

# Corona: faciliterend of ontregelend?

Corona overviel ons. Onze gangbare leefpatronen raakten erdoor ontregeld. Ontregeling roept spanning op en maakt ons stressstelsel actief. En stress zet onze verbindingen met anderen onder druk. Dit kan onderliggende thema's in een gezin uitvergrooten, waardoor gezinsleden onderling meer of juist minder verbonden raken. Twee casussen uit de praktijk van Kinderleven-Behandelcentrum laten zien hoe de coronamaatregelen niet alleen tot spanning maar ook tot ontspanning kunnen leiden.

Irene Mol en Paulien Kuipers



## Moeder en Janne

De zwangerschap van Janne is gepland en gewenst. Helaas houdt de relatie tussen ouders geen stand en is deze tijdens de zwangerschap verbroken. Moeder bevalt in het ziekenhuis en de partus zet spontaan in. Janne heeft het zwaar bij de uitdrijving. Na de geboorte wordt zij even aan moeder getoond en vervolgens door de kinderarts onderzocht. Moeder is blij dat de bevalling achter de rug is en kijkt ernaar uit Janne vast te houden. Maar dan komt een verpleegkundige naar haar toe met de mededeling dat haar bloed onderzocht is en dat ze positief op corona is getest.

Vanaf dat moment verandert alles. Moeder moet in volledige isolatie en mag Janne niet zien. Moeder mag ook geen bezoek ontvangen en ziet alleen verpleegkundigen volledig bedekt met beschermingspakken en maskers. Janne krijgt ze te zien via korte filmpjes. Daarin ziet moeder hoe een verpleegkundige haar dochter verzorgt.

Na vier dagen mag moeder uit quarantaine. Ze heeft vrijwel geen klachten en kan eindelijk voor het eerst haar dochtertje zien. De verzorging mag ze nu zelf doen, maar ze krijgt weinig begeleiding en steun van de verpleegkundigen. Ze voelt zich heel onzeker in haar rol als moeder.

Vier maanden later zien wij in de behandelkamer een wanhopige moeder die de weg naar haar dochtertje volledig is kwijtgeraakt. Moeder twijfelt over haar moederschap en durft de regie thuis niet te pakken, onzeker dat ze het niet goed doet. Ze voelt zich eenzaam. Door risico op besmetting met corona durft ze geen mensen van buiten toe te laten, behalve haar ouders. Janne huilt veel. Moeder legt het huilen uit als honger en voedt Janne de hele dag door. Janne heeft veel krampjes en moeder krijgt haar alleen getroost door haar aan te leggen. Janne slaapt korte hazenslaapjes van 10/15 minuten de hele dag door, waar-

door moeder het gevoel heeft continu met Janne bezig te zijn. Ze heeft geen tijd om zelf een boterham te maken en te eten, want als ze Janne neerlegt begint ze te huilen.

Moeder is ten einde raad, uitgeput en voelt zich geïsoleerd, wat haar herinnert aan de isolatieperiode in het ziekenhuis. Ze is boos op Janne omdat ze haar niet goed getroost krijgt en niet aan zichzelf toekomt, hoewel ze ergens weet dat haar dochtertje er eigenlijk niets aan kan doen. Gelukkig kunnen we de relatie tussen moeder en Janne met terugwerkende kracht voldoende helpen helen, waardoor moeder en kind weer met elkaar op een positieve manier verder kunnen.

In deze casus heeft corona een dynamiek tussen moeder en dochter versterkt, waarbij spanning en stress hen volledig uit verbinding heeft laten gaan. De traumatische ervaring van isolatie, verpleegkundigen in beschermingspak-



## ‘Verpleegkundigen in beschermingspakken versterken het eenzame gevoel bij moeder’

ken die het eenzame gevoel bij moeder versterkten, hebben een goed adoptieproces van het kind door moeder geblokkeerd. Er ontstond voor hun band een context van spanning en angst, van uit verbinding zijn en eenzaamheid. Een thema dat in moeders leven sowieso herkenbaar is.

Maar het kan ook heel anders uitpakken!

### Bas en Jelle

Het gezin B. is al enige tijd in behandeling bij Kinderleven. Het gezin bestaat uit vader, moeder, Jelle van twee en Bas van drie en een half jaar. Bas en Jelle maken de hele dag ruzie en hun ouders hebben geen idee hoe ze dit kunnen stoppen. Het is een jong, ambitieus gezin, met een drukke agenda: zowel in het werk als in privé sfeer.

In de gesprekken wordt duidelijk dat vader en moeder allebei als zzp-er vanuit huis werken. Er is veel onenigheid over de verdeling van taken. Vooral moeder voelt zich vaak overvallen door dat vader iets gepland heeft waar zij niets van af weet. In de behandelkamer ontstaat het beeld van onenigheden, zich uitend in zinloze discussies tussen vader en moeder en verwijten over en weer. De ouders zijn met woorden aan het ‘vechten’ en we zien twee jongetjes die tegelijkertijd ruzie maken over het speelgoed. We stellen ouders de vraag: wie spiegelt nu eigenlijk wie?

We praten over de thuissituatie. Wat voor een soort ‘thuis’ willen ouders en kinderen eigenlijk samen? Nu is het kantoor, restaurant, speelplaats, slaapplek én plaats om ruzie te maken. Dit brengt bij ouders het inzicht dat zij erg onvoorspelbaar en onduidelijk zijn voor hun kinderen. Ze besluiten om hun werk meer te verplaatsen naar een plek buitenshuis en beter af te stemmen over de onderlinge afspraken. Dit brengt een positieve ontwikkeling in het gezin.

Maar dan breekt corona uit en zitten beide ouders noodgedwongen weer thuis. Hun werk ligt grotendeels stil. Aanvankelijk maken we ons zorgen over

de impact van de lockdown op dit gezin. We houden telefonisch contact. Wanneer we moeder na een paar weken spreken, vertelt ze dat het eigenlijk heel goed gaat. De kinderen zijn veel rustiger, komen meer aan spel onderling toe en beginnen elkaar als echte speelmaatjes te ontdekken. Moeder geeft aan dat ze als gezin veel meer van elkaar genieten. Door het verplichte thuis zijn ziet moeder hoe haar beide kinderen gedijen in een ritme dat veel minder prikkels omvat en veel meer rust geeft. Het ritme van hun kinderen is een ander ritme dan dat van de ouders. En eigenlijk merken ouders dat zij zelf onder minder ‘moeiten’ ook veel beter gedijen.

In dit gezin was de grote trigger: aandachttekort voor elkaar en een continue stress die door een te druk programma chronisch in het gezin aanwezig was. Corona ontregelt ook deze ouders waardoor er een ander ritme in huis kan komen. Een ritme en routine die ontspanning brengen en veel meer verbinding tussen de gezinsleden.

### Gezinsgericht kijken

In beide voorbeelden heeft corona een grote impact op de levens van de gezinnen. En in beide gezinnen legt de lockdown onderliggende thema’s bloot die gaan over verbinding en ontspanning. In het ene gezin leidt dit tot het ‘uit verbinding zijn en spanningen’, in het andere zien we juist het tegenovergestelde. De coronamaatregelen kunnen dus zowel faciliterend als ontregelend zijn. Het is de kunst in de hulpverlening om de gevolgen van de maatregelen zoveel mogelijk in het voordeel van een gezin te laten uitpakken. ●

### auteursinformatie

Paulien Kuipers is GZ-psycholoog/kinderpsycholoog en als directeur verbonden aan de Stichting Kinderleven. Irene Mol is bij de stichting werkzaam als GZ-psycholoog/IMH-specialist.