



**NASCHOLINGEN IN;
KORTDURENDE OPLOSSINGSGERICHTEE THERAPIE
ERVARINGSGERICHTE PSYCHOSOCIALE THERAPIE**

www.ncmw.nl

Hoe houd ik plezier in het werken met multi probleemgezinnen

Door: J. Bijker, bewerkt door B.P. Uittenbogaard

Een eerste bittere ervaring

Ik werkte er nog niet lang, bij het maatschappelijk werk in Almelo, Mijn speciale taak was het werken met multiprobleemgezinnen als wijkmaatschappelijk werkster in een achterstandswijk. Ze stuurden me naar een gezin waarover zorgen bestonden bij diverse instanties in de buurt. Zorgen over mishandeling van moeder en de kinderen, drankmisbruik en pornofilms die in het bijzijn van de kinderen zouden worden bekeken. In mijn jeugdige enthousiasme ging ik er naar toe met een Florence Nightingale gevoel. Dat gevoel verdween al snel toen ik voor de deur stond, aanbelde en niemand opendeed terwijl ik zag dat er mensen in de kamer waren en de tv aan stond.

Ik hoorde honden blaffen. Ik belde nog een keer aan maar het liefst wilde ik weggaan. Ik hoorde een zware mannenstem schreeuwen: doe die deur dan ook los gvd. Er kwam een vrouw aan de deur, een meisje haast nog, spichtig bleek en nerveus met twee rottweilers in haar kielzog die me dreigend toe blaften' Ik herinner me nog dat ik zei bang te zijn van grote honden waarop ze antwoordde dat ze niets deden. Toen pas vertelde ik wie ik was maar ze kenden me al van zien en horen zeggen. Ik mocht naar binnen en trof een chaos aan, Vader zat met een fles bier in de hand t ochtends om 11 uur naar de tv. te kijken waarbij ik direct blote lijven over het beeldscherm zag fladderen, Ik voelde me beschaamd en tot niets in staat; het voelde als een kwelling daar te moeten zijn. Er liepen een aantal kinderen rond, jengelend in hun pyjama of luier. Eén van de kinderen liet iets omvallen waarop vader uitschoot en het kind een trap onder de kont gaf en moeder toeschreeuwde dat ze haar kind beter in de gaten moest houden en wanneer ze van plan was de kinderen te gaan wassen en aankleden. " En doe die mevrouw eens koffie", commandeerde hij zonder zijn blik van de tv af te wenden. waar ik voor kwam was de vraag. Ik zei, ondertussen met zweet in mijn handen nauwlettend de honden in de gaten houdend, dat ik wilde weten of er problemen waren. Ja, zeker waren die er: moeder kwam aan met een stapel rekeningen en vertelden passant dat ze ruzie hadden met de buurt en haar schoonouders die schuin tegenover hen woonden. Ik kletste wat heen en weer en vertrok ineenkrimpend van schaamte dat ik niets durfde te zeggen van de tv, de trap naar het kind en van alles en nog wat. Ik was gewoon bang maar veroordeelde mezelf omdat ik niets had durven zeggen van de reden dat ik hen bezocht. De gedachte daarna te moeten uitleggen aan de collega's wat ik niet had gedaan, terwijl ik wel iets zinnigs had moeten doen deed me nog verder ineenkrimpen. Had ik toen maar geweten hoe normaal mijn gevoelens waren, en hoe vaak het begincontact over andere problemen gaat dan die worden signaleerd!

Wie ben ik als professional

Ik ben van beroep maatschappelijk werker, gezinstherapeut, supervisor en trainer. Ik heb inmiddels 27 jaar werkervaring en heb voornamelijk in al die jaren gewerkt met probleemgezinnen en doe dat nog steeds. Ik ben werkzaam bij het Kempler Instituut. Ik verzorg voor dit instituut lezingen, workshops en teamtrainingen voor hulpverleners maar ook voor andere beroepsgroepen zoals bijv. de politie. Vandaag spreek ik voornamelijk over onszelf als werkers met multiprobleemgezinnen, over wat wil nodig hebben om ons werk met deze groep cliënten met zoveel mogelijk plezier te kunnen doen.

Mijn lezing bestaat uit 4 thema's:

1. Uitgangspunten van de EPT.
2. De kracht van multiprobleemgezinnen.
3. Hoe houd je plezier in het werken met MPG.
4. Wat is een Complete Boodschap.

Ad 1: Uitgangspunten van de EPT

De methodiek van waaruit ik werk heet de E.P.T.: de Experimenterale Psychosociale Therapie. Deze is ervaringsgericht, persoonlijk en relationeel.

Ervaringsgericht

Volgens Walter Kempler, de grondlegger van de EPI komen mensen in de problemen omdat zij niet weten hoe in een situatie te handelen of hoe zich uit te spreken. Onkunde, Onmacht en Onwetendheid zijn de sleutelwoorden hierbij. Voor onze werkwijze betekent dat vooral het creëren van nieuwe ervaringen in het HIER EN NU. Voorbeeldgedrag en ervaren blijken steeds de meest indringende manieren te zijn om te leren.

Persoonlijk

De wezenlijke behoefte van mensen om van betekenis te zijn voor diegenen van wie we houden. Het is deze behoefte die ons vaak in de problemen brengt.

Relationeel

De invloed die anderen hebben op onze groei brengt ons in beweging. Alleen binnen die relationele context kan de almacht van intrapsychische fenomenen doorbroken worden.

Het meest belangrijke kenmerk van de EPT is dat ze zowel gericht is op de hulpverlener als op de cliënt. Ook de therapeut wilt twee basisbehoeften vervullen: autonomie en verbondenheid. Dat wil zeggen dat hij zichzelf wil blijven terwijl hij ook zorg draagt voor de verbetering van de cliënt; en dat veroorzaakt vaak spanning. Deze combinatie van aandachtspunten vormt het unieke van de EPT. Er is zowel aandacht voor wat de cliënt nodig heeft van de hulpverlener als voor wat de hulpverlener nodig heeft van de cliënt. Het gaat ons altijd om een en/of situatie, nooit om een of/of situatie. Cliënt en hulpverlener zijn binnen de EPT gelijkwaardig aan elkaar. In wezen is de therapeutische relatie een gelijkwaardige, menselijke relatie. De hulpverlener is niet gelijk aan de cliënt maar wel gelijkwaardig.

De uitwisseling van waarnemingen, gedachten en ervaringen om helder te krijgen wat de cliënt zegt en doet is het effect van persoonlijk leidinggeven door de hulpverlener. In deze uitwisseling is geen sprake van machtsongelijkheid maar van wederkerigheid, van elkaar verrijken en bekrachtigen. In het verlengde daarvan ligt het begrip empowerment. De EPT is de enige methodiek die zowel empowerment van de cliënt als de empowerment van de hulpverlener bevordert.

Ad 2: De kracht van multiprobleemgezinnen

Een aantal kenmerken van multiprobleemgezinnen zijn :

- complexe problemen binnen het gezin en met personen of instanties daarbuiten;
- veelal sprake van verwaarlozing van gezinstaken;
- er bestaat dikwijls een afhankelijkheid van hulpverlenende instanties;
- binnen deze probleemgroep is moeilijk een nadere specificatie aan te brengen, aangezien het hier nu juist gaat om situaties waarbij sprake is van een opeenstapeling van met elkaar samenhangende problematiek.

Er is sprake van een intergenerationeel patroon, waarin het gezinspatroon van de vorige generatie zich herhaalt in het huidige gezin.

Veel hulpverleners hebben een hekel aan het werken met MPG om de volgende redenen.

- Ze staan bekend als lastig, agressief of antisociaal, ze houden zich niet aan afspraken, komen te pas en te onpas aankloppen met telkens nieuwe "branden",
- Ze staan vaak sceptisch t.o.v. hulpverlenende instanties en ervaren deze als bedreigend.
- Ze hebben vaak negatieve ervaringen met hulpverlening.
- Ze veroorzaken gevoelens van wanhoop en onmacht bij hulpverleners. De wederzijdse gevoelens van angst, afweer en wantrouwen zijn o.a. ontstaan door negatieve ervaringen en een negatief voorbeeld.

Hoe vaak hebben deze mensen niet in woord, blik of gebaar te verstaan gekregen dat ze er niet bij horen, dat ze afwijken van de norm, dat ze vies zijn, dat ze slecht met hun spaarzame geld omgaan, dat ze hun kinderen geen goede opvoeding geven. Of dat ze zich asociaal gedragen, dat ze minderwaardige mensen zijn, dat ze alleen mindere huisvesting verdienen, dat ze een puinhoop van hun leven maken, dat ze alleen een grote bek hebben en zich agressief gedragen, dat ze zich niet aan onze afspraken houden, dat ze niet gemotiveerd zijn voor hulp, dat ze niet workable zijn.

Positieve waarderende opmerkingen hebben vaak ontbroken. Hebben ze bijvoorbeeld wel eens van ons gehoord hoe fantastisch het is dat ze nog steeds doorgaan met leven? Hoe fantastisch het is dat ze - ondanks wat er mis gaat - nog zoveel dingen wel goed doen en dat ze nog steeds proberen een goed leven te veroveren. Laten we oog hebben voor de positieve krachten in een multiprobleemgezin.

Een voorbeeld van de kracht van zo'n gezin;

Een echtpaar meldt zich. Samen hebben ze 3 kinderen. De man is vel over been. Hij vertelt verteerd te worden door:

- haat tegen zijn halfbroer, die in de gevangenis zit wegens het vermoorden van hun beider halfbroer;
- haat tegen de politie die - uit angst voor zijn vermoorde halfbroer - te lang gewacht zouden hebben met ingrijpen, wat volgens hem geleid heeft tot de fatale daad van zijn broer;
- haat tegen justitie die het falen van de politie in de doofpot probeert te stoppen.

Hij slaapt 's nachts niet meer eet niet meer en gebruikt allerlei tabletten die niet helpen. Ik zeg hem te zien hoe vreselijk dit voor hem moet zijn en hoe onmachtig hij zich moet voelen. Ik zeg hem ook dat het me opvalt dat in zijn verhaal geen rouw, pijn en verdriet voorkomt en dat ik de indruk heb dat dit zijn manier is om de pijn, die het verlies van twee broers met zich meebrengt, niet te voelen. De ene broer verloren in de dood, de andere in het haten en niet snappen. Veroordelend met zelfverwijt omdat hij heeft gezien op welk een kruidvat deze broer zat, en daar niets mee gedaan heeft. Vervolgens praat ik met hem en zijn vrouw over wat dit voor hen betekent en hoe ze elkaar hierin kunnen steunen; er komt dan ruimte voor het verdriet en het verlies.

Voor mij bestaan er geen schuldige gezinsleden, hoogstens onmachtige verantwoordelijken die geholpen moeten worden hun verantwoordelijkheid te leren nemen.

Niemand doet expres z'n kinderen tekort. Ieder doet op zijn manier zijn best, helaas is echter je best doen niet altijd goed genoeg. Als je hiervan overtuigd bent ontschuldig je mensen, wat niets met verontschuldigen te maken heeft. Het gevolg is dat je meer mededogen voelt en geen veroordeling. Zien en gezien worden in hoe je iets ervaart is bepalend in hoe coöperatief je kunt zijn. Als ik niet kan zien van waaruit een mens zich gedraagt - ook al keur ik zijn gedrag af - krijg ik moeilijk ingang en medewerking en wordt het werken voor mij bemoeilijkt omdat er geen werkbare sfeer ontstaat.

Hoe creëren we met getraumatiseerde mensen een werkbaar contact?

- Eigenlijk creëren we door onze bemoeienis vaak weerstand. Weerstand is in wezen een geschenk dat de cliënt ons geeft omdat die ons brengt naar waar we aan moeten werken. Ongemotiveerde klanten bestaan niet – wel onmachtige hulpverleners - maar iedereen wil uit de shit!
- Eén van de meest belangrijke momenten in het hele hulpverleningsproces aan multiprobleemgezinnen is het verkrijgen van ingang in het gezin; ingang krijg je wanneer je niet veroordeelt maar misschien nog meer doordat je echt bent.
- Blijf respectvol benoemen wat er allemaal in jou leeft, dat je schrikt van alle problemen, dat je je overspoeld voelt, dat je niet snapt hoe ze hun leven überhaupt hebben overleefd met alles wat er is gebeurd: incest, geweld, tekort aan geld, tekort aan emotionele geborgenheid, mishandeling, drank, burenruzies, wisselende ouders, scheidingen.
- Dat je niet meer belooft dan je waar kunt maken.
- Dat je voorbij de problemen kijkt naar de mens tegenover je.
- Dat je vasthoudt aan je overtuigingen en weet dat ze waar zijn.
- Dat je zoekt naar datgene wat goed gaat en te waarderen valt en dat benoemt omdat er altijd wat te waarderen valt.
- Dat je keuzes maakt in datgene wat je de eerste keer benoemt omdat je weet dat alle uitvalgedrag slechts een symptoom is van onderliggende problemen.
- Dat je beseft dat in principe iedere ouder houdt van zijn kind en het beste wil voor z'n kind.

Bijvoorbeeld als iemand net te horen heeft gekregen dat zij over drie maanden Het huis uit moet i.v.m. renovatie, en zij met haar tandenloze mond met een stralende Lach haar stiefkind op schoot trekt en samen grinnikt over de naderende verhuizing Dat vind ik power dat ontroert mij en daar doe ik het voor!

Wat heb ik geleerd over mijn eigen werkhouding

1. Ik heb ervaring met moordenaars, mishandelaars en criminelen, fraudeurs, alcoholisten, hoeren; ben bang geweest en heb me bedreigd gevoeld maar heb me altijd weer veilig weten te voelen door de confrontatie aan te gaan en te zeggen wat hun gedrag met me deed. Ik heb nooit te horen gekregen dat iemand genoot van de angst die ik bij hem opliep; wel hoorde ik soms verbazing over het feit dat ze zich blijkbaar gedroegen als een tijger terwijl ze zich voelden als een onmachtig gefrustreerde muis, door niemand gezien of begrepen.
2. Ik heb geleerd dat ik altijd om hulp mag vragen wanneer ik het niet meer weet, niet meer kan of gewoon niet meer wil omdat ik het vaak niet alleen kan in deze gezinnen. Ik heb geleerd dat ik hulp kan en mag vragen voor mezelf van collegae of in intervisie. Dat ik altijd om hulp kan vragen aan het gezin en zoeken naar individuele talenten en mogelijkheden binnen het gezin.
3. In deze gezinnen werk ik vrijwel altijd heel intensief samen met meiden van de Gespecialiseerde Gezinsverzorging; ze zijn vaak mijn ogen en mijn oren.

Ad 3: Hoe houd je plezier in het werken met multiprobleemgezinnen

Doordat ik via de EPT geleerd heb dat ik mag zijn wie ik ben, ervaar ik meer plezier in het werken met deze gezinnen. Door te mogen blijven luisteren naar mijzelf binnen een professionele relatie zit ik in mijn kracht en ben ik een voorbeeld voor de wijze waarop ook mijn cliënten zichzelf te kunnen zijn en in hun kracht kunnen komen.

Waarom vinden wij dit binnen onze methodiek zo belangrijk om onszelf te kunnen zijn binnen de professionele relatie? Het Social Casework vindt immers hierin een potentieel gevaar voor het ontstaan van "tegenoverdracht", de valkuil om in een ongewenste niet-professionele rol te komen. Wij maken binnen het Kempler Instituut een andere keuze: we worden deelnemer aan het hier-en-nu proces van de therapeutische interactie en verdiepen zo de persoonlijke relatie. Daardoor wordt het mogelijk dat de persoonlijke obstakels van de cliënt in al hun intensiteit in de actuele situatie naar voren komen, ervaren worden en bewerkt kunnen worden. Sonja Bouwkamp van het Kempler Instituut schreef hieromtrent: "In de psychoanalytische stroming worden persoonlijke reacties van therapeuten op hun cliënten beschouwd als tegenoverdracht. Tegenoverdracht ziet men bovendien als

een doorgaans onvolwassen reactie van de therapeut op het gedrag van zijn cliënt. De therapeut laat daarbij zijn eigen onvolkomenheden en beperkingen zien. Men stelt dat je cliënten moreel gezien niet aan dergelijke reacties kunt blootstellen. Beïnvloeding van de therapeut door het gedrag van de cliënt moet dus zoveel mogelijk vermeden worden, de therapeut moet ten koste van alles neutraal blijven. Een groot probleem bij het streven naar neutraliteit is het simpele feit dat deze - hoezeer ook gewenst - eenvoudigweg niet bestaat. Problemen in de therapie ontstaan meestal wanneer de therapeut in een situatie komt waarin hij persoonlijk - op grond van eigen vroegere ervaringen - moeilijk functioneert, waarin hij zich onmachtig en onthand voelt en belevingen heeft die hij zichzelf moeilijk toestaat. Het idee in een situatie verzeild te raken die je niet kunt hanteren en waarin je niet goed voor jezelf kunt zorgen, roept angst op; de angst dat anderen je met hun gedrag en hun reacties zullen overweldigen, zonder dat je een weerwoord hebt of zonder dat je daar bevredigend gedrag tegenover kunt stellen. Deze persoonlijke angst wordt nog versterkt door de professionele angst onvoldoende voor de cliënte kunnen betekenen of zelfs gedrag te gaan vertonen dat de cliënt overweldigt en waarop deze geen weerwoord heeft. Het idee schadelijk te kunnen zijn voor de cliënt of voor het verloop van de therapie is voor de meeste therapeuten een angstig idee omdat het haaks staat op datgene wat zij met hun vak beogen".

Ik denk dat 95% van de hulpverleners begint vanuit een zorg voor de ander en minder voor zichzelf. Hulpverleners hebben een groot open oog en oor voor de noden en de pijn van de cliënten, maar te weinig voor hun eigen noden en pijn! Hulpverleners moeten steeds zoveel van zichzelf, maar mijn stelling is: niets waar "moeten" voor staat is leuk. Wanneer we dat "moeten" kunnen ombuigen naar "willen" wordt hulpverlening weer leuk. Wanneer je ten allen tijde jezelf mag zijn worden we veerkrachtiger; we krijgen er energie van en zitten in onze kracht.

Na 27 jaar ervaring in het werken met deze categorie cliënten heb ik nog steeds geen recept gevonden dat altijd succes verzekert, maar een aantal bestanddelen vanuit de EPT zijn voor mij echter erg helpend. Ik noem er een paar:

- Zoeken naar de reden van waaruit iemand handelt je kunt het gedrag afkeuren maar nooit de mens erachter.
- Weerstand naar de hulpverlener zijn welkom omdat die ons juist brengen naar het punt waaraan we moeten werken.
- Ongemotiveerde cliënten bestaan niet, wel onmachtige hulpverleners.
- Verwijten zijn altijd verborgen wensen.
- Goed zorgen voor jezelf: wij geven onszelf de ruimte tot het maken van fouten. We mogen zeggen dat we ergens niet tegen kunnen, geraakt worden, boos worden, geen zin hebben of gewoon bang zijn!
- Je probeert door de puinhoop te kijken naar wie de mens is en naar zijn goede bedoelingen.

Ad 4: Wat is een Complete Boodschap

wanneer je als hulpverlener in een dilemma geraakt, is een complete Boodschap een praktisch middel om daaruit te komen. De complete Boodschap bestaat uit een drieslag IK - JIJ - WIJ.

Bijv.: "Ik erger me eraan dat jij alles wat ik je aanbied in de prullenbak gooit, maar ik vind het ontzettend moeilijk je dit te zeggen omdat ik weet hoe vreselijk veel pijn je hebt door alles wat je hebt meegemaakt. Ik ben bang dat je dan bij me wegloopt maar ik moet het zeggen omdat het me in de weg zit om je goed te kunnen helpen en dat is wat ik graag wil".

Door middel van de Complete Boodschap integreer je voor dat moment de twee basisbehoeften autonomie en verbondenheid in een relationele context. Voor mij betekent het mezelf mogen zijn en het achter de hand hebben van de Complete Boodschap in een dilemma dat ik me altijd vrij kan maken door positie in te nemen voor mezelf en dat werkt voor mij bevrijdend, rustgevend, energiebesparend en zet me volop in m'n kracht. Het behoedt me ook in het voorkomen strijd, want de relatie is voor mij van meer waarde dan mijn gelijk.

Om een Complete Boodschap te gebruiken heb je moed nodig omdat:

- we dan ruimte moeten maken voor onszelf - wat ons al moeilijk valt omdat we er toch zogenaamd moeten zijn voor de cliënt?!
- we eigenlijk gevoelens in onszelf tegenkomen die we liever niet hadden t.o.v. de cliënt;
- we de cliënt niet willen belasten met ons probleem;
- we bang zijn het helemaal verkeerd te doen;
- we bang zijn het helemaal mis te hebben en een klacht aan de broek te krijgen.

Het is eng om je eigen persoon in te brengen omdat dit je kwetsbaar maakt en niemand stelt zich met plezier kwetsbaar op in een situatie die bedreigend is met mensen die je niet of nauwelijks kent. Wat echter de EPT onderscheidt van andere methodieken is dat wij onze angst en pijn toelaten in het therapeutisch proces. Het opvallende is dat wij door het toelaten en laten zien van onze gevoelens een sfeer creëren die cliënten uitnodigt om dit zelf ook te gaan doen.

Als wij een belemmering ervaren in het persoonlijke contact moet die worden besproken alvorens werkelijk te kunnen helpen. We dienen in wezen zo een drieledig doel:

- we verlossen onszelf van een belemmering die ons parten speelt in een goede uitoefening van ons beroep;
- we dienen de cliënt door eerlijk naar hem te zijn en een goed voorbeeld te zijn;
- we dienen de hulpverleningsrelatie.

Ik ben de mening toegedaan dat het werken met de EPT een bepaalde balans vereist in de hulpverlener tussen mijn en dijn. Het inbrengen van je persoon in de therapeutische relatie vereist een zekere persoonlijke en professionele ontwikkeling en een zuiver zoeken in jezelf.

Ik hoop jullie duidelijk te hebben kunnen maken hoe belangrijk het is om jezelf serieus te nemen teneinde uitputting, burnout en weezin tegen te gaan in het werken met deze groep cliënten.

Ik wil mijn lezing besluiten met een citaat uit een interview met Walter Kempler waarin hij zegt: "Vroeger was ik almaar bezig om mensen hun "mislukgedrag" af te pakken en vocht ik tegen hun reacties die ik natuurlijk juist opwekte en dan weerstand noemde. Dat is nu verre van mij. Niemand is defensief of afwerend. Iedereen wil voor zichzelf het beste. Maar dat hoeft niet hetzelfde te zijn als wat ik het beste zou noemen. Ze willen wat zij zien als het beste. Dat is niet slecht; alleen anders. Dat verschil, daar kunnen we in alle vriendelijkheid over praten en misschien levert het voor ons allebei iets op".

Nascholingscentrum M.W.

Nascholingen in Oplossingsgerichte Therapie en Ervaringsgerichte Psychosociale Therapie.

" Jarenlange ervaring onder een nieuwe naam, een vernieuwend instituut onder de leiding van Sjef de Vries."

- **Het N.M.W.**

Het Nascholingscentrum M.W. komt voort uit het Kempler Instituut Nederland. Wij integreren in onze nascholingen twee basismethodieken voor hulpverlening: de Oplossingsgerichte Therapie en de Ervaringsgerichte Psychosociale Therapie. Deze zijn binnen de maatschappelijk werk context ontwikkeld en effectief gebleken. Wij stellen ons tot doel om deze combinatie van methodes toe te passen op de diverse taken en specialisaties van het Maatschappelijk Werk.

Wij willen daarmee doorgeven wat ons inspireert, in de hoop dat het anderen inspireert tot het verder ontwikkelen van het vak dat ons na aan het hart ligt: Maatschappelijk Werker.

Het doel van het Maatschappelijk Werk is de empowerment van de cliënt en zijn systeem binnen zijn sociale context. Daarom hanteren wij een empowerment perspectief op zowel de hulpverlener als de cliënt.

- **NASCHOLINGEN.**

De nascholingen worden zowel als teamnascholingen als nascholingen met open inschrijving gegeven. Zij zijn praktisch, innovatief en inspirerend.

Voor concrete informatie en brochures zie onze website.

Kortdurend Oplossingsgericht Werken.

Outreaching werken.

Werken met Multiprobleem-gezinnen.

Werken met Allochtonen en Vluchtelingen.

Hulpverlening en spiritualiteit.

Ontrouw

Werken met Multiprobleem-gezinnen voor School M.W.

Ervaringsgerichte Psychosociale Therapie.

- ***Informatie.:*** <http://www.ncmw.nl>, of via het secretariaat.

Het NMW heeft een samenwerkingsverband met het Kempler Instituut Nederland