

Handout workshop

Ervaringsgerichte Psychosociale Hulp

27 oktober 2009 – Stichting Jeugdformaat
i.s.m. JSO





Uitgangspunten Ervaringsgerichte Psychosociale Hulp

Ervaringsgericht

Binnen het ervaringsgericht denken staat de *interactie* centraal. Interactie is datgene wat zich *tussen* mensen afspeelt, hoe we op elkaar reageren en hoe we daarin leren. De ervaringen die mensen door interactie aan elkaar hebben opgedaan, hebben mensen gevormd tot wat ze zijn en door andere ervaringen kunnen mensen zich 'omvormen' tot wie ze willen zijn. Het zijn nieuwe, betere ervaringen die oude, slechte ervaringen laten verdwijnen en die mensen in staat stellen zich anders te gedragen en te voelen.

Het ervaringsgericht werken is gericht op:

- De ervaringen die cliënt en hulpverlener hebben gemaakt tot wie ze nu zijn, dus datgene wat we in onze rugzak hebben zitten.
- De ervaringen in het 'hier en nu' van het gesprek, hoe gaan we met elkaar om.
- Het creëren van nieuwe, betere ervaringen, hoe willen we graag met elkaar omgaan.

Persoonlijk / Complete boodschap

De E.P.T. gebruikt de persoonlijke reactie als een belangrijk hulpmiddel om in contact met de *cliënt* nieuwe en concrete ervaringen op gang te brengen.

Het is ook voor de hulpverlener *zélf*, ter wille van zijn eigen welbevinden en voor de zuiverheid van de relatie, beter om zijn persoonlijke reacties in te brengen.

Het methodisch hanteren van zichzelf als persoon is de rode draad binnen de E.P.T. Het beroepsmatig handelen door middel van persoonlijk reageren wordt 'persoonlijk leiding geven' genoemd.

In de interactie met cliënten doet zich vaak het probleem voor dat de hulpverlener wel met zijn reactie wil komen, maar bang is dat de cliënt schrikt, boos wordt, wegloopt, dichtklapt etc. De hulpverlener zit dus met het innerlijke dilemma om of zijn mond te houden over b.v. de irritatie die hij aan de cliënt oploopt, of er mee naar voren te komen, met het risico dat de cliënt afhaakt. Als hij beide aspecten naar voren brengt, zowel zijn eigen irritatie, als het feit dat hij bang is dat de cliënt dichtklapt of wegloopt, zoekt hij een 'oplossing' voor zijn 'dilemma' waarin hij zowel respect voor zichzelf toont als voor zijn cliënt.

Om hier vorm aan te geven heeft de E.P.T. de techniek van de 'complete boodschap' ontwikkeld.

De 'complete boodschap' bestaat uit drie onderdelen:

- een mededeling over de ander ("je irriteert me met dat geklaag")
- de persoonlijke positie (ik-boodschap: "ik durf je dat niet goed te zeggen")
- een uitspraak over de relatie die je wenst (ik-jij boodschap: "maar als ik het niet zeg, kan ik niet goed meer naar je luisteren en dat wil ik wel")

Door de techniek van de complete boodschap laat de hulpverlener open en duidelijk zichzelf als persoon zien en wordt de cliënt open op zijn persoonlijk functioneren aangesproken. Beiden krijgen de kans om iets te laten zien van hun innerlijke wereld, wat op een ontspannen wijze een verdieping in de hulpverleningsrelatie geeft.

Psychosociaal

Psychosociaal betekent dat de cliënt altijd in samenhang met zijn context wordt gezien. Dit houdt in dat de kijk op de problemen altijd multicausaal is.

Een cliënt die individueel geholpen wordt, voelt wellicht tijdelijk verlichting, maar zal teruggekeerd in zijn oude context, weer snel in oude interactiepatronen schieten; zijn omgeving is namelijk niet veranderd.

Autonomie en verbondenheid

Verbondenheid betreft het streven van de mens naar relaties met andere mensen.

Autonomie betreft het streven van de mens naar een vorm van persoonlijke identiteit.



Het doel van effectief hulpverlenen is ouders in relatie met hun kinderen te leren hoe ze de zorg voor zichzelf én hun kinderen gestalte kunnen geven.

Binnen de EPH leert de hulpverlener om in de hulpverleningsrelatie met zijn cliënten evenwichtig voor zowel zichzelf als de cliënt te zorgen. Dit heeft een 'dubbele' werking. Ten eerste kan het, als de hulpverlener het goed doet, een direct positief effect hebben binnen de hulpverleningsrelatie en ten tweede is de hulpverlener op deze manier een voorbeeld voor de cliënten, die zo van hem kunnen leren hoe ze dit gedrag zelf kunnen toepassen in hun relaties.

Tweeledige grondhouding

Als de hulpverlener cliënten wil leren hoe ze goed voor zichzelf kunnen zorgen zonder de ander te misbruiken, en hoe ze kunnen zorgen voor de ander zonder zichzelf geweld aan te doen, zal de hulpverlener dit zelf moeten kunnen.

Als professional moeten we zowel genoeg zorg dragen voor het kind en zijn ouders om hen te willen helpen, als ook genoeg van onszelf houden om de verleiding te weerstaan om onszelf helemaal voor hen op te offeren.

Er moet dus in het gedrag van de hulpverlener een balans zijn tussen identificatie en betrokkenheid aan de ene kant (verbondenheid) en afstand en eigen autonomie aan de andere kant. Aan de ene kant is de hulpverlener zorgend en ondersteunend aanwezig, aan de andere kant stevig en krachtig. Echte zorg is óók confronteren, omdat de hulpverlener daarmee respect toont voor de mogelijkheden en kwaliteiten van zijn cliënten.

Empowerment

Een ander belangrijk uitgangspunt bij de E.P.T. is het gericht zijn op *gezonde* krachten van cliënten. Het doel van de hulpverlener is 'het bevorderen van de psychische en sociale zelfredzaamheid op basis van eigen verantwoordelijkheid van de cliënt'. Geen klachtenbehandeling of –reductie door specifieke therapeutische interventies, maar het vergroten van de zelfredzaamheid binnen sociale verbanden, waardoor problemen worden opgelost of hanteerbaar worden en de betrokkenen een ontwikkeling doormaken.

'Power' heeft zowel de betekenis van kracht als van macht.

Empowerment als 'macht' heeft vooral te maken met de maatschappelijk politieke dimensie.

Empowerment als 'kracht' heeft betrekking op de persoonlijke dimensie: het bewust maken van de eigen mogelijkheden en leren deze te gebruiken.

Empowerment betekent dat de hulpverlener de cliënt helpt om zelf zijn veranderingsproces in handen te nemen.

Conflict wordt contact: De EPH benadering

Uit onderzoek zijn drie handelwijzen naar voren gekomen bij het werken met leefgroepen.

1. Gedrag beheersen; (conflict winnen)
2. Persoon ontmoeten (conflict oplossen met behoud van contact)
3. Conflict ontwijken (afstand bewerkstelligen)

Gedrag beheersen

De groepsleider ziet *gedrag* dat onaangenaam en/of onjuist is. Groepsleider reageert op gedrag met een systeem van straffen en belonen. De acties zijn dus gericht op *gedrag*. Hij kijkt door de bril van de regels, die hij als juist beschouwt. Gedrag dat daarvan afwijkt is onjuist. De groepsleider ziet de bewoner vanuit een functionele afstand.

De positiekeuze is dus 'functionaris'.

Het gevolg is dat kinderen zich (schijnbaar) aanpassen of dat de situatie escaleert. Verzet wordt gezien als bevestiging van de 'stoornis'.

Persoon ontmoeten

De groepsleider ziet het doen en laten als zinvol handelen van bewoners, die niet wezenlijk anders zijn dan hij. Hij zoekt naar de betekenis, de motieven en naar de kennelijk belangrijke boodschap die daarin wordt uitgedrukt. Hij ziet de bewoners als personen. Conflicten worden geïnterpreteerd als contactprobleem en niet als machtsprobleem. Het doel is dus om de persoon te ontmoeten, daartoe zo nodig conflicten op te lossen met behoud van contact.

Contact is een zinvol doel. Conflict kan contact bewerkstelligen. Je leert jezelf en je groep kennen.

Conflict ontwijken

De groepsleider neemt vooral waar door de bril van zijn eigen angst voor conflict, confrontatie en sterke gevoelens. Hij kijkt vanaf een afstand, hij tracht nuchter te blijven. Het conflict is even geneutraliseerd, maar niet opgelost, het kan (ondergronds) doorsudderen en komt toch. Dit werkt wel op korte termijn, maar niet op lange termijn. Er zal toch 'iets' moeten gebeuren. Als een conflict ontweken wordt, wordt contact ontweken.

Vanuit de EPH werkwijze wordt als eerst handelswijze gekozen 'persoon ontmoeten'. Als uitwijkmogelijkheid kan worden gekozen voor 'conflict vermijden' en als uitzondering 'gedrag beheersen', altijd met als doel terug te keren naar 'persoon ontmoeten'.