



Werken met de Yucelmethode

Versterken van eigen kracht en regie en het bieden van herstelgerichte ondersteuning zijn belangrijke uitgangspunten in nieuwe vormen van hulpverlening. Maar hoe ondersteun je mensen met cognitieve en adaptieve beperkingen hierin? Koraal deelt in dit artikel de eerste ervaringen met en onderzoeksresultaten vanuit het werken met de visuele en tactiele Yucelmethode samen met kinderen en volwassenen met cognitieve en adaptieve beperkingen.

RIANNE PELLEMANS-VAN ROOIJEN, senior onderzoeker, Koraal, Sittard

JESSICA VERVOORT-SCHEL, programmaleider Inhoud & Onderzoek Jeugd, Koraal, Sittard; orthopedagoog-generalist en supervisor NVO; PhD-kandidaat, Universiteit van Amsterdam, Amsterdam

GABRIËLLE MERCERA, onderzoeker Koraal, Sittard; PhD-kandidaat, Universiteit Maastricht, Maastricht

THOMAS KALIS, MST-CAN-therapeut, de Viersprong, Halsteren

XAVIER MOONEN, wetenschappelijk adviseur, Koraal, Sittard; bijzonder hoogleraar kennisontwikkeling over jeugdigen en jongvolwassenen met licht verstandelijke beperkingen en gedragsproblemen, Universiteit van Amsterdam, Amsterdam; bijzonder lector 'inclusie van mensen met een verstandelijke beperking', Zuyd Hogeschool, Heerlen

LEERDOELEN

Na het lezen van dit artikel:

- weet u welke uitdagingen traditionele interventies kunnen opleveren in het werken met kinderen en volwassenen met cognitieve en/of adaptieve beperkingen;
- kunt u aan hulpvragers, hun systeem en uw collega's uitleggen wat de meerwaarde van werken met de Yucelmethode kan zijn in het ondersteunen van kinderen en volwassenen met cognitieve en adaptieve beperkingen;
- weet u op welke manier werken met de Yucelmethode bij de hulpvrager met cognitieve en adaptieve beperkingen kan bijdragen aan het aanboren van eigen kracht en regie;
- kan de verpleegkundig specialist de Yucelmethode indiceren in de behandeling van kinderen en volwassenen met cognitieve en adaptieve beperkingen.

TREFWOORDEN

Yucelmethode, cognitieve en adaptieve beperkingen, jeugd, krachtgericht werken, herstelgericht werken, eigen regie, onderzoek

1 STUDIEPUNT

Casus Sarah

Bij het gezin Smeets gaat het er de laatste tijd behoorlijk chaotisch aan toe. Het gezin bestaat uit alleenstaande moeder Sarah en haar zesjarige dochter Inga. Sarah is

zwanger van haar tweede kindje, deze zwangerschap was niet gepland en Sarah kwam er pas in een laat stadium achter dat ze zwanger was. De vaders van beide kinderen zijn niet in beeld. Sarah heeft het lichamelijk zwaar, ze heeft hoge schulden en een belast verleden wat betreft relaties. Ook de relatie met haar eigen ouders valt haar regelmatig emotioneel zwaar. Mede door haar cognitieve en adaptieve beperkingen vindt Sarah het lastig om haar situatie te overzien. Sarah vindt het moeilijk om over problemen te praten en lijkt emoties die deze problemen met zich meebrengen te vermijden. Als hulpverlening hierover in gesprek probeert te gaan, wuift ze de zorgen weg en gaat naar haar idee alles goed. De Yucelmethode is gebruikt om de ervaren krachten en lasten van Sarah concreet te maken en hierover samen in gesprek te gaan.

Iedereen kan in zijn leven voor grote en moeilijke uitdagingen komen te staan. Deze uitdagingen kunnen bijvoorbeeld te maken hebben met (een combinatie of opeenstapeling van):

- problemen met het gedrag of de ontwikkeling van een kind;
- psychische problemen bij een volwassene;
- omgevingsfactoren zoals schulden, werkloosheid of eenzaamheid.

Mensen kunnen er dan voor kiezen tijdelijk een professionele hulpverlener bij hun leven te betrekken. Deze hulpverlener bevindt zich in de unieke positie te mogen ondersteunen bij het vinden van een nieuw evenwicht in een bepaalde levensfase. Een professionele basis-houding waarin gelijkwaardigheid, openheid, belangstelling, empathie en vertrouwen in de krachten van de hulpvrager centraal staan, is nodig om te kunnen bijdragen aan het herstelproces van de hulpvrager.

Omdat hulpverleners in principe slechts tijdelijk betrokken zijn bij een hulpvrager en/of diens gezin is het van belang te ondersteunen bij het versterken van (reeds aanwezige) bronnen van kracht en steun van zowel de hulpvrager als zijn/haar omgeving om te kunnen omgaan met huidige en eventueel toekomstige stress en tegenslag.

WERKEN VANUIT KRACHTEN

Wereldwijd is er een beweging gaande waarin de focus van de hulpverlening en de professionele hulpverleners verschuift.¹

Er is in toenemende mate aandacht voor:

- bronnen van kracht en steun van hulpvragers;
 - veerkracht en menselijke diversiteit;
- in plaats van een focus op:
- individuele tekorten;
 - classificaties,
 - diagnoses;
 - risico's;
 - negatieve emoties;
 - probleemgedrag.

De hulpvrager staat centraal, in relatie met zijn of haar omgeving, met oog voor persoonlijke groei, eigen krachten, hulpbronnen, hoop en perspectief.

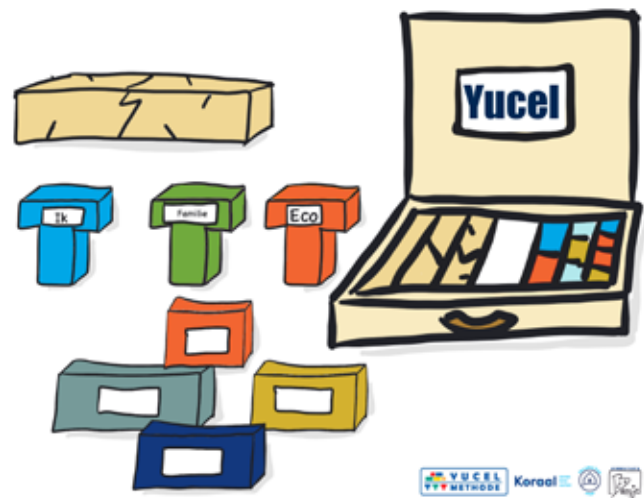
Voorbeelden hiervan in Nederland zijn (zie: <https://ggzacademy.nl/>

column-rob-keukens-hoe-de-ggz-verandert/):

- 'Redesigning psychiatry';
- 'De Nieuwe GGZ';
- 'Samen beter'.

Steeds meer onderzoek en praktijkervaringen laten zien dat deze verschuiving in focus bijdraagt aan het vermogen van hulpvragers om met uitdagingen in het leven om te gaan en om zoveel mogelijk eigen regie te voeren. Alle hulpvragers hebben baat bij eigen regie en positieve ervaringen. Dit is een noodzakelijke basis voor motivatie, ontwikkeling en herstel.

Gebaseerd op deze verschuiving heeft de systeemtherapeut Mehmet Yucel de Yucelmethode ontwikkeld, waarin deze uitgangspunten worden geïntegreerd. De gedachte achter de Yucelmethode is dat mensen ervaren meer te zijn dan hun probleem en dat ze eigenaar



Figuur 1 De blokkendoos behorende bij de Yucelmethode.

zijn van hun herstelproces. Ze ervaren dat zij in hun herstelproces gebruik kunnen maken van:²

- hun persoonlijke krachten (eigen vaardigheden, karaktertrekken en overtuigingen);
- familiekrachten (steunende personen en factoren binnen de familie);
- eco krachten (dingen, activiteiten of personen waar men kracht uit haalt).

UITDAGINGEN IN HULPVERLENING AAN MENSEN MET COGNITIEVE EN ADAPTIEVE BEPERKINGEN

Cognitieve en adaptieve beperkingen kunnen in verschillende hoedanigheden en gradaties optreden. Veelal functioneren mensen op verstandelijk beperkt of zwakbegaafd niveau, maar ook kunnen adaptieve (psychosociale) problemen op grond van andere oorzaken op de voorgrond staan. Mensen met cognitieve en adaptieve beperkingen vormen een heterogene groep, waarbij het hulpverleningsproces afgestemd dient te worden op individuele mogelijkheden.^{3,4}

- Zij ervaren bijvoorbeeld in meer of mindere mate *beperkingen in hun executief functioneren*, die hen kunnen belemmeren in het focussen, overzicht behouden en prioriteren van behoeften.⁵
- *Beperkte taalvaardigheid* is een ander veelvoorkomend probleem.⁶ Veel interventies zijn echter talig, waardoor het voor sommige hulpvragers een grote uitdaging kan zijn om hun wensen, voorkeuren en ervaringen duidelijk kenbaar te maken.
- Ook ervaren mensen met cognitieve en adaptieve beperkingen vaker problemen met het *verwerken van zintuiglijke prikkels*, waardoor zij informatie mogelijk langzamer of op een andere manier verwerken.⁷ Mogelijk reageren ze daarom anders dan verwacht, wat tussen hen en professionele hulpverleners of anderen tot onbegrip of miscommunicatie kan leiden.

DE YUCELMETHODE

De Yucelmethode² biedt mensen de kans om op een andere manier het gesprek aan te gaan, waarbij talige communicatie ondersteund wordt door visuele, tactiele en krachtversterkende werkvormen. Hierbij heeft de hulpvrager de regie over het gesprek, de hulpverlener volgt vooral. De hulpvrager mag in het gesprek aangeven waar hij of zij het deze keer over wil hebben, gebaseerd op de eigen wensen en prioriteiten. De hulpvrager bouwt een kleurrijke, visuele weergave van zijn huidige of gewenste levenssituatie. De te bouwen opstelling omvat een balk (deze staat voor de hulpvrager zelf of een centraal thema in zijn/haar leven), T-vormige, gekleurde blokken (deze staan voor steunende factoren) en rechthoekige, gekleurde blokken (deze staan voor belastende factoren). De eigenschappen van de balk en de verschillende afmetingen en de kleur van de blokken structureren het gesprek. Door te werken met blokken hoeft een hulpvrager niet alles direct te verwoorden, de opstelling

biedt als het ware in één oogopslag een overzicht van de situatie, waarvan ook een foto gemaakt wordt. De Yucelmethode is gestoeld op de kennis dat *visuele hulp* hulpvragers kan helpen om beslissingen te nemen en nieuwe dingen te leren. *Tactiele hulp*, in de methode het kunnen vasthouden van en bouwen met de blokken, kan actieve deelname aan de therapie vergroten en maakt het de hulpvrager makkelijker om zich te uiten.⁹ Ook kan de zwaarte van het blok helpen om te voelen hoe 'zwaar' een probleem ervaren wordt. Het uit de opstelling halen van bepaalde blokken en deze los bespreken (d.w.z. externaliseren), zoals vaker gebeurt bij de Yucelmethode, kan er daarnaast voor zorgen dat er enige afstand gecreëerd wordt tussen de persoon en de ervaren problemen. In combinatie met het stellen van vragen door de hulpverlener vanuit een nieuwsgierige, niet-sturende en niet-wetende houding, kan ertoe leiden dat echt tot de kern van de betekenis van het verhaal van de hulpvrager gekomen wordt.

VISUELE EN TACTIELE ONDERSTEUNING

Het is uiteraard van wezenlijk belang dat mensen met cognitieve en adaptieve beperkingen een stem en een keuze hebben bij zaken die hun leven aangaan. Taal speelt een belangrijke rol in het vertellen en verduidelijken van wat er gebeurt in het leven en wat dit voor iemand betekent. Gezien de relatief vaak aanwezige beperkingen in de taalvaardigheid en informatieverwerking kunnen mensen met cognitieve en adaptieve

beperkingen baat hebben bij *visuele en tactiele ondersteuning* (zie kader Yucelmethode). Daarom wordt er in Koraal (een hulpverleningsorganisatie voor o.a. kinderen en volwassenen met cognitieve en adaptieve beperkingen en/of complexe gedrags- of psychiatrische problematiek) samen met de hulpvragers en hun gezin gewerkt met de Yucelmethode. De methode is niet specifiek voor mensen met cognitieve en adaptieve beperkingen ontwikkeld, maar het uitgangspunt van de



Figuur 2 Mogelijke opstelling van een kind met cognitieve en adaptieve beperkingen.



Figuur 3 De zes kernelementen van de Yucelmethode

methode, waarin talige informatie ondersteund wordt door visuele, tactiele en krachtversterkende werkvormen, zou kunnen aansluiten bij de uitdagingen die deze mensen doorgaans ervaren.

ONDERZOEK

In Koraal hebben steeds meer medewerkers, uit verschillende disciplines, de tweedaagse basistraining (<https://www.yucelmethode.nl/training/>) gevolgd, waarna zij met de methodiek kunnen werken in de praktijk. Om meer te leren over het werken met de Yucelmethode samen met kinderen en volwassenen met cognitieve en adaptieve beperkingen doet Koraal wetenschappelijk onderzoek. In dit onderzoek staan de ervaringen van hulpvragers en professionals met, en bruikbaarheid van, de Yucelmethode centraal. De handleiding van de Yucelmethode is door Koraal met behulp van 'Taal voor allemaal' (www.taalvoorallemaal.com) zo aangepast dat ook mensen met geringe taalvaardigheid de handleiding kunnen begrijpen. Uit het onderzoek bleek:

- *hulpvragers het een prettige methode vinden*
Hulpvragers vinden het prettig om met de Yucelmethode te werken en geven aan dat het hen helpt om tot inzichten te komen. Het helpt om hun persoonlijke verhaal te vertellen en te visualiseren. Ze vinden het makkelijker om op deze manier hun emoties en ervaringen te delen.
- *de Yucelmethode breed toepasbaar is*
Jeugdigen, volwassenen, gezinnen, mensen met

cognitieve en adaptieve beperkingen, een taalachterstand of psychische problemen kunnen werken met de Yucelmethode.

Daarnaast wordt er niet alleen naar het individu gekeken, maar ook naar de gehele context van een persoon.

- *de Yucelmethode zicht geeft op meerdere perspectieven*
Elke persoon heeft zijn eigen verhaal en visie op wat voor hem of haar belangrijk is. Met behulp van de Yucelmethode kan dit verhaal relatief snel in beeld gebracht worden. Bovendien helpt het hulpvrager en hulpverlener om de unieke perspectieven van alle betrokkenen rondom een hulpvrager te leren kennen. Hierdoor ontstaat een overzicht van alle krachten, lasten en wensen vanuit verschillende perspectieven. Op deze manier wordt het mogelijk om het ondersteuningstraject af te stemmen op iemands specifieke behoeften en richting te geven aan een traject waarbij ieders wensen gerespecteerd worden en ieders verwachtingen duidelijk zijn. Het meenemen van alle perspectieven biedt mogelijkheden tot meer gezinsgerichte en integrale hulp.⁸
- *de Yucelmethode op meerdere manieren te gebruiken is*
De Yucelmethode kan op ieder moment tijdens een ondersteuningstraject ingezet worden. De methode kan gebruikt worden tijdens de intake, gedurende een traject om één of meerdere ingewikkelde problemen te bespreken, of in een gesprek met mensen uit het systeem van de hulpvrager. Het maken van een

momentopname of een toekomstperspectief kan iemand al vooruit helpen in zijn proces, zonder een heel traject met de methode te hoeven doorlopen.

Casus Sarah (vervolg)

Allereerst heeft een hulpverlener de methode uitgelegd aan Sarah met behulp van de folder die op een begrijpelijke manier is opgesteld door gebruik van de methode 'Taal voor allemaal'. Sarah heeft een thuisbox ontvangen, zodat zij rustig aan de methode en het idee om op deze wijze met de hulpverlener te gaan praten heeft kunnen wennen. Sarah is enthousiast over de methode. Ze begrijpt wat ze met de blokken kan. De balk kiezen is voor haar erg eenvoudig. Ze pakt meteen de gave balk, ze is positief over haar eigen leven. In gesprek over haar keuze wordt duidelijk dat ze haar keuze baseert op het hier en nu, en dat zij de gebeurtenissen uit het verleden hier niet in meeneemt. Bij het benoemen van krachten krijgt Sarah het lastiger. De verschillende krachtcategorieën worden besproken en Sarah komt uiteindelijk op één steunende factor, een goede vriend. Ze vindt het confronterend dat ze zelf maar tot zo weinig krachten komt. Als wordt overgegaan op de lasten wordt Sarah emotioneel. Sarah heeft geen goede band met haar ouders, maar wel veel contact met hen, omdat zij vaak op Inga passen. Door het kiezen van een blok voor deze last beseft Sarah pas hoe zwaar die last eigenlijk voor haar is, in vergelijking met een aantal andere, voor haar kleinere lasten. Vervolgens ziet zij ook dat haar bouwwerk onmogelijk overeind kan blijven staan, ook dit doet haar erg veel. Sarah heeft even tijd nodig om dit allemaal te verwerken. In een tweede gesprek is het vervolgens al veel makkelijker voor Sarah om in gesprek te gaan. Ze geeft aan dat het bouwen veel herinneringen naar boven brengt, die ze met de hulpverlener wil delen. Daarnaast is het kiezen tussen verschillende groottes van blokken heel duidelijk voor haar en dit biedt een opening voor een verdiepend gesprek. Door aan haar te vragen 'hoe groot is deze last voor jou?', wordt het voor haar veel makkelijker om daarover te vertellen.

SAMENVATTING

Om bij mensen met cognitieve en adaptieve beperkingen niet alleen maar door een bril van beperkingen, diagnoses en risico's te kijken, is het van belang om het eigen levensverhaal en de ervaren krachten, lasten en wensen van de hulpvrager centraal te stellen. Het werken met de Yucelmethode is een manier om hierop zicht te krijgen, krachten te versterken en tegelijkertijd de hulpvrager meer ruimte voor eigen regie te bieden. Door ervaringen met en onderzoek naar de Yucelmethode in Koraal blijkt, dat werken met de Yucelmethode kan helpen bij het gezamenlijk inzicht krijgen in krachten, lasten en wensen van een hulpvrager en zijn of haar gezin en bij het ontwikkelen van een gezamenlijke taal hierover. Dit kan bijdragen aan



Figuur 4 Levensverhaal bekeken vanuit verschillende perspectieven.

motivatie en eigen regie bij een hulpvrager, wat cruciaal is voor ontwikkeling en herstel. De visuele en tactiele aspecten van de methode lijken mensen met cognitieve en adaptieve beperkingen te ondersteunen in het delen van hun verhaal. Bovendien helpt de methode om de verschillende unieke perspectieven van alle betrokkenen rondom een hulpvrager te leren kennen. Dit biedt mogelijkheden tot meer gezinsgerichte en integrale hulp.

Casus Sarah (vervolg)

Dat Sarah in eerste instantie bijna niet tot het benoemen van krachten kon komen heeft haar aan het denken gezet. Ze kreeg motivatie om hier iets aan te gaan doen en gedurende de sessies werd haar bouwwerk stabiel door het kunnen toevoegen van krachtblokken. Ze heeft haar sociale

TIPS & TRICKS

- Leg de Yucelmethode uit op een voor de hulpvrager begrijpelijke manier.
- Stem concreet af over welk moment de opstelling gaat (bijvoorbeeld over een specifieke gebeurtenis, over afgelopen week of over de situatie over een halfjaar).
- Neem de tijd voor het maken van de opstelling. Verspreid het bouwen van de gehele opstelling bijvoorbeeld over meerdere contactmomenten.
- Zorg dat de regie van het bouwen zoveel mogelijk bij de hulpvrager ligt.
- Houd sessies kort, zo blijft de aandacht erbij.
- Maak (met toestemming) foto's van de opstelling en geef deze mee aan de hulpvrager.

ROL VERPLEEGKUNDIG SPECIALIST

- De hulpvrager kan samen met de VS-GGZ de ervaren krachten en lasten inzichtelijk maken door inzet van de Yucelmethode. Daarbij kan de Yucelmethode de eigen regie en autonomie van de hulpvrager vergroten. Op deze wijze kan de methodiek bruikbare informatie opleveren over eigen ervaring van de hulpvrager met lasten en krachten.
- Het samenwerken met de Yucelmethode kan in alle fasen van de behandeling ondersteunend zijn. Ook in een crisissituatie is de Yucelmethode zeer gebruiksvriendelijk. In een crisis is er vaak sprake van verlies van overzicht bij de hulpvrager. De Yucelmethode kan overzicht en inzicht creëren en houvast bieden voor zowel de hulpvrager als de hulpverlener.
- De Yucelmethode is hierdoor breed inzetbaar. De VS-GGZ kan andere disciplines (geschoold in de methodiek) betrekken bij het werken met de Yucelmethode. De Yucelmethode kan gezien worden als procesdiagnostiek en vult hierbij de International Classification of Function (ICF) aan.
- De methodiek kan voor individuele thema's ingezet worden, maar ook systemisch is het een zeer krachtige methodiek. Na inzet van de Yucelmethode kan de VS-GGZ de gevolgen van de ervaren beperking(en) in kaart brengen. De VS-GGZ kan de bevindingen samenvoegen en samen met de hulpvrager een behandelvoorstel opstellen en bespreken (*shared decision-making*).

netwerk uitgebreid, ze staat ervoor open om weer werk te gaan zoeken en ze durft zichzelf nu een goede moeder te noemen. Sarah is er nog niet aan toe om samen met haar ouders in gesprek te gaan over hun onderlinge relatie, maar vindt al wel manieren waarop het contact met hen haar minder negatieve energie kost. Het lastblok is ondertussen al een stukje kleiner geworden. Voor de hulpverlener is het prettig dat er via de Yucelmethode een manier gevonden is om met Sarah in gesprek te blijven en om haar te kunnen ondersteunen bij haar hulpvragen. De hulpverlener kan Sarah ondersteunen bij haar besef van welke dingen er spelen in haar leven en het vinden van een manier om hiermee om te gaan.

Met dank aan Floor Hijlkema, verpleegkundig specialist GGZ bij KieN, Sneek voor haar bijdrage aan het kader van de rol van de VS. ■

LITERATUUR

1. Obucina M, Harris N, Fitzgerald JA, et al. The application of triple aim framework in the context of primary healthcare: A systematic literature review. *Health Policy* 2018;122(8):900-7.
2. Yucel M. De yucelmethode – bouwen aan herstel. Baarn: YCL v.o.f.; 2016.
3. Wit M de, Moonen X, Douma J. Richtlijn effectieve interventies LVB. Utrecht: Landelijk Kenniscentrum LVB; 2011.
4. Douma J, Moonen X, Noordhof L, et al. Richtlijn diagnostisch onderzoek LVB. Aanbevelingen voor het ontwikkelen, aanpassen en afnemen van diagnostische instrumenten bij mensen met een licht verstandelijke beperking. Utrecht: Landelijk Kenniscentrum LVB; 2012.
5. Spaniol M, Danielsson H. A meta-analysis of the executive function components inhibition, shifting, and attention in intellectual disabilities. *JIDR*. 2022;66(1-2):9-31.
6. Douma J. Jeugdigen en (jong)volwassenen met een licht verstandelijke beperking. Kenmerken en gevolgen voor diagnostisch onderzoek en gedragsinterventies. Geraadpleegd via jeugd-licht-verstandelijke-beperking-interventies.pdf (kennispleingehandicaptensector.nl) op 12 april 2022.
7. Dionne-Dostie E, Paquette N, Lassonde M, et al. Multisensory integration and child neurodevelopment. *Brain sciences* 2015;5(1):32-57.
8. Kalis T, Mercera G, Vervoort-Schel J, et al. Factsheet – Verschillende perspectieven in beeld: Krachten, lasten en wensen van jeugdigen met neurobiologische ontwikkelingsstoornissen en hun gezinnen. Geraadpleegd via Factsheet_Yucelonderzoek_Koraal_def.pdf (yucelmethode.nl) op 9 april 2022.
9. Aasen G, Nærland T. Observing the use of tactile schedules. *Journal of Intellectual Disabilities* 2014;18(4):315-36.