

GEMAKZUCHTIG

Mijn eigen kinderen zijn nog jong, volgende maand worden ze drie en vijf jaar. Of zij ooit een diagnose zullen krijgen, weet ik niet. Ik weet wel dat ze een papa hebben met het label ADHD. Een papa die ook psycholoog is en met wie ik samen ouders van kinderen met ADHD begeleid. Ik typeer mezelf als een gemakzuchtige ouder. Ik ben blij dat we de babytijd met onze kinderen achter de rug hebben. Ik zorgde met overgave voor hen in deze hulpeloze periode, maar ik ben opgelucht dat zij nu zelf naar de wc gaan en zichzelf voeden.

De ouders die zich bij onze praktijk aanmelden zijn meestal doodmoe. Lamgeslagen en uitgeteld. Ongeacht de leeftijd van hun kind, lijkt het alsof ze een marathon hebben gelopen. De finish is echter nog lang niet in zicht. Zij hopen meestal op hulp om toch nog een tandje bij te kunnen zetten en wat consequenter te zijn. Ondersteund door een nieuwe methode, aanpak en wat bemoedigende woorden van ons.

Niets is minder waar. We vragen vaak vooral iets van deze ouders dat veel moeilijker blijkt te zijn: om te stoppen met het meeste van wat ze, naar eigen zeggen in het belang van hun kind, doen.

'Maar wat moet ik dan?' heb ik vele ouders al ontsteld horen roepen, als ik opsom welke verantwoordelijkheden ze hun kind zoal uit handen nemen.

'Ik kan toch niet toezien hoe mijn kind zichzelf in de problemen helpt?'

'Dat kun je wel, maar wil je dat ook?' kaats ik dan terug.

Rationeel is er namelijk niets moeilijks aan

om je mond te houden en alleen nog advies te geven als je kind erom vraagt.

Keer op keer blijkt voor de meeste ouders 'nietsdoen' vele malen moeilijker dan 'iets doen'. Het lijden van je kind waarnemen, geeft een ongemakkelijk gevoel - of je barst zelf in tranen uit (als je deze durft toe te laten). En, ik geef het toe: ook ik vind het verre van gemakkelijk om de frustratie van mijn kinderen, die er al kan zijn bij het openen van een boterkuipje, aan te zien en aan te horen.

'NIETSDOEN' MOEILIJKER DAN 'IETS DOEN'

Natuurlijk, het is een flinke uitdaging om in onze maatschappij op te groeien met ADHD. Aan deze kinderen worden op school en misschien ook thuis eisen gesteld die het uiterste van hen vragen. Een ouder echter, die vanwege het eigen gevoel van ongemak of verdriet ook het lijden van een kind wegneemt, ontnemt hem of haar een kans te leren zelf verantwoordelijkheid te dragen voor wat het leven van hem of haar vraagt.

Dit vraagt van jou als ouder dat je oprecht kijkt naar wat jouw handelen motiveert. Dat je de vraag: 'Helpt mijn handelen mijn kind werkelijk verder?' eerlijk beantwoordt. En dat je de moed vindt om niet te handelen of je handelen te staken, zodra het antwoord 'nee' blijkt.



Anne van Hees is onderwijskundige.

Ze leeft en werkt samen met Arno de Poorter, psycholoog en mens met ADHD.

Meer columns zijn te vinden op www.hulpbijadhd.nl

Reageren op Anne's blog of er zelf een insturen? Mail naar redactie@balansdigitaal.nl