

Affectregulerende Vaktherapie, wat is dat?

Loes Broere

In 2019 volgde ik de driedaagse cursus Affectregulerende Vaktherapie bij Sanne van der Vlugt en Leanne Nieuwenhuis, van ROER. We begonnen met een drieluikje, waarin we een ijsberg, een wasstraat en een ei moesten tekenen. OK, dacht ik, leuk begin, maar...? Echter al snel bleek dat het een schot in de roos was. Wat een heldere en mooi uitgewerkte methode. In dit interview met twee van de ontwikkelaars laat ik jullie er graag kennis mee maken.

Wat is Affectregulerende Vaktherapie?

Affectregulerende Vaktherapie is een ervaringsgerichte methode in ontwikkeling die zich richt op het verbeteren van de zelfregulatie van kinderen en jongeren met gedrags- en emotionele problemen. Door samen met de therapeut vaktherapeutische activiteiten te doen, leert een kind verwoorden wat het doet, voelt en denkt. Opvoeders en leerkrachten worden actief betrokken bij de behandeling.

Wat is bijzonder aan deze methode?

Het uitgangspunt van Affectregulerende Vaktherapie is dat elk kind zowel krachten als kwetsbaarheden heeft en dat achter het problematische gedrag altijd een uniek kind schuilgaat. En dat kind wil zich gezien, gehoord en begrepen voelen en wil zich kunnen ontwikkelen. Met de inzet van Affectregulerende Vaktherapie wordt heel bewust de ervaringsgerichte route gekozen. Zo kan er een samen doen ontstaan tus-

sen therapeut en kind. En wordt er via externe regulatie gezocht naar interactieve regulatie. Juist door het samen doen, de gedeelde aandacht en het gedeelde plezier, ontstaat de dialoog. De wederkerigheid waarbij er aandacht is voor zowel het concrete ervaren als de subjectieve beleving. Een kind leert via deze overwegend non-verbale manier van werken te delen en uit te wisselen over wat er in hem omgaat. De praktijk leert dat het gezamenlijk doen van activiteiten, waarbij de aandacht wordt gericht op fysiek en zintuiglijk gewaarworden, kinderen en jongeren helpt bij het delen en verwoorden over wat er in hen omgaat. Dat is de kern van vaktherapie en daarom noemen we vaktherapie voor deze kinderen ook wel het "gouden ei".

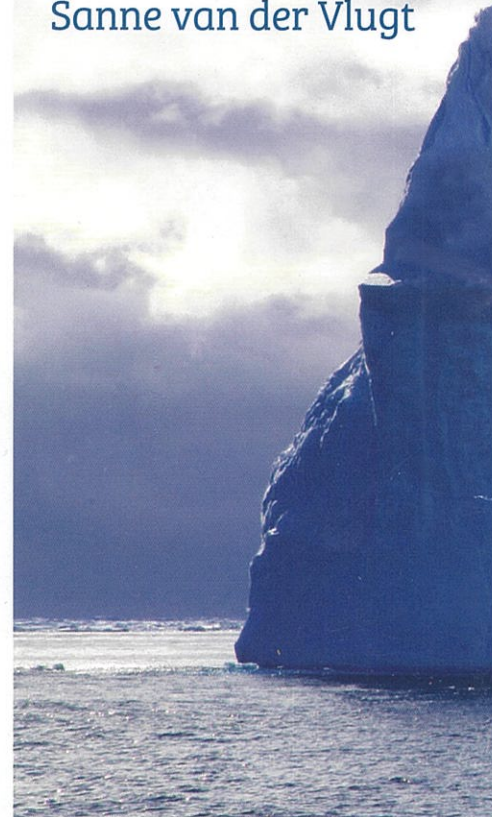
Voor welke problematiek is het geschikt en waarom?

Affectregulerende Vaktherapie (ArVT) is bedoeld voor kinderen en jongeren met ernstige gedrags- en emotionele problemen, die hun affecten¹ niet goed kunnen reguleren. Bij hen is het mentale proces niet op gang gekomen of verstoord verlopen; zij kunnen dus niet denken over voelen. Deze kinderen en jongeren lopen vast in hun ontwikkeling, veelal op meerdere gebieden zoals thuis en op school en worden aangemeld voor behandeling in de specialistische jeugdzorg.

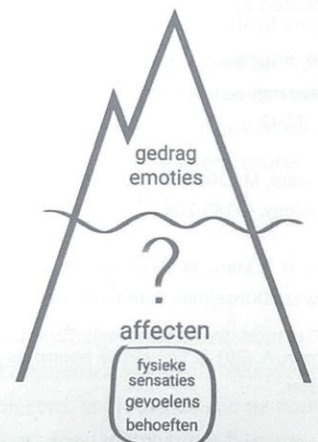
Wat is het verschil tussen emotie- en affectregulatie?

Zelfregulatie² (emotie- en gedragsre-

Een interview met
Leanne Nieuwenhuis en
Sanne van der Vlugt



gulatie) ontstaat in de veilige gehechtheidsrelatie met ouders en verzorgers. Kinderen leren zichzelf begrijpen als ze begrepen zijn en ze leren zichzelf kalmeren en bijsturen als ze eerst ervaren hebben dat ze gekalmeerd en bijgestuurd zijn. Kinderen die zichzelf niet goed kunnen reguleren, ontwikkelen gedrags- en emotionele problemen waardoor ze op diverse gebieden (zoals





thuis, op school, stage, vrije tijd) kunnen vastlopen. Er is eerst affectregulatie nodig voordat een kind zichzelf kan leren reguleren ofwel affectregulatie komt voor emotieregulatie.

Hoe is jullie methode ontstaan?

In 2009 komt een groep nieuwsgierige vaktherapeuten van verschillende vaktherapeutische disciplines op initiatief van Wijntje van der Ende bij elkaar. Zij bespreken het bevorderen van mentaliseren in vaktherapie. Deze ervaren vaktherapeuten, werkend met allerlei doelgroepen, zien in de praktijk dat vaktherapie werkt en zoeken naar de werkzame elementen in de vaktherapeutische interventies. Ze vragen zich af hoe een vaktherapeut op pre-verbale niveau contact maakt met een kind in de behandeling en hoe zij dit contact bevordert. En vooral: wat voegt het werken met een vaktherapeutisch middel toe aan de behandeling van kinderen met gedrags- en emotionele problemen?

Die bijeenkomst resulteert in een serieuze landelijke intervisiegroep van vaktherapeuten van alle disciplines. Er volgen meermalen per jaar intervisiebijeenkomsten. Kennis wordt gedeeld en casuïstiek besproken. De samenstelling van de groep wisselt en de vaktherapeuten verdiepen zich door cursussen of een master te doen. Al doende wordt theorie gevormd, waaruit zich met de jaren een ontwikkelingsgericht vaktherapeutisch kader kristalliseert. Theorieën en methoden worden omarmd en andere verworpen. Telkens wordt theorie naast ervaringen uit de praktijk gelegd. Impliciete ervaring wordt expliciete kennis.

Het bevorderen van mentaliseren³ in vaktherapie is lang het uitgangspunt van de bijeenkomsten maar in de loop van de jaren komt de focus meer te liggen op de fase in de ontwikkeling van voor het mentaliseren. In de gezonde ontwikkeling is dat de ontwikkelingsfase van het heel jonge kind (0-2,5 jaar).

De nieuwsgierigheid gaat uit naar: waar bestaat deze pre-verbale fase uit? Wat gebeurt daar wat essentieel is voor de verdere emotionele, cognitieve en sociale ontwikkeling? Hoe leert een kind zichzelf begrijpen en reguleren in de gezonde ontwikkeling en wat heeft de interactie met de beschikbare ouder hiermee te maken? De termen affectregulatie⁴, epistemic trust⁵ en zelfregulatie vallen steeds vaker in de discussies en blijken een sleutel naar verdieping bij het ontwikkelen van de vaktherapeutische methode. De groep vaktherapeuten verplaatst haar aandacht van het bevorderen van mentaliseren in vaktherapie naar het bevorderen van affectregulatie in vaktherapie. In Affectregulerende Vaktherapie beoogt de vaktherapeut om via de weg van interactieve regulatie epistemic trust te ontwikkelen bij het kind, zodat affectregulatie mogelijk wordt en daarmee zelfregulatie. Met als gewenst gevolg dat de gedrags- en emotionele problemen afnemen.



De methode is interdisciplinair. Hoe gaat dat in de praktijk?

Het mooie van ArVT is dat je als vaktherapeut juist heel dicht bij je vak blijft en dat je in afstemming op het kind en de fase van de behandeling je materialen en werkvormen kiest. "In het werkvormenboek beeldend, waar we nu hard aan werken, komen veel voorbeelden, maar ook juist tips en aandachtspunten om je discipline improviserend in te zetten. Geen kant-en-klaar stappenplan dus, wel concrete theorie over je therapeutische houding en veel ruimte voor materiaalinzet", aldus Leanne en Sanne. Het is de bedoeling dat er in de toekomst werkvormenboeken komen voor alle disciplines. Het merendeel van de 250 vaktherapeuten van alle zeven disciplines die de afgelopen drie jaar zijn getraind in de methode herkent zich in de werkwijze van de methode en vindt de ordening in fasen en interventies in ArVT zeer bruikbaar. Niet alleen vaktherapeuten werkzaam met kinderen, maar ook vaktherapeuten werkend met volwassenen en zelfs ouderen worden enthousiast van ArVT.

Jullie noemen het een transdiagnostische methode. Waarom?

Affectregulerende Vaktherapie biedt een transdiagnostisch kader en werkwijze waarmee bij diverse problematieken en diagnoses gewerkt kan worden aan het bevorderen van zelfregulatie en het verminderen van gedrags- en emotionele problemen. Kinderen en jongeren met verschillende diagnoses (zoals LVB, ASS, ADHD, hechtingsproblemen, trauma of angst- en stemmingsstoornis) hebben baat bij spanningsregulatie, aandachtsregulatie en affectregulatie.

Vertel eens over de ijsberg?

Om de ervaringskennis te ordenen

en de methode te beschrijven en te onderbouwen in begrijpelijke taal, hebben de ontwikkelaars gebruikgemaakt van verschillende bekende symbolen, waaronder de ijsberg. Het topje boven water en een onzichtbaar deel onder water, staat voor het zichtbare gedrag van het kind (topje) en de onzichtbare gevoelens, behoeften en fysieke sensaties (onder water). Wanneer een kind zichzelf niet kent en zich niet bewust is van wat het voelt, kan er zichtbaar (probleem)gedrag zijn, dat voortkomt uit een gebied dat nog niet verkend is. Het kind weet niet wat het voelt en waarom het doet zoals het doet en de ander (ouder, verzorger, leerkracht) weet ook niet wat er precies in het kind omgaat. Dit 'niet weten' geven we aan met een vraagteken. Kinderen en jongeren met affectregulatieproblemen geven op vragen als "Waarom doe je zo?" of "wat voel je?" vaak het antwoord: "Ik weet het niet" of ze halen hun schouders op. Om samen met het kind het vraagteken onder water te gaan begrijpen, is het belangrijk dat de therapeut samen met het kind 'not knowing' is. Niet-wetend, niet-invullend, maar eerst de aandacht richten op het concrete gedrag en de concrete taak in het hier en nu van de therapie.

Vervolgens richt de therapeut, via interventies horend bij de daaropvolgende fasen, de aandacht op het fysieke en zintuiglijke gewaarworden, waardoor het vraagteken onderzocht en langzamerhand ingevuld kan worden door het kind zelf.

Is er wetenschappelijk onderzoek gedaan naar de methode?

In het belang van het creëren van vaktherapeutische 'evidence based practice' dienen effectieve vaktherapeutische behandelinterventies goed beschreven, goed onderbouwd

en onderzocht te worden. Het FVB Kennisnetwerk Affectregulerende Vaktherapie (geformaliseerd in juni 2015) is hier op meerdere fronten mee bezig. Promovenda Liesbeth Bosgraaf doet onderzoek naar affectregulatie in vaktherapie. Haar promotor is prof. dr. Susan van Hooren, lector van het lectoraat kennisontwikkeling vaktherapieën (KenVaK). De procesevaluatie van de ArVT-methode (hoe wordt de methode in de praktijk uitgevoerd?) is op dit moment in volle gang. Studenten zijn druk bezig data te verzamelen bij therapeuten en cliënten die meewerken aan het onderzoek. Uiteindelijk doel is om in ieder geval van vijftien therapeuten en hun cliënten data te verzamelen en te analyseren. Naast deze procesevaluatie wordt er gewerkt aan een systematische review, waarin gezocht wordt naar effecten en werkzame elementen van beeldende therapie op psychosociale problemen.

Naast de procesevaluatie en de systematische review is er ook een meetinstrument in ontwikkeling betreffende de handelingen van de therapeuten bij de uitvoering van de ArVT-methode (wat doen ze nu eigenlijk precies?). Dit meetinstrument wordt door middel van verschillende testen op interbeoordelaarsbetrouwbaarheid gevalideerd. Na al deze stappen, die tegelijkertijd plaatsvinden, zet Liesbeth Bosgraaf ook langzamerhand de effectstudie uit. Het is van belang dat dit binnen afzienbare tijd opgestart wordt, omdat de behandeling volgens de methode vaak een langere periode beslaat.

Wat moet eigenlijk iedere vaktherapeut weten over de methode?

De vaktherapeuten moeten weten voor welke doelgroep de ArVT bedoeld is en aan welke doelen je middels ArVT kan

VACATURE

Reliëf

(muziek en spraak/ drama)

Ben jij op zoek naar verdieping binnen je vakgebied, een breder netwerk en een inspirerende klus, meld je dan voor een kennismaking met de redactie van Reliëf.

Wij zijn op zoek naar collega's **mu-
ziek** en **spraak/drama**, die mee willen werken aan het maken van ons vakblad. De werkzaamheden worden in overleg verdeeld en het kan gaan over de volgende taken:

- Auteurs benaderen, contacten leggen en onderhouden
- Artikelen schrijven/redigeren
- Interviewen
- Meedenken over inhoud en vormgeving van het blad
- Contacten met vormgevers en publishers

Reliëf verschijnt 3 maal per jaar. De redactie vergadert zes maal per jaar (ook regelmatig via skype).

Als redactielid kan je gebruik maken van een vrijwilligersvergoeding en het schrijven van een artikel levert drie accreditatiepunten op.

Ben je geïnteresseerd, mail dan snel naar redactierelief@kunstzinnigtherapie.nl. Of neem contact op met één van onze redactieleden: Marjolein Dorresteyn, Marjolein Scheffelaar, Rozemarijn Smids, Loes Broere.

werken. Als hij in zijn werk te maken krijgt met een kind of jongere (of volwassene) die niet kan praten over wat hij doet, voelt of denkt en waarbij uit de anamnese het vermoeden rijst dat het mentale proces verstoord is verlopen of niet op gang is gekomen, dan kan hij de interventies doelgericht inzetten.

Hoe kunnen therapeuten meer te weten komen over affectregulerende vaktherapie?

Op onze website staat veel informatie: www.affectregulerendevaktherapie.nl, of kijk op LinkedIn, FVB Kennisnetwerk Affectregulerende Vaktherapie. Meer informatie over de vierdaagse cursus vind je op de website van ROER: www.groenkader.nl.

Vaktherapeuten (beeldend, dans, drama, muziek, pmkt, pmt en spel) maken gebruik van de interventie. De methode wordt doelgroep- en vaktherapeutische-discipline-overstijgend beschreven, maar is als module+ voor de doelgroep kinderen (4-12 jaar) met een problematische gehechtheid (beeldend en muziek) te vinden in de databank van de FVB. De transdiagnostische versie van de methode is begin november 2018 toegelaten tot het erkenningstra-

ject van het Nederlands Jeugdinstituut (Nji). Binnen het erkenningstraject, dat bestaat uit verschillende feedbackrondes vanuit het Nji op de ingediende stukken, wordt het handboek op dit moment verder toegespitst, met als doel te worden opgenomen in de databank Effectieve Interventies van het Nji.

- 1 Affecten zijn fysieke sensaties, gevoelens en behoeften.
- 2 Zelfregulatie betreft de vaardigheid om doeltreffend ervaringen te reguleren, op meerdere niveaus: cognitief, emotioneel, fysiologisch en in gedrag (Blaustein & Kinniburgh, 2015).
- 3 Mentaliseren: "je kunt aanvoelen en snappen waarom jijzelf en anderen doen zoals zij doen, en begrijpen wat daar de achterliggende gedachten, gevoelens, motieven en intenties bij zijn. Als het jezelf betreft, betekent dit in staat zijn tot zelfreflectie; als het gaat om anderen spreken we van inlevingsvermogen in anderen" (Bleumer & Meijer, 2016, p. 27).
- 4 Affectregulatie: Het kunnen hanteren van allerlei positieve en negatieve affecten wat het voor een kind mogelijk maakt om zijn gedrag soepel aan te passen aan de omgeving (Verheugt-Pleiter & Zevalkink, 2005, p. 80). Affectregulatie is nodig om zelfregulatie te ontwikkelen.
- 5 Epistemic trust: de bereidheid aan de kant van de cliënt om nieuwe kennis als betrouwbaar, generaliseerbaar en relevant voor zichzelf te beschouwen. Met andere woorden: openheid om te leren uit nieuwe ervaringen. (Hutsebaut, naar Fonagy, 2017).

FVB Kennisnetwerk Affectregulerende Vaktherapie

Het bestuur van FVB Kennisnetwerk Affectregulerende Vaktherapie bestaat uit ervaren vaktherapeuten die het belangrijk vinden dat er een andere behandelroute op de kaart komt voor kinderen en jongeren die niet profiteren van gedragsmatige of inzichtgevende interventies. Het bestuur richt zich momenteel op het uitgeven van de theorie achter Affectregulerende Vaktherapie en het eerste werkvormenboek (beeldend), het begeleiden van het schrijftraject van andere disciplines en op samenwerking tussen de vaktherapeuten binnen het kennisnetwerk. De ontwikkelaars van de methode, waarvan er nog drie actief zijn binnen het bestuur, werken op dit moment aan het doorontwikkelen en beschrijven van de methode.