



Casusconceptualisatie maken samen met kinderen en jongeren

Nicoline Hoekstra, klinisch psycholoog

Voor het vormgeven van behandeling aan kinderen en jongeren is een heldere casusconceptualisatie van belang. Wanneer je duidelijk hebt waardoor de klachten worden veroorzaakt en instandgehouden, kun je bepalen waar ingangen voor behandeling liggen. Het werkt heel krachtig wanneer kinderen en jongeren zelf ook worden betrokken bij het maken van de casusconceptualisatie, dan kunnen ze meedenken over hun behandeling en een stuk regie voeren. Het visuele model 'hout-vuur-blusmiddelen' is hierbij een handig hulpmiddel.

Hierbij worden de klachten van de cliënt voorgesteld als vuur dat af en toe gaat branden, de ene keer heftiger dan de andere keer. Vuur gaat alleen branden als er brandstof is, in dit model het 'hout'. Dit zijn de veroorzakende en instandhoudende factoren van de klachten. Copingmechanismen worden voorgesteld als blusmiddelen.



Reeds bij de intake werkt het heel verhelderend om samen met de cliënt (en ouders) het gedachtegoed van de hout-vuur-blusmiddelen uit te leggen en alvast in het model in te vullen wat er bekend is. In ieder geval kunnen de klachten vast in het vuur worden geschreven en vaak worden er ook al wat veroorzakende en instandhoudende factoren besproken en welke copingmechanismen een jeugdige toepast. Wanneer het model elk gesprek op tafel ligt, kunnen er aanvullingen worden gedaan gedurende het behandelproces. Bijvoorbeeld wanneer er meer 'hout' duidelijk wordt, wanneer er 'blusmiddelen' worden geoefend, wanneer bepaalde klachten verdwijnen.

Het werkt als volgt:

1. Op een papier teken je (midden-onder) vuur

Vervolgens zeg je:

"Waar jij last van hebt, dat teken ik als vuur. In jouw geval zijn dat[bijvoorbeeld: boze buien, paniek, angst, somberheid, buikpijn]. Dat vuur brandt niet de hele tijd even heftig. Soms laait het flink op, soms is het maar een heel klein vlammetje."

Terwijl je dit vertelt schrijf je de klachten van de cliënt in de vlammen.

2. Links van het vuur teken je dan hout

"Vuur gaat nooit zomaar branden, er moet brandstof zijn. Zoals hout. Wat in dit geval hout is, dat kunnen zijn gebeurtenissen die je hebt meegemaakt, gedachten over jezelf/anderen/de wereld, en een stukje zal altijd bij je karakter horen. De een reageert in lastige situaties nu eenmaal snel met boosheid, de ander met buikpijn, weer een ander is sneller gestrest, dat verschilt per persoon."

Schrijf onder het hout "gebeurtenissen", "gedachten" en "karakter".



Als we er nu achter komen wat bij jou het hout is, dan weet ik verschillende manieren waarbij een deel van het hout kan worden weg gehaald.

(Zoals EMDR, CGT, COMET, schematherapie)

Als er minder hout is, zal er ook minder vuur zijn en zul je dus een stuk minder last hebben van je klachten. Maar, omdat een stukje ook bij je karakter hoort zal het vuur waarschijnlijk nooit helemaal weggaan. Daarom is het van belang dat je nog iets leert (zie 3):

3. Rechts van het vuur teken je een emmer water

Verder is het van belang, dat als het vuur toch gaat branden en je last hebt van ...[klachten]..., dan moet je manieren weten hoe je het vuur weer kunt blussen.

Welke blusmiddelen gebruik je nu al, wat doe je nu al dat helpt als je last hebt van ...[klachten]...?

Deze schrijf je alvast boven de emmer water (zoals afleiding zoeken, muziek luisteren, met iemand praten, ontspanningstechnieken, etc.).

4.

“Vaak is het het beste om eerst uit te zoeken wat er allemaal aan hout is en waar mogelijk behandeling in te zetten waarmee een deel van het hout wordt weg gehaald. Want als je met blusmiddelen begint terwijl er veel hout aanwezig is, dan laait het vuur telkens weer hoog op en blijf je maar blussen. Zolang we aan het uitzoeken zijn wat hout is, kan het zijn dat je nog niet gelijk merkt dat het beter met je gaat, maar zodra we weten wat bij jou hout is en we kunnen wat weghalen, zul je dit wel merken.”

Inventariseren hout:

(afhankelijk voor welk type behandeling(en) de therapeut is opgeleid kan hij de vertaalslag maken naar hoe dit vorm te geven)

Gebeurtenissen

Inventariseer met de jeugdige (en ouders/verzorgers) welke gebeurtenissen hij/zij heeft meegemaakt die een rol kunnen hebben gespeeld bij het ontstaan en voortbestaan van de klachten. EMDR-therapeuten kunnen hierbij (afhankelijk van het type klacht) bijvoorbeeld de intrusieroute, tijdlijnroute, opvattingenroute, of andere zoekroute gebruiken. Cognitief gedragstherapeuten maken hierbij bijvoorbeeld een functie- en betekenisanalyse.

Gedachten

Vanuit de cognitieve gedragstherapie kan met de cliënt bijvoorbeeld onderzocht worden welke kernovertuigingen hij heeft ontwikkeld over zichzelf/anderen/de wereld.

Schematherapeuten zouden kunnen inventariseren en analyseren welke schema's (en modi) bij een cliënt spelen.

Karakter

Hieronder kun je zowel de dynamiek in iemands karakter in een milde vorm verstaan, als forsere problematiek zoals onderliggende (ontwikkelings)stoornissen.



Uiteraard is het van belang om ook mee te nemen welke systemische factoren 'hout' kunnen zijn. Soms zijn er duidelijke triggers die het hout doen branden. Je zou er dan een aansteker bij kunnen tekenen en hier de triggers bij schrijven. Tevens kun je concluderen dat er eerst uitgebreidere diagnostiek nodig is om het hout (en vuur-blusmiddelen) goed in kaart te brengen.

Voorbeeld ter illustratie

Intakefase

Tobias is 12 jaar als hij wordt aangemeld. Hij piekert veel en schiet snel in de stress, wat regelmatig uitmondt in paniek. In de thuissituatie kan hij flink boze buien hebben. Gaandeweg is hij voor steeds meer situaties angstig geworden, waardoor hij steeds meer belemmerd wordt in zijn dagelijks functioneren. Zo durft hij in huis niet alleen boven te zijn, durft hij niet bij een vriendje te gaan spelen, vertoont hij claimend gedrag naar met name zijn moeder.

Tobias is altijd al erg gevoelig geweest, temperamentvol en met een sterke eigen wil ('karakter').

Tobias is geboren met een hartafwijking en in de eerste twee jaar van zijn leven heeft hij meerdere ziekenhuisopnames en hartoperaties gehad ('hout – gebeurtenissen'). Het kan zijn dat deze gebeurtenissen dusdanig stressvol en traumatiserend zijn geweest, dat ze nog altijd doorwerken in zijn emotie- en gedragsregulatie. Of er eventuele andere onderliggende problematiek meespeelt is in het beginstadium nog niet te zeggen en wordt als hypothese in het achterhoofd gehouden. Met name de combinatie van het claimende gedrag en de boze buien is erg pittig te verdragen en hanteren voor de rest van het gezin. Doordat dit reeds jaren voortduurt, kunnen er interacties in het gezin zijn ontstaan die een instandhoudende factor vormen voor de problematiek.

Tobias denkt veel na over wat er allemaal kan gebeuren, over wat hem of zijn ouders zou kunnen overkomen ('hout – gedachten').

Wat Tobias ten tijde van de intake al helpt om zich beter te voelen als het vuur oplaait, zijn youtube kijken, gamen, afleiding zoeken ('blusmiddelen').

Behandelfase

In de behandeling is EMDR ingezet op enkele nare ziekenhuiservaringen op jonge leeftijd. In oudergesprekken is onder andere besproken hoe ze de negatieve interactiecirkels met Tobias kunnen doorbreken. Na de EMDR was de heftigheid van de paniek, angst en boosheid sterk verminderd, evenals het claimende gedrag, maar kon Tobias nog wel snel in de stress schieten. Vervolgens zijn er met Tobias blusmiddelen geoefend die kunnen helpen het vuur te blussen als het toch weer oplaait en dus grip te krijgen op zijn gedrag- en emotieregulatie.

(Dit voorbeeld dient slechts ter illustratie en de tekst is een sterk ingekorte en vereenvoudigde weergave)

Zo kan het model van hout-vuur-blusmiddelen, zoals dat bij de behandeling telkens op tafel ligt en wordt aangevuld, eruit komen te zien:



Gebeurtenissen

- Naïve zielenhuiservaringen

-
-

Gedachten

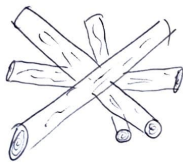
→ over wat er zou kunnen gebeuren

→ het moet perfect zijn

Karakter

- gevoelig
- temperamentaal
- sterke eigen wil

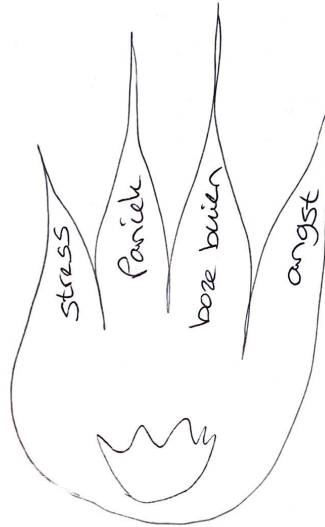
↻ anders en Tobias triggeren elkaar



Gebeurtenissen

Gedachten

Karakter



Wat al helpt (✓hulp):

- youtube
- gamen
- afleiding

Nieuwe manieren!:

- ademhaling
- helpende / geruststellende gedachten
- herinnering zwembad
- choose your battles



Mijn ervaring met dit model is dat kinderen vanaf jonge leeftijd al goed begrijpen hoe het werkt en kunnen meedenken over wat er moet worden ingevuld bij het hout, vuur en blusmiddelen. In de behandeling is het heel duidelijk waar je mee bezig bent en kan de jeugdige meedenken in keuzes hierbij. Wanneer je in de behandeling bijvoorbeeld volop bezig bent met behandeling van 'hout', maar de jongere zit net vlak voor een toetsweek en kan een emotionele sessie even niet gebruiken, dan kun je in overleg met de jongere de keuze maken om die sessie vooral te besteden aan blusmiddelen. Dat is vaak emotioneel wat minder zwaar en kan ook helpend zijn om grip te hebben op zichzelf tijdens de toetsweek. In het model is tegelijk wel heel duidelijk dat zolang er nog hout is, het wel aan te raden is om daar zo snel mogelijk weer mee bezig te gaan omdat je anders veel blusmiddelen nodig blijft hebben.

Het model biedt een gezamenlijk houvast voor het vormgeven van de behandeling en hierbij de doelen in het oog te houden. Het biedt een algemeen kader, waarmee je vanuit verschillende therapeutische stromingen en complexiteiten van problematiek uit de voeten kunt.