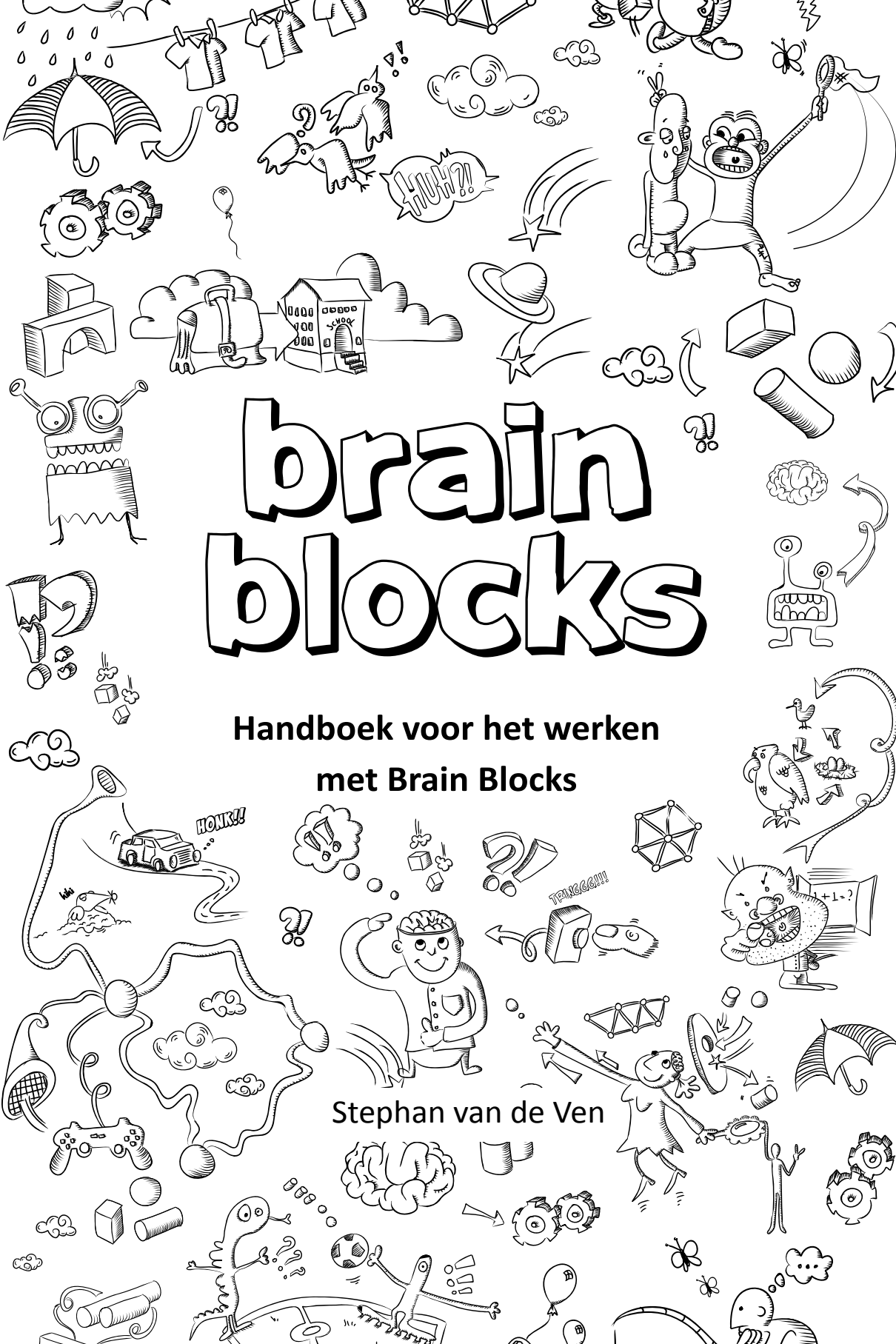


Handboek voor het werken met Brain Blocks

Stephan van de Ven



INHOUDSOPGAVE

Inleiding	12
De opbouw van dit boek.....	15

DEEL I. THEORETISCH FUNDAMENT EN DE WERKWIJZE MET BRAIN BLOCKS

16

HOOFDSTUK 1. Het theoretische fundament	18
1.1 Gedragsproblemen zijn relationele problemen	18
1.2 Het overkoepelende doel van Brain Blocks.....	20
1.3 Vertaling naar praktijkgerichte doelstellingen	21
1.4 Theoretisch fundament	23

HOOFDSTUK 2. Werkhypothese en uitgangspunten van begeleiding	26
2.1 Verhouding tussen de doelstellingen.....	26
2.2 Werkhypothese	27
2.3 Intakegegevens	29
2.4 Uitnodigen tot het maken van Brain Blocks beelden.....	30
2.5 Het Brain Blocks beeld: Wat is dat?.....	32
2.6 Uitgangspunten van begeleiding	33

HOOFDSTUK 3. Het begeleidingsschema	36
3.1 Complexe dynamiek achter de beelden.....	36
3.2 Het begeleidingsschema	37

HOOFDSTUK 4. De ik-anderdifferentiatie.....	40
4.1 Wat is de ik-anderdifferentiatie?.....	40
4.2 Interactiestructuren.....	41
4.3 Ontstaan van de interactiestructuur	46
4.4 De beweging van de behandeling	47
4.5 Accenten in de begeleiding.....	50
4.6 Begeleiden vanuit een ontwikkelingsperspectief.....	51
4.7 Emotionele ontwikkeling	51
4.8 De vertaalslag naar de praktijk	52

HOOFDSTUK 5. Belemmerende overtuigingen.....	56
5.1 Wat zijn belemmerende overtuigingen?	56
5.2 Gelaagdheid van relationele problemen	57
5.3 Begeleidingsschema.....	61
5.4 Het doel.....	61
5.5 De beweging van het proces	64
5.6 Kenmerken binnen de begeleiding	66
5.7 Koppeling naar de praktijk	67

HOOFDSTUK 6. Kernbeelden	69
6.1 Waar komt het werken met 'delen' vandaan?	69
6.2 Verschillende delen.....	71
6.3 Het basiskernbeeld	72
6.4 De verschillende delen nader bekeken	73
6.5 Variaties op het basiskernbeeld.....	74
6.6 Relatie tussen de gelaagdheid van relationele problemen en de delen uit het kernbeeld	74
6.7 Welke vragen leiden tot welke delen?.....	75
6.8 Inzoomen.....	79
6.9 Behandelrichting	80
6.10 Het Sterke deel	80
6.11 Koppeling naar de praktijk	84
6.12 Combinatie ik-anderdifferentiatie en belemmerende overtuigingen	85

HOOFDSTUK 7. Brain Blocks als communicatiemiddel	87
7.1 Het doel van Brain Blocks als communicatiemiddel	87
7.2 Voorwaarden	88
7.3 De therapeut als voorbeeld.....	89
7.4 Koppeling naar de praktijk	91
7.5 De therapeut als dirigent	93
7.6 Koppeling naar de praktijk	96

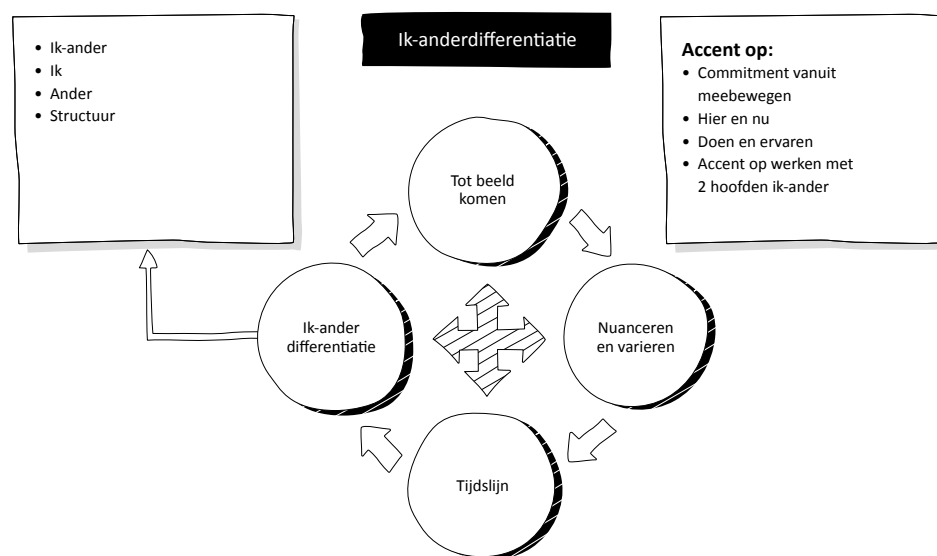
Afsluiting theorie.....	100
Voordelen van reflectie met Brain Blocks.....	100

DEEL II. BRAIN BLOCKS EN PROBLEMATIEKEN

103

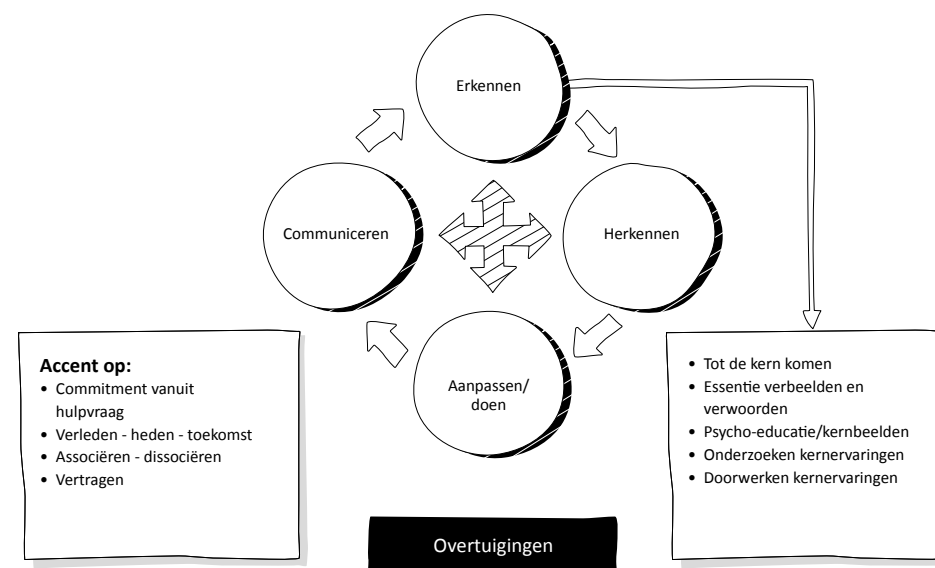
HOOFDSTUK 8. Angst.....	106
8.1 Angst en Brain Blocks	106
8.2 Psycho-educatie	109
8.3 Koppeling naar de praktijk	113
8.4 Werkvorm suggesties	117

zelf, de ander en de wisselwerking tussen beiden centraal staat. Vervolgens staat het reflecteren op belemmerende overtuigingen centraal. Deze twee behandelrichtingen zijn verbonden met elkaar. We ontwikkelen ideeën over wie we zijn en hoe we ons verhouden tot anderen door de ervaringen die we opdoen in de loop van de tijd. We kunnen dus stellen dat interactie leidt tot concepten over onszelf, anderen en de omgeving (Bartsch & Wellman, 1989; Berzonsky, 2004). In figuur 5 staat het begeleidingsschema in zijn geheel. Vervolgens zal ik het bovenste en onderste deel toelichten (figuur 6 en 7).



Figuur 6 Bovenste deel van het begeleidingsschema gericht op de ontwikkeling van de ik-anderdifferentiatie

Het bovenste deel van het schema is gericht op de ontwikkeling van ik-anderdifferentiatie. Het kader linksboven geeft het doel weer. De vier bollen vertegenwoordigen de beweging die we maken om aan het doel te gaan werken. Het kader rechtsboven geeft de verschillende accenten weer die herkenbaar zijn voor de werkwijze die is gericht op de ik-anderdifferentiatie. In hoofdstuk 4 ga ik nader in op alle elementen.



Figuur 7 Onderste deel van het begeleidingsschema gericht op de behandeling van belemmerende overtuigingen

Het onderste deel van het schema richt zich op de behandeling van belemmerende overtuigingen. In het kader rechtsonder staat het doel beschreven. De bollen geven ook hier de beweging weer die we maken om aan het doel te werken. Het kader linksonder geeft de accenten weer die kenmerkend zijn voor de werkwijze. In hoofdstuk 5 ga ik nader op alle elementen in.

Afhankelijk van de hulpvraag en het ontwikkelingsperspectief van de cliënt zal de werkwijze met Brain Blocks gericht zijn op het bovenste of onderste deel van het begeleidingsschema. Bij cliënten met een complexe hulpvraag werken we op beide schema's tegelijk. Een mooi voorbeeld hiervan is te lezen in de casus van Camiel (17.18 *Combinatie werkvormen*). Het begeleidingsschema en het dynamische verloop in de werkwijze met Brain Blocks in de praktijk wordt in de loop van dit boek inzichtelijk. In het volgende hoofdstuk zal ik eerst het bovenste deel van het begeleidingsschema gericht op de ik-anderdifferentiatie toelichten.

Langzaam begint het brein door te krijgen wat er echt gebeurd is. Dit kan best een tijdje duren. Het brein lijkt langzaam door te krijgen dat degene om wie je geeft echt weg is of niet meer beter wordt of wat je overkomen is. Tegelijk komen er ook (meer) gevoelens van boosheid en verdriet. Het voelt als oneerlijk en als stom wat je overkomen is (zie figuur 46). Het brein wil zich verzetten tegen de grote cilinder, maar die blijft steeds onverzettelijk aanwezig. De warboel aan gevoelens die er zijn, kunnen heel lastig en moeilijk zijn. Soms weet je niet wat je moet voelen. Er zijn momenten dat er veel gevoelens zijn en soms voel je alleen boosheid, verdriet of een gevoel van gemis. Deze gevoelens komen en gaan. Het ene moment staan ze op de voorgrond en het andere moment merk je ze niet zo op. Het is steeds wisselend.



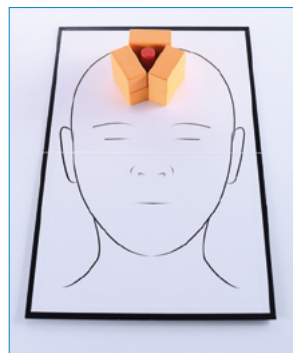
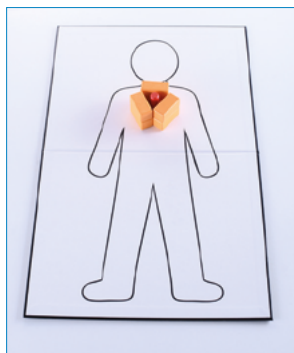
Figuur 46 Allemaal gevoelens door elkaar

Lastige nare gevoelens

De gebeurtenis (ofwel de rode cilinder) en alle gevoelens die het steeds oproept, kosten veel energie. Je kunt minder goed opletten, je vergeet vaker dingen. Het kan ook zijn dat je sneller boos bent en misschien ook weleens boos zonder reden. Mensen zeggen dan wel eens dat je niet lekker in je vel zit. Soms is het lastig om het verdriet van anderen te zien. Je wil niet dat anderen ook verdrietig zijn. Het kan zijn dat je extra je best gaat doen om voor iemand anders te zorgen. Je wilt anderen niet lastigvallen met jouw nare gevoelens. Het kan ook zijn dat je je schaamt voor wat er gebeurd is. Dat de aandacht van anderen helemaal niet fijn is. Al die aandacht maakt het gevoel alleen maar erger, terwijl je dit juist niet wilt.

Het Beschermende deel

Het kan zijn dat het Beschermende deel dat wat er gebeurd is weg wil stoppen, zodat er ook geen nare gevoelens meer zijn. Het bouwt een muurtje om de nare gebeurtenis heen, zodat het er niet meer is. Het nare gevoel is dan even minder heftig aanwezig en wat er gebeurd is, lijkt er dan minder te zijn. Soms is het muurtje ook een tijdje nodig, omdat het gevoel dat de rode cilinder geeft nog te heftig is. Niet alleen zijn de nare gevoelens dan minder, er is ook

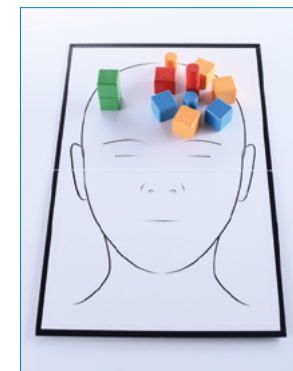


Figuur 47 Het Beschermende deel stopt wat er gebeurd is weg zodat er even geen nare gevoelens meer zijn

minder ruimte voor fijne gevoelens en plezier. Het grote bouwwerk neemt veel ruimte in beslag en het kost veel energie om het muurtje hoog en sterk genoeg te houden. Met momenten lukt het niet meer. De muur valt dan ineens uit elkaar en alle gevoelens zijn er dan in één keer. Je wordt dan wellicht boos en heel verdrietig.

Het Sterke deel

Het brein moet leren hoe het met de grote cilinder moet omgaan. Hier is een sterk blokje voor nodig. Dit sterke blokje bestaat uit twee delen die heel goed moeten gaan samenwerken. Ten eerste is er het opmerkdeel. Dit deel is goed in het opmerken van wat je voelt, zoals boosheid, angst, verdriet, gemis of schaamte. Maar ook van wat je denkt, zoals dat jij de enige bent die dit meemaakt, anderen je stom vinden, dat het nooit meer goedkomt of dat het jouw schuld is. En ook waar je bang voor bent, zoals bang zijn dat er nog iets naars gaat gebeuren, dat andere belangrijke mensen (ook) doodgaan, dat je alleen overblijft.

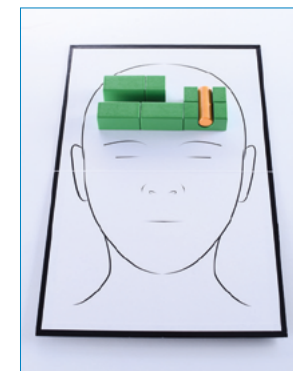


Figuur 48 Opmerk- en oplosblokjes die samen naar de rode cilinder en alle gevoelens en gedachten kijken

Wanneer het opmerkblokje dit allemaal opmerkt, dan kan het oplosblokje het overnemen. Het oplosblokje moet leren dat over deze gevoelens, gedachten en angsten praten belangrijk is, ook al is het niet altijd gemakkelijk om dit te doen. Het praten hierover, maar ook erover schrijven of tekenen maakt dat de rode cilinder langzaam een plekje gaat krijgen. Als dat gebeurt, dan worden de nare gevoelens ook minder.

Geef jezelf de tijd

De rode cilinder beweegt dan langzaam naar zijn plekje. Dit gaat niet heel snel, het kost tijd. Denk aan weken, maanden en soms een paar jaar. Daarom moet het oplosblokje met een tweede oplossing komen, namelijk 'accepteren'. Dit wil zeggen dat het oplosblokje zich niet gaat verzetten tegen de rode cilinder en de gevoelens die hij geeft, maar ze er laat zijn. Het zoeken van afleiding door dingen te gaan doen helpt soms ook.



Figuur 49 Rode cilinder is geel geworden en heeft een plekje gekregen

Door soms over jouw gevoelens en gedachten te praten en ze er op andere momenten te laten zijn (accepteren), ga je merken dat ze steeds komen, maar ook weer weg gaan. Uiteindelijk zijn de nare gevoelens en gedachten er steeds minder lang en voelen ze minder zwaar. Het cilindertje (de gebeurtenis) heeft een plekje gekregen. Langzaam wordt het cilindertje geel (milder).

15.5 Deel III Organiseren

Dit deel bestaat uit twee thema's; Volgorde van handelen en Plannen van afspraken. Deze thema's lopen in elkaar over.

15.5.1 Volgorde van handelen

Doel:

De cliënt begrijpt dat plannen en organiseren voor het brein met ADHD lastig is en onderzoekt hoe dit thema een rol speelt in zijn dagelijkse functioneren.

Startopstelling:

Het brein met de verschillende blokken ligt er nog. Hier gaan we mee aan het werk.

Instructie:

'Het brein met ADHD vindt het lastig om te organiseren. Organiseren wil zeggen iets in de juiste (logische) volgorde doen. Een taak komt als losse blokjes het brein binnen.'*(De therapeut laat dit zien.)*

'Vervolgens moet het brein de stapjes gaan ordenen en in de juiste volgorde plaatsen. Het brein heeft naast aandacht voor de taak ook aandacht voor 'onbelangrijke' dingen. Hierdoor wordt brein snel afgeleid en is het moeilijker om te zien wat nu eerst en wat nu erna.'

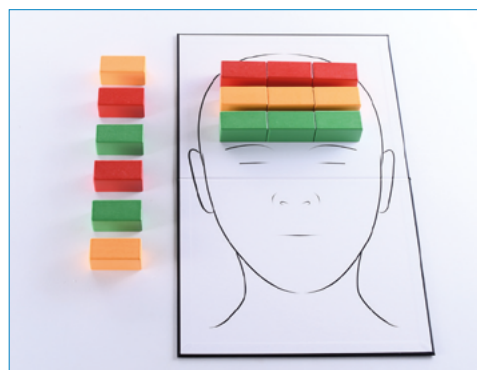
(De therapeut maakt een rijtje van blokjes waarmee hij het organiseren verbeeld. Dit doet hij door de blokken naast het hoofd te plaatsen. Door naar de verschillende stappen van een taak te kijken, is het gemakkelijk om tot een juiste volgorde te komen. De taak wordt vervolgens opgeslagen als een rijtje in het hoofd.)

'Bij het uitvoeren van de taak moet het brein telkens weer hard werken om zijn aandacht bij de taak te houden. Daarom wil het brein liever korte activiteiten doen dan lange!'

(De therapeut wijst naar het rijtje, wanneer het rijtje langer is moet er ook langer aandacht zijn.)



Figuur 121 Een taak die als losse blokjes in het brein gerepresenteerd



Figuur 122 Het opslaan van de stappen van een taak als een rijtje in het hoofd

Pauze:

(We nemen even de tijd om te kijken hoe de cliënt deze informatie verwerkt. Is er voldoende aandacht om door te gaan?)

(We nodigen de cliënt uit tot het vormen van zijn eigen beelden door de volgende vragen te stellen.)

Herken je dit? Wanneer heb je dat? Wat gebeurt er dan?

Hoe gaat het dan verder?

Wat heeft het brein dan nodig?'

Bruggetje naar 15.5.2 Plannen van afspraken

'Door een vol hoofd is het niet gemakkelijk afspraken te plannen en je eraan te houden.'

Toelichting

Bij dit thema gaat het erom dat we de cliënt uitnodigen vaardiger te worden in het organiseren. De focus van de behandeling is vooral gericht op het vaardiger worden en niet zozeer op het resultaat. De therapeut kan steeds bij zichzelf toetsen welke strategieën hij zelf hanteert om tot het bepalen van een juiste volgorde te komen. Door voorbeeld te zijn ondersteunen we de cliënt zijn eigen manier te ontdekken.

Cliënten – kinderen, jongeren en adolescenten – binnen de hulpverlening lopen vaak vast in relatie tot zichzelf en anderen. Brain Blocks is een interventie gericht op het verbeteren van relaties. Cliënten worden in de werkwijze uitgenodigd om door middel van gekleurde blokjes hun gevoelens en gedachten te verbeelden. Aan de hand van deze beelden geeft de therapeut richting aan het reflectieproces, met als doel het inzicht in het eigen functioneren te vergroten. Het verkregen inzicht wordt gebruikt om te werken aan vaardigheden, zodat relationele verhoudingen verbeteren.

Stephan van de Ven weet in dit boek het theoretisch fundament van Brain Blocks op heldere wijze uiteen te zetten en dit te vertalen naar praktijkgericht handelen. De auteur beschrijft welke accenten in het werken met Brain Blocks van toepassing zijn bij verschillende problematieken, waaronder angst, hechting, verlies en rouw, trauma, depressie, antisociale gedragsproblematiek, autisme en ADHD.

Bij elke problematiek beschrijft hij een cliëntgerichte psycho-educatie door middel van Brain Blocks. Steeds wordt een praktische vertaalslag gemaakt door middel van diverse casusbeschrijvingen. Het boek wordt afgesloten met de beschrijving van ruim veertig werkvormen die tijdens het werken met Brain Blocks ingezet kunnen worden.

Dit boek is vooral geschreven als studieboek en naslagwerk voor zorgprofessionals die met Brain Blocks in de praktijk aan de slag willen. Maar ook andere Brain Blocks geïnteresseerden krijgen door het lezen van dit boek een beeld van de mogelijkheden en de werkwijze van Brain Blocks.

Over de auteur



Stephan van de Ven heeft jarenlange ervaring als psychomotorisch therapeut binnen de jeugdhulpverlening. Hij heeft Brain Blocks vanuit de praktijk ontwikkeld en vormgegeven. Stephan is naast praktijkhouder tevens oprichter van de Brain Blocks opleidingsorganisatie, waar hij scholing geeft over deze interventie.

