

Prof. dr. Guy Bosmans

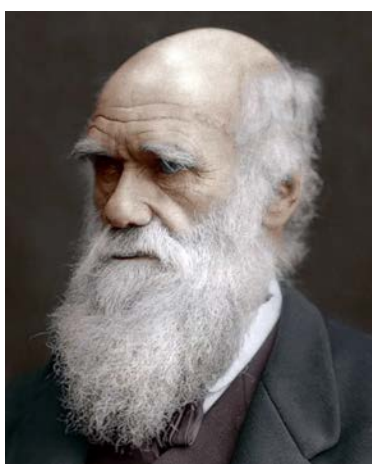
Waarom we zo graag veilige
gehechtheids-relaties willen



 LEARN2TRUST

1

Gehechtheid: wat is dat?



Charles Darwin

- Soorten ontwikkelen door natuurlijke selectie
- Als de kans op overleven vergroot door een kenmerk dan zal dat kenmerk zich verder en verder verspreiden in de soort
- Onder meer: overleving door de nabijheid van anderen -> gehechtheid

2



3

Gehechtheid: wat is dat?



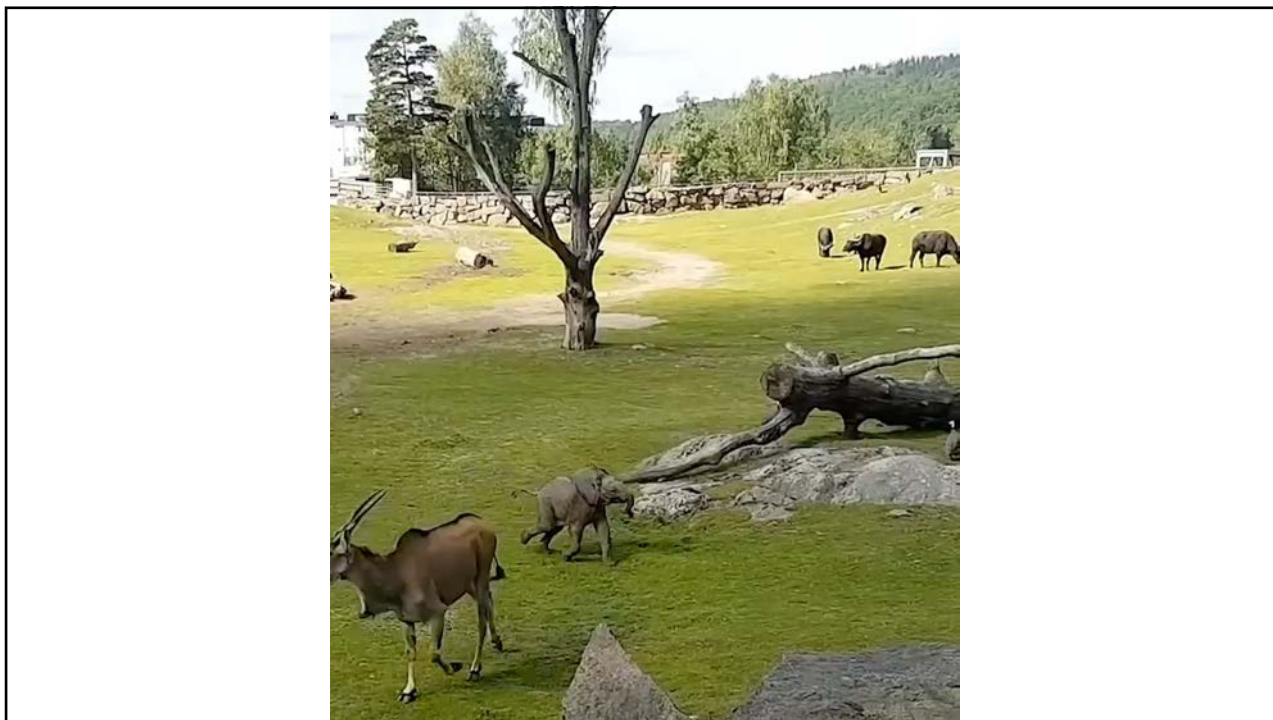
John Bowlby



Mary Ainsworth

- **Aangeboren systeem:** als er stress is voel je nood aan steun en geborgenheid van anderen
- **Aangeleerde verwachtingen en gedragingen:**
 - vertrouwen in steun (of niet)
 - Nabijheid en zorg zoekend gedrag (leren praten, opzoeken etc..)

4



5

Wat is gehechtheid?

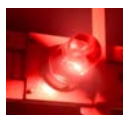


John Bowlby



Mary Ainsworth

- **Aangeboren systeem:** als er stress is voel je nood aan steun en geborgenheid van anderen
- **Aangeleerde verwachtingen en gedragingen:**
 - vertrouwen in steun (of niet)
 - Nabijheid en zorg zoekend gedrag (leren praten, opzoeken etc..)



- Bij gebrek aan vertrouwen: angstige of vermijdende strategieën

6

CORE HYPOTHESES OF ATTACHMENT THEORY

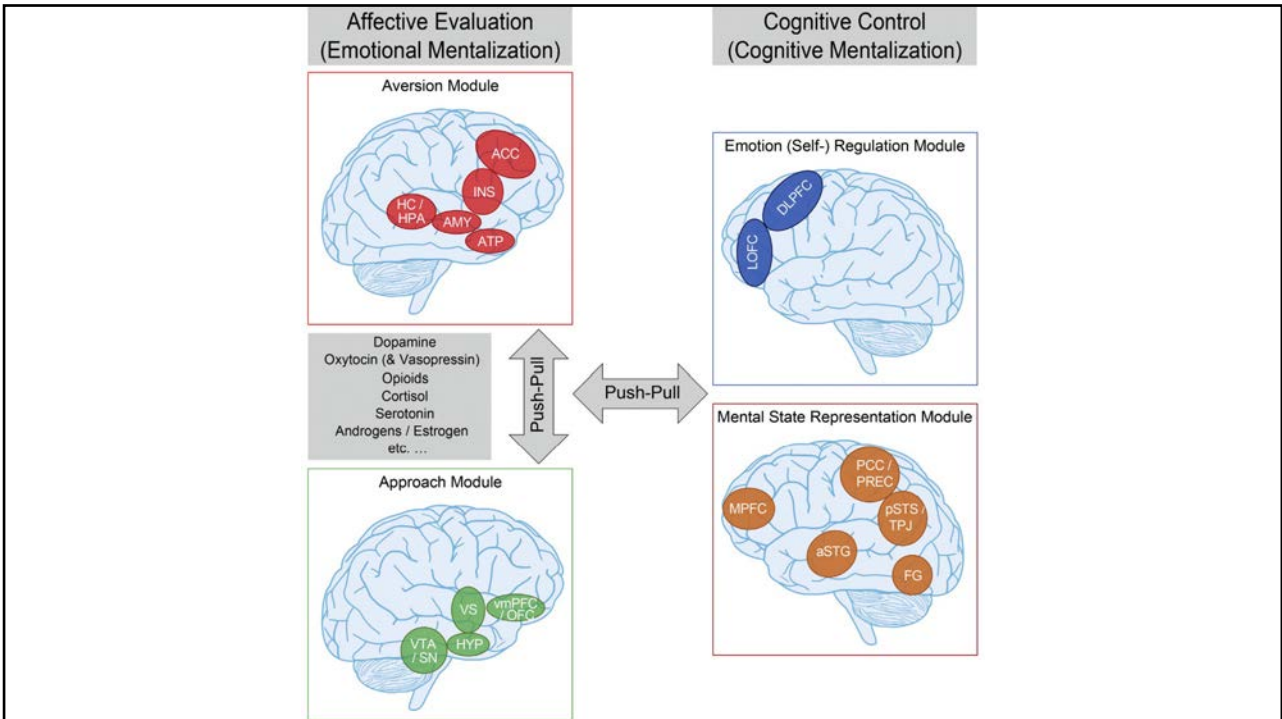


Attachment security-insecurity is caused by the environment

Attachment patterns, laid down in early life, are stable over time and transmitted across generations

Attachment security is crucial for children's mental health

7



8

Een Leertheorie van gehechtheid

Neuroscience and Biobehavioral Reviews 113 (2020) 287–298



Contents lists available at ScienceDirect

Neuroscience and Biobehavioral Reviews

journal homepage: www.elsevier.com/locate/neubiorev



Review article

A learning theory of attachment: Unraveling the black box of attachment development



Guy Bosmans^{a,*}, Marian J. Bakermans-Kranenburg^b, Bram Vervliet^c, Martine W.F.T. Verhees^{a,b},
Marinus H. van IJzendoorn^{d,e}

^a Clinical Psychology, KU Leuven, Belgium

^b Clinical Child and Family Studies, Vrije Universiteit Amsterdam, the Netherlands

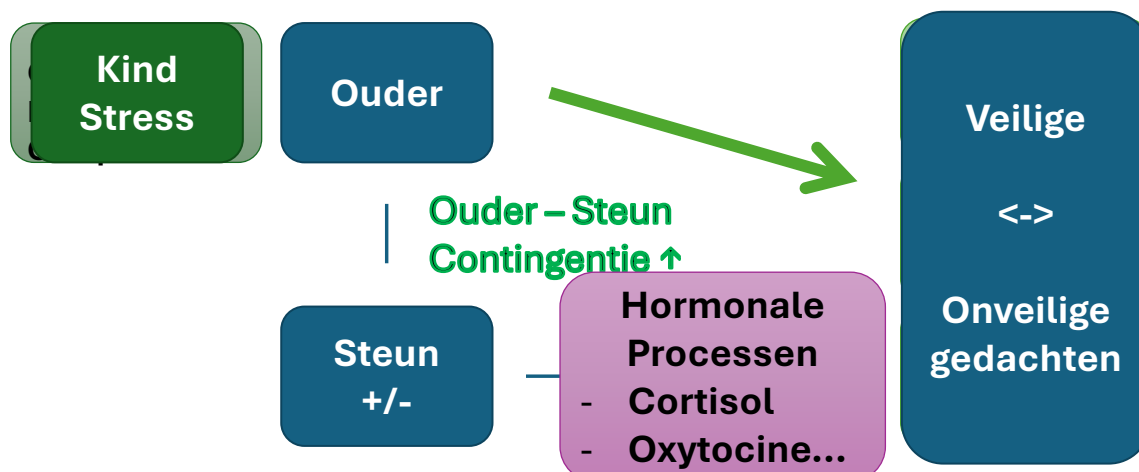
^c Laboratory for Biological Psychology, KU Leuven, Belgium

^d Department of Psychology, Education and Child Studies, Erasmus University Rotterdam, the Netherlands

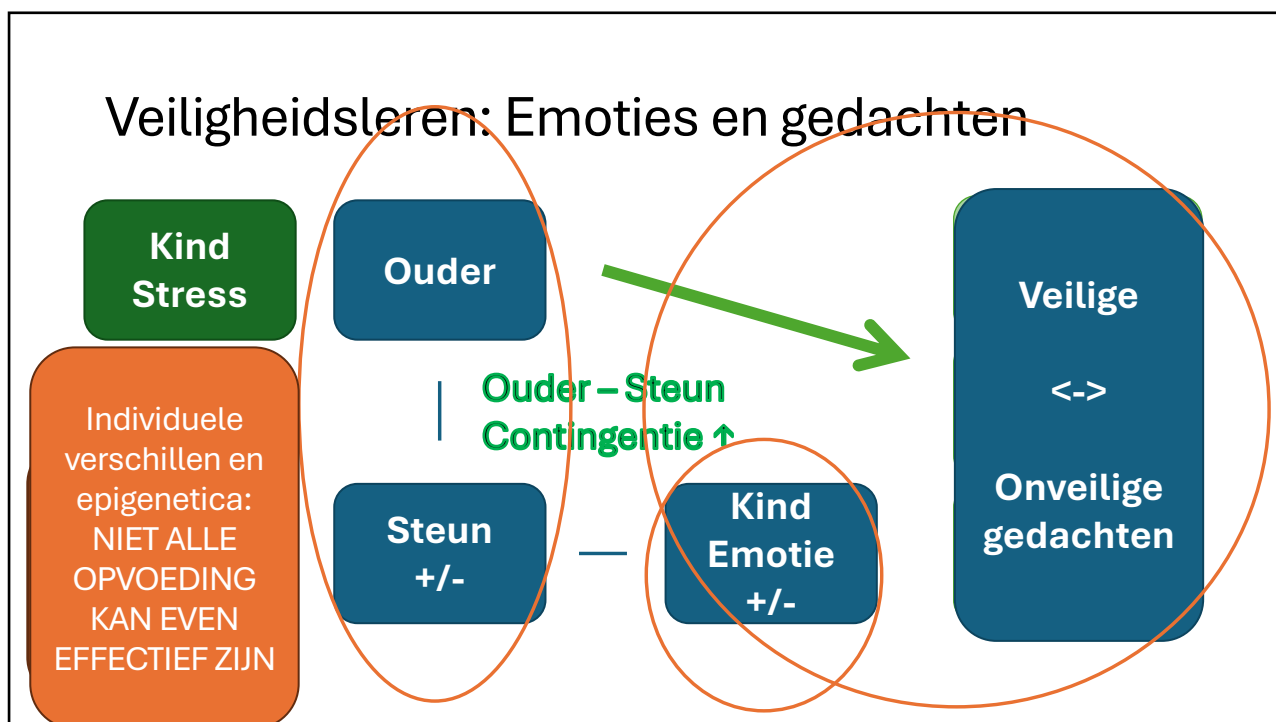
^e School of Clinical Medicine, University of Cambridge, UK

9

Veiligheidsleren: Emoties en gedachten



10



11

DOI: 10.1111/cdev.13672

CHILD DEVELOPMENT

EMPIRICAL ARTICLE

An empirical test of prototype and revisionist models of attachment stability and change from middle childhood to adolescence: A 6-year longitudinal study

Theodore E. A. Waters¹ | Rui Yang¹ | Chloë Finet² | Martine W. F. T. Verhees³ | Guy Bosmans⁴

Revisionist Model

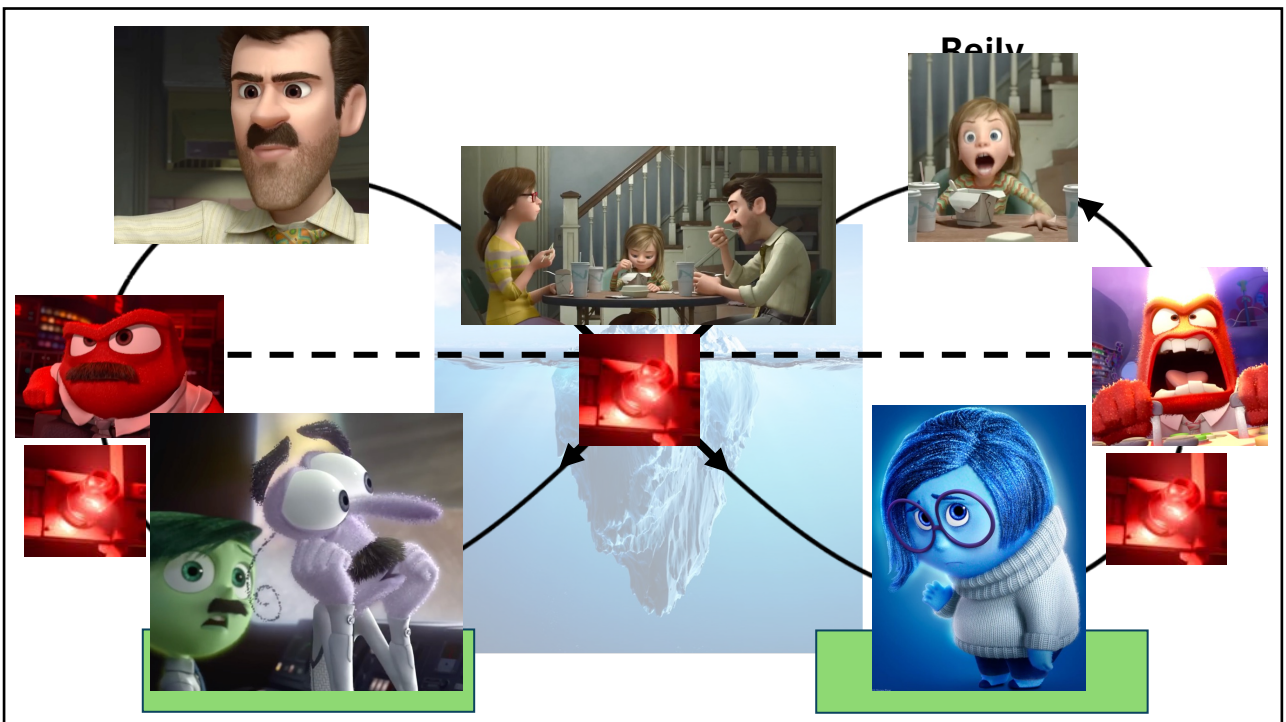
Prototype Model

The diagram shows two models of attachment stability and change. The 'Revisionist Model' (left) shows a single attachment state at the top, which branches into five attachment states over time, each leading to a corresponding outcome box. The 'Prototype Model' (right) shows a 'Prototype' attachment state at the top, which branches into five attachment states over time, each leading to a corresponding outcome box. Both models have a 'Time' axis at the bottom.

12



13



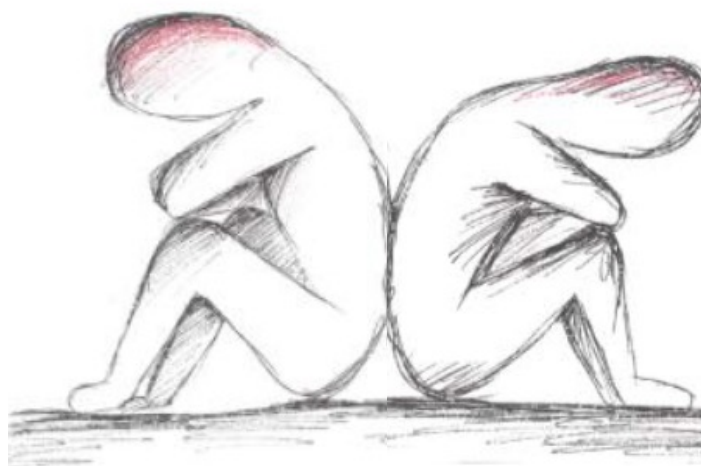
14

Moeilijke momenten oplossen: huis- tuin- en keuken strategieën helpen (vaak)

- “Sorry”, pijn van de andere erkennen (goede bedoelingen, noden...) eigen verantwoordelijkheid erkennen (als ik zo reageerde, moet jij je wel xxx gevoeld hebben...)
- Contingentie zorg hoog genoeg -> dan verdwijnt de ervaring meer naar de achtergrond
- NIET: 100 % veilige ervaringen!!!

15

Maar als het escaleert?



16

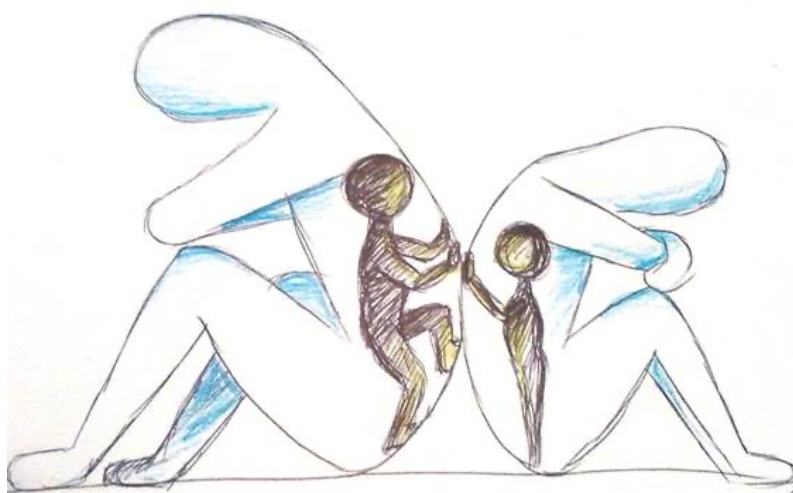
Vertrouwensbreuken: grote en kleine trauma's

- Grote Ts
 - Misbruik/mishandeling/verwaarlozing
 - Huiselijk geweld
 - Pathologie/verslaving ouder
 - Scheiding en verlies

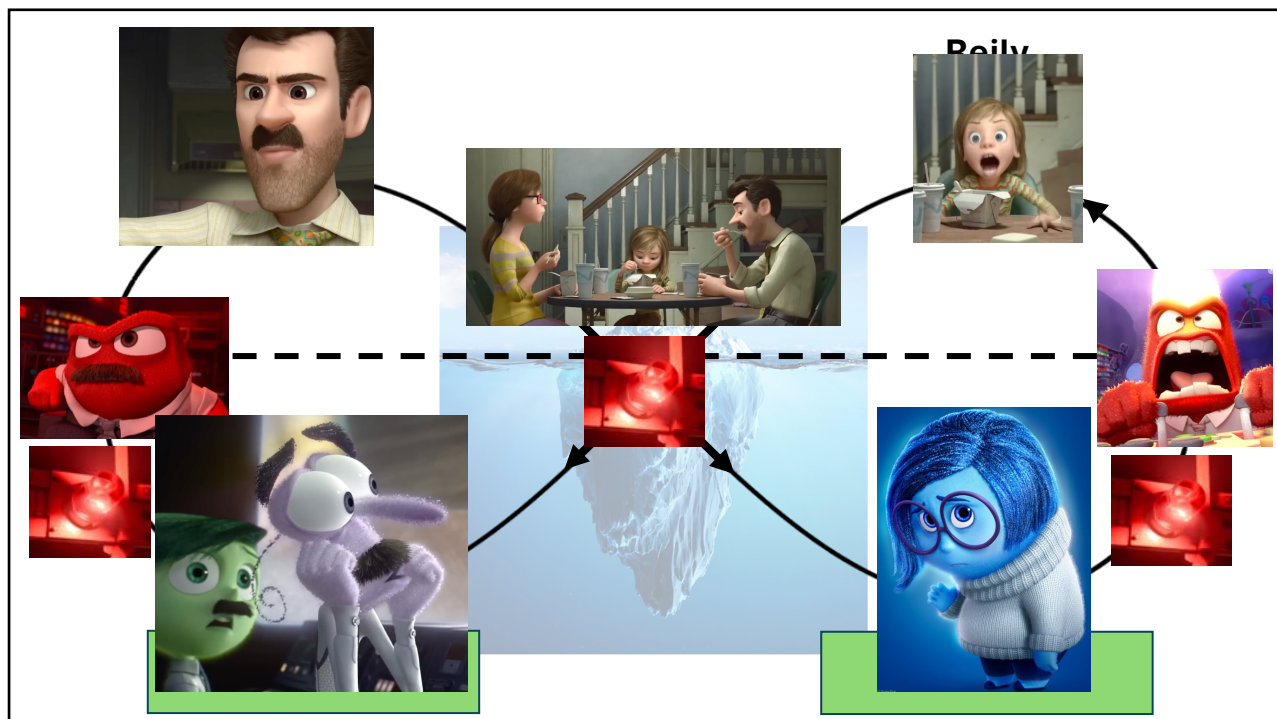
- kleine Ts
 - Beschuldigen
 - Minimaliseren
 - Aandacht afleiden
 - Defensieve reacties
 - Ouder stort in
 - Ouder voelt zich slachtoffer
 - Negeren
 - Ontkennen
 - Afwijzen
 - Problem solving

GEHECHTHEIDS-
NARRATIEF

17



18



19

Herstel van vertrouwensbreuken: ABFT



• STAP VOOR STAP:

- "ontdekken" dat onder het conflict verlangen en liefde zit
- De gehechtheidsnarratieven van ouders en kind snappen en ondersteunen



- Het kind laten delen welke gehechtheidspijn en ervaringen het had, de ouder laten erkenning, steun, zorg bieden

20

Een uitweg: Erkenning geven aan wat in de weg zit:

- “vertel er meer over”
- “het lijkt wel dat je xxxx voelt”
- ”hoe is dat voor jou?”
- “dat moet wel moeilijk zijn om daar alleen mee te zitten...”

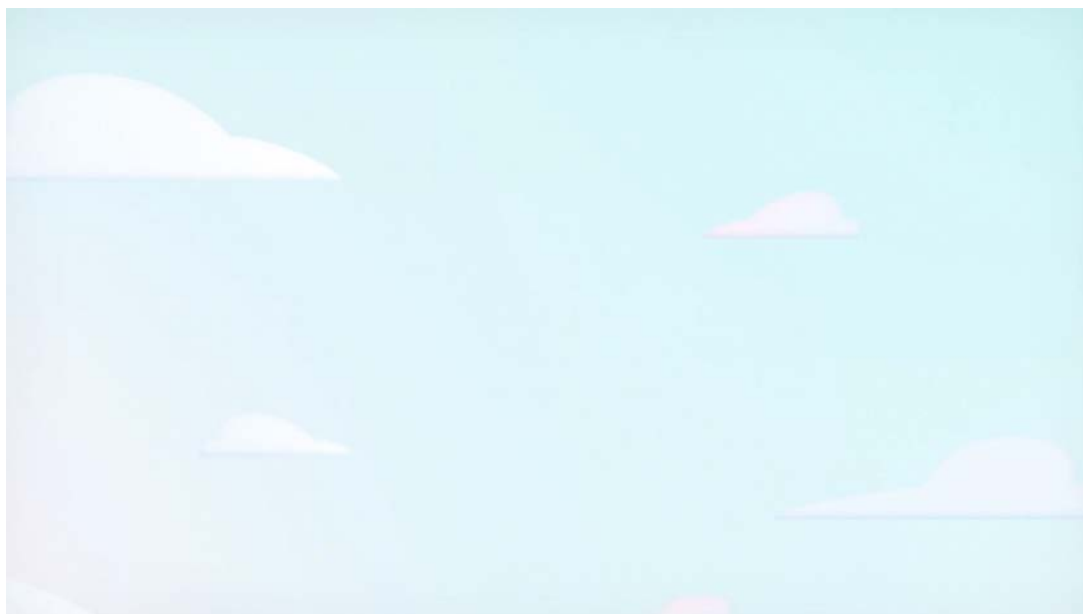


21

De onzekere cyclus van gehechtheid



22



23

Conclusie

- Hoe meer ouders en kinderen met elkaar in conflict komen, hoe meer ze van elkaar houden maar hoe meer ze bang zijn dat ze niet “goed genoeg” zijn voor de andere
- Hoe meer ouders en kinderen elkaar uit de weg gaan, hoe meer ze van elkaar houden maar hoe meer ze bang zijn dat ze niet “goed genoeg” zijn voor de andere
- In plaats van het gedrag van de andere te willen “veranderen” is het belangrijk om te luisteren naar wat onder de waterlijn gebeurt
- MAAR hier is een verschil tussen ouders en kinderen
 - Ouders doen dit voor kinderen, niet de kinderen voor de ouders
 - Ouders kunnen dit doen voor elkaar, of met andere volwassenen (eigen ouders...)

24



International Attachment Conference 2026

7-9 July 2026
Leuven, Belgium

KU LEUVEN HOME TIMELINE CONTACT

Bridging Worlds in Attachment Research and Practice

Join us in Leuven, Belgium, for the International Conference on Attachment (IAC) 2026 – a unique gathering at the crossroads of science, practice, and history, organized by KU Leuven.

25



fwo Research Foundation Flanders
Opening new horizons

BeNeFIT

MIND

EOS
THE EXCELLENCE OF SCIENCE

Vlaanderen
is zorg

جامعة نيويورك أبوظبي
NYU | ABU DHABI

KU LEUVEN

Photos: A group of people sitting at an outdoor table on a wooden deck; a group of people standing in a field with several alpacas.

26