

NASCHOLINGSCENTRUM MAATSCHAPPELIJK WERK

# TEAMNASCHOLING



## KORTE OPLOSSINGSGERICHTE THERAPIE

(OPLOSSINGSGERICHT WERKEN)



## KORTE OPLOSSINGSGERICHTE THERAPIE

### WAT IS DE KORTE OPLOSSINGSGERICHTE THERAPIE?

De *Solution-Focussed Therapy* is ontwikkeld door Insoo Kim Berg en Steve de Shazer en hun collega's van het Brief Family Therapy Center in Milwaukee.\* Zij sluiten nauw aan bij de empowerment beweging in het maatschappelijk werk in Amerika. Veel maatschappelijk werkers (o.a. Insoo Kim Berg) hebben een belangrijke bijdrage aan de ontwikkeling van de methodiek geleverd. Dat maakt hun interventies zeer geschikt voor het maatschappelijk werk.

### EMPOWERMENT

De Kortdurende Oplossingsgerichte Therapie (K.O.T.) is een van de best uitgewerkte methodische vertalingen van de empowerment gedachte. De K.O.T. is in zijn praktische uitwerking een methodisch manier van specifieke vragen stellen, waarmee de hulpverlener de eigen krachten van de cliënt bloot kan leggen en de motivatie tot veranderingen kan oproepen. De methodiek impliceert een zeer respectvolle houding naar de cliënten, hun wensen en mogelijkheden. Zij sluit goed aan bij de cliënt door binnen zijn referentiekader te blijven. In deze methodiek krijgen cliënten bovendien de "macht" om de doelstellingen van de hulpverlening en de middelen hoe die te bereiken zelf te bepalen.

### WAT IS ER NIEUW AAN DE KOT?

In de meeste hulpverleningen stelt de hulpverlener (in overleg met de cliënt) de diagnose, hulpverleningsdoelen, hulpverleningsplannen en interventies vast; hij is de expert. Daarvoor is een uitgebreide analyse van de problemen en de oorzaken ervan nodig. In de KOT wordt de cliënt de expert over zijn situatie. De hele aanpak is daarop gericht: de hulpverlener helpt de cliënt met gerichte vragen zijn eigen krachten, expertise en krachtbronnen te gaan ontdekken, te waarderen en te gebruiken. De cliënt wordt gezien als competent; hij is degene die weet welke hulpverleningsdoelen relevant voor hem zijn, welke vaardigheden, krachten en hulpbronnen hij heeft en wat voor hem oplossingen zijn die zullen werken. De expertise van de hulpverlener is om de aanwezige competenties aandacht te geven, uit te bouwen en in te zetten in een door de cliënt gewenste richting. Een analyse van problemen en oorzaken wordt als irrelevant gezien. De problemen en gevoelens van onmacht, frustratie en verdriet verdwijnen naar de achtergrond. Zij worden minder belangrijk en minder aantrekkelijk nu de cliënt ziet wat hij goed doet en hoe hij dat kan uitbreiden. De cliënt wordt van klachtgericht, krachtgericht.

### BEWEZEN EFFECTIEF

Uit ongeveer 80 onderzoeken (McDonald \*\*) blijkt dat de KOT bij vele cliënten en veel problemen tenminste even effectief is dan andere methoden terwijl hij minder tijd en geld kost. Hij is vooral effectief bij gedragsveranderingen en voor moeilijk behandelbare cliënten en is bovendien kortdurender. Het vermindert de druk en stress van de therapeuten. Een andere conclusie is dat effectieve hulp heel goed mogelijk is zonder de diagnoses, probleem-analyses, behandelingsplannen, protocollen of specifieke Bewezen Effectieve Methoden. De

KOT blijkt ook goed aan te sluiten bij wat onderzoek heeft aangetoond wat er werkt in de hulpverlening (de Vries\*\*\*)

\*Voor een uitgebreide inleiding: S. de Vries; *Kortdurende Oplossingsgerichte Therapie*. Maatwerk, juni 2002.

\*\* A. McDonald, *Solution Focused Therapy* Sage Publ. 2007

\*\*\* S. de Vries ; *Wat Werkt? De kern en kracht van het MW*. SWP 2007

## WAT IS HET NUT VOOR MAATSCHAPPELIJK WERKERS ?

Dat de KOT effectief is wil nog niet zeggen dat hij voor (Nederlandse) MW'ers bruikbaar is in de praktijk. De KOT is "hot", ook in het MW. In de afgelopen jaren heeft het NMW alleen al meer dan 11.000 MW'ers getraind Om te onderzoeken wat het nut voor hen was hebben we ongeveer 100 MW'ers werkers gevraagd of en hoe zij de KOT in hun dagelijkse praktijk gebruiken. De evaluaties vonden plaats direct na een vierdaagse training, ongeveer 8 maanden daarna en bij een instelling ook nog na anderhalf jaar (voor het verslag zie [www.ncmw.nl](http://www.ncmw.nl)) .

De uitkomsten:

- De nascholing werd als zeer praktisch hoog gewaardeerd
- Men kan er direct mee aan de slag.
- Men gebruikt de KOT in de loop der tijd steeds meer.
- Men kan hem bij veel cliënten gebruiken
- Men kan hem bij veel problemen gebruiken.

De effecten die men noemt zijn:

- Het werk wordt lichter. Men ervaart niet meer de last om oplossingen te moeten bedenken voor de problemen van cliënten men ziet dat de cliënt dat zelf kan.
- De gesprekken zijn positiever en meer ontspannen. Er is meer werkplezier.
- De cliënt wordt hoopvoller en actiever. Hij krijgt meer zelfvertrouwen.
- Ook zijn werk wordt lichter.
- Het werkt voor de cliënt heel overzichtelijk.
- Men werkt efficiënter. Men heeft meer overzicht en houvast in de gesprekken.
- Men werkt kortdurender.

Er lijkt een zelfenthousiasmerend effect uit te gaan van de KOT door twee 'beloningen'; men ziet bij de cliënten dat het werkt en het werk wordt lichter en positiever.

## EMPOWERMENT VOOR DE HULPVERLENER

Maatschappelijk werkers maken hun werk vaak zwaar door een "teveel": teveel willen bereiken, teveel oplossingen aandragen, teveel verantwoordelijkheid nemen. Deze nascholing wil 't tegenovergestelde bereiken. De hulpverlener zal leren te vertrouwen op de mogelijkheden van de cliënt en hem in een positiever licht gaan zien. Hij zal technieken in handen krijgen om de cliënt te helpen zelf verantwoordelijkheid te nemen voor wat hij wil veranderen. Daardoor zal 't werk niet alleen lichter worden maar komt de hulpverlener in zijn kracht: mensen helpen zichzelf te helpen.

## WAT HOUDT DE TRAINING IN?

Het doel van deze training is om die elementen van de K.O.T. die bruikbaar zijn gebleken voor het maatschappelijk werk in te oefenen en te integreren in de bestaande manier van werken. Cursisten ervaren dat zij positiever naar hun cliënten kijken en dat hun werk lichter wordt. De training heeft nadrukkelijk niet als doel om de cursisten een geheel nieuwe methodiek aan te leren. Onze ervaring leert dat dit ook niet nodig is om effectief oplossingsgericht te werken. Bovendien bestaat het gevaar van puur technisch handelen met voorbijgaan van de basale menselijke aspecten van de hulpverlening. Ervaringsgerichte interventies blijven nodig, zoals het creëren van een persoonlijke werkrelatie, het respectvol omgaan met emoties, het “er zijn” voor de cliënt, informatie geven en het aandragen van alternatieven. Vanuit onze jarenlange werkervaring met de KOT hebben wij de methodiek op enkele punten aangepast, zodat hij beter aansluit bij de Nederlandse manier van werken.

## WAT ZIJN DE ONDERWERPEN VAN DE TRAINING ?

De onderwerpen die behandeld zullen worden zijn:

- Wat Werkt?, de werkzame bestanddelen van de hulpverlening
- De praktische invulling van empowerment
- De onbevooroordeelde, “niet weten” houding van de hulpverlener
- Diverse cliënten: de klant, de klager en de bezoeker
- Het geven van complimenten en persoonlijke reacties
- Het werken met de “wondervraag” en de schaalvraag
- Het construeren van doelen en oplossingen
- Het vinden en analyseren van uitzonderingen
- Het versterken van vooruitgang

## HOE WORDT ER GEWERKT ?

Er wordt gebruikt gemaakt van ervaringsgerichte werkvormen zoals oefeningen en rollenspellen en casusbesprekingen. Er wordt zo praktisch mogelijk gewerkt. Van de cursisten wordt gevraagd dat zij tussen de trainingdagen het geleerde in praktijk brengen en daarover rapporteren. Daarnaast zal met behulp van theoriebesprekingen de praktijk verdiept worden.

## OPZET

Elke bijeenkomst zal bestaan uit een afwisseling van praktische vaardigheidstraining en van theoretisch reflexie.

In de ochtend sessie zal de literatuur van die dag besproken worden

De rest van de ochtend en de middag zal besteed worden aan:

1. praktische oefeningen en rollenspellen
2. intervisie rondom ter plekke ingebrachte professionele, methodische problemen.

Er is gekozen voor een soepele opzet zodat de behoeften van de cursisten zo precies mogelijk gevolgd kunnen worden.

## ERKENNING BEROEPSREGISTER

Deelname aan de volledige cursus levert 15,2 registerpunten op voor het opleidingstraject voor in Registerplein geregistreerde maatschappelijk werkers en sociaal agogen en voor bij de SKJeugd geregistreerde jeugdzorgwerkers.

## PRAKTISCHE ZAKEN

### Omvang

De training bestaat uit 5 dagen, waarvan 1 terugkomdag. Naar gelang behoefte en mogelijkheden kan over het aantal dagen overlegd worden.

### Literatuur

“De kracht van oplossingen” van P. de Jong/Insoo Kim ISBN 9789026522697 (uitgave 2015), prijs ca. € 45,- bij bol.com.

### Informatie

Marika Rijns, Van Goghlaan 14, 6006 PP Weert, tel: 0495-450667, [info@ncmw.nl](mailto:info@ncmw.nl)

NASCHOLINGSCENTRUM  
MAATSCHAPPELIJK  
WERK