

# REMKO – DE ANGST VOORBIJ

RICHARD SMIT, GEDRAGSDESKUNDIGE

GEMIVA SVG GROEP



leren van  
casussen

beschrijf je eigen casus

# REMKO – DE ANGST VOORBIJ

## INTRODUCTIE

Hallo, ik ben Richard Smit en werkzaam als gedragsdeskundige bij Gemiva-SVG. Ik ben hier verbonden aan een aantal woningen en de daarbij horende dagbesteding voor intensief begeleide cliënten. In deze presentatie gaat 't over Remko, een cliënt van mij, bij wie sprake was van een dubbele diagnose: een verstandelijke beperking en schizofrenie.

## PROBLEEMSITUATIE

Remko is een man van inmiddels 32 jaar. Hij komt uit een gezin van twee kinderen en heeft een jongere zus. Bij Remko werd in zijn jeugd een lichte verstandelijke beperking vastgesteld, en daarnaast zowel afasie als apraxie. Afasie wil zeggen dat Remko beperkingen heeft in begrip en gebruik van taal. Apraxie wil zeggen dat hij moeite heeft met het uitvoeren van complexe handelingen. Vanwege de taalproblemen zat Remko op een school voor spraak- en gehoorstoornissen. Daarna volgde hij MLK-onderwijs. Als Remko zestien is, gaat het bij een stage mis met hem. Hij krijgt een ernstige psychose. Er volgen verschillende crisisplaatsingen. Remko blijkt later schizofrenie te hebben.

Na een opeenvolging van verhuizingen komt Remko uiteindelijk in de huidige woonvorm op een instellingsterrein terecht. Hij woont hier in een appartement verbonden aan een woning, waar nog vier anderen wonen. Allen krijgen zij intensieve begeleiding. We zien dat Remko zich in de loop der jaren steeds meer terugtrekt in zijn appartement. Als begeleiders contact willen maken en hem proberen te activeren is er vaak sprake van ernstige agressie. Dit uit zich in slaan en schoppen naar de begeleiders, vaak zeer impulsief en daardoor onverwacht. De agressie kan behoorlijk bedreigend en gevaarlijk zijn voor de begeleiders.

Men weet deze neerwaartse spiraal niet te doorbreken en Remko glijdt steeds verder af. Ondanks de intensieve begeleiding daalt zijn kwaliteit van leven naar een bedenkelijk peil en is minimaal te noemen. Voor begeleiders en ook voor de familie is

dit heel frustrerend. De enige dingen die hij nog onderneemt zijn Bassie en Adriaan kijken, stripboekjes lezen en af en toe een wandeling of een fietstochtje maken. Zijn leven is zeer schraal.

Op een dag boeken we een onverwacht maar achteraf begrijpelijk succes. De logopediste wil het taalbegrip van Remko testen. De eerste keer vertoont hij agressie door te gaan slaan, de tweede keer vlucht hij de badkamer in, de derde keer lukt de test voor de helft en de vierde keer verloopt tenslotte alles goed en harmonisch. Bij ons valt dan het kwartje. Hoe we het gedrag van Remko inmiddels begrijpen, leg ik uit in de nu volgende beeldvorming.

## BEELDVORMING

Voor de terugval vanwege een serie ernstige psychoses, was Remko een jongen met een lichte verstandelijke beperking. Hij leidde een heel normaal leven. Hij bezocht bijvoorbeeld clubs en ging zelfstandig naar de bibliotheek. Naast de lichte verstandelijke beperking is er sprake van afasie; hij kan de dingen niet goed benoemen. De combinatie van de verstandelijke beperking en de afasie maakte dat de communicatie van Remko zwak was. Uit het dossier komt verder een sociaal-emotioneel kwetsbare jongen naar voren. Waarschijnlijk zorgde zijn beperking en kwetsbaarheid er voor dat Remko op school op zijn tenen liep. Hij werd er overvraagd, en nogal eens geplaagd door andere leerlingen. Toen hij stage liep op het MLK werd hij veel gepest. Waarschijnlijk hebben de overvraging, het pesten en een erfelijke belasting er samen voor gezorgd dat Remko op 16-jarige leeftijd zijn eerste heftige psychose kreeg. Op den duur blijkt er sprake te zijn van schizofrenie. In zijn regelmatige psychotische episodes ervaart Remko de wereld als gevaarlijk en bedreigend. Dit zorgt voor veel angst bij Remko.

Door de talrijke psychoses is er sprake van een cognitief verval bij Remko. Zijn begripsniveau daalt van het niveau van een lichte verstandelijke beperking naar dat van een ernstige verstandelijke beperking. Zijn denken wordt steeds chaotischer. De wereld wordt steeds onvoorspelbaarder voor Remko. Hij raakt steeds meer de grip op zijn leven kwijt. De communicatieve vaardigheden verminderen door dit cognitieve verval nog verder, tot op het niveau van een tweejarige, waardoor zijn grip op de

wereld verder afneemt. Remko wordt steeds angstiger. Vanuit deze angst wijst Remko alle contact af, door zich terug te trekken in zijn eigen wereld, waardoor de angst op korte termijn vermindert. Als begeleiders toch contact met hem maken of zelfs bij omgevingsgeluiden, kan Remko heftig en agressief reageren. Door deze agressie ontstaat er angst bij de begeleiding. Ze laten hem alleen waardoor hij weinig betekenisvolle relaties overhoudt en bovendien vermindert zijn activiteitenaanbod daardoor. Remko krijgt zo in feite toch wat hij wil: namelijk zich terugtrekken in isolement. Hoewel dit op korte termijn voor hem werkten de angst vermindert, is het op langere termijn niet goed. Want zonder invulling van zijn tijd is hij volkomen aan zijn verwarde, psychotische gedachtewereld overgeleverd. Hij beleeft zijn omgeving steeds meer als gevaarlijk en bedreigend. Dit versterkt weer zijn verlies van grip op de wereld, waardoor een vicieuze cirkel ontstaat.

Bijkomend probleem is dat door het isolement de draagkracht van Remko ook steeds kleiner en zijn prikkelgevoeligheid steeds groter wordt. Er is steeds minder nodig om Remko te ontregelen. Ook hier zien we een neerwaartse spiraal. Het laatste is te vergelijken met iemand die zich in het donker schuilhoudt waardoor zijn ogen steeds gevoeliger worden voor zonlicht. Bij prikkels nemen de angst en kans op agressie dan weer toe.

Dit was de beeldvorming. We zijn gaan begrijpen dat de agressie en het zich terugtrekken door Remko voortkomt uit angst. Angst vanuit psychoses, omdat hij de wereld niet begrijpt, en omdat hij in een isolement is geraakt, zonder betekenisvolle relaties.

## INTERVENTIES

### INTERVENTIE 1: VAST DAGPROGRAMMA

We hebben gezien hoe de logopediste de angst bij Remko kon verminderen door een voorspelbare routine te introduceren en deze consequent vol te houden.

Toen wisten we dat we de neerwaartse spiraal konden doorbreken. Twee elementen waren belangrijk in wat de logopediste deed en die hebben we in deze interventie gebruikt. De eerste is voorspelbaarheid. Er wordt een dagprogramma gemaakt. Om

maximale voorspelbaarheid te bieden worden alle activiteiten uit het programma zoveel mogelijk uitgevoerd volgens vaste patronen. Het tweede element is een veilige relatie. Het programma wordt eerst voorzichtig door enkele vertrouwde begeleiders uitgevoerd. De begeleider waarborgt zoveel mogelijk dat de activiteiten succesvol verlopen; niets forceren, stapje voor stapje, uitnodigen en stimuleren. Bijvoorbeeld voor het ontbijt wordt er geen bordje boterhammen voor Remko neergezet, maar wordt hij uitgenodigd om samen de tafel te dekken, wordt er samen ontbeten en samen weer afgeruimd. Heel functioneel, waardoor het contact vanzelfsprekend is. Na drie maal wordt dit ontbijt een patroon waarna Remko dit eerst bij de voor hem veilige begeleider durft en later bij iedere begeleider.

In dit proces is er een aantal 'veilige' begeleiders die een voortrekkersrol vervullen. Door hun succeservaringen krijgt het hele team meer vertrouwen in het werken met Remko en neemt hun angst af. Doordat de activiteiten succesvol verlopen, dooft ook bij Remko de angst uit.

De combinatie van voorspelbaarheid (het dagprogramma) en veiligheid (de begeleider) geven Remko vertrouwen en durf. Zo ontstaat er een opwaartse spiraal: minder angst, meer aanbod van begeleiders, meer gevoel van veiligheid bij Remko en begeleider.

In de bijlage wordt dit geïllustreerd middels een voorbeeld- rapportageblad.

## INTERVENTIE 2: ONDERSTEUNENDE COMMUNICATIE (PECS)

De zwakke verbaal-communicatieve vaardigheden van Remko worden ondersteund door het intrainen van het Picture Exchange Communication System, oftewel PECS. PECS is er op gericht om kinderen te leren communiceren in een sociale context, met behulp van pictogrammen. We steken hierbij in op het actief leren communiceren door Remko, waardoor hij zijn wensen aan de begeleiding kenbaar kan maken. De verwachting is, dat Remko zo meer grip kan krijgen op zijn omgeving.

Hoe deze PECS training er uitziet en welke fasen daarin worden doorlopen, wordt uitgewerkt in de bijlage.

## INTERVENTIE 3: SYSTEMATISCHE DESENSITISATIE

Volgens de principes van systematische desensitisatie wordt met kleine stapjes gewerkt aan het vergroten van zijn sociale wereld. Systematische desensitisatie wil zeggen: systematisch ongevoelig maken. We stellen Remko in kleine stapjes van oplopende moeilijkheidsgraad bloot aan situaties waar hij angstig voor is. Zodra hij ongevoelig is geraakt voor een bepaalde situatie, wordt een moeilijker situatie getraind. Er worden kleine stapjes gezet, want deze vergroten de kans op succes. Bij grotere stappen is er een grotere kans op falen: ze vergroten de angst in plaats van dat deze uitdooft. Een voorbeeld van zo'n stappenplan is de gewenning aan de Werkplaats (zijn dagbestedinglocatie). Eerst kennismaken met de nieuwe ruimte van de werkplaats door er een glaasje cola te drinken. Na drie keer vervolgens daar ook een boekje lezen, totdat de ruimte zo vertrouwd is dat hij daar een uurtje kan gaan werken; en uiteindelijk een heel dagdeel. Bij signalen dat hij het niet aankan, wordt de volgende activiteit die op zijn programma staat gestart.

Via een vergelijkbaar stappenplan wordt de relatie met zijn familie weer hersteld. Eerst is er een kort bezoek bij ouders (hooguit een kwartiertje) en daarna verdere uitbreiding.

Remko wordt op deze manier ook op de woning weer stapsgewijs betrokken bij sociale activiteiten, zoals gezamenlijk eten en koffiedrinken.

In elke omgeving wordt er voor gezorgd dat de sociale contacten, via kleine stappen, succesvol verlopen.

## RESULTATEN

### RESULTATEN VOOR REMKO

Er is een duidelijke afname van de angsten daarmee opbouw van het gevoel van veiligheid te zien. We zien dit aan de meer open houding van Remko. Hij lacht veel, is open in het contact en heeft ook niet de neiging gelijk weer weg te willen lopen. Hij komt regelmatig enthousiast dingen vragen. Remko heeft duidelijk een meer blijmoedige houding en oogt niet meer als het bange, schuwe 'vogeltje' dat hij

voorheen was. Er is duidelijk minder, eigenlijk geen, agressie en Remko trekt zich veel minder terug. In de groep gaat hij inmiddels weer mee met uitjes, zoals een dagje naar het strand.

Remko heeft weer plezier gekregen in de activiteiten die hij doet. De activiteiten verlopen succesvol en het daarmee samenhangende vertrouwen groeit. Er is een basisdagprogramma dat nu nog steeds uitgebreid wordt. Dagelijks worden er door Remko samen met de begeleider klussen gedaan aan huis. Het werken bij de dagbesteding zal worden opgebouwd: eerst in de ochtenden, en daarna ook in de middagen.

De relatie met zijn ouders en familie is hersteld. Bezoeken aan de familie van Remko verlopen goed en worden steeds verder uitgebreid.

Vanwege de schizofrenie zijn vele competenties verloren gegaan. Deze zijn rudimentair nog wel aanwezig en daardoor weer opnieuw te activeren. Er zijn nog duidelijke groeimogelijkheden, zoals we ook in het taalgebruik constateren. Remko begint zich de PECS eigen te maken en gebruikt steeds meer taal. Een voorbeeld daarvan is dat Remko bij een taaltest chimpansee zegt bij een plaatje van een aap. Remko kan daardoor ook beter zijn eigen wensen en keuzes kenbaar maken. Hierdoor groeit zijn zelfbewustzijn en wordt aangeleerde hulpeloosheid voorkomen. Hiermee bedoel ik dat Remko minder het verlamme gevoel heeft dat alles hem overkomt en hij zelf niets kan bepalen.

De schizofrenie is in een stabiele fase en gelukkig niet groeibeklemmend.

De kwaliteit van leven is door deze resultaten in de tijd van slechts een half jaar al aanzienlijk verbeterd.

## GELEERDE LESSEN

Het antwoord op angst en het gevoel van onveiligheid bij Remko is het bieden van relationele veiligheid en een voorspelbaar dagprogramma. Het uitdoven van de angst bij Remko moest daarbij gelijk opgaan met het uitdoven van de angst bij de begeleiders. Door te werken in hele kleine stapjes met maximaal kans op resultaat, kon succes worden ervaren en wederzijds vertrouwen ontstaan.

Verder hebben we geleerd hoe belangrijk het is dat het *hele* systeem, begeleiding, locatiemanager, gedragsdeskundige en andere betrokken deskundigen, ervoor waakt dat de groei doorzet. Dit doen we door te zorgen dat het dagprogramma altijd doorgaat, zonodig bijgesteld wordt, en door de ondersteuningsrelatie intact te houden. De persoonlijk begeleider houdt via de rapportage een vinger aan de pols en in ieder maandelijks teamoverleg wordt de voortgang besproken.

De inzet van communicatiehulpmiddelen (in dit geval PECS) is belangrijk in het bewerkstelligen van regie over je eigen leven.

## AFSLUITING

Dit was de casus: Remko, de angst voorbij. Wij zien het succes als een illustratie van het belang van het herstel van het gewone leven. De relatie met de begeleider staat daarbij centraal. De begeleider zorgt ervoor dat samen met Remko het dagprogramma uitgevoerd wordt, de activiteiten slagen en Remko hier trots op is. Dit geeft vertrouwen. De angst wordt overwonnen en de kwaliteit van leven keert terug.

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 Gemiva SVG : <http://www.gemiva-svg.nl/>

*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.*