

Thema therapeutische relatie

Werkvorm: Luisteren met aandacht



De houding van de hulpverlener bepaald mede de kwaliteit van de therapeutische relatie. Kleine signalen kunnen grote impact hebben op cliënten, zeker bij kwetsbaarheid. In deze werkvorm staan jullie stil bij je houding als hulpverlener. Je ontdekt hoe kleine signalen grote impact kunnen hebben op cliënten. Aan de hand van een persoonlijke casus, onderzoek je hoe jouw gedrag overkomt en word je je bewuster van jouw invloed op de therapeutische relatie.

Deze werkvorm is gemaakt door MIND, in deze werkvormen ligt er nog meer nadruk op het patiënten- en naasten perspectief.

Doel

Bewustwording en reflectie op de eigen houding in de therapeutische relatie stimuleren, om cliënten beter te zien, horen en ondersteunen.

Tijdsindicatie

1,5 tot 2 uur, inclusief pauze.

Benodigheden

- Gedicht 'Luisteren': (zie hieronder)
- Casusbeschrijving 'Nadia' (zie hieronder)
- Stiften en een flip-over of (online) whiteboard

Stappenplan

STAP 1: Verkenning (15 minuten)

- Lees het gedicht "Luisteren"
- Reflecteer met elkaar op de volgende vragen:
 - Wat doet dit gedicht met je?
 - Hoe zorg jij ervoor dat je goed luistert naar je cliënt?
 - Vraag je weleens aan de cliënt wat voor diegene goed luisteren betekent?

STAP 2: Casus: dialoog en perspectiefwisseling (30 min)

Casus lezen en persoonlijke reflectie (5 min)

- Iedere deelnemer leest individueel de casus van Nadia.
- Reflecteer individueel op de volgende vragen (schriftelijk):
 - Wat valt je op in deze casus?
 - Welke emoties roept dit op bij jou als hulpverlener?
 - Wat zou jij in plaats van haar hulpverlener hebben gedaan?

Perspectiefwisseling in tweetallen (15 min)

- Speel in tweetallen een moment uit de casus (bijv. Vergeten afspraak, tussentijds telefoontje). Eén speelt de cliënt Nadia, één speelt de hulpverlener. Na 5-7 minuten: rollen omdraaien.

Plenair gesprek (10 min)

- Bespreek plenair:
 - Wat deed het met je om in de rol van cliënt te stappen?
 - Wat viel je op aan het gedrag van de hulpverlener?
 - Wat vraagt deze casus van jou als professional in contact en houding?

→ z.o.z.

Thema therapeutische relatie

Werkvorm: Luisteren met aandacht

(vervolg stappenplan)

STAP 3: Creatieve verbeelding - "Hoe ziet zorgvuldige aandacht eruit?" (45 min)

Groepsopdracht: "Maak een poster" (25 min)

- Denk terug aan het gedicht dat je eerder las. Deel de groep op en ontwerp per subgroep een poster of mindmap op flip-over over het volgende:
- "Zo geef ik zorgvuldige aandacht aan mijn cliënten". Wat betekent dat in woorden, beelden, gedragingen? Hoe ziet dat eruit op individueel niveau, maar ook op team- of instellingsniveau?

Galerijwand & dialoog (20 min)

- Iedere groep presenteert kort hun poster. Andere deelnemers mogen reageren.

STAP 4: Afronding (15 minuten)

- Welke lessen heb je geleerd?
- Wat neem je van vandaag mee om je werk morgen anders te doen?

Casusbeschrijving: Nadia's ervaring met haar hulpverlener

Nadia begon haar behandeltraject met veel onzekerheid. Vanaf het eerste gesprek voelde zij weinig aansluiting met haar toegewezen hulpverlener. Waar ze hoopte op een luisterend oor, ervoer ze vooral focus op diagnostiek en formuleren. Voor Nadia gaf dat het gevoel dat ze gezien werd als een 'casus' in plaats van als mens.

In de eerste periode had Nadia wekelijks contact. Toen de coronamaatregelen ingingen, werden afspraken telefonisch. Tot haar teleurstelling werd ze soms vergeten: de hulpverlener belde niet op of vergat de afspraak helemaal. Voor Nadia, die emotioneel kwetsbaar was en kampte met weinig vertrouwen, was dit erg pijnlijk. Het gaf haar het gevoel er niet toe te doen.

Ook na corona verliep het contact niet vlekkeloos. Soms hoorde Nadia pas ter plekke – na een uur reizen – dat de hulpverlener er niet was vanwege een onverwachte afspraak elders. Tijdens gesprekken nam de hulpverlener tussendoor telefoontjes aan. Voor Nadia voelde dit alsof haar verhaal niet de volledige aandacht kreeg. Haar vertrouwen brokkelde af.

Tegelijkertijd waren er momenten waarop het wél goed ging. Een vervangende hulpverlener nam de tijd, luisterde met volledige aandacht en vroeg regelmatig hoe Nadia het contact ervoer. Voor het eerst voelde zij zich echt gehoord. Ook bij enkele gesprekken met haar vaste hulpverlener merkte Nadia dat feedback over bijvoorbeeld vergeten afspraken serieus werd genomen. Die momenten gaven haar hoop dat het anders kon.

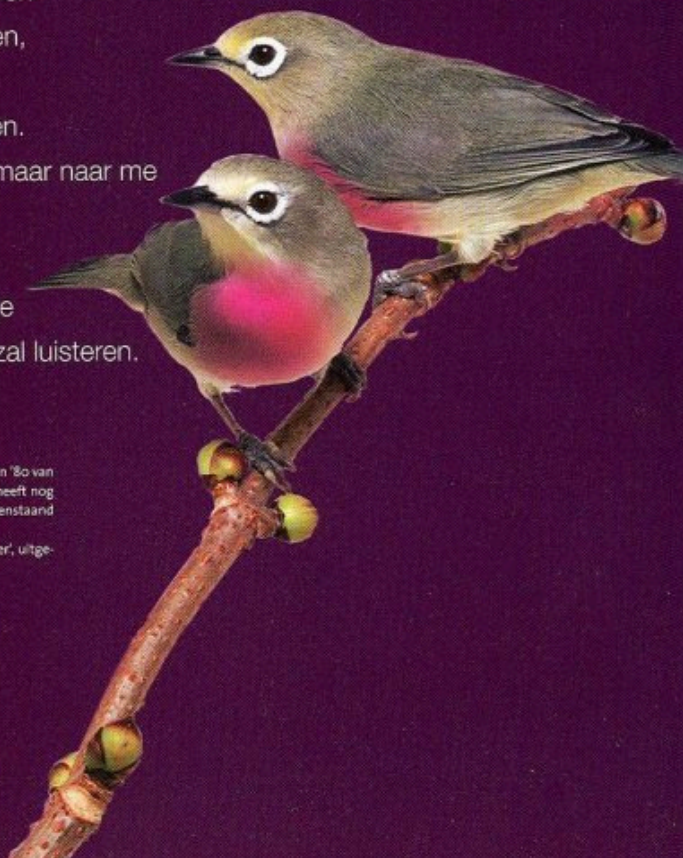
Uiteindelijk beëindigde Nadia het traject bij de eerste hulpverlener. Dit was voor haar echter geen gemakkelijke keuze. Samen met haar naasten sprak ze uitgebreid over de twijfels die ze had: wat als het met een nieuwe hulpverlener niet beter zou gaan, of als ze lang zou moeten wachten op nieuwe hulp? Het stoppen voelde als een sprong in het onbekende. Ze vond het moeilijk dat de oorzaak vooral buiten zichzelf werd gelegd. Toch leerde ze dat openheid en aandacht vanuit de professional voor haar het verschil konden maken. Ze verlangde naar een zorgvuldige overdracht en een constante factor in haar zorg, zodat zij niet steeds opnieuw haar verhaal hoefde te vertellen.

GEDICHT

luisteren

Als ik je vraag naar mij te luisteren en
jij begint mij adviezen te geven,
dan doe je niet wat ik je vraag.
Als ik je vraag naar mij te luisteren
en jij begint mij te vertellen,
waarom ik iets niet zo moet voelen
als ik voel,
dan neem jij mijn gevoelens niet serieus.
Als ik je vraag naar mij te luisteren,
en jij denkt dat jij iets moet doen
om mijn probleem op te lossen,
dan laat je mij in de steek,
hoe vreemd dat ook mag lijken.
Dus, alsjeblieft, luister alleen maar naar me
en probeer me te begrijpen.
En als je wilt praten,
wacht dan even en ik beloof je
dat ik op mijn beurt naar jou zal luisteren.

Het gedicht 'Luisteren' van Leo Buscaglia werd al in de jaren '80 van de vorige eeuw gepubliceerd, maar de boodschap ervan heeft nog niets aan kracht ingeboet. We vonden dan ook dat bovenstaand fragment in dit nummer niet mocht ontbreken.
Het gedicht is afkomstig uit de bundel 'Loving each other', uitgegeven bij Ballantine Books, ISBN 978 0449901571.



| happinez

Bron: luisteren gedicht - 'inzicht door ervaring'