

Noor, een voorbeeld uit de praktijk

Noor (gefingerde naam) is 3 jaar oud en vindt het spannend om thuis in haar eigen bed te slapen en slaapt dan ook al geruime tijd in het bed van haar ouders. Het lukt ouders niet om Noor weer in haar eigen bedje te krijgen. Ze wordt dan heel boos en maakt een hoop stampij. Moeder denkt dat het slaapprobleem misschien te maken kan hebben met haar gehechtheidsrelatie met Noor die niet soepel loopt. Noor klampt zich erg aan moeder vast. Moeder geeft aan dat er ten tijde van de zwangerschap en geboorte veel spanningen zijn geweest tussen de ouders die van invloed kunnen zijn geweest op haar relatie met Noor.

Noor en haar ouders komen 2 keer spelen ter observatie. Er stapt een parmantige peuter de ruimte binnen met halflang haar. Ze heeft er wel zin in, geeft de indruk voor niets en niemand bang te zijn. Haar mondje staat niet stil. Van alle spelvormen zegt ze vooraf al dat ze ze al kent en alles al weet. Maar als ze het werkelijk moet doen, wordt het wel heel spannend. Noor aarzelt, wordt snel boos en weigert vaak om mee te werken. Ze wil niet op haar rug liggen, niet op haar buik vliegtuig of auto spelen, niet klimmen, niet in een doek gerold worden. Ze praat en ze praat, maar haar ogen staan angstig. Ook wil ze niet dat haar ouders haar helpen. Ouders verzinnen allerlei manieren om Noor te laten meewerken. Ze zijn hierin heel creatief. Vaak stelt Noor voorwaarden en als ouders deze nakomen wil ze opeens wel meedoen. Het lijkt een beetje de omgekeerde wereld. Noor heeft het heft in handen en ouders volgen i.p.v. andersom. Noor wil best haar ouders helpen bij de spelvormen, maar andersom wil ze liever niet. Ze wil alles graag alleen doen, vindt zichzelf de sterkste, de beste en vooral de baas. Maar Noor is pas 3! Dan hoeft ze toch nog niet alles alleen te kunnen!

In het adviesgesprek blijkt dat ouders het 'bazige' gedrag van Noor thuis herkennen, maar ze zien ook haar angstige gedrag. Er wordt geconcludeerd dat Noor last heeft van een gebrek aan basisvertrouwen. Haar vertrouwen dat ouders voor haar zorgen en er altijd voor haar zijn als ze het moeilijk heeft, is niet groot. Ze lost liever haar eigen 'probleempjes' op, wil liever alles zelf doen dan om hulp te vragen. Het is eigenlijk een volwassene in en veel te klein lijfje. Maar waar is het kind in Noor gebleven, het kind dat de wereld met vertrouwen tegemoet durft te treden, voor wie gezorgd mag worden door ouders en anderen?

Ouders (m.n. moeder) en Noor zijn 10 keer komen spelen bij Triskell. In de spelvormen laat moeder Noor heel voorzichtig voelen dat op je rug liggen in een boot, of vliegen als een vliegtuig of schuiven op je buik als een stofzuiger eigenlijk best leuk is. Stukje bij beetje leert Noor weer meer vertrouwen op moeder. Voorzichtig klinken opmerkingen als 'Mama is sterk hoor!' of 'Mama, wil je me helpen'. Ze hoeft niet meer zo de baas te zijn. Dit alles gaat niet vanzelf. Soms is Noor nog heel erg boos. Dan trekt moeder haar op schoot en samen wachten ze tot de boosheid voorbij is. De boze, bazige buien worden steeds minder. Het wordt ook stiller in de ruimte. Noor hoeft niet meer zoveel te praten. Ze lacht meer en heeft werkelijk plezier.

Nu Noor zich veiliger voelt, klampt ze zich minder aan moeder vast. Ze vertrouwt moeder meer ook al is deze even niet dichtbij. De tijd is rijp voor slapen in haar eigen bedje. Samen met ouders wordt er een plannetje gemaakt. Moeder vindt het zelf ook best moeilijk om haar dochter los te laten en weer in haar eigen bed te laten slapen. Ook voor moeder is het belangrijk om te vertrouwen. Ouders hebben het kamertje van Noor opgeknapt in vrolijke kleuren. En dan is de grote dag daar. Noor gaat slapen in haar eigen bed!. Ze wordt nog wel veel wakker de eerste week, maar elke keer is daar mama weer. Noor leert erop vertrouwen dat mama er altijd voor haar is, ook 's nachts als mama in een ander bed slaapt. Voor moeder is het even volhouden, maar dat lukt haar goed.

Noor slaapt nu alweer 4 weken in haar eigen bedje. Ouders zijn ontroerd en tevreden over hoe goed het gaat met hun dochter. Ze komen nog eenmaal met z'n drieën spelen om afscheid te nemen en taart te eten (zo heeft Noor vooraf al verklapt).