

EEN VEILIG NET VOOR TAREK

GIOIA ABIS, GEDRAGSDESKUNDIGE

ZUIDWESTER



leren van
casussen

beschrijf je eigen casus

INTRODUCTIE

Hallo, ik ben Gioia Abis en ik werk als gedragsdeskundige bij Stichting Zuidwester. Dit is een organisatie. Een organisatie die kwetsbare burgers ondersteund in het hebben van regie op hun eigen leven, op gebied van wonen, dagbesteding, werk, individuele begeleiding en behandeling. Ik ben voornamelijk betrokken bij cliënten met een lichte verstandelijke beperking en bijkomende problematiek, die intramuraal wonen.

PROBLEEMSITUATIE

Deze beschrijving begint 3 jaar geleden. Tarek is dan een charmante jongen van 13 jaar, met een beneden gemiddeld intelligentieniveau. Hij woont in een woongroep met 8 andere jongens en volgt onderwijs op een praktijkschool. Tarek is handig met computers en gamet graag. Ook hecht hij veel waarde aan het hebben van mooie en dure spullen.

In de groep is Tarek vaak onopvallend aanwezig. Er lijkt niet zoveel aan de hand. Maar eigenlijk glipt Tarek tussen de mazen van het net door. Hij doet veel dingen stiekem en 'regelt' van alles, bijvoorbeeld dure spullen. Als hij het in de begeleiding ergens niet mee eens is probeert hij via zijn moeder alsnog zijn zin te krijgen. Vaak lukt dit ook. De begeleiders hebben het gevoel dat ze met zijn moeder en haar vriend geen afspraken kunnen maken en dat Tarek op deze manier overal mee weg komt. Ze vertrouwen hem vaak niet, omdat geregeld blijkt dat hij niet alles aan hen vertelt of zaken verdraait.

In het contact met de begeleiders valt het ook op dat Tarek vaak checkt of dingen wel gebeuren zoals ze zijn gezegd. Tarek heeft vaak lichamelijke klachten. Soms lijkt hij veel waarde te hechten aan relatief kleine lichamelijke ongemakken. Hij vertelt niet veel over wat er in hem omgaat. Wel geeft hij soms aan dat hij zich zorgen maakt om zijn moeder.

Tenslotte lijkt Tarek weinig zelfvertrouwen te hebben. Hij geeft snel op . Als iets niet lukt op school bijvoorbeeld, dan laat hij het er bij zitten.

Pas als we ons meer gaan verdiepen in wie hij eigenlijk is, blijkt hoe groot de problemen zijn die hij ervaart.

In de beeldvorming leg ik uit hoe deze problemen zijn ontstaan.

BEELDVORMING

Tarek heeft veel meegemaakt in de eerste tien jaar van zijn leven. Hij heeft veel voor hem belangrijke personen verloren. Zo is op jonge leeftijd zijn vader uit beeld verdwenen en is in diezelfde tijd zijn oma overleden. Ook heeft hij weinig vastigheid, omdat het gezin vaak verhuist. Door alle verlieservaringen ervaart Tarek veel onveiligheid. Hij heeft ervaren dat belangrijke mensen er niet altijd voor je zijn, of zelfs helemaal verdwijnen. Hij heeft vaak het gevoel er alleen voor te staan. Hierdoor is hij angstig en heeft hij moeite om mensen te vertrouwen.

Tareks moeder was, en is, de vaste, belangrijke persoon in zijn leven. Door haar eigen problematiek lukte het haar in het verleden echter niet om genoeg aan te sluiten op de behoeftes van Tarek als kind. Vanuit haar problematiek had zij ook veel behoefte aan steun en aandacht en ze deelde haar zorgen met Tarek. Hij nam de rol op zich om voor zijn moeder te zorgen. Hoewel hij – omdat hij nog maar een kind was – deze rol helemaal niet aankon, was deze wel belangrijk voor hem. Tarek en moeder zijn zo van elkaar afhankelijk geworden.

Toen moeder een relatie kreeg en ging samenwonen, had Tarek hier veel moeite mee. Hij raakte zijn 'verzorgende rol' kwijt en voelde zich minder belangrijk in het leven van zijn moeder. Hij voelde zich afgewezen en dit versterkte zijn gevoel van angst. Tarek liet thuis steeds meer probleemgedrag zien. Aan de ene kant was dit opstandig en driftig gedrag, aan de andere kant toonde hij zich juist heel afhankelijk van zijn moeder. Zo hielp zij Tarek bij het aankleden en sliep hij bij moeder op de kamer om zich veilig te voelen. De vriend van moeder vond dit geen normaal gedrag. Moeder erkende dat het haar onvoldoende lukte om haar zoon te bieden wat hij nodig had en Tarek werd uit huis geplaatst. Dit versterkte zijn gevoel van afgewezen worden.

Nu Tarek bij ons woont, mist hij zijn moeder en maakt zich zorgen om haar. Maar als hij naar huis gaat, heeft hij vaak het gevoel dat hij niks meer met zijn moeder 'alleen' kan doen, zoals vroeger. Dit frustrleert hem.

Vanuit zijn gevoel van afwijzing, probeert Tarek de band met zijn moeder weer te versterken. Hij doet dit op een niet-adequate manier, namelijk door zijn moeder te manipuleren om hem spullen te geven of iets niet te hoeven doen. De vriend van moeder reageert hier fel op naar Tarek. Dit zorgt voor spanning bij hem en zet de relatie tussen moeder en haar vriend onder druk. Moeder krijgt hierdoor namelijk medelijden met haar zoon. Ze ziet zijn spanning, gaat hem extra beschermen en geeft hem wat hij wil. Ze doet dit stiekem, omdat ze geen ruzie wil. Ze houdt immers van zowel haar vriend als haar zoon en wil geen van beide kwetsen. De vriend van moeder wordt hier achterdochtig van en wordt nu ook boos op haar.

Dit patroon zorgt voor spanningen in de relatie tussen moeder en haar vriend, maar ook in de relatie tussen Tarek en zijn moeder en Tarek en de vriend van moeder. Het versterkt bij Tarek het gevoel dat hij niet meer thuis woont door de vriend van moeder en dat als haar vriend weg zou zijn, hij wel thuis zou kunnen wonen.

Deze cyclus van afwijzing-manipulatie-spanningen beperkt zich niet tot het gezinssysteem, maar betreft ook de relatie met de begeleiders. Als Tarek via moeder afspraken verandert, zorgt dat ook voor irritatie bij begeleiders, zowel richting moeder en vriend, als richting Tarek. Deze irritatie versterkt de onrust binnen het gezin, want het team reageert boos op Tareks manipulerende gedrag en moeders toegeeflijkheid. Tareks gevoel van afwijzing en zijn angst worden verder versterkt.

Ook vanuit een andere hoek wordt dit patroon in stand gehouden. Zoals eerder aangegeven heeft Tarek moeite mensen te vertrouwen. Hij gaat er niet vanuit dat anderen er voor hem zijn en voor hem zorgen. Hij probeert dan ook zoveel mogelijk zelf dingen te regelen. Hij regelt dat hij aan allerlei spullen komt en verhandelt deze. De begeleiders hebben hier geen zicht of grip op. Daarnaast controleert hij gemaakte afspraken veelvuldig. Dit controleren en regelen zorgt voor irritatie bij de begeleiders. Zij reageren hierdoor negatief naar Tarek, wat opnieuw zijn gevoel van afwijzing en angst versterkt.

We gaan nog even terug naar de band tussen Tarek en zijn moeder. Door de wederzijdse afhankelijkheid, versterkt doordat zij veel samen hebben meegemaakt, waren zij als het ware één en heeft Tarek weinig eigenheid ontwikkeld. Hij weet niet zo goed wie hij is, wat hij zelf echt vindt en wat hij voelt. Doordat hij niet goed zijn eigen lichaamssignalen kan duiden, schat hij deze signalen vaak verkeerd in. Dit zorgt ervoor dat hij de psychosomatische klachten die hij vanwege zijn hoge angstniveau toch al heeft, maar ook normale fysieke sensaties, snel koppelt aan negatieve gedachten. Hij maakt zich zorgen om zijn lichaam en over ziektes die hij zou kunnen hebben. Kleine signalen zoals een snelle hartslag, leiden dan tot gedachten als 'Ik heb vast iets aan mijn hart. Ik ga vast dood.' Hier wordt hij nog angstiger van en dat versterkt de klachten weer. Doordat hij gesloten is over zijn gevoelens en er niet over praat, blijft dit proces in stand.

Er zijn dus verschillende vastzittende reactiepatronen ontstaan in het gedrag en de communicatie van Tarek en zijn omgeving. Enerzijds zijn dit de negatieve reacties die Tareks manipulatieve gedrag oproepen bij de begeleiders en binnen zijn familie. De kant waar Tarek 'hard' en onkwetsbaar lijkt. Anderzijds is er een zachte, kwetsbare kant: de vele angsten en zorgen waar hij niet over praat en die leiden tot psychosomatische klachten. In feite glipt Tarek niet alleen door de mazen van het net, maar ontbreekt een veilig net.

Op deze beeldvorming zijn interventies ingezet.

INTERVENTIES

Er zijn twee belangrijke interventies gedaan in deze casus. Vanzelfsprekend is er veel meer gedaan, maar de volgende twee punten zijn het belangrijkste geweest in het veranderen van de vastzittende reactiepatronen van Tarek en zijn omgeving.

INTERVENTIE 1: PSYCHOMOTORE THERAPIE

De eerste interventie is psychomotore therapie, PMT. In deze cliëntgerichte therapie is met Tarek gewerkt aan verschillende facetten.

De psychomotore therapeut keek met Tarek naar allerlei situaties en zijn reactie daarop. Was het een handige reactie? Klopte het met wat hij eigenlijk voelde? Leverde deze reactie op wat hij hoopte? Hoe kwam het bijvoorbeeld dat het hem

soms wel lukte zijn zorgen te delen? Wat was er dan belangrijk? Deze vragen en thema's verwerkte de therapeut in ervarings- en bewegingsoefeningen, zodat Tarek kon ervaren hoe het was om het anders te doen. Hierdoor kon Tarek langzaam leren om zijn harde kant minder vaak 'in te zetten'. Als de omgeving veilig genoeg was, kon hij nu ook zijn zachte kant laten zien. Hij leerde zijn vragen en zorgen te uiten en hier kon op worden ingespeeld. Zijn negatieve gedachten konden worden omgebogen naar 'helpende' gedachten. Bijvoorbeeld door de gedachte 'ik voel nu hoofdpijn, ik heb vast suikerziekte', te herkennen als niet-helpende gedachte en deze om te buigen naar de gedachte 'Ik heb hoofdpijn, dat heeft iedereen wel eens. Ik vraag een paracetamol aan de begeleiding en dan gaat het vast beter.'

Tijdens de PMT bleek ook dat Tarek bijna altijd met gespannen spieren rondliep. Dit had hij meestal niet door. Hij leerde aanrakingen te voelen en na te gaan welke aanrakingen hij prettig vond. Hij leerde zijn lichaam te ontspannen. Eerst met hulp en later steeds meer zelf. Onder meer door in een hangmat te liggen en te zwieren. Meer uitleg en voorbeelden van de psychomotore therapie vind je in de bijlage.

Doordat Tarek in de therapieomgeving geen rekening hoefde te houden met de gevoelens van zijn moeder, vriend van zijn moeder of begeleiders, was dit een veilige omgeving voor hem om zich te uiten. Daardoor werd duidelijk dat hij met de vraag zat of hij weer terug naar huis zou kunnen gaan. Nu we ons bewust werden van deze onduidelijkheid voor Tarek, konden we die bij hem wegnemen. We konden hem uitleggen dat hij niet meer thuis kon gaan wonen en dat dit losstond van de aanwezigheid van moeders vriend. Hierdoor werd het gevoel van afwijzing teruggedrongen en kreeg Tarek langzaam meer ruimte voor positieve gevoelens voor de vriend van moeder. Tarek kon een nieuwe rol krijgen.

INTERVENTIE 2: SYSTEEMTHERAPIE

Hierdoor ontstond ook ruimte voor de tweede belangrijke interventie: systeemtherapie. Hierin kwam het hele systeem rondom Tarek centraal te staan. Dit betrof Tareks moeder en haar vriend, maar ook de begeleiders. In eerste instantie sloot Tarek hier niet zelf bij aan.

In de gesprekken met moeder en haar vriend is allereerst veel aandacht besteed aan psycho-educatie over Tarek en zijn ondersteuningsvragen. Door deze uitleg wisten zij beter wat zij van Tarek konden verwachten. Vervolgens is aandacht besteed aan de manier van omgaan met Tarek door moeder en haar vriend. Zij reageerden verschillend op het gedrag van Tarek en zaten niet op één lijn. Hiermee versterkten ze Tareks gedrag, maar ook elkaars reacties. Met hulp van de systeemtherapeute zijn zij stap voor stap dit patroon gaan doorbreken. De eenduidigheid binnen het gezinssysteem werd vergroot

Door deze interventie binnen het gezinssysteem verminderden de spanningen. De vriend van moeder voelde zich minder buitengesloten en meer serieus genomen, waardoor zijn boosheid en achterdocht afnamen. Hij kon vaker positief reageren op Tarek. Moeder hoefde minder 'iedereen te vriend te houden'. Ze kon duidelijker zijn naar haar zoon.

Met de begeleiders werd gekeken naar hun interactie met Tarek's moeder en haar vriend. Ze werden gecoacht in hoe ze het gezin konden ondersteunen in de communicatie en eenduidigheid met betrekking tot de afspraken met Tarek. Hierin was het belangrijk dat zij uit de strijd en het 'veroordelen' konden blijven en in plaats daarvan konden samenwerken en ondersteunen. Kortom: het net rondom Tarek werd versterkt en Tarek kwam meer in beeld.

In een volgende fase van het traject sloot Tarek zelf aan bij de gezinsgesprekken. Besproken werd hoe Tarek, zijn moeder en haar vriend op elkaar reageerden en welk effect dat had. Tareks persoonlijk begeleidster ging ter ondersteuning altijd mee. Omdat zij er steeds bij was, kon ze in voorkomende situaties met Tarek terugkomen op het geleerde.

RESULTATEN

RESULTATEN VOOR 'CLIËNT'

Tarek is een jongeman van inmiddels 16 jaar, die sterker in het leven staat. Hij heeft meer zelfinzicht en hij kent zichzelf veel beter. Hij snapt waarom hij dingen doet zoals hij ze doet en welke patronen hij zich eigen heeft gemaakt. Tarek heeft geleerd dat

hij zijn 'harde' en 'zachte' kant kan inzetten en dat biedt hem de gelegenheid om per situatie de beste reactie te kiezen. De harde kant heeft immers voordelen, niet in iedere situatie hoeft je je kwetsbaar op te stellen. Maar de zachte kant is zeker ook nuttig geworden voor Tarek, waardoor mensen dichtbij kunnen komen. Tarek kan steeds beter voor zichzelf opkomen, kan aangeven wat hij wil en hij heeft toekomstwensen. Hij is minder angstig en heeft meer zelfvertrouwen.

Tarek heeft minder psychosomatische klachten en zorgen om deze klachten. Als hij ze nog wel heeft, kan hij hier beter mee omgaan. Hij heeft geleerd om zijn negatieve gedachten te relativiseren met helpende gedachten. Ook kan hij samen met de begeleider onderzoeken welke spanningen en onduidelijkheden hij op dat moment ervaart.

Tarek heeft meer vertrouwen gekregen in bepaalde mensen. Met hen kan hij nabijheid ervaren en aan hen durft hij hulp te vragen. Dit gaat nog niet altijd goed. Op momenten dat het minder goed met Tarek gaat, moeten anderen hier alert op zijn en het initiatief nemen om hem te steunen.

Tarek is meer in beeld. Begeleiders weten wat hij nodig heeft en wat hem angstig maakt. Dat maakt dat Tarek minder het gevoel heeft er alleen voor te staan. Als hij toch dingen zelf regelt, laten begeleiders hem die ruimte en geven hem vertrouwen. Als het niet lukt, of als de informatie die hij geeft niet blijkt te kloppen, dan kan Tarek samen met de begeleider uitzoeken hoe dat is gekomen. Dat hij niet het hele verhaal heeft verteld, is daarbij niet meer zo belangrijk. Belangrijker is om hem te ondersteunen om met de gevolgen om te gaan; om aan oplossingen en een volgende stap te werken.

Met moeder heeft Tarek nu meer een moeder-zoon relatie. Het is duidelijk dat hij niet meer de rol heeft om moeder te ondersteunen en tegelijkertijd is voor zijn moeder duidelijk hoe zij haar zoon kan ondersteunen, zodat hij niet zich meer afgewezen voelt. Maar ook de band met de vriend van moeder is verbeterd. Hij stoort zich minder aan Tarek en geeft hem meer ruimte. Tarek staat meer open voor hem en soms kunnen ze samen plezier hebben.

Tarek is zich steeds meer aan het losmaken van thuis, zoals past bij zijn leeftijd. Hij is gericht op zijn toekomst en zal naar verwachting binnenkort naar een woning verhuizen waar hij kan leren zelfstandig te gaan wonen.

GELEERDE LESSEN

Het belang van een multidisciplinaire samenwerking werd ons heel duidelijk in deze casus. Door alleen in te steken op de losse 'problemen' die Tarek liet zien en die in het netwerk naar voren kwamen, werd er weinig vooruitgang geboekt. Pas toen er aan alle aspecten gewerkt werd, Tarek zelf, de omgeving in de woning en de omgeving in het gezin, kwam het geheel in beweging.

Zo kwam bijvoorbeeld bij de psychomotore therapie naar voren dat Tarek veel moeite had dat hij niets met zijn moeder alleen kon doen. Hierdoor kon de systeemtherapeute weer beter werken aan de invulling van de bezoeken in het gezin. Dit leverde weer informatie op over hoe Tarek zich opstelde tijdens die bezoeken, waardoor Tarek in de PMT kon oefenen met het aangeven van zijn wensen op een andere manier. En de systeemtherapeute kon aan de slag met moeder en vriend: hoe zij anders met het gedrag van Tarek om konden gaan.

Maar ook in zijn dagelijkse omgeving zagen we dat ontwikkelingen elkaar positief versterkten: doordat er meer aandacht was voor de angsten, wensen en behoeftes van Tarek, voelde hij zich zowel in de gezinssituatie als in de woning veiliger. Zo kreeg hij de ruimte om zich te ontwikkelen en kon hij meer positief gedrag laten zien. Daardoor werd zijn netwerk gestimuleerd en gemotiveerd om ook positief met hem om te blijven gaan. Tarek ervaart dat de hulpverleners samen met moeder en vriend een veilig net voor hem zijn, wat ervoor zorgt dat hij zich verder kan ontwikkelen in de wetenschap dat hij altijd kan terugvallen op zijn veilige net.

Dit alles werd gecoördineerd door de gedragsdeskundige waardoor iedereen op de hoogte bleef van belangrijke ontwikkelingen en er op één lijn gewerkt werd. De stappen die gemaakt werden op de ene plek, konden zo opgevolgd worden door stappen op een ander gebied. Alleen door, soms los van elkaar, toch samen te

werken, kwam er positieve beweging in deze situatie. Iedereen afzonderlijk bleek even belangrijk om samen vooruitgang te kunnen boeken.

AFSLUITING

Dit was de casus: een veilig net voor Tarek.

Reacties/vragen zijn uiteraard welkom. Die kunnen online, via de website worden geplaatst.

Bijlagen kunnen worden geopend door op het paperclipje te klikken. Bedankt voor het luisteren.

Bezoek de website van leren van casussen: <http://lerenvancasussen.cce.nl>

Bezoek de website van het CCE: <http://www.cce.nl>

Bezoek de website van Zuidwester: <http://www.zuidwester.org>

*Dit project is mogelijk gemaakt door Fonds NutsOhra.
NutsOhra geeft financiële ondersteuning aan projecten op
het gebied van de gezondheidszorg en
heeft daarbij voorkeur voor projecten die leiden tot
verbetering van kwaliteit van leven van mensen met een
ziekte, beperking of risico.*

