs voor wiskunde!) mijn toegang tot de opleiding Ontwikkelingspsychologie. Dat werd de voorbode van een heel fijne, waardevolle tijd op de universiteit: dit was mijn passie! Ik genoot met volle teugen en doorliep vlotjes alle jaren. Nu zonder onvoldoendes, maar wel met nog wat extra prikkels om het interessant te houden: ik woonde op een gegeven moment weer in België en pendelde wekelijks uren met mijn discman op met de trein van Leuven naar Utrecht: best of both worlds! Tijdens mijn stage wisselde ik dit nog af met een internaat voor verpleegkundigen in Bilzen: heel gezellig! Ik diende mijn eindwerk online in; de eerste keer in de jaren 90 dat de docent zoiets had meegemaakt.

Mijn prof sprak tijdens mijn afstuderen de memorabele woorden:

‘Van jou gaan we nog iets horen!’

Een waardevol moment omdat het zo'n geruststelling was voor mijn ouders, die toch wel wat nachten wakker hadden gelegen (understatement) over al die keren dat ik weer eens was blijven zitten (ik zal alle boeken die ik schrijf aan hen opdragen!). En ook een waardevolle erkenning voor mij: ik was geen gedragsgestoorde jongere, ik was iemand met veel passie en doorzettingsvermogen. Toen de meeste leerkrachten mij al hadden opgegeven in het middelbaar, was mijn leerkracht Engels de enige die wel in mij geloofde en ook hem blijf ik eeuwig dankbaar: elk kind verdient

een leerkracht die door het masker van gedrag heen kan kijken en zijn of haar echte kwaliteiten ziet. Ik heb altijd geweten dat ik er wel zou komen. Ik deed niet veel omdat ik het saai vond, mij verveelde en op een gegeven moment in de gaten kreeg dat mensen mij grappig vonden als ik de boel op stelten zette. Zeker later in België werden mijn gevatte Nederlandse opmerkingen goed gesmaakt en dat gevoel was heel wat leuker dan die saaie leerstof. Ik wist dat het slechts gedrag was, maar dat vroeg niemand aan mij. Niemand had het in de jaren 80 en 90 uitgevonden om te praten met kinderen. Toen was het vooral belangrijk om te gehoorzamen en te presteren. Nou, daar was ik na veertien jaar wel klaar mee... Lang leve de lol en de vrijheid! Misschien werd toen al de basis gelegd voor mijn eerste boek jaren later: *Angst: Wat echt werkt bij kinderen die snel angstig zijn.*

Want inmiddels weten we wel wat kinderen echt nodig hebben: ouders en leerkrachten die oprecht luisteren naar de onderliggende emoties en behoeften, die authentiek zijn en het reguleren van emoties voordoen met hun eigen houding.

Het is zo ontzettend waardevol voor kinderen wanneer zij gezien worden in hun zijn, en niet beoordeeld worden op hun presteren. We moeten vragen wie ze zijn, niet wat ze kunnen. Ik ben vrolijk, spontaan, optimistisch,

enthousiast, daadkrachtig en zorgzaam. Dat zal ik altijd zijn, los van mijn kunnen.

Prof ben ik uiteindelijk niet geworden, want dat bleek nog saaier te zijn dan het middelbaar, met erg veel presteren puur om te presteren. Die ene leerkracht in het middelbaar en de prof op de universiteit die in mij geloofden, heb ik later wel schriftelijk laten weten wat hun steun voor mij heeft betekend.

En wat had ik altijd een lol, en de deelnemers met mij, wanneer ik tijdens een training Positief Denken aan mijn groepje faalangstige kinderen vertelde dat ik vijf keer was blijven zitten. Ik wist wel wat ze die avond aan de eettafel met grote glinsterende ogen zouden zeggen: 'Wendy is vijf keer blijven zitten en zij is toch psycholoog geworden! Zij zegt dat je je dromen nooit moet opgeven! Ik wil ook zo positief kunnen denken als zij.' Of hoe mijn falen een succes werd!