

# Depressies bij kinderen vaak laat opgemerkt

Depressies worden bij kinderen vaak over het hoofd gezien, zo berichtte *RTL Nieuws* eerder dit jaar. Terwijl tijdig opmerken wel belangrijk is om vertraging in de ontwikkeling te voorkomen. In *Schooljournaal* het verhaal van Jan (9) en Laureen\* (16), die beiden te maken kregen met een depressie en thuis kwamen te zitten. 'Na vier weken wilde de school toch wel de leerplichtambtenaar gaan inlichten. Daar zat ik als moeder echt niet op te wachten.'

**M**onique is de moeder van de 9-jarige Jan. Nadat hij getest was op hoogbegaafdheid, er vervolgens een passende school moest worden gevonden en hij ook weer het leren leuk moest gaan vinden, kreeg de familie binnen korte tijd te maken met een groot aantal verliezen. Monique: 'Mijn nieuwe partner werd plotseling ziek. Hij bleek kanker te hebben en overleed binnen vier weken. Daarnaast waren in de maanden daarvoor ook de opa van Jan overleden (de vader van zijn eigen vader, die overleed toen hij bijna 2 was) en mijn eigen oma. Dat waren allemaal mensen met wie hij een heel goede band had. Het was gewoon te veel voor hem.'

## GEDRAGSVERANDERING

Monique begon een gedragsverandering bij haar zoon op te merken. 'Hij trok zich terug. Had weinig zin om met vriendjes af te spreken. "Mama, laat me maar gewoon thuis", zei hij dan. Hij vluchtte weg in z'n iPad. Vorig jaar in de herfstvakantie kwam hij uit bed en zei: "Ik denk dat ik een heel lange vakantie nodig heb voordat ik weer wat kan. Hij zat op de bank en ook de iPad interesseerde hem niet meer. Hij had nergens meer zin in of energie voor.'

Voor de huisarts was het duidelijk. 'Hij zei: "Ik zie een compleet oververmoeid kind. Houd hem maar thuis van school en ga opbouwen als het kan"', blikte Monique terug. 'Dus dat heb ik ook gedaan. Ik heb hem ziekgemeld, en gezegd dat het wel eens een lang traject zou kunnen worden.'

Laureen (16) kwam iets later thuis te zitten. 'Ik

had last van een angststoornis. Daarvoor ben ik in therapie gegaan, en dat viel me heel zwaar. In combinatie met het schoolwerk dat ik ook nog moest doen, trok ik het niet meer. Uiteindelijk heeft school gezegd: "Twee vakken moet je afronden en verder blijf je maar thuis." Ik lag eigenlijk alleen nog maar in bed. Toen is het heel snel achteruitgegaan.'

## DUBBEL GEVOEL

Uiteindelijk zorgden de twee vakken die ze moest afronden (CKV en maatschappijleer) er toch voor dat er weer structuur in de dag van Laureen kwam. 'Ik moest wel uit bed komen, om een opdracht te maken of een uurtje naar school te gaan. Daardoor kwam er routine in de dag, want die was ik echt kwijt.'

Laureen heeft een dubbel gevoel ten opzichte van haar school. 'Aan de ene kant vind ik het fijn dat ik de kans heb gekregen om thuis te zitten. Aan de andere kant denk ik: als ze de slechte cijfers eerder hadden opgemerkt en de schooldruk omlaag hadden gebracht, dan had ik misschien wel het hele jaar gewoon door kunnen gaan.'

'Leraren probeerden wel heel erg mee te denken. Als ik achter kwam te liggen, hielpen ze met een uurtje extra begeleiding of pasten de opdracht aan. Maar als je op een gegeven moment een maand achterloopt, dan helpen dat soort kleine dingen niet meer.'

## LEERPlicht

Monique: 'De school reageerde in eerste instantie



begripvol. Na een week of twee wilden ze toch weten waar ze aan toe waren. Maar ik kon nog niets zeggen. Er was psychologische hulp aangevraagd, maar het duurt even voordat je ergens terechtkunt. Dat was een lastige fase. Na enige tijd is Jan een paar keer per week weer een paar uur naar school gegaan. Hij mocht dan doen waar hij zelf zin in had. Het ging er meer om dat hij aanwezig was. Dat hebben we een tijd zo gedaan. Na enige tijd wilde de school Leerplicht gaan inlichten. Daar zat ik als moeder echt niet op te wachten, om een leerplichtambtenaar in m'n nek te hebben hijgen. Mijn kind was ziek. Tegelijkertijd was ik zelf niet in orde. Diezelfde verliezen had ik ook meegemaakt. En dan moet je ook nog je kind opvangen, terwijl je zelf nog geen reserves hebt opgebouwd. Gelukkig reageerde de leerplichtambtenaar heel begripvol.'

Er werd taxivervoer geregeld voor Jan, zodat zijn moeder hem niet meer naar school hoefde te brengen en zelf ook wat rust kon nemen. Er werd psychologische hulp opgestart. De ochtenden dat hij naar school ging werden langzaam uitgebreid naar vijf. Inmiddels gaat Jan weer hele dagen naar school. Monique: 'Ik heb ook een afspraak met ze. Op maandag, dinsdag en woensdag wordt er aan

het curriculum gewerkt. Dat zijn de dagen waarop we streven dat hij in ieder geval naar school gaat. Donderdag en vrijdag zijn facultatief in die zin, dat als er ruimte voor hem nodig is om bij te komen, dat dit dan kan. En dat gaat goed.'

### **BREEKBAAR**

Met Laureen gaat het intussen ook veel beter. 'Ik draai weer helemaal mee op school. Ik ben zelfs met een bijbaantje bezig. Omdat ik het vierde jaar opnieuw doe, ben ik wel een van de oudsten in de klas. Dat merk ik ook wel. Ik ben wat volwassener, ook door wat ik heb meegemaakt. Er is meer afstand. Ik ben nog steeds snel vermoeid. Als ik bijvoorbeeld een schooldag van het eerste tot en met het achtste uur heb gehad, ben ik kapot. En dan heb ik geen zin om daarna nog met een klasgenoot mee naar huis te gaan. Dat wordt niet altijd begrepen.'

Op de school van Laureen is onder haar huidige docenten niet gecommuniceerd dat ze vorig jaar is uitgevallen. 'Ergens vind ik dat ook wel fijn. Ik word niet continu aangekeken of als breekbaar beschouwd. Ik moet net als iedereen het jaar halen en dan helpt het mij niet als iedereen medelijden met me gaat hebben.' ■