

# Uit de praktijk van • psycholoog Arno de Poorter

Tekst **Maria van Amerongen** Foto **Dolph Cantrijn**

## ‘Je hebt dezelfde ervaring om te delen’

Psycholoog Arno de Poorter uit Eindhoven helpt kinderen met ADHD die moeite hebben daarmee om te gaan. Hij kijkt naar hun mogelijkheden in plaats van naar hun beperkingen. Dat hij zelf ook ADHD heeft, ziet hij daarbij als voordeel: “Het stelt ouders en kinderen gerust, ze zien iemand met ADHD met wie het goed gaat”.

Als De Poorter bij ouders en kinderen thuis komt, vertelt hij altijd iets over zichzelf. Hij zegt bijvoorbeeld dat hij vaak veel spullen kwijtraakt en dat nu in al zijn colbertjes staat: ‘Gevonden? Bel Arno!’, en dan zijn telefoonnummer. Dan verschijnt er bij hen een lach van herkenning. Dat geeft ze vertrouwen: ‘Je hebt dezelfde ervaring om te delen’.

Hij vertelt ook dat ze niks hoeven af te leren, maar dat hij op zoek gaat naar wat een kind wel kan. ‘Ik heb mijn school ook afgemaakt’, zegt hij dan. “Het stelt ouders en kinderen gerust, ze zien iemand met ADHD met wie het goed gaat”.

De Poorter heeft zelf ervaren dat mensen hem vroeger probeerden te helpen door te zeggen wat hij niet kon. Hij kon niet stilzitten, zich niet concentreren. Hij vroeg zich echter altijd af wat de voordelen zouden kunnen zijn van zijn ADHD. Dit heeft ervoor gezorgd dat hij met steeds

### We maken een afspraak met de leerkracht waar hij heel bang voor is

meer zelfvertrouwen in het leven stond. Daarom speelt hij daar nu op in bij kinderen, omdat ze dat vertrouwen geeft in zichzelf. Zo stellen ze zich open, merkt hij, en voelen ze zich veilig. Daarna komt hij bij dingen die lastiger zijn. Zo had een jongen van 8 jaar moeite met naar bed gaan. Hij wilde zijn tanden niet poetsen en naar boven gaan, omdat hij

ervan baalde dat hij altijd tien minuten moest lezen in bed; hij wilde liever tien minuten springen op bed. De Poorter gaf aan dat de jongen behoefte had die tien minuten zelf te kunnen invullen. Hij stelde in goed overleg voor dat als de jongen zijn tanden zou poetsen en gewoon naar bed zou gaan, hij tien minuten zou kunnen springen. Dat hielp. Door de jongen tegemoet te komen, was het probleem opgelost. Hieronder laat De Poorter zien hoe hij met kinderen met ADHD omgaat.

#### Bob

De moeder van Bob (14) is in tranen, want hij haalt slechte cijfers en gedraagt zich niet goed op school, waardoor hij vaak straf krijgt. Hij dreigt van school gestuurd te worden. Eerst voer ik een gesprek met Bob, om te kijken of het wel klikt tussen ons. Hij zit op turnen en laat een radslag en een salto zien. Hij vertelt dat hij bang is om naar school te gaan, omdat hij vaak te horen krijgt dat hij het niet goed doet. Hij heeft veel buikpijn en gedraagt zich onzeker.

Hij vertelt over dingen die gebeurd zijn op school en waarvoor hij straf heeft gekregen. Ik vertel dat ik vroeger zelf ook veel straf kreeg. Ik leg uit dat leerkrachten niet goed weten hoe ze met ADHD moeten omgaan. Hij voelt zich nu minder schuldig dat het weleens fout gaat op school.

We maken een afspraak met de leerkracht waar hij heel bang voor is. We bereiden het zorgvuldig voor, door het onder meer te hebben over hoe hij de leerkracht

beleeft. Samen hebben we het gesprek op school. Bob vertelt over zijn angst en zijn buikpijn. De leerkracht schrikt ervan, en zegt dat dat niet de bedoeling is. Samen maken ze afspraken, bijvoorbeeld dat Bob even de klas uit mag als hij heel onrustig en druk is.

#### Pim

De ouders van Pim (17) zijn gescheiden. Hij heeft een slechte relatie met zijn moeder, en bijna geen contact met zijn vader. Moeder loopt vast binnen jeugdzorg.

Als ik binnenkom, zie ik dat in de huiskamer een deur uit zijn voegen hangt en er gaten in zitten. Moeder doet haar verhaal, Pim gaat ertegen in. Daarom besluit ik om eerst met haar te praten, en daarna met Pim. Moeder vertelt dat Pim soms heel agressief is, dat hij vorige week de deur heeft ingeslagen en dat ze zich daardoor bedreigd voelt. Verder zegt ze dat Pim altijd zijn schooltas en sporttas beneden neerzet. Ze moet hem vaak erop attenderen dat hij zijn spullen moet opruimen. Pim zegt dan steeds dat ze er ‘toch langs kan lopen’. Ze vertelt dat ze wil dat de kamer er netjes uitziet, anders schaamt ze zich tegenover andere mensen.

Als ik later Pim spreek, vertelt hij dat zijn moeder altijd zeurt over zijn tassen. Ze dreigde hem zelfs uit huis te zetten. Dat begrijpt hij niet, en dan flipt hij soms en maakt dingen kapot. Ik vertel hem dat ik vroeger ook weleens een gat in de deur heb geslagen. Hij kijkt zichtbaar opgelucht.

Dan praten we met z’n drieën. Pim vraagt aan zijn moeder waarom het opruimen van de tassen zo belangrijk voor haar is. Moeder vertelt heel eerlijk de reden. Pim zegt dat hij niet wist dat zijn moeder zich daar zo rot onder voelde. Ik vraag of hij er rekening meer wil houden. Dat wil hij. Ik zeg tegen moeder dat hij het soms zal vergeten, dat dat bij zijn ADHD hoort. Ik



**Arno de Poorter voetbalt ook met Sem (een jongen die in dit verhaal niet voorkomt). De Poorter heeft zelf ervaren dat mensen hem vroeger probeerden te helpen door te zeggen wat hij niet kon.**

vraag hem hoe hij zou willen dat zijn moeder dan reageert. Dat ze het vriendelijk vraagt, antwoordt hij. Moeder knikt en geeft hem een aai over zijn bol. De afspraken worden op papier gezet.

#### **Erik**

Erik (8) wordt op school en in de buurt gepest. Hij is al een keer naar een andere school gegaan, maar dat hielp niet. Hij is erg onzeker. Als hij bijvoorbeeld een voetbalplaatje krijgt dat hij al heeft, begint hij al te huilen. Hij heeft geen vrienden. Hij wil niet meer worden gepest.

Erik wil met mij voetballen op een veldje in de buurt, want dat durft hij normaal gesproken niet. Al snel komen er kinderen aan die aan mij vragen of ze mogen meedoen. Ik zeg dat ze dat aan Erik moeten vragen, omdat het zijn bal is. Erik

stemt in, en ik zeg hem dat hij partijtje kan maken. Hij durft het niet goed, maar doet het toch, omdat ik instemmend knik en hij zich door mijn aanwezigheid veilig voelt. Tijdens het spel maakt iemand een sliding

### Hij huult ook minder snel, of staat sneller op om verder te gaan

tegen hem aan. Erik huult en wil naar huis vluchten. Dan ziet hij mij al op hem aflopen, omdat we van te voren hadden afgesproken dat we samen zouden zoeken naar een oplossing als er dingen gebeurde die hij niet wilde. Ik vraag of hij

pijn heeft en geef hem zo erkenning voor zijn ongemak. Hij voelt zich gehoord, kan het gebeurde loslaten en verder voetballen.

Tijdens de volgende sessies voetballen we steeds weer. Erik wordt steeds zelfstandiger in het omgaan met de kinderen die dan willen meedoen. Hij huult ook minder snel, of staat sneller op om verder te gaan. Ik word langzamerhand 'overbodig', en mag gewoon midden in een partij naar huis. Daar heb ik nog met vader gepraat, die altijd tegen Erik zei als hij werd gepest: 'Hup, sla erop'. Vader wordt ook snel boos op Erik, en geeft aan dat hij dat wordt omdat hij zich zorgen maakt. Erik vertelt in een later gesprek met mij en zijn vader dat hij daardoor juist bang is voor zijn vader. Door dit gesprek komt er meer begrip tussen beiden. ■

Deze rubriek biedt een podium voor therapeuten die menen dat hun aanpak een toegevoegde waarde heeft voor het leven van kinderen uit de doelgroep van Balans. Het betekent niet automatisch dat Balans deze therapieën ook aanbeveelt.