

Relatiegebaren

Cliënten die zichzelf verwaarlozen zijn vaak gebaat bij een voorspelbaar dagritme. Dit helpt gedrag en emoties reguleren, waardoor zij meer sociale interacties aan durven gaan. Daarvoor is wel contact met de cliënt nodig. In deze werkvorm onderzoeken we hoe we het contact kunnen versterken.

Werkvorm

voor behandelteams in de GGZ

Praktisch

- Houd een timer bij de hand. Elke stap duurt 10-15 minuten.
- Neem flappen papier, stiften en post-its mee.

Vooraf

Check: past deze werkvorm?

Soms heb je de ondergrens van wat acceptabel is eigenlijk al bereikt. In dat geval moet je aan de slag met het handhaven van die ondergrens – zoveel als kan vanuit de relatie. Deze werkvorm zal dan niet zo passen. Is er nog een klein beetje ruimte, én wil je die ruimte onderzoeken en mogelijk groter maken? Dan kun je deze werkvorm wel doen.

Deze werkvorm is geïnspireerd op één van de pijlers van Geweldloos verzet. Mensen leren beter en accepteren meer als ze een positieve relatie en een gevoel van veiligheid ervaren. Vanuit – de kleine ogenblikken van – echt contact kunnen we proberen de voorspelbaarheid en ervaren veiligheid te verbeteren.

1 Waarden en overtuigingen

- Bepaal samen over welke cliënt je met elkaar na gaat denken. En stel één problematische gedraging centraal, ook al speelt er meer. Bijvoorbeeld: de cliënt wil zich niet wassen.
- Welke waarden en overtuigingen maken dat dit gedrag als problematisch wordt gezien? Elke deelnemer schrijft dit voor zichzelf op post-its. Bijvoorbeeld: je moet goed voor je lichaam zorgen, of: als je stinkt dan schrik je andere mensen af.
- Inventariseer alle post-its en bekijk met elkaar: zijn er verschillen? Is er overlap?

2 Gedrag en handelingen

De waarden van waaruit we werken zijn belangrijke drijfveren. Die hoef je niet op te geven in de zoektocht naar manieren om echt contact te maken. Je kunt wél kijken wat je kunt veranderen aan je manier van handelen en je houding om verandering in gang te zetten.

- Teken een schaal van 0 tot 10 op een flap of markeer de schaal met een lijn in de ruimte (zie voorbeeld hieronder).
- Vraag de deelnemers hoe zij omgaan met dit gedrag van de cliënt. Ieder geeft dit weer in een cijfer op de schaal.

Hoe ga jij om met dit gedrag van de cliënt?

0



10

Ik veroordeel het gedrag en doe er alles aan om het uit te bannen.

Ik accepteer het gedrag en begrensd het hooguit heel mild.

3 Aanwezigheid

Corrigeren, preken, verbieden of afhaken leidt vaak niet tot de gewenste veranderingen. Het onvoorwaardelijk investeren in positieve gebaren en momenten kan wel een opening bieden. Die positiviteit laat je blijken met zinnen als:

- Ik ben ervan overtuigd dat er andere oplossingen zijn en dat jij die kunt vinden.
- Ik weet niet wat er in je om gaat en waarom je doet wat je doet. Ik kan ernaar gissen, maar vraag het liever aan je want jij bent belangrijk.
- Dat het nu niet goed gaat tussen ons raakt me. Ik wil juist dat het wél goed gaat, ook voor jou. Ik blijf moeite doen om dat mogelijk te maken.
- Ik ben laatst erg boos geworden en dat spijt me. Daar wil ik mijn excuus voor aanbieden.

4 Reflectie en afspraken

Bespreek met elkaar:

- Wat heeft deze werkvorm ons opgeleverd?
- Wat willen we vasthouden in ons handelen?
- Hoe willen we hiermee verder?
- Hoe en wanneer komen we hierop terug?