



Checklist bij de richtlijn Problematische gehechtheid

Over deze checklist

Kinderen met een problematische gehechtheidsrelatie zijn gebaat bij ouders (en verzorgers) die sensitief met hen omgaan. De volgende tips kun je gebruiken in je begeleiding aan de ouder of verzorger van een kind. Je kan deze adviezen ook gebruiken als jij zelf de persoon bent aan wie de zorg van een kind is toevertrouwd.

N.B. Dit is geen uitputtende lijst van tips die altijd opgevolgd moeten worden. Pas ze aan op de leeftijd en situatie van het kind.

Ga [hier](#) direct naar het onderwerp van de richtlijn.

5 typen Richtlijnen Jeugdhulp en Jeugdbescherming



Basisrichtlijn



Opgroeien en ontwikkeling



Gezin en omgeving



Ontwikkelingsproblemen



Hulpproces en hulpvorm

Hoe bouw je een veilige gehechtheidsrelatie met een kind op?

Neem tijd voor contact

Speel samen, doe leuke dingen of kleine klusjes. Maak het positief, gezellig en ontspannen. Maak samen plezier, houd het contact luchtig en speels: lach en maak grapjes.

Wees voorspelbaar, betrouwbaar en duidelijk.

Zeg wat je gaat doen, en doe wat je zegt. Zo weet het kind wat het kan verwachten. Geef het kind de ruimte, maar houd wel de regie door keuzes te geven.

Geef het kind volle aandacht

Gebruik een vriendelijke gezichtsuitdrukking en stem. Maak oogcontact, luister goed en let op lichaamstaal (ogen, mimiek, stem, lijf). Benoem wat je het kind ziet doen en welke emoties je ziet. Check of dit klopt. Heb je het goed verwoord? Prima. Is dit niet zo? Herstel wat je zei en zoek samen naar welk gevoel, gedachte of wens er onder het gedrag zit.

Geef hulp en troost bij emoties

Probeer te begrijpen wat het kind denkt en voelt. Laat merken dat je het ziet en hoort. Troost als het verdrietig is, help bij angst en leid boosheid in goede banen. Ook als het kind jou afwijst. Blijf aanwezig en laat merken dat je er voor het kind bent.

Leg dingen uit

Help het kind begrijpen waarom iets gebeurt en wat het gevolg is, qua gevoel en gedrag.

Sluit aan bij het kind

Probeer te doen wat het kind fijn vindt en nodig heeft. Dan voelt het zich serieus genomen. Kan dat niet? Leg rustig uit waarom en benoem dat het kind zich daardoor boos of verdrietig of alleen kan voelen.

Prijs positief gedrag

Benoem wat goed gaat en geef complimenten. Richt je op wie het kind is en wat het probeert, niet alleen op prestaties. Zo voelt het kind nog meer de waardering.

Herstel contact

Kinderen met een problematische gehechtheidsrelatie weten vaak hoe ze contact kunnen verbreken, maar niet hoe ze het herstellen. Help daarbij.

Maak fouten bespreekbaar

Doe jij als jeugdprofessional iets fout? Geef dat eerlijk toe en zoek samen naar fijne manieren om het goed te maken.

Wees bewust van wat er in jezelf omgaat.

Wat voel, denk en wil je? Probeer deze gevoelens, gedachten en wensen los te laten als je met het kind omgaat.



Richtlijnen Jeugdhulp
en Jeugdbescherming



Checklist bij de richtlijn Problematische gehechtheid

Over deze checklist

Kinderen met een problematische gehechtheidsrelatie zijn gebaat bij ouders (en verzorgers) die sensitief met hen omgaan. De volgende tips kun je gebruiken in je begeleiding aan de ouder of verzorger van een kind. Je kan deze adviezen ook gebruiken als jij zelf de persoon bent aan wie de zorg van een kind is toevertrouwd.

N.B. Dit is geen uitputtende lijst van tips die altijd opgevolgd moeten worden. Pas ze aan op de leeftijd en situatie van het kind.

Ga [hier](#) direct naar het onderwerp van de richtlijn.

5 typen Richtlijnen Jeugdhulp en Jeugdbescherming



Basisrichtlijn



Opgroeien en ontwikkeling



Gezin en omgeving



Ontwikkelingsproblemen



Hulpproces en hulpvorm

TIPS VOOR OMGAAN MET OPSTANDIG GEDRAG

- Beloon goed gedrag in plaats van te straffen. Geef duidelijk grenzen aan zonder strijd. Zeg op een positieve manier wat je verwacht en vermijd woorden als “nee” of “niet”.
- Laat met rustige lichaamstaal en kalm taalgebruik merken dat je de gevoelens van het kind begrijpt. Benoem de gevoelens, wees aardig en neem de leiding. Ga geen confrontatie aan, maar geef wel duidelijk aan dat een grens is overschreden.
- Ook als het boos of agressief is, wijs het kind niet af. Laat merken dat het mag zijn wie het is: ook in een rotbui of bij agressief gedrag laat je het kind niet vallen.
- Help het kind kalmeren en haal het zo nodig uit de situatie. Help het kind om te gaan met boze, opstandige of agressieve gevoelens. Benoem deze gevoelens. Blijf aanwezig tot je samen het gevoel van het kind begrijpt. Leid het kind af of help het terug te keren naar wat het aan het doen was.
- Als je je geduld verliest, ga dan niet in discussie. Loop even weg om af te koelen.

→ WAT LIEVER NIET DOEN

- Opdringerig zijn of jouw wensen belangrijker maken dan die van het kind. Vermijd ‘moeten’.
- Straffen door het kind weg te sturen of af te wijzen. Kies liever voor een consequentie waarbij het kind iets doet dat bouwt aan jullie relatie. Zoals samen een klusje doen.
- Je eigen machteloosheid tonen, waardoor het kind zich afgewezen voelt.
- Activiteiten kiezen die te druk of prikkelend zijn. Kies voor rustige, korte uitjes. Kinderen met een problematische gehechtheidsrelatie hebben vaak moeite hun emoties te reguleren.



Richtlijnen Jeugdhulp
en Jeugdbescherming