

## ZOEK JE MOEILIKHEDEN?

*John Sijnke*

### **Stress**

In oudere vakliteratuur (eerste helft vorige eeuw) werden mensen met een verstandelijke beperking naast een onderverdeling in niveaus ook onderverdeeld aan de hand van psychiatrische diagnostiek (m.n. neurose en psychosen). Volgens de toen geldende opvattingen vertoonde een zeer groot deel van de cliënten gedragskenmerken van deze psychiatrische ziektebeelden. In de tweede helft van de vorige eeuw (met name vanaf de jaren zestig) kwam 'opvoeden' veel centraler te staan ("agogisering van de zorg"), de arts kreeg een minder dominante positie, mensen met een verstandelijke beperking woonden niet meer op afdelingen voor chronische patiënten van psychiatrische ziekenhuizen (kwam voor die tijd veel voor) en gedrag werd vrijwel volledig verklaard vanuit de verstandelijke beperking. In de jaren tachtig en negentig kwam de belangstelling voor psychiatrische beelden weer terug, waarbij met name de kinderpsychiater Anton Došen een belangrijke rol speelde (de ontwikkelingsdynamische benadering). Psychische problemen als grondslag voor moeilijk hanteerbaar gedrag kwamen mede onder invloed van Jacques Heijkoop (gespecialiseerd in 'vastgelopen cliënten' en video analyse) sterker in de belangstelling te staan. Het inzicht dat juist mensen, die hun wereld onvoldoende kunnen overzien en er ook nauwelijks greep op hebben, aan stress-factoren kunnen leiden speelde mee in de hernieuwde belangstelling. Evenals het besef dat je naast een verstandelijke beperking ook een psychiatrisch ziektebeeld kunt hebben (en dat gedrag dus niet altijd op de verstandelijke beperking valt te herleiden).

### **Moeilijk verstaanbaar / hanteerbaar**

Er wordt vaak over gedragsproblemen gesproken. Darmee wordt uitgedrukt dat het gedrag het probleem is. Vaak wordt het gedrag door de omgeving als probleem ervaren (ongewenst gedrag). Voor de betrokkene is het vaak een nog veel groter probleem, niet alleen het gedrag op zich maar vooral de factoren die aanleiding geven tot dit gedrag. De termen 'moeilijk verstaanbaar gedrag' en 'moeilijk hanteerbaar gedrag' leggen het probleem niet uitsluitend bij de ander, maar geven aan dat wij als begeleiders het moeilijk vinden dit gedrag te begrijpen en er mee om te gaan. Het nemen van 'gedragsproblemen' als uitgangspunt voor begeleiding kan leiden tot symptoombestrijding (het gedrag moet afgeleerd of bestraft worden), terwijl de term "moeilijk verstaanbaar/hanteerbaar" dwingt tot kritische zelfreflectie (hoe kan ik de ander beter begrijpen en op een voor hem/haar helpende wijze begeleiding geven) en het verdiepen in de achtergronden van het gedrag ("gedrag als taal" die je moet leren te verstaan).

### **Kunnen en aankunnen**

Veel cliënten ontwikkelen zich niet harmonisch. Er kunnen grote verschillen zijn in het cognitieve- en sociaal-emotionele niveau. Zeker verbaal ingestelde cliënten met een sterkere cognitieve ontwikkeling worden vaak op een veel 'hoger' niveau aangesproken dan zij sociaal-emotioneel aankunnen. "Kunnen en aankunnen" is hierbij essentieel (een cliënt gaat met je in discussie over keuzen die hij zelf wil maken, maar kan de keuzevrijheid sociaal-emotioneel niet aan; de sociaal-emotionele ontwikkeling is vaak veel lager dan verondersteld, cognitief en verbaal kan iemand functioneren op een leeftijd vergelijkbaar met een tienjarige maar sociaal-emotioneel op een leeftijd van een één- tot tweejarig kind; dergelijke disharmonische ontwikkeling komt vrij veel voor, evenals een verkeerde inschatting op basis daarvan).

### **Begrijpen en begrepen worden**

Om te kunnen begrijpen (niveau) en begrepen te worden (taal) is het belangrijk dat het taalniveau van begeleiders ('ik kom straks terug, je moet even wachten, dat doen we een andere keer, e.d.') is afgestemd op het begripsvermogen van de cliënt. Daarnaast speelt inzicht in de persoon (en de persoonlijke achtergronden) van de cliënt een zeer belangrijke rol: zijn voor- en afkeuren van de cliënt bekend (en is er voldoende ruimte daar rekening mee te houden)? Kan de cliënt z'n emoties kenbaar maken, of lichamelijke klachten? Hebben de begeleiders inzicht in de biografie van de cliënt (zodat achtergronden van gedrag, gewoonten, behoeften e.d. begrepen worden)?

### **Oorzaak en gevolg**

Heeft de cliënt zelf inzicht in oorzaak en gevolg? Mensen in de lichaamsgebonden ervaringsfase (zeer ernstige verstandelijke beperking) beleven de wereld aan en via het eigen lichaam (een begeleider die niet meer wordt waargenomen bestaat als het ware niet meer), mensen in de associatieve ervaringsfase (ernstige tot matige verstandelijke beperking) ontlenen hun zekerheid en hun veiligheid aan hun associaties: als ik dat doe dan volgt dat, actie-reactie: door gewenning ontstaat inzicht in patronen, die zekerheid geven. Doorbreken van die patronen brengt onzekerheid/onveiligheid teweeg. Sterk vasthouden aan die patronen (en rituelen) wordt niet zelden als stereotyp en dwangmatig gezien. Begeleiding is dan soms gericht op doorbreken ervan, met als gevolg een (vaak heftige) reactie van de cliënt, die niet zelden omschreven wordt als "ongewenst gedrag". In feite is er sprake van een logische reactie op het aantasten van de veiligheidsbeleving. Een niet te onderschatten begeleidingsdilemma daarbij is: vastlopen in patronen en rituelen, waardoor iemand het eigen welzijn en ontwikkeling in de weg staat zodat het wel doorbroken moet worden (met alle verzet van dien). Het helpt al veel wanneer begeleiders beseffen wat het belang van de cliënt is bij het vertonen van dergelijk gedrag, welk doel er voor de cliënt aan zit. Wegnemen van die mogelijkheid verplicht je er toe goed na te denken wat je er voor terug geeft, waaraan de cliënt dan z'n veiligheid kan ontlenen. Mensen in de structurerende ervaringsfase (matige tot lichte verstandelijke beperking) zijn in staat structuren te doorzien en te hanteren, kunnen er dus ook mee experimenteren omdat ze de effecten overzien of zich die vooraf (enigszins) kunnen voorstellen. Doorbreken van patronen kan dan vaak besproken en begrepen worden. In de vormgevende ervaringsfase ben je in staat zelf vorm en inhoud aan je leven te geven, zelf keuzen te maken op basis van je identiteit (in feite alleen van toepassing bij mensen met een zeer lichte verstandelijke beperking). Verkeerd inschatten van de ervaringsfase (komt met name bij de associatieve ervaringsfase nogal eens voor en ook bij een disharmonische ontwikkeling) kan een bron zijn van moeilijk hanteerbaar gedrag. Ook voor begeleiding is oorzaak en gevolg essentieel: zoeken naar achtergronden van gedrag ("gedrag als taal", de ander wil je er iets mee duidelijk maken) om de ander te begrijpen als begeleidingsattitude. Daarin speelt de eigen invloed ook een grote rol (video analyse kan daar heel verhelderend in zijn): hoe ga je om met macht, regels, onzekerheden (hoe vaak krijgt een cliënt gelijk bij onenigheid met een begeleider, hoe is het om altijd het onderspit te delven, altijd naar anderen te moeten luisteren, etc.)

### **Biologisch ritme**

Een eveneens belangrijke vraag is: past het dagprogramma wel bij het biologisch ritme van de cliënt (je zult maar geen ochtend mens zijn maar niet in de gelegenheid om je leef- en werkpatroon daar op af te stemmen). Het leven van veel cliënten wordt bepaald door het groepsritme en het organisatieritme: om half negen staat het busje voor de dagbesteding klaar, dagbesteding is alleen overdag, terwijl iemand wellicht pas in de loop van de dag toe is aan activiteiten; tegen je zin en je biologisch ritme in toch in een groep mensen moeten functioneren, aan activiteiten moeten deelnemen e.d. maakt dat je dag slecht start en dat heeft effecten voor de rest van de dag, zeker voor je relaties met anderen. Uit zorgvuldige observatie kun je veel gegevens halen over ritmes van cliënten: op welke momenten van de

dag ze open staan voor contacten of voor activiteiten. Dergelijke gegevens moeten dan meegewogen worden in de vormgeving van de dienstverlening.

### **Leven in een groep**

Leven en werken met mensen (veelal in een groep) die je niet zelf hebt gekozen kan op zich al een bron voor problemen zijn. Stel je voor dat je 's morgens moet ontbijten met mensen die je niet mag, waar je bang voor bent, die lawaai maken terwijl je rust wilt, etc. Je dag start dan al zo rot dat het voorstelbaar is dat het de rest van de dag effect op je heeft. Gaat het om een afgeperkte periode, dan weet je je nog in te houden, maar stel dat het nooit meer over gaat (zonder dat je snapt waarom)? Vergelijk het eens met het volgende voorbeeld: De testen bij de marine voor bemanning van onderzeeërs zijn zwaar. En er vallen heel veel mensen af. Het is ook niet niks, opgesloten zitten in een ruimte waarvan je weet dat je er niet uit kan als je eenmaal onder de waterspiegel bent. Irritaties tussen mensen (die overigens weten dat het maar tijdelijk is en er ook zelf voor gekozen hebben) lopen vaak zeer hoog op, omdat ze elkaar niet kunnen ontlopen. De nodige mensen worden om die reden afgekeurd, lang niet iedereen kan zoiets aan. Kortom: het vraagt nogal wat van mensen om te moeten leven en werken in een situatie waarin je zelf geen verandering kunt brengen en waarin je de anderen absoluut niet kunt ontlopen (je kunt naar je eigen kamer gaan, maar je komt ze daarna toch weer tegen). Filosoof Ivan Illich schreef in de jaren zestig en zeventig al over de onmenselijke kanten van "totale instituties" (kazernes, instellingen, e.d.). Een organisatie hoeft niet perse groot te zijn om kenmerken van een totale institutie te hebben, een groep (met groepsdruk, de plicht tot conformeren aan de groep) kan ook dergelijke verschijnselen hebben. De omstandigheden waarin mensen (moeten) leven spelen dus een zeer belangrijk (en soms de belangrijkste) rol bij welbevinden en het ontstaan van problemen.

### **Vraagstellingstypen**

De samenstelling van groepen is daarbij ook een bijzondere factor. In de jaren zeventig ontwikkelde orthopedagoog Kok zijn zogeheten vraagstellingstypen. In relatie tot groepssamenstelling komt dat neer op het idee dat je een groep niet zou moeten samenstellen op basis van overeenkomstige factoren (leeftijd, sekse, gedrag, ontwikkelingsniveau) maar op basis van behoeften (vraagstellingstypen: om wat voor klimaat vraag ik: structurerend, steunend, controlerend, stimulerend, beperkend, ruimtebiedend, sociaal of individueel). Verreweg de meeste groepen zijn homogeen van samenstelling, zelden zie je echt heterogene groepen (wanneer een groep een soort gezin vormt: hoe vaak kom je een gezin tegen met acht kinderen van dezelfde leeftijd?). Bij groepen voor mensen met moeilijk hanteerbaar gedrag is het gedrag de verbindende factor, niet de achterliggende vraag. Wanneer iemand uit angst agressie vertoont en binnen een groep moet leven waarin anderen ook dergelijk gedrag vertonen is het goed mogelijk dat hij of zij juist angstiger wordt door de omgeving. En het is een bekend verschijnsel dat veel voorkomend gedrag versterkend werken (agressie neemt soms toe binnen groepen waarin meerdere personen agressie vertonen).

### **Tenslotte**

Deze tekst is bedoeld om aan te zetten tot kritische reflectie op alle factoren die leiden tot moeilijk verstaanbaar/hanteerbaar gedrag. Vooral de factoren die niet vanuit de persoon maar vanuit de omgeving komen. Factoren waar begeleiders (tot op zekere hoogte) invloed op uit kunnen oefenen. Daarom is de tekst hier en daar wat zwart-wit gesteld. Door dergelijke factoren goed scherp te stellen en vooral ook te kijken naar hoe wij zelf zulke factoren zouden beleven als ze voor ons van toepassing zouden zijn, blijven we schaven aan onze professionele rol bij het begeleiden van cliënten met moeilijk verstaanbaar / hanteerbaar gedrag.

De tekst verscheen eerder in aangepaste vorm in AS, maandblad voor de activiteitensector, nr. 4, 2004.