

Jonge kinderen hebben geen ADHD

Prof. dr. Laura Batstra heeft een duidelijke missie: “We moeten voorkomen dat we jonge kinderen onnodig opzadelen met een ziekte-label.” Haar hartenkreet komt voort uit zowel onderzoek als praktijkervaringen. “Er wordt veel te snel een label op een kind geplakt.” Met name als het gaat om ADHD kan dit verkeerd uitpakken. “Jonge kinderen kun je nog niet op deze stoornis diagnosticeren.”

Jan de Graaf



Laura Batstra, moeder van zes drukke en dwarse kinderen, is afgestudeerd als psycholoog. Daarna promoveerde ze in de Medische Wetenschappen op een onderzoek over de invloed van geboortestandigheden op de latere gezondheid, zowel mentaal als lichamelijk. Na haar promotie heeft zij eerst gewerkt als behandelaar in de kinderen jeugdpsychiatrie. “Dit beviel steeds minder, vooral omdat ik me steeds meer zorgen maakte over het snelle classificeren.” Batstra trok weliswaar aan de bel binnen de instelling waar zij werkte, maar vond geen gehoor. “Sterker, de kritiek werd mij niet in dank afgenomen.” Batstra besloot in 2010 om weg te gaan en ging aan de slag als onderzoeker en docent bij de afdeling Orthopedagogiek van de Rijksuniversiteit Groningen. “Mijn kritische noten heb ik hier uitgewerkt en daar ben ik nog steeds mee bezig. De

combinatie van onderwijs en onderzoek bevalt me goed.”

Misvatting

Batstra betreurt het dat ADHD nog steeds door zowel ouders als professionals wordt gezien als een hersen-defect dat druk gedrag veroorzaakt. “Een misvatting”, beklemtoont de hoogleraar. “ADHD is een definitie van problematisch gedrag. Zo staat het ook in de DSM, het dikke boek waarin alle stoornissen die we hebben gedefinieerd staan. Toch wordt nog veel te vaak gedacht dat het iets is wat in de hersenen zit. Iets wat je kunt constateren, wat je kunt zien.” Opvallend is dat wie stelt dat ADHD geen hersenstoornis is, vaak wordt verweten ouders de schuld te geven. “Dat is een foute aanname, want er zijn allerlei andere mogelijke oorzakelijke factoren. Bijvoorbeeld de enorme druk op ons onderwijssysteem. Leerkrachten die

overspannen raken, die niet goed betaald worden, die grote klassen moeten managen, die heel veel administratie hebben. Zo’n overbelaste leerkracht zal moeilijker om kunnen gaan met een energiek kind dan een uitgeruste leerkracht in een kleinere klas. Of neem de intolerantie in onze samenleving. Ouders van pittige kinderen krijgen vaker kritiek dan hulp vanuit hun omgeving. En het is zwaar als anderen altijd maar mopperen over jouw kind. Ik vind dat we die volwassen moppeeraars eens onder de loep zouden moeten nemen, maar de praktijk is dat kinderen vaak psychiatrisch onderzocht worden als er problemen zijn.”

Vroegdiagnostiekmanie

Batstra is zeer kritisch op wat zij de ‘vroegdiagnostiekmanie’ noemt. “In de Gelderlander stond laatst een artikel met de titel ‘Bij piepjonge kinderen is ADHD of autisme al te ontdekken’.



“Ik vind het geldverslindende gespeur naar psychiatrische ziektes in jonge kinderen tenenkrommend”

©FOTO REYER BOXEM

Wetenschappers van de universiteit van Nijmegen speuren onder leiding van professor Jan Buitelaar naar tekenen van ADHD bij heel jonge kinderen.” Deze benadering zit haar hoog. “Het gebeurt altijd weer met de loze belofte van ‘Hoe sneller we hier achter komen, hoe eerder de juiste behandeling of begeleiding kan worden gestart’. Dit onderzoek slaat nergens op. Druk en ongeconcentreerd gedrag is namelijk heel normaal in die eerste leeftijdsfase. Als je door een ADHD-bril naar jonge kinderen kijkt, dan zie je vrijwel altijd wel kenmerken van ADHD. Ze rennen rond, wiebelen op hun stoel en vragen op de meeste willekeurige momenten om aandacht. Juist omdat dit gedrag zo kenmerkend is op die leeftijd, kunnen we bij zulke kleintjes geen stoornis ADHD vaststellen. En zelfs al kon dat wel, vroegdiagnostiek heeft alleen maar zin als je vervolgens ook een effectieve behandeling voor de aan-

doening hebt. En die hebben we niet voor ADHD. Met het opplakken van het etiket weet je nog steeds niet wat de oorzaak of de oplossing is. Dat zal bij ieder kind weer anders liggen. Met een psychiatrische classificatie leg je het probleem eenzijdig bij het kind. Je vertelt van ‘jij hebt ADHD, dus het ligt aan jou’. Terwijl gedrag zich altijd voordoet in een context.”

Context

Daarmee bedoelt Batstra niet te zeggen van ‘laat maar gaan’, benadrukt zij. “Het is van groot belang om ouders,

‘Voorkom overdiagnostiek van ADHD zonder het riskeren van onderbehandeling’

leerkrachten en mensen in de kinderopvang waar nodig te ondersteunen, want het kan pittig zijn om de hele dag drukke kinderen om je heen te hebben. Maar ik vind niet dat we kinderen moeten opzadelen met een ziekte-label.” Zij weet daar zelf alles van. “Mijn kinderen zijn van nature ook druk en dat vraagt gewoon veel van je. Ondersteuning als het uit de hand dreigt te lopen is zeker nuttig. Alleen hoeft je het kind echt niet eerst te bestempelen als psychiatrisch ziek. Ik vind dit geldverslindende gespeur naar psychiatrische ziektes in jonge kinderen echt tenenkrommend. >

Te meer daar de jeugdzorg kampt met tekorten en kinderen en gezinnen met zware problemen vaak geen of slechte hulp krijgen!”

Misvattingen

Batstra's onderzoeksgroep heeft een studie gedaan naar de misvattingen over ADHD. De resultaten vindt ze schokkend. “Er is nauwelijks tot geen wetenschappelijke ondersteuning voor de aanname dat ADHD een aanwijsbaar hersendefect is. Toch staat het in bijna alle academische studieboeken, zo constateerde Sanne te Meerman in zijn promotieonderzoek. Dan is het niet vreemd dat onder veel afgestudeerden de misvatting leeft dat ADHD in de hersenen van kinderen zit. Daar komt bij dat de farmaceutische industrie in het verleden veel reclame heeft gemaakt voor ADHD als hersenstoornis waar ‘gelukkig’ een medicijn voor is.”

Over het medicijngebruik voor ADHD leven ook veel misverstanden. “Op zich is dit niet zinloos. Een medicijn als Ritalin werkt bij de meeste kinderen op de korte termijn goed. Helaas levert het op de lange termijn niet of nauwelijks voordeel op. Sterker, dan is er risico op groeivertraging, cognitieve problemen en hart- en vaatziekten. Ergo, het gunstige effect van Ritalin is tijdelijk en ebt weg op den duur. Toediening kan dus zeker nuttig zijn, al is het maar om iedereen weer even lucht te geven. Alleen is het niet een medicament waar je langdurig effect van moet beloven. Er zijn nog steeds professionals die beweren dat Ritalin de schoolprestaties verbetert. Onderzoek laat keer op keer zien dat dit voor verreweg de meeste kinderen niet zo is. Toch zijn dit helaas hardnekkige misvattingen.”

Versterk opvoedomgeving

Haar woorden zijn niet zo maar een mening: ze worden gestaafd met jarenlang onderzoek. De waarde daarvan heeft zich inmiddels in de

praktijk bewezen. De bevindingen zijn namelijk vertaald in cursussen voor zowel professionals als ouders. Dit gebeurt in het kader van het project ‘Druk en Dwars’. “Hierin zetten we in op het voorkomen van overdiagnostiek van ADHD, maar zonder onderbehandeling te riskeren.”

Batstra geeft aan dat dit met name kan door de opvoedomgeving van kinderen te versterken. “Dat begint met voorlichting over wat ADHD wel en niet is. Daarnaast worden cursussen aan ouders, leerkrachten en medewerkers van de kinderopvang gegeven. In de cursussen geven we praktische handvatten voor het verdragen en waar nodig bijsturen van gedrag. Drukke kinderen horen bijvoorbeeld de hele dag van ‘doe dit niet, stop, hou daar mee op’. Maar ja, als je zegt ‘spring niet op de bank’, dan weet een kind niet automatisch wat hij wel mag doen om zijn energie uit te leven. Met ‘stopinstructies’ geef je het kind geen richting, geen houvast. Daarom oefenen we met ouders om te spreken in termen van ‘doe-instructies’. Bijvoorbeeld van ‘ga maar even in de tuin springen’. ‘zeg met woorden in plaats van met slaan dat je boos bent, of ‘als je ergens tegen aan wilt schoppen, doe het dan tegen de garage-deur’. Dat laatste maakt lekker veel lawaai, dus dat kan ook opluchten.”

Een andere element van de cursus is inzetten op het weer kunnen zien van gewenst gedrag en goede bedoelingen van het kind. “Volwassenen om het kind raken gemakkelijk in een negatieve spiraal, waardoor ze alleen nog maar reageren op dingen die een kind

niet mag. Met andere woorden: een kind krijgt alleen maar aandacht bij ongewenst gedrag. Wij proberen dat om te draaien door ouders en leerkrachten te laten focussen op wat wel goed gaat. En dat te benoemen. Zeg even iets aardigs bijvoorbeeld. Daar hebben we dan ook oefeningen en opdrachten voor.”

Inmiddels is het effect van de oudercursus door Maruschka Sluiter onderzocht onder een groep van honderd deelnemers. “Daaruit blijkt dat de opvoedstress vermindert en dat ouders minder druk en dwars gedrag van hun kind ervaren.” Opmerkelijk bijeffect is dat ouders bij het volgen van de cursus veel steun van elkaar ondervinden. “Aangezien we de cursussen in wijken geven, zijn veel van die contacten blijvend. Dat is natuurlijk prachtig.”

Tot haar voldoening krijgt de binnen ‘Druk en Dwars’ ontwikkelde aanpak steeds meer bekendheid. “Ik krijg uit heel het land positieve reacties.” Daar staat tot haar spijt tegenover dat nog steeds veel professionals het een aanpak van niks vinden. “Die zien toch meer in het kind diagnosticeren en behandelen.” Om hen te overtuigen dit dwaalspoor te verlaten, is onder meer een online lezing gemaakt. “Hierin bespreken we de misvattingen.” Ook maakt het projectteam ander voorlichtingsmateriaal. Zo heeft Sanne te Meerman infographics gemaakt waarin kort veelvoorkomende misvattingen over ADHD worden uitgelegd. (zie kader).

Inspiratiebron

Jonge kinderen zijn voor Batstra een belangrijke inspiratiebron. In de eerste

‘Het gunstige effect van ritalin is tijdelijk en ebt weg op den duur’

‘Er wordt te snel gesproken in termen van labels’

Dr. Laura Batstra:
“Waak voor
overdiagnostisering”

Project Druk & Dwars

De projectorganisatie van Druk & Dwars is in handen van de Rijksuniversiteit Groningen en het Noordelijk Onderwijsgilde. Vanuit het project wordt de opvoedomgeving van kinderen versterkt. Daarmee hoopt men onnodige psychiatrische classificaties en behandelingen bij kinderen te voorkomen. Specialistische hulp kan dan behouden blijven voor degenen met de meest ernstige en hardnekkige problematiek. Op de website drukendwars.nl staan onder de knop ‘Voorlichting’ filmpjes die in een paar minuten veelvoorkomend misverstanden over ADHD bespreken.

plaats die van haar zelf. “Het is gewoon fantastisch om te kijken hoe die zes opgroeien. Dit geldt ook voor waar ze tegenaanlopen. Het gaat natuurlijk niet allemaal van een leien dakje. Er is altijd wel wat. Ik vind het mooi om te zien hoe ze daar dan mee omgaan en zich met vallen en opstaan ontwikkelen.” Niet verwonderlijk raakt haar ouderrol regelmatig haar onderzoeksgebied.

“Als moeder heb ik vaak ervaren hoe snel er wordt gesproken in termen van labels. Mijn kinderen zijn inmiddels verdacht geweest van ADHD, ADD, PDD-NOS, dyslexie en hoogbegaafdheid. Eentje heeft bijvoorbeeld een hekel aan lezen. Nou, dan valt onmiddellijk de term dyslexie. Daar moet aan gesjord worden, hé. Vanuit school willen ze dat je met zo’n kind extra gaat lezen. Als je dan zegt van ‘hij is geen lezer’, dan moet je stevig in je schoenen staan als ouder om tegen zo’n schooladvies in te gaan. Toch ben ik blij dat we dat gedaan hebben, want de betreffende zoon is – naast een enorme belhamel – ook een relaxte en zelfverzekerde jongen die nu met terechte trots een vak leert op het VMBO.”

Overigens blijft het opvoeden voor Batstra, ondanks haar achtergrond en werkervaring, een uitdaging. “Ik weet natuurlijk theoretisch precies wat ik moet doen. Ik ken alle regels en heb een trits aan handleidingen geschreven, maar in de praktijk is het vaak anders. Dan ben je moe of heb je ruzie met je echtgenoot of stress van het werk. Er is altijd wel iets aan de hand waardoor de theorie leuk is, maar waarbij het niet haalbaar is om dat helemaal perfect te doen.” In dit licht roept zij professionals op ouders er op te wijzen dat ze een beetje mededogen met zichzelf mogen hebben. “Het opvoeden hoeft niet helemaal perfect. Ze mogen fouten maken. Het is heel normaal dat het niet voor de volle 100% lukt.” ●