

Emotioneel herstel

de draad oppakken na agressie

Wat

Bij personen met een matig tot ernstig verstandelijke handicap is het essentieel om ook in vastgelopen situaties probleemoplossend samen te werken. Dit artikel van Gerrit Vignero licht het concept herstel verder toe en splitst het uit op twee niveaus: de handelingsbreuk herstellen en de emotionele breuk herstellen.

Werkwijze

In het model 'de draad tussen cliënt en begeleider' wordt er vanuit gegaan dat het essentieel is om rekening te houden met het emotionele ontwikkelingsniveau van de cliënt. (dit model hangt nauw samen met het SEN-SEO project in Vlaanderen.)

Aan de hand van een metafoor 'de draad' worden enerzijds de ontwikkelingstaken van een cliënt als de opvoedingstaken van de begeleider ontrafeld. Wanneer ontwikkeling harmonieus verloopt, kan je de cliënt aanspreken op leeftijdsadequate ontwikkelingstaken. Wanneer er sprake is van ernstige opvoedings- of begeleidingsproblemen moet men op zoek naar het kwetsbare plekje in de draad. Het plekje waarnaar de begeleider steeds moet teruggaan om herstel mogelijk te maken.

Bij agressie wordt de wederzijdse opstelling van de begeleider en de cliënt sterk op de proef gesteld. Dan is het belangrijk om in te schatten vanuit welk ontwikkelingsthema een cliënt dit gedrag stelt. Wanneer er ernstig probleemgedrag was, moet je nagaan hoe de draad opnieuw kan worden opgenomen.

Bij een ernstig voorval- nadat er iemand door het lint is gegaan- is er een dubbele breuk in de draad: er is een **emotionele breuk** en een **handelingsbreuk**. De handelingsbreuk betekent dat de activiteit waarmee men bezig was, wordt afgebroken en niet tot een goed einde wordt gebracht. De emotionele breuk ontstaat doordat cliënt en begeleider zodanig opgewonden raken als gevolg van het probleemgedrag dat er een kortsluiting ontstaat in hun relatie. (naar J. Heijkoop)

Het is essentieel dat het de begeleider is die het initiatief neemt tot herstel van de handelingsbreuk én van de emotionele breuk. Het is zijn verantwoordelijkheid om de draad te trekken. Bij cliënten met ernstig zelfverlies valt op dat de zelfontwikkeling van deze cliënten basaal is. Ze hebben het nodig dat de begeleider de stappen tot herstel zet. Zelf kan de cliënt het (nog) niet en heeft hij steeds verbinding en relatie nodig hebt om te kunnen handelen, om vorm te kunnen geven aan emoties.

Meestal is het zo dat er tijdens 'het over de rooie gaan', tijdens het zelfcontroleverlies van de cliënt, gebruik wordt gemaakt van time-out. Ik vind het interessant om time-out positief te kaderen zoals Jacques Heijkoop dat doet. Hij vergelijkt het met de time-out in de volleybal. We gaan even uit de wedstrijd, om even tot rust komen zodat de gemoederen bedaren. Dit tot rust komen geldt evenzeer voor de speler die spanning opbouwt als voor de trainer die zich opjaagt. Er wordt even uit de situatie die niet meer loopt zoals verwacht, gestapt.



Een eerste herstel is het herstel van de handelingsbreuk. Dit herstel lijkt heel logisch maar er wordt vaak aan voorbijgegaan. Nochtans, wat je concreet kan doen, is vrij eenvoudig. Je gaat terug met de cliënt naar de activiteit die je bezig was op het moment dat de breuk zich voordeed. Je neemt de draad van het leven terug op. Het is een 'ja-boodschap: 'we beginnen terug waar we gestopt waren'. De begeleider weet wat te doen samen met de cliënt en de cliënt herkent de activiteit die nog niet werd afgerond. Cliënt en begeleider weten wat ze samen om handen hebben. De breuk is eerder een onderbreking geweest.

Indien dat lukt, is de kans groot dat de cliënt de situatie die verder wordt gezet herkent en ook voelt dat die niet problematisch hoeft te lopen. De situatie wordt 'ontsmet' en je bent terug samen bezig. Het naast mekaar samen kunnen bezig zijn in een speelruimte met gekende grenzen en een gekende inhoud, is trouwens een heel basale ontwikkelingstaak. Het is het oppakken van de draad. Dat kan de cliënt zeker aan. Zelfs in situaties waar er omwille van omstandigheden (bijv. de begeleider in kwestie werkt die avond niet meer) veel tijd is tussen het voorval en het samen bezig zijn met de cliënt, is dit handelingsherstel, hoe kunstmatig het dan ook lijkt, belangrijk.

Dit herstel van de handelingsbreuk is de eerste opstap naar emotioneel herstel. Een activiteit samen verder kunnen zetten en samen kunnen tot een einde brengen geeft een heel duidelijk signaal aan de cliënt: we hebben iets samen.

De tweede opstap in het emotioneel herstel betekent dat je de cliënt opnieuw het gevoel geeft erbij te horen. Dit kan je best doen door:

- Heel bewust aandacht te besteden aan de handeling of de manier van doen waarop je het gevoel hebt met hem echt contact te hebben. Zo neem ik altijd contact met Jan door even op het puntje van zijn neus te wrijven. Jan herkent mij zo.
- Nabijheid te bieden. De cliënt heeft je nodig. Vaak zie je dat er na een conflict 'als alles zagezegd rustig is', de cliënt alleen wordt gelaten. Redenen hiervoor zijn de emotie van de begeleider, men wil de anderen in de groep ook wat rust bieden, Om te kunnen spreken over emotioneel herstel is het van groot belang dat de cliënt kan ervaren dat een begeleider hem niet loslaat. In het cirkelen van de begeleider rond de cliënt is het meest basale niveau het fysiek nabij zijn. Pas nadien kan er worden overwogen wanneer de volgende stappen verder weg worden gezet: visueel op afstand, vervolgens de begeleider nog horen zonder hem te zien en pas daarna weten dat de begeleider in de buurt is.
- Gebruik te maken van de interesses van de cliënt. Invloed geven aan de cliënt kan je zeer goed door voorwerpen, situaties of activiteiten waarvan je weet dat hij of zij deze tof vindt, te hanteren. Dit herkent de cliënt ook onbewust: "Jij weet dat ik dat graag doet en jij biedt mij dat aan, tof." Zeker dan een bad plannen voor iemand die daar deugd aan beleeft, een kop koffie aanbieden om stoom af te laten of dat geliefde fotoboek bovenhalen. Mascottes: knuffelbeesten, een pop, een lap, een blok kunnen het gevoel van veiligheid vergroten. De favoriete tekenfilm, langer bij mekaar blijven zitten, een blikje cola!
- Gebruik te maken van de basisplaats van de cliënt. Voor mensen waarmee men vastloopt, is het belangrijk een plaats te hebben die een basisplaats kan zijn. Het is de plaats waar de cliënt zich goed voelt, van waaruit hij in zijn activiteiten in het dagelijks leven vertrekt en naar waar hij graag terugkeert.

- Ruimte te laten voor de eigen wijze van zijn van de cliënt. Het is belangrijk om op zoek te gaan naar hoe de cliënt zich in het dagelijkse leven zelf organiseert, hoe hij zichzelf en de situatie controleert, naar het ritme en het tempo dat hem of haar ligt. Wat kan hij aan van informatie, van nabijheid en van prikkels? Op welke wijze ervaart de cliënt emotionele ondersteuning op zogenaamd goede momenten? Leren voor moeilijke situaties doe je vooral uit situaties die je als goed lopend ervaart. De begeleider bepaalt de extra steun die nodig is en gebruikt daarbij de instrumenten die voor de cliënt belangrijk zouden kunnen zijn. Het zijn de begeleiders die bepalen, omdat zij kunnen inschatten wanneer de cliënt te opgewonden raakt, omdat zij op zoek kunnen gegaan naar de omstandigheden die ertoe bijdragen dat zijn of haar spanning te veel oploopt, omdat zij kunnen inschatten wat hij of zij wel aankan en wat niet, omdat zij kunnen aftasten welke mate van zelfbescherming hij of zij op dat moment tot zijn beschikking heeft.

Belangrijk is dat probleemgedrag wordt gezien als behorend bij het leven van deze cliënt in deze periode. Eén van de valkuilen is dat je beloftes gaat doen: 'als je braaf bent, als je dat nu niet meer gaat doen, dan ...'. Dan leg je de verantwoordelijkheid bij de cliënt. Dit hoeft geen probleem te zijn als een kind of jongere ver genoeg gevorderd is in doorwerkte ontwikkelingstaken. Dan helpen straf en beloningssystemen perfect. Maar als de eerste draden spelen herkent de cliënt deze systemen niet: jij moet hulp-ik zijn en overnemen. Ondersteunen in 'goede (what's in a name)' en 'slechte (what's also in a name) tijden.

Een andere valkuil is het afsluiten van schijnakkoorden tussen de begeleider en de cliënt. Het zijn uitlatingen, menselijk en typisch die de verwachting uitdrukken dat het negatief gedrag van de cliënt in de toekomst niet meer zal gesteld worden. "En nu moet het gedaan zijn", "dit is nu de laatste keer geweest" ... Hierdoor ontstaat de verwachting bij de begeleider dat het probleemgedrag niet meer zal optreden en dat de cliënt deze belofte heeft gemaakt. Bij schijnakkoorden is deze intentie niet aanwezig bij de cliënt. Wat zelfontwikkeling betreft is dit verantwoordelijkheid geven die hij of zij niet aankan. Het geeft uiteindelijk frustratie bij begeleiders en het risico in een spiraal van probleemgedrag terecht te komen. Ook de belofte 'ik zal het nooit meer doen' is slechts te maken door personen die al verder doorgroeid zijn in ontwikkelingstaken Ook hier is het juist inschatten van het emotioneel ontwikkelingsniveau van de cliënt essentieel.

Tips en aandachtspunten voor de begeleiders

Belangrijk is dat probleemgedrag wordt gezien als behorend bij het leven van deze cliënt in deze periode. Eén van de valkuilen is dat je beloftes gaat doen: 'als je braaf bent, als je dat nu niet meer gaat doen, dan ...'. Dan leg je de verantwoordelijkheid bij de cliënt. Dit hoeft geen probleem te zijn als een kind of jongere ver genoeg gevorderd is in doorwerkte ontwikkelingstaken. Dan helpen straf en beloningssystemen perfect. Maar als de eerste draden spelen herkent de cliënt deze systemen niet: jij moet hulp-ik zijn en overnemen. Ondersteunen in 'goede (what's in a name)' en 'slechte (what's also in a name) tijden.

Bronnen

- Claes, L. (Red.) (2011). *Emotionele ontwikkeling bij mensen met een verstandelijke beperking*. Antwerpen: Garant.
- Heijkoop, J. (1995). *Vastgelopen. Anders kijken naar begeleiding van mensen met een verstandelijke handicap met ernstige gedragsproblemen*. Baarn: Nelissen.



- Morisse, F. & Došen, A (Red.) (2016). *Schaal voor Emotionele ontwikkeling van mensen met een verstandelijke beperking – Revised²*. Antwerpen: Garant.
- Vignero, G. (2011). *De draad tussen cliënt en begeleider. De emotionele ontwikkeling als inspiratiebron in de begeleiding van personen met een verstandelijke handicap*. Antwerpen: Garant.
- Vignero, G. (2015). *De draad tussen ouder en kind. Voor een gewone en buitengewone opvoeding*. Antwerpen: Garant.
- Vignero, G. (2017). *Ontwarring en ordening van de draad. Verbindend werken met cliënten met probleemgedrag*. Antwerpen: Garant.

Gegevens van de organisatie en contactpersoon

www.gerritvignero.be