

Casus Jelle

Jelle is een 17-jarige jongen. Hij is intelligent en begon zijn middelbare schoolcarrière op het gymnasium, maar is geleidelijk vastgelopen in zijn functioneren. De exacte oorzaak hiervan is onduidelijk, aangezien er geen directe traumatische gebeurtenissen zijn geweest. Jelle zit nu thuis en gaat slechts twee uur per dag naar een speciale school. Hij spreekt nauwelijks, maar communiceert enigszins non-verbaal. Uitgebreid onderzoek en verschillende behandelingen, waaronder EMDR en CGT, hebben niet het gewenste resultaat opgeleverd.

Tijdens de interactie met Jelle valt op dat hij vooral lijkt te verkrampen wanneer er gepraat wordt. Bij uitnodigingen om te bewegen laat hij echter meer van zichzelf zien door de keuzes die hij maakt. Hij laat duidelijk merken welke activiteiten hij wel of niet leuk vindt, zoals badminton, verschillende balspelen, en het bouwen met Kapla. In onze interacties kan Jelle zich soms volgzzaam opstellen ten opzichte van mij, maar hij is overwegend geneigd zijn eigen richting te kiezen. Hij gaat dan op in zijn spel, waarbij hij naast mij speelt in plaats van direct met mij samen.

Bij de reflectie met Brain Blocks heb ik geprobeerd een tijdslijn te maken, maar Jelle liep hierin vast. Het lukte hem niet om de blokjes te pakken en neer te leggen. Dit was voor mij een signaal om Brain Blocks op een eenvoudigere manier aan te bieden. Ik heb drie blokjes in de kleuren groen, geel en rood op een hoofd neergelegd en na elke activiteit wees ik een blokje aan om mijn beleving van de activiteit te reflecteren. Bijvoorbeeld: "Het badmintonnen was leuk, groen." Jelle kon me hierin volgen en varieerde tussen geel (neutraal) en groen (positief). Ook rood kwam naar voren wanneer ik iets voorstelde wat Jelle echt niet wilde doen. Ik heb deze werkwijze uitgebreid door de kleuren te combineren en meer of minder blokjes te gebruiken, afhankelijk van de situatie.

Aan Jelle en zijn vader heb ik uitgelegd dat het werken met blokjes helpt om te communiceren over ieders beleving en dat dit een eerste stap is richting het reguleren van emoties, het leren opmerken van grenzen, en het doorzien van oorzaak en gevolg binnen interacties. Deze uitleg hielp Jelle om het gebruik van de blokjes te accepteren, ondanks zijn aanvankelijke terughoudendheid. Door de indirecte uitleg aan zijn vader, werd de boodschap ook aan Jelle duidelijk gemaakt, zonder dat het confronterend aanvoelde.

In de loop van de behandeling is Jelle steeds vaker de blokjes gaan gebruiken. Hij kan hierdoor aangeven hoe het met hem gaat en hoe hij een activiteit heeft ervaren. Dit heeft hem geholpen om zijn emoties beter te 'verwoorden'. Omdat Jelle tijdens het bewegen laat zien goed te zijn in doorzetten om een doel te bereiken, hebben we gewerkt met een 'doorzetblokje', dat symbool staat voor zijn Sterke deel. Dit blokje helpt hem om te erkennen dat hij, ondanks zijn veronderstelde angsten en blokkades, over de kracht beschikt om uitdagingen aan te gaan en doelen te bereiken.

We hebben dit Sterke deel steeds verder versterkt door activiteiten te doen waarbij hij zijn doorzettingsvermogen kon oefenen, zoals het afronden van een Kapla-bouwwerk of het volhouden van een spel. Elke keer dat hij succesvol een taak afrondde of een activiteit voltooide, vierden we dit moment. Dit versterkte zijn zelfvertrouwen en gaf hem het gevoel dat hij controle kan uitoefenen op zijn situatie, zonder zich te hoeven terugtrekken.

Naarmate de therapie vorderde, kon Jelle steeds vaker zelfstandig het doorzetblokje gebruiken om aan te geven wanneer hij het gevoel had dat hij door wilde zetten, ook al vond hij iets spannend. Hij begon het blokje in te zetten als een hulpmiddel om moeilijke situaties aan te gaan, zowel tijdens de therapie als in de thuissituatie. Dit gaf hem de mogelijkheid om op zijn eigen tempo stappen te zetten richting meer zelfvertrouwen en autonomie. Het proces met de blokjes heeft niet alleen zijn communicatieve vaardigheden verbeterd, maar ook zijn emotie regulatie, waardoor Jelle meer grip krijgt op zijn eigen gedrag en gevoelens.