



E

ERKENNEN betekent dat je iets gezien hebt wat het kind doet in belang van de ouder en je er waardering voor uit spreekt.

Bijv. "Dank je dat je even je broertje hebt bezig gehouden terwijl ik de boodschappen opruim".

C

COMPLIMENTEREN is als je iemand een compliment geeft, uitspreekt wat de ander goed heeft gedaan en goed kan. Bijv. "Je kunt heel goed zorgen dat je broertje zich geen pijn doet, je let goed op en leert hem goeie dingen".

O

ONTSLAAN houdt in dat datgene dat je erkent hebt bij het kind, waar je een compliment voor hebt gegeven, nu weer iets is wat je als ouder zelf gaat doen. Het kind mag weer terug gaan naar zijn eigen bezigheden. Bijv. Nu ben ik klaar en kan mama weer zorgen voor je broertje en kan jij gaan spelen.

Wat is ECO?

ECO zijn de verzamelde eerste letters van de woorden '**Erkennen, Complimenteren, Ontslaan**'.

Het is een methode hoe je om kunt gaan met kinderen die geparentificeerd gedrag laten zien.

Geparentificeerd gedrag is gedrag wat een kind vertoont om zijn ouders duidelijk te maken dat er iets verontrustends is. Iets wat ouders ontregelt en verontrust in het gezin en waar geen woorden aan worden gegeven die het kind kan begrijpen. Het kind gaat dan op zijn eigen manier zorgen voor ouders. Op een manier of met gedrag waar het kind al goed in is:

De bliksemafleider

Als het kind humor in zijn schatkist* heeft dan gaat hij/ zij grapjes maken, of emotionele dingen weglachen. Als het kind actief is, lef heeft en zich graag laat horen dan gaat het druk zijn, grenzen opzoeken van ouders, 'vervelend' gedrag laten zien, om de bliksem af te leiden van de lading die ouders voelen van zaken die spelen in het volwassen leven van ouders.

* Wat je van nature hebt meegekregen in je DNA, waar je goed in bent, complimentjes voor krijgt.

Het perfecte kind

Als het kind verlegen is en/of bescheiden is en/of oog voor detail heeft dan zal het zich zo goed mogelijk proberen te gedragen, 'perfect' trachten te zijn om zijn ouders niet tot last te zijn.

Een kind mag op elke van de bovengenoemde manieren zorgen voor zijn ouder, als dit maar:

- tijdelijk is, dat de ouder de taak na enige tijd weer zelf op zich kan pakken of zelf zijn emotie kan reguleren;
- en als de ouder het ziet en ERKENT.

Waarom is ECO zo belangrijk?

ECO is niet alleen belangrijk maar in sommige situaties ook noodzakelijk. Als een kind bezig is met de leefwereld van ouders dan is het niet bezig met zijn eigen ontwikkeling. Dit kan tot gevolg hebben dat er ontwikkelingsproblemen, -stagnatie dan wel -achterstanden ontstaan.

Hoe gebruik ik ECO?

Je gebruikt ECO soms al onbewust als ouder, alleen dan doe je meestal maar één van de ECO, bijv; 'laat maar, ik ben de moeder, ik doe dat' (ontslaan), of 'wat goed van je dat je je broer helpt' (compliment).

Het zorgende kind

Als het kind invoelend en zorgzaam is, gaat het soms voor ouders zorgen door taken over te nemen van ouders, of zelfs voor ouders te zorgen alsof het kind de ouder is

Het kind wat klein mag blijven

Als het kind onzekerheid kent, maar ook wel de emoties van de ander aanvoelt, zal het zich wellicht wat jonger en meer hulpbehoevend voordoen, zodat ouders mogen blijven zorgen en in hun ouderschap kunnen blijven en niet bezig hoeven zijn met de lading die ouders voelen van zaken die spelen in het volwassen leven van ouders.

Op het moment dat er iets speelt in je gezin, iets wat emoties oproept bij met name de ouders, dan voelen kinderen dit. Ook al doe je als ouder nog zo je best om niets te laten merken, toch gaan kinderen hierop reageren. Als je tracht je emotie te verbergen dan is het nog lastiger voor kinderen, want ze voelen wat, maar datgene mag er niet zijn, want er worden geen woorden aangegeven en de ouder 'verbergt' zijn gevoel. Zo leert het kind zijn eigen gevoelens ook te verbergen en leert het niet om met deze gevoelens om te gaan. Het is natuurlijk niet de bedoeling dat je als kind overladen wordt met de niet gereguleerde emotie van de ouder.

Een ouder is verantwoordelijk voor zijn eigen emotie regulatie. een kind mag best troosten of geruststellen maar onthoud dan; erken het gedrag van je kind, als ouder, en zorg dat het maar tijdelijk is, dat jij zelf je emoties weer reguleert. Niet 1, niet 2 maar alle 3.

- Als je alleen maar erkent ('wat lief dat je me helpt') dan denkt het kind; dit moet ik vaker doen. En al die tijd dat het dat gedrag laat zien is het niet bezig met zijn eigen ontwikkeling.

- Als je alleen complimenteert ('hee wat goed gedaan van jou'), denkt het kind; oh dus dit is gewenst gedrag, dat wordt vaker van mij verwacht. Waardoor het niet bezig is met zijn eigen bezigheden maar gewenst gedrag vertoont voor ouders.

- Als je alleen ontslaat ('laat maar ik doe dat wel'), dan denkt het kind; ze heeft niet gezien wat en waarom ik het heb gedaan, en zal dat zelfde geparentificeerde gedrag meer laten zien ten koste van zijn eigen ontwikkeling.

Het vraagt bewust ouderschap om alle drie toe te passen. Maar als je het een paar keer doet dan wordt het een vanzelfsprekende houding.

Achtergrond

Met de methode ECO heb ik getracht de inzichten van diverse theoretische concepten van grondleggers van de Contextuele therapie en de Systeemtherapie uit te leggen voor alle ouders.

Ivan Boszormenyi-Nagy, de grondlegger van de contextuele therapie, geeft aan 'zelfs kleine kinderen zijn gevoelige barometers, zij weten wanneer hun ouders belast zijn door zorgen, schuld en wantrouwen'. Bovendien willen ze er iets aan doen. Klinische observaties geven ruim aanwijzingen hoe graag heel jonge kinderen willen geven aan en zorgen voor ouders die zulke sterke behoeften hebben. Juist deze werkelijkheid ligt te grondslag aan latere loyaliteitsconflicten gedurende de volwassenheid: 'met welk recht kan ik genieten van andere relaties als zijn ouders altijd lijden'. *1

'Het begrip parentificatie wordt in de gezinstherapeutische literatuur op verschillende manieren ingevuld. Een aantal auteurs (Van der Pas en de Ruiters 1973) beklemtonen vooral de psychopathologie.

Anderen zoals Minuchin en Nagy leggen zowel de nadruk op de constructieve als destructieve effecten van parentificatie.

Volgens Van der Pas en de Ruiters duidt het begrip parentificatie op het verschijnsel dat sommige gezinnen één of meerdere ouders en één of meerdere kinderen zogezegd hun plaats niet weten. Met één voet staan ze aan deze, en met de andere voet aan gene kant van de generatielijn. Beide auteurs leggen de nadruk op vermenging van de familiale subsystemen en van de hiërarchie.

Minuchin benadrukt de gezonde, functionele aspecten van de parentificatie. Deze liggen in de mogelijkheid dat kinderen door de parentificatie een gevoel van competentie, verantwoordelijk en autonomie kunnen verwerken.

Minuchin spreekt van destructieve parentificatie als:

- de overdacht van gezag door de ouder niet expliciet is;
- de parentificatie niet in tijd begrensd is;
- de parentificatie niet aansluit bij de ontwikkelingsfase van het kind.

Nagy verruimt de term parentificatie van een relatie-begrip tot ethisch begrip dat in toenemende mate gebaseerd is op vertrouwen. Zijn uitgangspunt is '**het gevende kind**', dat vanuit zijn existentiële loyaliteiten zorg wil dragen voor zijn ouders. Hij stelt dat ouderschap dat zo nu en dan gedeeltelijk omgedraaid wordt en heilzame werking kan hebben op de ontwikkeling van het kind. Schade of destructieve parentificatie ontstaan wanneer kinderen en verlies van vertrouwen ervaren en als ze geen andere conclusie kunnen trekken dan dat hun wereld uitbuitende en manipulerend is.

Of parentificatie constructief of destructief is voor het kind is afhankelijk van een aantal factoren:

- de mate waarbij erkenning wordt gegeven aan het kind door de zorg dat het opneemt in het gezin;
- de beschikbare hulpbronnen;
- past de parentificatie bij de leeftijd van het kind.*2

*1 *Tussen geven en nemen, Contextuele therapie Ivan Boszormenyi-Nagy*

*2 *Parentificatie en het recht om te geven, Frank van Mierlo*