

Gevolgen van de ouderproblematiek

Negatieve gevolgen

Opgroeien bij een ouder met een psychisch probleem kan een heleboel negatieve gevolgen hebben op het welbevinden van KOPP-kinderen (Claes et al. 2016):

- ✓ **overbelast** zijn doordat er op emotioneel maar ook op praktisch vlak veel beroep op hen gedaan wordt. Zo nemen KOPP-kinderen heel wat huishoudelijke taken op zich, wat in combinatie met naar school gaan en hobby's uitoefenen tot stress leidt;
- ✓ **schuldgevoelens** hebben omdat ze het gedrag van de ouder niet goed begrijpen, zelf op zoek gaan naar verklaringen en de oorzaak onterecht bij zichzelf leggen;
- ✓ het **gevoel hebben te kort te schieten** doordat ze de ouder proberen te helpen maar telkens weer ondervinden dat hun inspanningen niets opleveren;
- ✓ **angst** ervaren omdat het gedrag van de ouder onvoorspelbaar is wat leidt tot onzekerheid over wat komen gaat. KOPP-kinderen zijn vaak bang om dezelfde problemen te krijgen;
- ✓ gevoelens van **rouw** hebben wanneer ze beseffen dat het er in andere gezinnen anders aan toe gaat;
- ✓ **te vroeg zelfstandig** zijn omdat ze praktische taken opnemen en zich emotioneel en intellectueel vroeg als een volwassene gedragen;
- ✓ gevoelens van **schaamte** hebben over het vreemde gedrag van hun ouder. KOPP-kinderen worden soms ook gepest omwille van de problemen van hun ouder;
- ✓ gevoelens van **woede** hebben omdat ze niet begrijpen waarom hun ouder er niet voor hen kan zijn;
- ✓ gevoelens van **verdriet** en gemis ervaren omwille van de situatie thuis;
- ✓ **zich geïsoleerd voelen** doordat de ouder omwille van zijn problematiek en het taboe dat daarmee gepaard gaat zich sociaal afzondert. KOPP-kinderen durven vaak niet over hun thuissituatie praten;
- ✓ **gevoelens en noden** die onbeantwoord blijven omdat de problemen van de ouder centraal staan.

Positieve gevolgen

De problematiek van de ouder kan tegelijk een aantal positieve gevolgen hebben op de persoonlijkheid en de vaardigheden van het kind (Claes et al., 2016). KOPP-kinderen ontwikkelen omwille van hun situatie vaak een heleboel positieve eigenschappen zoals:

- ✓ goed zorg kunnen dragen voor anderen;
- ✓ goed kunnen omgaan met heftige emoties bij anderen;
- ✓ goed kunnen omgaan met crisissituaties;
- ✓ een groot reflectief vermogen hebben;
- ✓ een sterk ontwikkeld intuïtief vermogen hebben;
- ✓ een grote creativiteit hebben in het vinden van oplossingen.

Per leeftijdscategorie

De manier waarop de psychische problematiek van de ouder bij een KOPP-kind tot uiting komt, is leeftijdsgebonden en verschilt van kind tot kind (Claes et al., 2016).

In de **eerste twee levensjaren**, wanneer een veilige hechtingsrelatie van cruciaal belang is, kan de ouderproblematiek ervoor zorgen dat de ouder niet in staat is om adequaat te reageren op de signalen van het kind met hechtingsproblemen tot gevolg. Het ontbreken van een goede hechting gaat gepaard met volgende signalen: weinig reactie op separatie van ouders, geen angst voor vreemden, weinig verbaal gedrag (weinig brabbelen, lachen, kirren, etc.), vertraagde motorische ontwikkeling (laat kunnen zitten, bewegen en vertraagde groei), voedingsproblemen, slecht slapen, opvallend veel of weinig huilen.

In de **peutertijd en kleutertijd** kan een ouder met psychische problemen het moeilijk hebben met de separatie van de ouders en de ego-ontwikkeling van het kind wat typisch is voor deze leeftijdsfase. De ouder kan afwijzend reageren of zich net vastklampen aan het kind wat volgende signalen met zich mee kan brengen: spraakachterstand, taalproblemen, cognitieve achterstand, concentratieproblemen, gebrekkige ego-ontwikkeling en minder sociaal en spontaan gedrag, sociale onhandigheid en weinig zelfvertrouwen en spelgedrag.

Tijdens de jaren op de basisschool nemen sociale contacten een centrale plaats in en springt de problematiek van de ouder voor het kind ook meer in het oog. De problemen van de ouder leiden bij het kind tot een grotere zin voor verantwoordelijkheid met een achteruitschuiven van de eigen gevoelens en behoeften tot gevolg. Angst, schuld en schaamtegevoelens treden op. Omwille van de thuissituatie hebben deze kinderen minder sociale contacten wat leidt tot weinig sociaal vertrouwen, minder sociale vaardigheden, weinig zelfvertrouwen, een negatief zelfbeeld, stemmingsproblemen en soms psychosomatische klachten.

Tijdens de tienerjaren tot slot kan een ouder met een psychisch probleem niet altijd de nodige emotionele steun bieden of grenzen stellen, waardoor gewoon pubergedrag uit de hand dreigt te lopen. Vaak vertoont de tiener in zichzelf gekeerd gedrag, weglooptgedrag en delinquent gedrag. Het extreme gevoel van verantwoordelijkheid ten opzichte van de ouder zorgt ervoor dat de eigen gevoelens en wensen naar de achtergrond verschuiven en de jongere zich sociaal isoleert. Het aangaan van intieme relaties en het leren omgaan met de eigen gevoelens en emoties worden hierdoor bemoeilijkt. Deze jongeren ontwikkelen vaker identiteitsproblemen en een aanzienlijk percentage van de adolescenten met een depressieve ouder maakt zelf een depressieve episode door voor de leeftijd van 18 jaar.

kindreflex.be