

## Protocollair werken

Susan Bögels, hoogleraar Orthopedagogiek aan de Universiteit van Amsterdam en directeur van Academisch Behandelcentrum Ouder en Kind, vertelt in haar lezing over het belang van protocollair werken. Ook in de jeugd- en kindzorg. 'Dat gebeurt op dit moment nog veel te weinig.'



is dat deze aanbod gestuurd is. Ouders en kind kiezen zelf welke therapie ze willen volgen. Kunnen zij deze keuze wel maken? Bögels: 'De ouders die bij ons komen, weten zelf meestal heel goed welke therapie ze willen voor hun kind. Ze krijgen van ons informatie over geschikte therapieën en aan de hand daarvan maken ze een keuze. Door deze werkwijze zijn ouders en kinderen heel gemotiveerd en heeft de therapie een grote kans van slagen.'

Een zelfde advies wil Bögels ook geven aan CGt-ers. 'Specialiseer je vooral in de therapieën die je leuk vindt en waar je in gelooft. Houd je bezig met problemen en stoornissen die je interesseren.'

Wat drijft Bögels zelf? 'Toen ik klein was, wist ik al wat ik wilde worden: psychotherapeut. Ik wilde de wereld verbeteren, werken aan betere therapieën voor volwassenen en kinderen. Daarnaast ben ik nieuwsgierig; ik wil onderzoeken hoe dingen werkelijk zitten. Daarbij begeef ik me het liefst op onontgonnen terrein. Momenteel kijk ik met een team onderzoekers naar de intergenerationele overdracht van angst van ouders op kinderen en meer specifiek de rol van de vader hierin. De rol van de vader in het opgroeien van het (jonge) kind is in onderzoek opmerkelijk onderbelicht.' (NH)

## Het werkt, ook in de kinder- en jeugdzorg!

**B**ögels vergelijkt de werkwijze met die van de medische wereld. 'Als ik een blindedarmontsteking heb, wil ik niet bij een dokter uit Groningen een compleet andere behandeling krijgen dan bij een dokter uit Maastricht. Ik wil een behandeling die uitgebreid is onderzocht en waarvan de voordelen en risico's bekend zijn. Dit principe geldt ook in de ggz. Als een behandeling bewezen effectief is, hoeven we niet telkens opnieuw het wiel uit te vinden.'

Behandelcentrum Ouder en Kind maakt daarom zoveel mogelijk

gebruik van geprotocolleerde zorg. Bögels heeft zelf een cognitief gedragstherapeutisch protocol ontwikkeld voor de behandeling van angststoornissen bij kinderen: Denken + Doen = Durven. Bij het protocol zijn werkboeken ontwikkeld voor zowel ouder als kind. Het werkboek voor kinderen staat vol met illustraties en opdrachten. 'Aan de hand van het boekje leren kinderen wat gezonde angst is en wat niet. Ze leren wat ze kunnen doen om hun angst te verminderen, hoe ze met hun negatieve gedachten kunnen omgaan en hoe ze met hun vermijdingsgedrag aan de slag kunnen.'

### Rol ouders

Ouders worden zijdelings bij de therapie betrokken. 'Vroeger behandelden we kinderen met angststoornissen altijd met de ouders of het gezin. Uit ons onderzoek naar de effectiviteit van het protocol bleek echter dat individuele therapie net zo, en in sommige gevallen zelfs effectiever en efficiënter is dan gezinstherapie. We vonden dat angstige kinderen, die ouders hebben met een angststoornis, beter af zijn met individuele therapie,' licht Bögels toe. 'Doordat het kind succesvol wordt behandeld, worden ouders gemotiveerd om iets aan hun eigen angst te doen. Bovendien

*'Ze leren wat ze kunnen doen om hun angst te verminderen'*

wordt bij de ouders een grote zorg weggenomen, omdat het kind wordt geholpen.' Andere therapieën vragen juist wel weer om een actieve rol van de ouders. 'Kinderen met ADHD krijgen een training in Mindfulness. In acht sessies leren ze door meditatie hoe ze hun aandacht kunnen

vasthouden. Ze worden hierdoor rustiger en kunnen zich beter concentreren op één ding. Voor ouders worden parallele mindful parenting sessies gehouden,' aldus Bögels. 'Mindful Parenting wil eigenlijk zeggen: met aandacht opvoeden. Ouders leren tijdens de training hoe ze hun kind, in de schaarse tijd die ze soms hebben, écht aandacht kunnen geven. Ook leren ouders minder reactief te worden. Hierdoor wordt de ouder-kindrelatie verbeterd.'

### Zelf kiezen

Een ander belangrijk kenmerk van de zorg van het behandelcentrum