

Yucelmethode samen werken aan herstel

De Yucelmethode staat voor 'samen werken aan herstel'. De focus ligt niet alleen op de diagnose of de klachten, maar op de hele context. De regie ligt volledig bij de hulpvrager. Sinds enige tijd wordt er wetenschappelijk onderzoek gedaan naar de methode. Een gesprek met bedenker Mehmet Yucel, trainer Wieke Huizing en scientist-practitioner Jessica Vervoort-Schel.

Vijftien jaar geleden vond Mehmet Yucel, toen werkzaam als systeemtherapeut, dat de hulpverlening anders kon. "Wat mij ambieert is mensen zo te helpen, dat zij zichzelf kunnen helpen vanuit hun eigen kracht", zegt hij. "Ik hou er ook van om moeilijke materie zo te vertalen dat het hanteerbaar en behapbaar wordt. Veel behandelingen en benaderingen zijn erg complex. De Yucelmethode is vanuit die gedachte ontstaan, gericht op eigen regie en herstel."

Gekleurde blokken

De Yucelmethode is een kleurrijke, beeldende manier om niet alleen de hulpvraag en kwetsbaarheid van de hulpvrager in kaart te brengen, maar ook de context. De methode bestaat uit een blokkendoos met een balk, T-vormige, gekleurde blokken (steunende factoren) en rechthoekige, gekleurde blokken (belastende factoren). De hulpverlener nodigt de hulpvrager uit om een eigen opstelling te bouwen, zowel van de huidige als de gewenste situatie. Hulpverleners zitten altijd naast de hulpvrager. "De bedoeling is dat zij op hun handen gaan zitten. Hulpvragers pakken de eigen regie en laten zien hoe zij hun leven beleven." Een eventuele diagnose is minder belangrijk. De methode kijkt vooral naar wie de persoon is."

"Ik kijk heel breed en holistisch", zegt bedenker Yucel. "Waar woont deze mevrouw? Wat zijn haar talenten? Zijn er belangrijke mensen in haar leven? Er is interesse in wie zij is als mens. We gebruiken niet de term *patiënt*, maar *hulpvrager*. Ze is meer dan haar klacht."

De methode kan wel hand in hand gaan met traditionele behandelmethoden. Een diagnose zoals PTSS kan los van de Yucelmethode worden behandeld, conform de richtlijnen. De

krachten en lasten die de hulpvrager middels de methode heeft ontdekt, kunnen daarin weer extra steun bieden.

Rode en groene vragen

De Yucelmethode werkt met rode en groene vragen. Rode vragen gaan over de klacht en over verklaringen, groene vragen zijn gericht op het ontdekken van krachten. Trainer Wieke Huizing, orthopedagoog en gz-psycholoog, legt uit: "Je moet nieuwsgierig willen luisteren naar het verhaal van een hulpvrager. Kun je me er meer over vertellen? Op welke manier is iemand een steun voor jou? Ik zeg vaak: ik ga heel veel nieuwsgierige vragen stellen, omdat ik jou beter wil leren kennen. Het is meestal heel nieuw dat iemand daar de tijd voor neemt."

Groene vragen stellen - gericht op het ontdekken van krachten - is een kunst op zich. Orthopedagoog-generalist Jessica Vervoort-Schel, onderzoeker en programmaleider inhoud & onderzoek jeugd bij hulporganisatie Koraal, vertelt dat hulpverleners dit vaak het meest lastige vinden na het volgen van de training. "Het is iets dat je moet leren en waar je vertrouwd mee moet raken. Mensen die nog minder bekend zijn met de herstelgerichte visie, kost het meer tijd om zich dit eigen te maken."

Maar de methode gaat niet alleen over het positieve. Mehmet Yucel benadrukt dat de hulpvrager zelf de regie heeft en er ook ruimte is om het over moeilijke dingen te hebben. De enige voorwaarde is dat iemand dit zelf wil. Voor rode vragen wordt dan ook altijd toestemming gevraagd: "Mag ik je vragen wat er is gebeurd?"

Voor iedereen

De Yucelmethode wordt onder andere gebruikt binnen de jeugdzorg, de ggz, gezinshulpverlening, de gehandicaptenzorg



Opstelling gemaakt door een hulpvrager die langdurig thuis zat door corona. De onderste blokken zijn steunpilaren (hond en online gamen). Daarboven een gebroken levensbalk met daarop depressie (zwart), werk (grijs) en eenzaamheid (blauw) als lasten. Het rode blok op de grond is gezondheid.

en POH's. Er is een speciale training voor inzet bij mensen die functioneren op het niveau van een licht verstandelijke beperking. Ook voor supervisie of teambesprekingen kan de methode helpen om meer zicht te krijgen op de ervaren lasten, krachten en wensen van de medewerker of het team als geheel.

Tijdens de coronacrisis is *Yucel Thuis* ontwikkeld, een brievenbusversie van de blokkendoos. Hiermee kunnen mensen thuis zelf bouwen, onder begeleiding van een hulpverlener via videobellen.

Verhaal achter de klacht

Wieke Huizing werkt bij het behandelcentrum van Esdégé-Reigersdaal dagelijks met mensen met licht verstandelijke beperkingen. Voor haar geeft de Yucelmethode inzicht in waar mensen nu echt last van hebben. "Je ligt niet wakker van een sociale angststoornis of PTSS. Je ligt wakker van nachtmerries en de angst dat er zomaar iemand je huis in kan lopen. Als je vervolgens hoort dat iemand naast een buurman woont die de hele nacht schreeuwt, dan kun je je voorstellen dat je angstig wordt in je eigen huis. Als we het alleen maar over sociale angst hebben, dan hebben we het niet over die schreeuwende buurman. Maar die zorgt er misschien wel voor dat je je elke dag bang voelt en daardoor de straat ook niet meer op durft. Dat vind ik het mooie van de Yucelmethode, dat je die andere verhalen erbij krijgt."

Wetenschappelijk onderzoek

Jessica Vervoort-Schel maakt deel uit van het Koraalonderzoeksteam dat onder leiding van Xavier Moonen, onderzoek heeft gedaan naar de perspectieven op gezinskrachten, -lasten en -wensen van jeugdigen met neurobiologische ontwikkelingsstoornissen (zoals een verstandelijke beperking, ASS en ADHD) in de residentiële zorg, hun ouders en professionals. De Yucelmethode werd gebruikt om dit in kaart te brengen. Uit het onderzoek blijkt onder andere dat de dossiers relatief veel lasten gericht op kind-eigen problematiek bevatten. De Yucelmethode geeft daarentegen zicht op zowel persoonlijke, familie- als context gerelateerde krachten en lasten.

Ouders en kinderen met een licht verstandelijke beperking konden en wilden met de methode werken. Het onderzoek toont aan dat de methode bijdraagt aan het gezamenlijk zicht krijgen op de krachten, lasten en wensen van de hulpvrager. Dit vergroot het vermogen om met eigen uitdagingen om te gaan en zoveel mogelijk eigen regie te voeren. Een tweede studie naar de mate van adherence (naleving) aan de Yucelmethode door hulpverleners binnen Koraal liet veelbelovende resultaten zien. Het blijkt mogelijk voor hulpverleners om zich in interactie met mensen met cognitieve en adaptieve beperkingen aan het protocol van de Yucelmethode te houden.

Waarom moeten alle orthopedagogen zich gaan scholen in de Yucelmethode?

Jessica Vervoort-Schel: "Het zit 'm voor mij in de belangstelling voor het levensverhaal van de mens en het bijdragen aan het inzichtelijk maken en daarmee versterken van aanwezige krachten."

Mehmet Yucel: "Mensen hebben veel meer krachten dan we denken. Klachten zijn belangrijk, maar krachten net zo."

Wieke Huizing: "En daarbij de regie terugleggen bij de hulpvrager zelf. Door het visueel te maken, blijft het verhaal veel langer staan en zien ze ook waar groeimogelijkheden zitten. Het visuele is wat de methode zo prachtig maakt."

tekst: June Bragg

- Meer over de Yucelmethode en de training: www.yucelmethode.nl
- Mehmet Yucel, (2016), *Yucelmethode. 'Bouwen aan herstel'*.
- Kalis, T., Mercera, G., Vervoort-Schel, J., & Moonen, X. (2021) *In the eye of the beholder: perspectives on family burdens, strengths and desires through the lens of children with neurodevelopmental disorders in residential care, their parents and the professionals involved*. Manuscript in voorbereiding. Factsheet downloaden via: www.yucelmethode.nl/wp-content/uploads/2021/04/Factsheet_Yucelonderzoek_Koraal_def.pdf