

## Gedragsproblemen bij kinderen

Ik ben op bezoek bij Walter Matthys, emeritus hoogleraar aan de Universiteit Utrecht. Hij heeft veel kennis van gedragsproblemen. Hij is 35 jaar werkzaam geweest als kinder- en jeugdpsychiater. Daarbij heeft hij allerlei kinderen met gedragsproblemen ontmoet en begeleid, ouders gesproken en getraind. Hij heeft veel met andere hulpverleners samengewerkt. Al die jaren heeft hij ook onderzoek gedaan. Je kan dus zeggen dat hij wel wat verstand van het onderwerp 'gedragsproblemen' heeft.



### Je hebt het boekje 'Gedragsproblemen bij kinderen' geschreven. Wat is het voor boek?

Het is een boekje voor ouders van kinderen met gedragsproblemen in de leeftijd van 3 tot 13 jaar. Er is veel onbekendheid bij ouders over wat gedragsproblemen zijn, waardoor ze ontstaan en wat je er aan kan doen. Ouders hebben informatie nodig. Voor alle problemen geldt dat je eerst moet weten wat het is. Dat is zo bij astma of een hartaanval, en ook bij gedragsproblemen. Bij gedragsproblemen en problemen zoals ADHD, noemen we dat psycho-educatie. Sommige ouders kunnen met het boek zelf aan de slag om de gedragsproblemen van hun kind te verminderen. Anderen zullen hulp zoeken. Het boek is ook bedoeld om de toegang tot hulpverlening te bevorderen, wanneer het verstandig is om hulp te zoeken.

### Je zegt 'toegang tot hulpverlening', wat bedoel je daar precies mee?

Er bestaan effectieve behandelingen voor kinderen met gedragsproblemen. Maar zowel in Nederland als wereldwijd worden die behandelingen weinig gebruikt. Hulpverleners zetten ze niet in. Of als ze wel worden ingezet, dan doen ouders er lang niet altijd aan mee. Of ouders haken halverwege af. Internationaal wordt psycho-educatie steeds meer gezien als middel om het gebruik van de behandelingen te verbeteren. Om ervoor te zorgen dat ouders bereid zijn om te starten met een behandeling als die nodig is, en om er helemaal voor te gaan. Dat is logisch, want pas als je weet wat er aan de hand is en wat je eraan kan doen, ben je bereid om aan de slag te gaan.

### Je doet in het boekje ook 'een boekje open' over vooroordelen.

Ja, er zijn best veel vooroordelen over gedragsproblemen. Bijvoorbeeld het vooroordeel: 'Het komt door de opvoeding'. Als ouders dit idee hebben, dan denken ze: 'Oh, ik moet zeker op opvoedcursus'. Door die gedachte ("Het ligt aan mij!") zullen ouders niet snel deelnemen aan een behandeling. Daarom moet je goed uitleggen hoe het precies zit.

Een andere moeilijkheid is dat bij gezinnen waar gedragsproblemen voorkomen, vaak het idee leeft dat je je problemen zelf moet oplossen. Je eigen boontjes moet doppen. En dat je de vuile was niet buiten moet hangen. Die manier van denken vormt een drempel om hulp te zoeken.

Ook bij hulpverleners zit een probleem. Veel hulpverleners vinden het moeilijk om met gedragsproblemen om te gaan. Gedragsproblemen roepen aversie en weerzin op. Hulpverleners werken over het algemeen liever met kinderen die depressieve klachten of angstklachten hebben, dan met kinderen die brutaal en agressief zijn. Sommige hulpverleners merken dat kinderen met angst en depressie, last hebben van hun problemen en graag geholpen willen worden. Terwijl ze van kinderen die opstandig en brutaal zijn, denken dat ze 'niks willen'. De drempel om aan behandeling deel te nemen zit dus in de aard van het probleem en in de manier van denken erover, zowel bij ouders als bij hulpverleners. Met het boekje wil ik die drempel verlagen. Want er kunnen veel kinderen en gezinnen beter geholpen worden dan nu het geval is.

### Je noemt hulpverleners; het boekje is dus niet alleen voor ouders?

Dat klopt. Het boekje kan op verschillende manieren gebruikt worden. Misschien zijn er ouders die merken dat

ze problemen met hun kind hebben. Ze zitten met de handen in het haar en gaan zelf op zoek naar informatie, bijvoorbeeld op internet. Ze stuiten dan op dit boekje. Ze gaan het lezen en gaan er zelf mee aan de slag. De informatie in het boekje is gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek. De ouders lezen wat gedragsproblemen zijn, hoe ze ontstaan en wanneer het ernstig is. Als de problemen nog niet zo ernstig lijken, dan kunnen de ouders zelf met de opvoedingsvaardigheden uit het boekje oefenen. Het boekje vertelt ook waar je hulp kan zoeken. Want als de problemen ernstiger zijn, dan is het te moeilijk om het in je eentje te doen. Het kan ook zijn dat ouders als er problemen zijn, eerst contact opnemen met de huisarts of een wijk- of buurtteam. Een medewerker van het wijk/buurtteam kan aan de hand van dit boekje samen met ouders kijken wat er precies aan de hand is. Dan komt vanzelf aan de orde of er een behandeling nodig is. Er bestaan, zoals ik al zei, effectieve behandelingen voor kinderen met gedragsproblemen, bijvoorbeeld de oudertraining, cognitieve gedragstraining of systemische therapie. In het boekje worden die behandelingen beschreven.

### **Moeten alle kinderen met gedragsproblemen in behandeling?**

Nee. Ik pleit ervoor om een onderscheid te maken tussen milde gedragsproblemen en ernstige gedragsproblemen. Een behandeling is vooral effectief bij ernstige problemen. Bij milde problemen is het effect van een behandeling minder groot. Bij milde gedragsproblemen kan het wijk/buurtteam samen met de ouders aan de slag, en daarbij kan dit boekje gebruikt worden.

### **Zijn er nog meer manieren waarop het boekje ingezet kan worden?**

Het boekje is ook voor de GGZ bedoeld. Sinds de transitie van de zorg in 2015 is de toegang tot de GGZ moeilijker geworden. Maar als ouders dan toch een verwijzing krijgen naar de GGZ, dan kan de GGZ dit boekje gebruiken voor de voorgeschreven psycho-educatie. Na het stellen van een diagnose moet volgens de richtlijnen altijd eerst psycho-educatie gegeven worden, voorafgaand aan behandeling. Het gemak van dit boekje voor hulpverleners is dat je niet meer zelf allerlei informatie over gedragsproblemen bij elkaar hoeft te zoeken en te kopiëren. Dat gebeurt nu nog veel, omdat er nog geen compleet boekje over gedragsproblemen in Nederland is. Maar nu zit alles in één boekje.

De GGZ-medewerker kan het boekje met ouders individueel of in groepsverband doornemen. Het werken met een groep ouders heeft veel voordelen. Ouders zijn minder bang om vragen te stellen en ze leren van elkaar. Ze zien dat ze niet de enige zijn. En zo kan je de ouders meteen een steungroepje op laten bouwen.

Ook de jeugdgezondheidszorg kan met dit boekje aan de slag. Op consultatiebureaus of naar aanleiding van een schoolonderzoek. Ouders vullen dan vragenlijsten in. Een aantal vragen op die lijst gaan ook over gedrag. Als daaruit blijkt dat er gedragsproblemen zijn, dan kan de jeugdarts of jeugdgezondheidsverpleegkundige samen met de ouders met behulp van dit boekje uitzoeken wat er aan de hand is, hoe ernstig het is en wat er aan gedaan kan worden.

### **Tot slot, wat wens je ouders, kinderen en hulpverleners toe?**

Ik wens ouders toe dat ze openingen zien, kansen en perspectief. En dat ze erkenning voelen in hoe moeilijk het is. Kinderen wens ik toe dat ze zich gehoord voelen. Dat ze begrip voelen en dat hun gedrag niet moreel wordt afgekeurd. En dat ze samen met hun ouders positief aan de slag kunnen met dit boekje. Juist ook met hoofdstuk 3 waar het gaat over opvoedingsvaardigheden. En met hoofdstuk 4, dat gaat over hoe kinderen om kunnen leren gaan met sociale problemen en met boosheid. Hulpverleners wens ik toe dat ze met de handvatten in dit boekje ook echt verder komen met ouders en kinderen.

Walter Matthys is emeritus hoogleraar aan de Universiteit Utrecht met als leeropdracht Agressie bij kinderen. Hij heeft onderzoek gedaan naar psychologische en neurobiologische oorzaken van gedragsproblemen en naar methoden om gedragsproblemen te beïnvloeden. Als kinder- en jeugdpsychiater was hij werkzaam bij het UMC Utrecht.