

---

# HET BELANG VAN GOEDE HECHTING

---

## Les 6

### INHOUD:

1. Inleiding
2. Experimenten van Harry Harlow
3. Hechting: basisvertrouwen
4. Inzichten over hechting
5. Typen hechting
6. Gevolgen van een veilige of onveilige hechting
7. Hechtingsstoornis

### Bij deze les:

- Kennistest
- Verwerkingsvragen
- Mediatips

# 1. Inleiding

Wat is hechting? Hechting is een proces van contactmomenten tussen een kind en een of meer van zijn opvoeders dat leidt tot een liefdevolle band. Een goede hechting geeft het kind het basisvertrouwen wat het nodig heeft om de wereld te gaan verkennen. Zoals babyeendjes zich voor hun eigen veiligheid hechten aan hun moeder, zo zijn ook mensen gemaakt om zich te hechten.

In deze les staan we stil bij dit aangeboren hechtingssysteem. Het heeft vaak zonder dat we het beseffen grote invloed op ons leven.

Onze afhankelijkheid van anderen maakt ons kwetsbaar. De pijn van afwijzing of verlaten kan intens sterk zijn. Hierdoor gaan we vaak gedrag ontwikkelen om ons te beschermen; gedrag dat in relaties veel kapot kan maken.

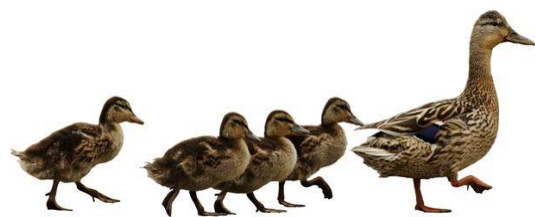
Tegelijkertijd is hechting ook een bron van

kracht; iemand die goed -veilig- gehecht is staat

het meest sterk in het leven. De hechtingstheorie is een groot onderzoeksterrein, dat zowel over de vroegkinderlijke ervaringen gaat als over liefdesrelaties. Het geeft inzichten in de menselijke behoefte aan veiligheid en geborgenheid in relaties, en ons gedrag als deze veiligheid wegvalt.

Honderd jaar geleden was er nog nauwelijks inzicht in het belang van hechting. Het werk van Harlow heeft hier verandering in gebracht. Dat heeft de kijk op opvoeden en geboortezorg drastisch veranderd. We weten nu hoe belangrijk geborgenheid is en dat het contact met opvoeders in de eerste twee jaar heel bepalend zijn voor de rest van het leven.

In deze les beginnen we met het bespreken van de onderzoeken van Harlow. We bespreken welke inzichten hieruit kwamen over de vroegkinderlijke hechtingservaringen. Daarna bespreken we de typen hechting en hechtingsstoornissen. In les 9 behandelen we het effect van iemands hechtingsstijl op latere (liefdes)relaties.



## 2. Experimenten van Harry Harlow

De liefdevolle band tussen het kind en zijn/haar ouder(s) is de sleutel voor het ontwikkelen van een goed basisvertrouwen. Tot in de jaren '50 was hier echter nauwelijks kennis over en aandacht voor. De Engelse psychiater John Bowlby was de eerste die benadrukte hoe belangrijk de band tussen moeder en kind was. Hij deed onderzoek naar kinderen die op jonge leeftijd lange tijd geen moederlijke zorg hadden ontvangen. Zij hadden op latere leeftijd achterstand op intellectueel, sociaal of emotioneel gebied. Bowlby was de eerste die benadrukte dat een warme relatie met de moeder belangrijk is voor de emotionele ontwikkeling van het kind. Bowlby zelf was opgevoed door zijn kinderjuffrouw, hij zag zijn ouders zelden. Op 7-jarige leeftijd werd hij naar kostschool gestuurd. Zelf zei hij dat hij het weggaan van de kinderjuffrouw heeft ervaren als het verlies van een moeder. De kostschool heeft hij ervaren als een vreselijke plek 'waar je zelfs je hond niet naar toe zou sturen'.

In de jaren vijftig werd voor kinderen vooral rust, reinheid en regelmaat belangrijk gevonden. Kinderen in kindertehuizen werden opgevoed met veel orde en regelmaat maar ook afstandelijkheid. Liefde, vreugde en warmte werden niet als belangrijk gezien. In die tijd waren psychologische onderzoeken vooral gericht op het behaviorisme. Er werd veel onderzoek gedaan met ratten en andere dieren. Het behaviorisme gaat ervan uit dat het menselijk handelen vooral bepaald wordt door drijfveren als honger, dorst, uitroeiing, pijn en seks. Andere drijfveren zoals liefde en genegenheid zijn minder belangrijk. Over het belang van lichamelijk contact voor baby's was maar weinig bekend.

De onderzoeker Harry Harlow en zijn vrouw deden onderzoek met resusaapjes. De uitkomst van zijn onderzoek beschreef hij in een wetenschappelijk artikel, dat één van de belangrijkste psychologische artikelen wordt genoemd. Het betekende een ommekeer in de opvattingen die toen golden.

Harlow zei:

*'Het weinige wat we over de liefde weten, komt van wat eenvoudige observaties. Het weinige wat we erover schrijven, wordt overtroffen door dichters en romanschrijvers. Maar nog zorgelijker is dat psychologen steeds minder aandacht lijken te schenken aan een drijfveer die ons hele leven beïnvloedt. Ze tonen niet alleen weinig interesse in waar liefde en genegenheid vandaan komt, maar lijken zich ook absoluut niet bewust te zijn van haar bestaan.'*



Harlow deed experimenten met jonge resusaapjes omdat ze in hun gedrag erg op baby's lijken. Hij merkte dat de laboratoriumaapjes als je ze bij hun moeder weghaalde, erg gehecht raakten aan de onderleggers (luiers en babydoekjes) die op de harde vloer van de kooi lagen. Als ze de onderleggers weghaalden en ze vervingen door schone, kregen de aapjes vreselijke driftbuien. Dat was volgens Harlow precies hetzelfde als de gehechtheid van menselijke baby's aan een bepaalde knuffel. Een opzienbarend resultaat van het onderzoek was dat babyaapjes die in een ijzeren kooi zonder onderleggers zaten, hooguit vijf dagen in leven bleven. Dat leek erop te wijzen dat 'zachte dingen waar je je aan kunt hechten' meer waren dan iets comfortabels. Als ze geen moeder hadden, waren ze van primair belang om te overleven. De behavioristische opvatting was dat baby's van hun moeder houden vanwege de borstvoeding. Maar door wat Harlow had gezien gebeuren met de onderleggers, vroeg hij zich af of babys niet alleen vanwege de melk van hun moeder houden, maar ook vanwege de warmte en geborgenheid die de moeder geeft. Misschien was liefde net zo'n basisbehoefte als voedsel en water.

Om dat idee verder te onderzoeken, bouwden Harlow en zijn team twee 'surrogaatmoeders'. Eén van hout bedekt met zachte stof en een lamp erachter voor een beetje warmte. En één die helemaal van ijzerdraad was gemaakt. Bij vier pasgeboren aapjes gaf alleen de stoffen moeder melk en die van ijzerdraad niet. Bij vier andere pasgeboren aapjes was het precies andersom. Uit dit onderzoek bleek dat de aapjes het allerliefste bij de stoffen

moeder waren en daarmee knuffelenden, zelfs als alleen de ijzeren moeder melk gaf. Het allerbelangrijkste was lichamelijk contact, of 'moederliefde'.

Het bleek dat baby-aapjes bij een teken van gevaar direct naar hun stoffen of ijzeren moeder renden. Net zoals mensen-baby's naar hun moeder rennen bij gevaar. De aapjes hadden een duidelijke voorkeur voor de stoffen moeders. Ze brachten veel tijd bij ze door en gingen alleen naar de ijzeren moeder om even te drinken.

Bekijk hier een filmpje met beelden en uitleg over het experiment: (Engelstalig, 6 minuten).

<http://www.youtube.com/watch?v=vu-BygsWhpg>



Harlow ontdekte ook dat aapjes die langere tijd (vijf maanden) van de surrogaatmoeder gescheiden werden, nog steeds onmiddellijk op haar reageerden als ze de kans kregen. Als de band er eenmaal is, wordt hij niet meer vergeten.

In een andere variant wiegden een paar surrogaatmoeders heen en weer en voelden ze warm aan. Babyaapjes raakten aan deze 'moeders' nog meer gehecht. Ze kropen soms wel 18 uur lang tegen ze aan.

Harlow concludeerde dat het niet uitmaakt of je door een echte of nepmoeder werd grootgebracht, als je maar warmte kreeg. Die conclusie bleek echter verkeerd. Naarmate zijn aapjes ouder werden, ontdekte Harlow dat er van alles met hen aan de hand was. Hun reacties waren verre van normaal. Het schommelde tussen overdreven afhankelijkheid en enorme agressie, waarbij ze zichzelf openkrabden of stof of papier aan flarden scheurden. Hoewel ze genegenheid toonden voor andere apen, waren er maar weinig die het lukte om te paren. Wanneer ze wel kleintjes kregen, waren ze niet in staat om daar voor te zorgen. Het was duidelijk dat ze door het ontbreken van het voorbeeld en reactie van een echte moeder en door hun isolement een achterstand hadden opgelopen. Ze wisten niet hoe ze met soortgenoten om moesten gaan.

Harlows werk was enorm belangrijk, omdat artsen en psychologen in die tijd het advies gaven om kinderen niet op te pakken en te wiegen als het huilde. Harlow's onderzoeken veranderden hoe psychologen aankeken tegen goede opvoeding, geboortezorg en borstvoeding. Jonge moeders kregen bijvoorbeeld de gelegenheid om de baby bij zich te houden in het ziekenhuis, en kregen de tip om de baby tegen de blote huid te houden.

Al die kennis kregen we helaas niet voor niks. Het is natuurlijk wel erg ironisch dat de aapjes in Harlows onderzoek naar liefde, opgroeiden in zo'n wrede liefdeloze omgeving. Later werden proeven nog wreder. Medewerkers vonden het een afgrijselijke ervaring. Dierenactivisten namen het voor de aapjes op.

### 3. Hechting: basisvertrouwen

Een gehechtheidsrelatie is de 'veilige basis' van waaruit de wereld ontdekt kan worden. Jonge kinderen zijn in alles nog kwetsbaar en afhankelijk van hun ouders. Een veilig gevoel is daarom onmisbaar om de wereld te durven ontdekken. De wereld is nog onvoorspelbaar voor hen, daarom zoeken ze steeds bevestiging en zekerheid bij de ouder(s). Doordat de ouder positief op hem/haar reageert, ontwikkelt het kind vertrouwen in de ander en vertrouwen dat hij/zij zelf waardevol is. Het kind leert: *'als ik mijn behoefte uit, wordt er aan mijn behoefte tegemoet gekomen'*

- ✓ Ik word gezien en gehoord
- ✓ Ik heb invloed op mijn omgeving
- ✓ Nare gevoelens gaan voorbij
- ✓ De ander is er voor mij als ik hem/haar nodig heb
- ✓ Ik kan op de ander vertrouwen



Hechtingsgedrag is aangeboren, het is een aangeboren biologisch systeem. Al vanaf de geboorte is te zien dat een baby kalmeert en reageert op de aanwezigheid van de moeder (of ander) en na enkele weken is te zien dat een kind zelf contact zoekt met de ouder. Het kind reageert bijvoorbeeld positief op aanraking of zoekt oogcontact. Zo ontstaat contact van twee kanten; wederzijds contact.