

## Bijlage 27: Beschermende factoren bij gedrags-, depressieve en angstproblemen/stoornissen

In deze bijlage worden eerst de beschermende factoren in het kind en in de omgeving onderscheiden. Telkens worden de gemeenschappelijke factoren weergegeven. Dan worden de factoren die specifiek zijn bij het ontstaan van gedragsstoornissen, depressie en angststoornissen vermeld.

- **Beschermende kindfactoren tegen gedrags- en emotionele problemen/stoornissen**
  - Competenties, talenten, intelligentie en goede leerprestaties
  - Doeltreffende copingvaardigheden
  - Doorzettingsvermogen
  - Een situatie correct inschatten
  - Gemakkelijk temperament (regelmatig, positief ten opzichte van nieuwe situaties, groot aanpassingsvermogen en overwegend positieve stemming)
  - Lichamelijk welbevinden en gezondheid
  - Normale (taal)ontwikkeling
  - Positieve levenservaringen
  - Positief zelfbeeld en zelfwaardegevoel en geloof in eigen kunnen
  - Sociale competentie
  - Succesvolle omgang met eerdere stressvolle gebeurtenissen
  - Veilige gehechtheidsrelatie
  - Weerbaarheid tegen stress, hoge frustratiedrempel
  - Zelfregulatie, emotieregulatie, omgaan met emoties, doelbewuste controle<sup>1</sup> met inbegrip van het vermogen om aandacht te richten en te verplaatsen en het vermogen om gedrag af te remmen
  - Zinnvolle vrijetijdsbesteding: deelname sport-, club- of verenigingsleven

Tegen gedragsstoornissen	Tegen depressie	Tegen angststoornissen
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Geboren na alcohol- en drugvrije zwangerschap</li> <li>- Aangepast gedrag op school</li> <li>- Aanvaardt discipline</li> <li>- Aanwezigheid van (schuld-)gevoelens</li> <li>- Empathisch vermogen</li> <li>- Goede vaardigheden met betrekking tot plannen,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adaptief gebruik van agressie</li> <li>• Continuering dagelijkse routine</li> <li>• Humor</li> <li>• Positieve emotionaliteit</li> <li>• Vermogen om te genieten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aangeleerde copingstrategieën (vermijding, ontspanning, afleiding, sociale steun zoeken, verzachten).</li> <li>• Waargenomen controle: niet zo zeer de mate waarin het kind iets als dreigend interpreteert, maar wel de mate waarin het kind het</li> </ul>

<sup>1</sup> Prins P. & Braet C., Handboek klinische ontwikkelingspsychologie, Bohn Stafleu van Loghum, 2008, blz. 365

vooruitkijken en probleem oplossen - Hoge schoolmotivatie - Inschatting dat pakkans groot is - Negatief ten opzichte van criminaliteit - Negatief ten opzichte van druggebruik - Negatief ten opzichte van probleemgedrag		gevoel heeft de situatie het hoofd te kunnen bieden.
--	--	--

- **Beschermende factoren in de omgeving tegen gedrags- en emotionele stoornissen**

Een belangrijke beschermende factor in het gezin is warmte, sensitiviteit en monitoring. Door het responsief en sensitief omgaan met het temperament van het kind ontstaat een warme, veilige vertrouwensband tussen ouder en kind. Deze vertrouwensband stelt het kind in staat zich goed te voelen en motiveert het om van zijn ouders sociaal vaardig gedrag te willen leren en hun normen te internaliseren. Deze kinderen zijn meer gemotiveerd om openhartig te vertellen, waardoor de ouders weten wat hun kinderen doen, wanneer, waar en met wie. Hechte gezinsrelaties werken niet alleen beschermend tegen het ontstaan van een stoornis, maar dragen ook bij tot spontaan herstel.

- **In de directe omgeving:**
  - Consistente, consequente gezagsrelatie en positieve disciplinerings
  - Gezinscohesie, harmonieuze gezinssituatie
  - Goede partnerrelatie
  - Ontwikkelings- en ontplooiingskansen
  - Ouders zijn weerbaar tegen stress
  - Positieve relatie met minstens één ouder
  - Weinig fysieke straf
  - Weinig of geen wisseling van opvoeders

Tegen gedragsstoornissen	Tegen depressie	Tegen angststoornissen
- Broers/zussen: normaal gedrag - Ouders gaan in op probleemgedrag van het kind	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Afwezigheid van onenigheid</li> <li>• Band met broertje en/of zusje</li> <li>• Continuering van de dagelijkse routine</li> <li>• Plezierige activiteiten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Empathie voor het emotionele perspectief van het kind vanuit zijn belevingswereld</li> <li>• Gedoseerd leren omgaan met frustratie: rekening houdend met de aanleg van het kind, het laten</li> </ul>

		<p>experimenteren en op de achtergrond beschikbaar blijven (scaffolding)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sociale steun</li> </ul>
--	--	--

- **In de brede omgeving:**

- Aanwezigheid ondersteunende volwassenen buiten het gezin, sociaal netwerk
- Financiële en materiële mogelijkheden
- Goede relaties met leeftijdsgenoten, erbij horen
- Sociale betrokkenheid
- Socio-economische situatie

Tegen gedragsstoornissen	Tegen depressie	Tegen angststoornissen
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Geen bendelidmaatschap</li> <li>- Lage criminaliteit bij leeftijdgenoten</li> <li>- Meeste vrienden bezoeken school</li> <li>- Ondersteunende organisaties</li> <li>- Sociale controle</li> <li>- Voldoende ruimte</li> <li>- Weinig buurtcriminaliteit</li> <li>- Weinig druggebruik leeftijdgenoten</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Empathie voor het emotionele perspectief van het kind. Dit betekent ook empathie voor het perspectief en vanuit de belevingswereld van het kind.</li> <li>• Gedoseerd leren omgaan met frustratie: rekening houdend met de aanleg van het kind, het laten experimenteren en op de achtergrond beschikbaar blijven.</li> </ul>

- **In de school:**

- Aangenaam klasklimaat
- Constructieve aanpak (positieve controle) van sluimerende conflicten en pesten
- Duidelijke regels
- Leerkrachten die echt geïnteresseerd en steunend zijn
- Sterke schoolorganisatie
- Uitgebouwde zorgstructuur

Indien de school<sup>2</sup> bewust erkent dat niet alle leerlingen dezelfde capaciteiten hebben en op een positief waarderende wijze omgaat met de leerlingen, vormt dit een gezond tegengewicht tegen het systeem van punten, beoordelingen en rapporten.

Tegen gedragsstoornissen	Tegen depressie	Tegen angststoornissen
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gevoelens van rouw mogen uiten</li></ul>	

---

<sup>2</sup> Celie L. & Wiewauters C., Krokodillentranen, omgaan met kinderen is omgaan met gevoelens, Brochure Kinder- en Jongeren telefoon, Drukkerij Cartim, Destelbergen, blz. 21