

Stress regulatie bij ouders met een
kind met autisme: en nu?



Wietske Ester, kinderpsychiater
w.ester@youz.nl



Margot Spelbrink, systeemtherapeut
m.spelbrink@anteszorg.nl

Disclosure belangen

(potentiële) belangenverstrengeling	Geen
Voor bijeenkomst mogelijk relevante relaties met bedrijven	Geen
• Sponsoring of onderzoeksgeld • Honorarium of andere (financiële) vergoeding • Aandeelhouder • Andere relatie, namelijk ...	Onderzoeksgeld uit particuliere fondsen.

Wat gaan we doen?

- Uitleg geven over de resultaten van wetenschappelijk onderzoek naar de geestelijke en lichamelijke stress bij ouders met een kind met autisme.
- Inzicht geven in de onderlinge dynamiek binnen gezinnen met een kind met autisme.
- Uitleg geven over huidige behandeling voor ouders met een kind met autisme.

Wat gaan we doen?

- Uitleg geven over de resultaten van wetenschappelijk onderzoek naar de geestelijke en lichamelijke stress bij ouders met een kind met autisme.
- Inzicht geven in de onderlinge dynamiek binnen gezinnen met een kind met autisme.
- Uitleg geven over huidige behandeling voor ouders met een kind met autisme.

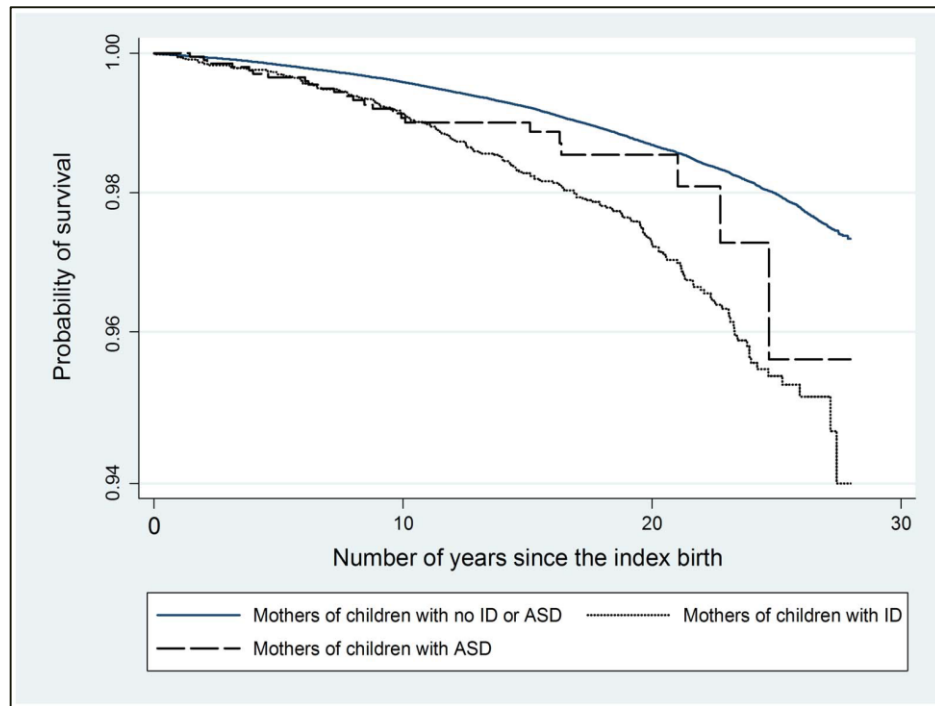
Stress bij ouders/verzorgers van een kind met ASS

Geestelijk:

- > angst/depressie
- 2x zo vaak gebruik GGZ
- Vaker lichamelijke klachten

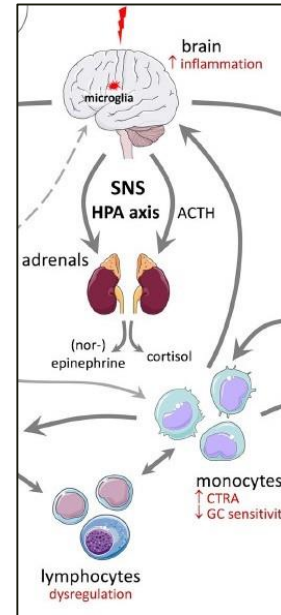
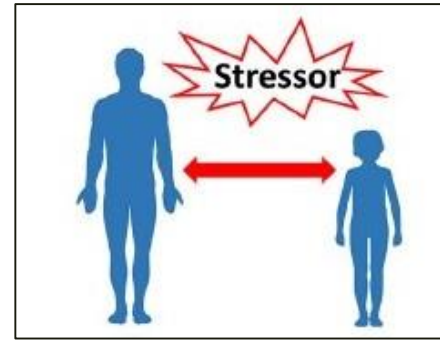
Lichamelijk:

- ↑sterfte
- Individuele factoren



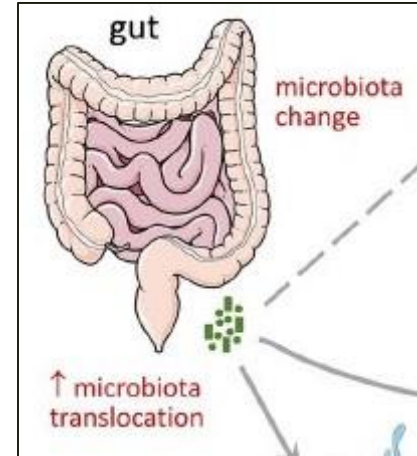
Stress en het Immuun systeem

- > Stress-hormoon remt de ontstekingsreactie
- erna ↓demping ontstekingsreactie
- ↑ ontstekings-parameters



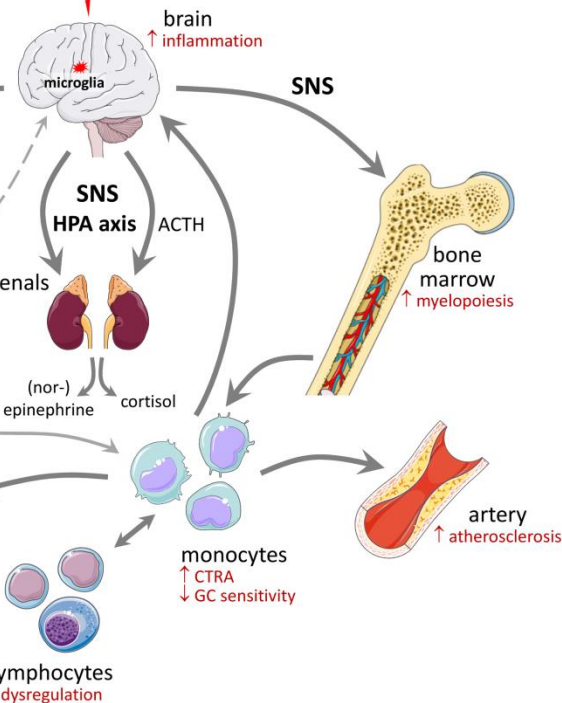
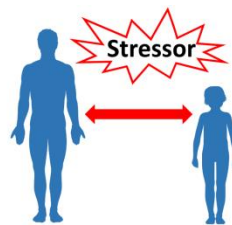
Stress en het Microbioom

- Stress: verandering maag-darm bacterien (microbioom)
- Interactie darmen, centrale zenuwstelsel, immuunsysteem, brein
- Bijv. stress en depressie → >groei “ongezonde” bacterien



Caregiver Distress
Individual Susceptibility

- Mental Illness
- Cardiovascular Disease
- Cancer
- Autoimmune Disease
- Infectious Disease

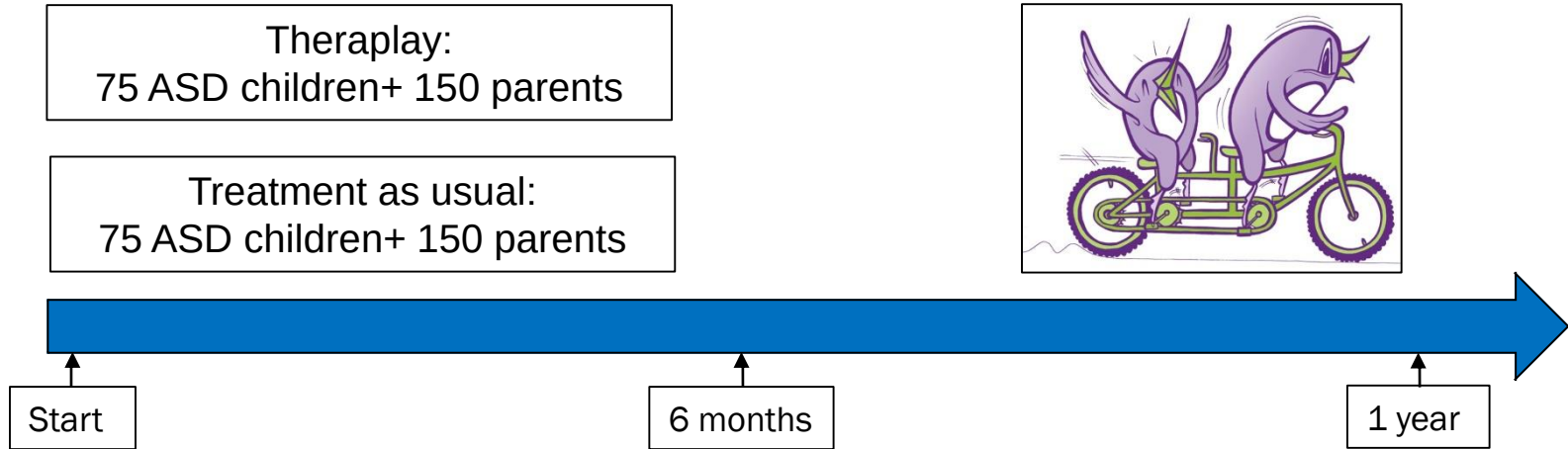


Darm stelsel

Hart en bloedvaten

Immuun systeem

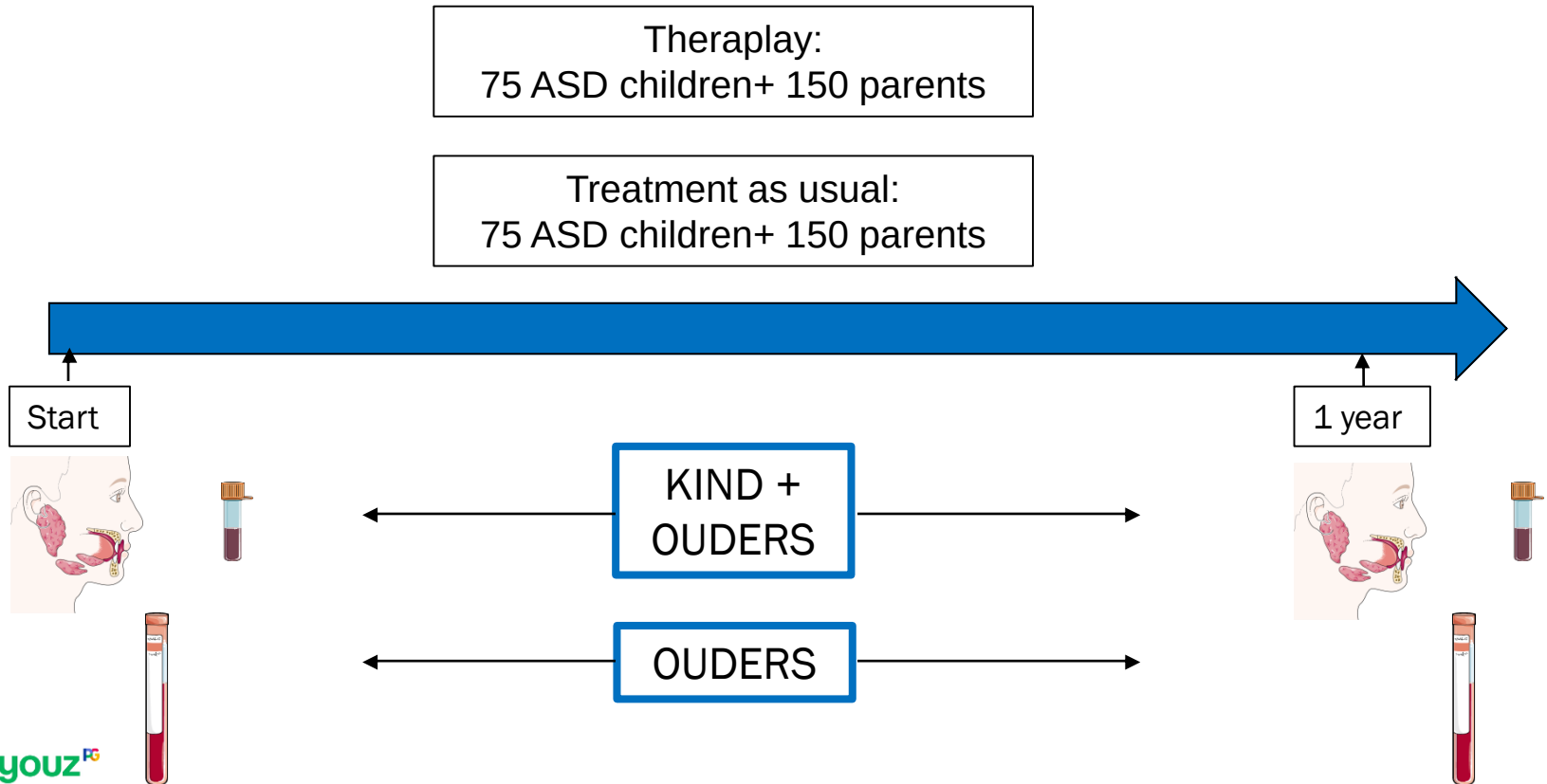
Theraplay in children with autism and caregiver distress (TANDEM)



Onderzoeksvragen:

1. Is Theraplay een effectieve behandeling voor kinderen met ASS?
2. Vermindert Theraplay lichamelijke en geestelijke stress bij de ouders/verzorgers?

IMDAD study: Immune Monitoring of Distress in ASD



Wat gaan we doen?

- Uitleg geven over de resultaten van wetenschappelijk onderzoek naar de geestelijke en lichamelijke stress bij ouders met een kind met autisme.
- Inzicht geven in de onderlinge dynamiek binnen gezinnen met een kind met autisme.
- Uitleg geven over huidige behandeling voor ouders met een kind met autisme.

Kenmerken Partner/ouder-stress

- Veel negatieve gevoelens
- Herhalende starre patronen
- Complementaire versus symmetrische escalaties
- Onvermogen om te repareren

Waarom ruzie

- Vanwege angst voor verlies van de (veiligheid van de) relaties
- Breuk in de hechtingsband
- Oer-paniek
- Machteloosheid
- Gebrek aan vaardigheden
- Uitputting

Wat gaan we doen?

- Uitleg geven over de resultaten van wetenschappelijk onderzoek naar de geestelijke en lichamelijke stress bij ouders met een kind met autisme.
- Inzicht geven in de onderlinge dynamiek binnen gezinnen met een kind met autisme.
- Uitleg geven over huidige behandeling voor ouders met een kind met autisme.

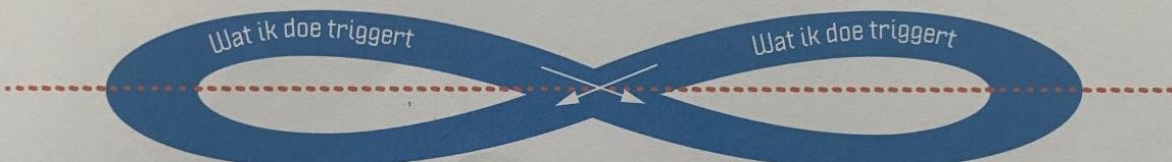
Systeem behandelingen gezinnen met kind met Autisme

- EFT- Emotionally Focused Therapy methode
- Geweldloos verzet in gezinnen



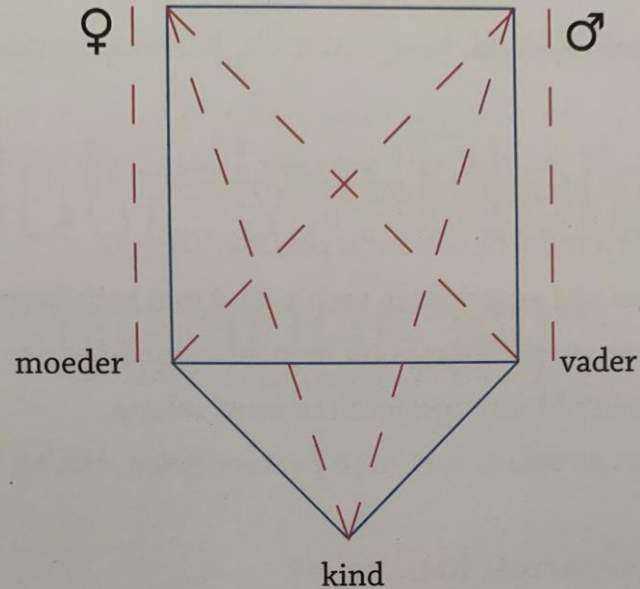
Bron: Wiebenga, E. & Omer, H. (2015) Geweldloos verzet in gezinnen (2^e editie). Bohn Stafleu van Loghum

EFT – Emotionally Focused Therapy

Gedrag /Positie:	Gedrag /Positie:
Zichtbare emoties:	Zichtbare emoties:
	
Onderliggende emotie:	Onderliggende emotie:
Hechtingsbehoefte:	Hechtingsbehoefte:

Bron: Johnson, S. (2019) Gesprekken in verbinding werkboek houd me vast (1^e druk). Stichting EFT-Nederland

Hechtingsrelaties veel complexer



Bron: Van der Ende J. & Pereira, K. (2019) Houd me vast voor ouders met jonge kinderen werkboek (1^e druk). Stichting EFT-Nederland

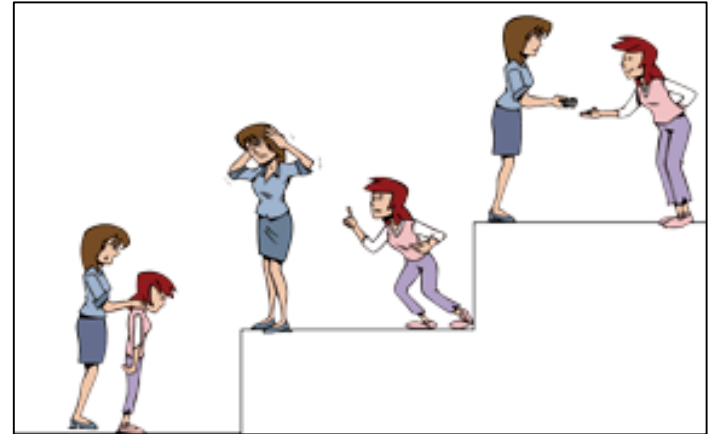
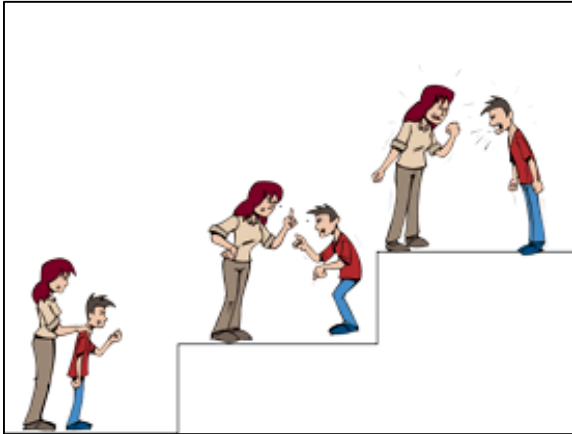
Hechtingsbehoeften en belang

- Aangeboren
- Universeel
- Hechting met ouders is blauwdruk
- Hechtingsgedrag reguleert emoties
- Hechting geeft werkmodel over jezelf en de ander
- Eigen waarde
- Communiceren

Geweldloos verzet

“Verzet begint niet met grote woorden,
maar met kleine daden” – Remco Campert.

Gezamenlijke versus Toegevende escalatie



Bron: Illustraties door Ben Seys, www.benseys.com

Bron: Wiebenga, E. & Omer, H. (2015) Geweldloos verzet in gezinnen (2^e editie). Bohn Stafleu van Loghum

De belangrijkste principes

- Duidelijk stelling nemen tegen iedere vorm van gewelddadig, risicovol of antisociaal gedrag
- Absoluut vermijden van lichamelijk of verbaal geweld
- Verhogen van uw positieve aanwezigheid in het leven van uw kind.

Doelstellingen geweldloos verzet

- Vergroten van de ouderlijke aanwezigheid
- Interesse en betrokkenheid kind vergroten
- Gericht toezichthouden
- Voorkomen van escalaties
- Provocaties weerstaan
- Principe uitgestelde reactie

“Smeed het ijzer als het koud is”

Voorbeelden relatiegebaren ouders

- Geweldloos verzet: <https://www.geweldloos-verzet.nl/2021/01/30/herstelde-relatie-met-je-kind/>
- Relatiegebaren: <https://padlet.com/ilseheuvel75/4knk9hto1i9fohsu>

Van welk gebaar werd jij blij als kind door je ouders?

Alle leeftijden?!

Volg je kind in zijn enthousiasme, doe met hem mee en laat hem bepalen.
(vandaag betekende dat sneeuw scheppen voor een Iglo),

zomaar een appje/belletje

appje sturen naar collega 'ik waardeer je als teamlid, ik ben blij dat je er bent'

Een lief briefje op kamer neerleggen.

Een meiden avond met mijn dochter

's nachts een kaartje op het bed als ze thuiskomen van het uitgaan.

verhaal schrijven over eerste herinnering van deze vriendin/partner/dochter en met fotootje opsturen

voor vriendin, brownies per post sturen

Samen kletsen over gamen, films etc.

Voor ouders iets opzoeken wat voor hen waardevol is

stiekem warme kruik in bed leggen van dochters

Dag met zusje

Samen met zusje dagje foto's maken, dat vindt ze leuk om te doen

Helpen klussen met vriendin

Just dance met de hele klas doen

Het favoriete MTB modderpad achter mijn zonen aan wandelen

Taart bakken voor de hele klas

Met een plantje langs nieuwe woonplek van een client.

Cake bakken voor teamleden/collegas

Vrouw van 60, samen haar lievelingsmuziek luisteren

Voor ouders wat uitwerken waar zij zelf niet aan toekomen

Samen met mijn dochter onze mooiste kleren aan doen en samen dansen op haar favoriete muziek

Take home message

- Let op geestelijke en lichamelijke stress bij jezelf en gezinsleden
- Vraag hulp bij forse geestelijke en lichamelijke stress, bijv. een huisarts/GGZ/anders.

Dank voor uw aandacht

