



multidimensionele  
FAMILIETHERAPIE



# Interventies en Kernsessies



SJI

Stichting  
Jeugdinterventies

**Stichting Jeugdinterventies**

Postbus 37

2300 AA Leiden

[www.stichtingjeugdinterventies.nl](http://www.stichtingjeugdinterventies.nl)

**Copyright @ 2018**

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt worden in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of door fotokopieën, opname, of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Stichting Jeugdinterventies.

# Inhoudsopgave

## Overzicht van MDFT Interventies

Uitgangspunten	5
Fase 1: Leggen van een basis	6
Fase 1: Interventies gericht op de jongere	7
Fase 1: Interventies gericht op de ouders en stijl van opvoeden	10
Fase 1: Interventies gericht op de relaties tussen gezinsleden	13
Fase 2: Werken aan verandering met thema's	15
Fase 2: Interventies gericht op de jongere	16
Fase 2: Interventies gericht op de ouders en stijl van opvoeden	18
Fase 2: Interventies gericht op de relaties tussen gezinsleden	22
Fase 3: Sluit de veranderingen af	24
Algemene interventies	24
Interventies buiten het gezin	25

## Overzicht van MDFT Kernsessies

MDFT-sessie 1	28
MDFT-sessie 2	38
MDFT-sessie 3	48
MDFT-sessie 4	54
MDFT-sessie 5	62
MDFT-sessie 6	65

---

## **Overzicht van MDFT-interventies**

Dit is een beknopt overzicht van interventies (acties) die MDFT-therapeuten moeten ondernemen als de situatie daarom vraagt.

Doel is een checklist te bieden, een snelle blik op mogelijkheden, een eerste indruk. Deze tekst kan de Handleiding echter niet vervangen.

De tekst is geschreven vanuit het perspectief van de therapeut.

Het overzicht noemt eerst een serie uitgangspunten en volgt dan de drie fases van MDFT: (1) Leggen van een basis, (2) Werken aan verandering en (3) Bestending van bereikte veranderingen plus Afronding.

Interventies richten zich op vier domeinen, ook hoekstenen genoemd: (1) de jongere, (2) de ouders, (3) het gezin in breder verband, en (4) derden: personen en instanties buiten het gezin.

## **Leeswijzer**

Waar hij/hem staat, graag ook lezen: zij/haar.

In het meervoud 'ouders' is het enkelvoud begrepen: een moeder of vader die bereid is aan MDFT mee te doen. Kan ook een voogd, pleeg-, stief- of grootouder zijn.

Het woord 'gezinsleden' hieronder staat voor jongere *plus* ouders.

## Uitgangspunten

- Relaties zijn essentieel. De therapeut is begaan, maar dient verschillen de partijen: jongere, ouders, gezin, derden. Dit vereist samenwerking, respect. De bedoelde meervoudige partijdigheid is mogelijk en gewenst.
- Bepaal en benadruk in elk contact de sterke kanten en de competenties van de betrokkene.
- Concentreer u op de motivatie van een jongere of gezin om te veranderen. Dik elke neiging in die richting aan. Motivatie is beïnvloedbaar.
- Heb oog voor stress en wanhoop.
- Wek positieve verwachtingen en hoop.
- MDFT is flexibel; geen eenheidsworst of kookboekhulpverlening. Pas interventies aan naargelang cultuur en etnische achtergrond van cliënten en naargelang de setting of het programma waarbinnen MDFT een plaats heeft. MDFT heeft een harde kern, maar is voor het overige aanpasbaar aan uiteenlopende doeleinden.
- Ernstig probleemgedrag is multidimensioneel bepaald. Verscheidene factoren zijn in het geding. Werk daarom op verschillende fronten: jongere zelf, ouders, familie, externe systemen.
- Neem kleine stappen. Vergroot successen.
- Zorg ervoor dat jongere en ouders werkelijk met elkaar praten: betrokken, serieus, met emotie, ter zake doend.
- Zoek naar haalbare oplossingen voor de problemen. Wees pragmatisch.
- Gebruik crises en mislukkingen om er kansen uit te peuren.
- Planning (vastleggen!) en flexibiliteit - doe eerst wat eerst moet - zijn kanten van een en dezelfde therapeutische medaille.
- Behandel fasegewijs. Zie later. Essentieel is een behandelplan.
- Als therapeut bent u de sleutel tot succes:
  - Geloof in verandering
  - Zoek steeds naar ieders sterke kanten
  - Schuw emoties niet
  - Doe wat nodig is: pragmatisch
  - Straal geen negatief oordeel uit.

# Leggen van een basis

## Sluit allianties

De therapeut moet zonder conflict meerdere bondgenootschappen sluiten. In ieder geval met de jongere en een of beide ouders. Het gaat hier om meervoudige partijdigheid.

## Motiveer

Motiveer de jongere en zijn ouders om behandeling te accepteren en te willen veranderen.

## Onderdelen Fase 1

### **1. Verwelkom jongere en ouders. Bereid ze voor op de behandeling. Leg eerste lijnen**

- Leg uit wat er gebeuren gaat.
- Benadruk de vertrouwelijkheid van de gesprekken.

### **2. Lok verhalen uit en gebruik ze**

- Visie van elk gezinslid op de problemen
- Reis door de gezinsgeschiedenis

### **3. Motiveer de jongere en zijn ouders om te veranderen**

- Gebruik de huidige crisis om krachten te mobiliseren.
- Creëer positieve verwachtingen, hoop en optimisme.
- Bouw aan meerdere relaties, met jongere, ouders en anderen

### **5. Werk direct 'multisystemisch'**

- Bepaal welke sociale systemen ertoe doen en begin daarmee te werken.
- Houd sessies met jongere, ouders en met beide 'partijen' samen.
- Ga samenwerking aan met relevante instanties, bv. school, werk, politie, reclassering.
- Gebruik de telefoon.

### **6. Creëer snel iets positiefs**

# Interventies gericht op de jongere

## Houding

### A. Gebruik begrijpelijke taal

Dus taal die aansluit bij de leefwereld van jongeren en anderzijds ouders.

Wees bedacht op de emotionele lading van woorden. Een woord als 'behandeling' kan bij een jongere verkeerd overkomen. Termen als 'deze aanpak' en 'hulp' verdienen de voorkeur.

### B. Luister

Wees een actieve luisteraar.

### C. Zoek steeds naar mogelijkheden om te prijzen, het met de jongere eens te zijn

Sta niet met een oordeel klaar. Toon interesse en waardering.

## Sluit een band en motiveer

### 1. Gebruik de huidige crisis of omstandigheden waarin de jongere verkeert als aanknopingspunt

Acties:

- Noem de gevolgen van wat er tot nu toe is gebeurd, breng een gevoel van **urgentie** over, laat de jongere erkennen dat er iets niet in orde is.
  - Vraag hem wat hij denkt en voelt en hoe hij zijn leven en zijn huidige situatie ziet.
  - Breng zijn verdriet, onvrede, boosheid, spijt, wanhoop, teleurstelling en ellende in kaart. Deze gevoelens geven weer hoe de jongere op dit moment denk over zijn situatie.
- Vraag hem hoe dingen in zijn leven beter kunnen: thuis, op school of werk, met vrienden, en indien relevant met politie, justitie of reclassering.
  - Wat vreet er aan de jongere? Wat zit hem dwars in de druk van ouders, onderwijzers, reclasseringsambtenaren e.d. om te veranderen?

- Moedig de jongere aan zijn zorgen en klachten over alles en iedereen te uiten. Die informatie kan een aangrijpingspunt vormen om hem te motiveren in behandeling te gaan en te blijven.
- Laat de jongere zo concreet mogelijk zeggen wat hij hoopt en verlangt.
- Steun de jongere in wat hij wil. Diep zijn wensen uit. Vraag naar het waarom.
- Leg tegenstellingen bloot tussen wat de jongere zegt voor zichzelf te willen (bijvoorbeeld een andere school, een baan, geen toezicht meer van reclassering) en zijn feitelijk gedrag, zoals zich afzonderen, spijbelen, met verkeerde vrienden rondhangen, ruzie met familie maken, dronken worden, enzovoort.
  - Bespreek nauwgezet welke dingen de jongere in de weg zitten om te bereiken wat hij graag wil.
  - Ga niet in discussie. Confronteer de jongere niet met bedoelde tegenstellingen, maar breng hem ertoe ze zelf onder ogen te zien. Daarbij kunnen ook andere volwassenen helpen. Maar wat zonnelklaar is voor volwassenen hoeft dat niet te zijn voor een jongere.
  - Stel stap voor stap vast welke praktische veranderingen in omstandigheden de jongere zouden kunnen helpen te bereiken wat hij wil. Dit perspectief kan de jongere doen beseffen hoe verkeerd en schadelijk zijn huidige gedrag is.

## 2. Wek positieve verwachtingen en bied toekomstperspectief

Acties:

- Motivatie (behandelbereidheid) is beïnvloedbaar. Hier ligt een taak voor de therapeut.
- Geef een goed beeld van het vermogen van MDFT om jongeren te helpen bij het oplossen van hun problemen en om binnen redelijkheid te bereiken wat ze willen. Vat samen wat de prestaties zijn van MDFT in wetenschappelijk onderzoek. Tal van jongeren in diverse landen hebben al voordeel gehad bij MDFT. De aanpak heeft vele eervolle vermeldingen op haar naam. Wees niet bescheiden in deze aanprijzing. Vertel hoe MDFT in zijn werk gaat.
- Overtuig de jongere ervan dat u als therapeut door dik en dun achter



hem zult staan, ook al zult u ook anderen in het gezin helpen.

- Bespreek met de jongere wat hij in zichzelf en in zijn leven wil veranderen. Geef aan hoe u daarbij kunt helpen.
- Zeg tegen de jongere dat MDFT kan helpen om dingen te laten gebeuren die hij of zij wil. In ieder geval dat mensen de jongere beter gaan begrijpen en behandelen.
- Wees optimistisch, maar beloof niet te veel.

### **3. Benadruk dat MDFT een proces van samenwerking is**

Stel met de jongere vast wat nodig is om te bereiken wat hij wil.

Bied aan daarin als team samen te werken.

De therapeut bepaalt niet wat de jongere moet doen, maar denkt samen met de jongere na over de te nemen stappen.

### **4. Smeed een band door belangstelling, respect en bewondering voor de jongere te tonen. Zoek naar sterke punten**

- Behandel de jongere als een persoon die ertoe doet, als een volwassene.
- Leer de jongere en zijn leefwereld kennen. Vraag naar hobby's en activiteiten: muziek, spelletjes, sport, familie, vrienden en vriendinnen – alles wat voor hem belangrijk is.
- Wees nieuwsgierig naar zijn dagindeling, naar wat hij dagelijks doet.
- Varieer uw vragen. U moet een goed beeld krijgen van het leven van de jongere, van wat hij voelt of denkt over van alles en nog wat. Een standaardinterview leidt tot verveling, niet tot begrip.
- Zoek naar pluspunten en eigenschappen die versterkt kunnen worden. Bijvoorbeeld een hobby of belangstelling waarbij aangehaakt kan worden. Overdrijf dit niet.
- Zoek naar bronnen van steun die gemobiliseerd kunnen worden, bijvoorbeeld een vriendin.
- Stel ook zwakke punten en bedreigingen vast, zoals verkeerde vrienden.

### **5. Streef naar vroeg succes**

Kies een doel dat de jongere wil bereiken en waarop u snel kunt scoren.

Toon zo aan dat het u menens is en dat MDFT de jongere werkelijk wat te bieden heeft.

- Vaak gaat het om iets wat de ouders kunnen doen: minder zeuren, meer vrijheid geven.
- Maar u kunt ook als therapeut bij rechter, school, club, reclassering bemiddelen om iets soepeler te zijn, een dreigende beslissing af te wenden of een bepaalde verandering toe te staan.
- Dit eerste succes hoeft niet de kern van de problemen van de jongere te raken. Grijp de kansen die zich voordoen.

## **6. Moedig hoop en dromen aan**

- Vergroot zaken uit waarin de jongere goed is of kan worden.
- Bespreek met hem wie hij ooit was, wie hij nu is en wie hij wil worden.
- Wees optimistisch over zijn toekomstkansen.

## **7. Stel comorbiditeit vast (bijvoorbeeld depressie, angststoornis)**

Verwijs zo nodig naar een psychiater of andere specialist voor diagnostiek en consultatie, zonder betrokkenheid te verliezen.

## **8. Werk op het gemoed van de jongere om de behandeling althans te proberen**

De jongere moet geloven dat MDFT helpt om veranderingen te realiseren. Gebruik daarbij al uw overredingskracht. Laat merken dat u aan de kant van de jongere staat.

# **Fase 1: Interventies gericht op de ouders en stijl van opvoeden**

## **1. Onderzoek en bespreek stress en belasting van de ouders nu en in het verleden**

- I Stel vast wat er bij de ouders speelt.
- II Zoek naar mogelijkheden om met de ouders en hun zorgen, pijn, verdriet mee te voelen.

III Prijs en steun hun pogingen om de jongere te helpen; versterk hun betrokkenheid bij hem.

## **2. Geef ouders erkenning voor opvoedinspanningen uit het verleden**

- I Moedig ouders aan te praten over hun inspanningen, over wat werkte en wat niet. Laat ze verhalen vertellen die illustreren wat ze bedoelen.
- II Vertel ze hoe goed ze het gedaan hebben onder moeilijke omstandigheden. Dat ze het beste met hun kind voorhadden en hebben.
- III Benadruk wat ze goed doen, wat hun sterke punten zijn.
- IV Steun hen in hun rol als ouders, maar ook als individu met eigen dromen en zorgen.  
Luister goed. Vat samen wat u hoort in termen van thema's en gevoelens.

## **3. Stel met de ouders vast welke problemen er zijn met de jongere**

- Denk aan stoornissen, spijbelen, druggebruik, vrijetijdsbesteding, weglopen, agressie, delinquentie, enzovoort. Bespreek dit zo concreet mogelijk: bijvoorbeeld wanneer begon hij te blowen, met wie, hoe vaak.
- Bespreek de relatie tussen ouders en jongere.
- Hoe reageren de ouders op het probleemgedrag? Wat vinden zij van hun opvoedvaardigheden in dit verband?

## **4. Plaats de jongere en zijn gedrag en het gezin in ontwikkelingsperspectief**

- I Vertel hoe jongeren zich in de puberteit/adolescentie ontwikkelen en wat daarin kan misgaan.
- II Verklaar het gedrag van de jongere en de reactie van het gezin daarop uit factoren die van belang lijken: bedoeld ontwikkelingsproces, dingen die gebeurd zijn of in het gezin spelen, sociale druk van bijvoorbeeld vrienden, psychopathologie, en indien relevant de invloed van drugs en alcohol.
- III Geef aan hoe de jongere zich verder kan ontwikkelen. Leg uit dat bij die verdere ontwikkeling de ouders een belangrijke rol blijven houden.

## **5. Versterk bij de ouders gevoelens van liefde en betrokkenheid**

Het gaat hier om herstel van de band tussen jongere en ouders.

- I Zoek naar mogelijkheden voor verdieping en ontwikkeling van ouderlijke gevoelens en uitingen: warmte, optimisme, waardering voor hun kind. Vraag de ouders bijvoorbeeld om albums te laten zien met foto's van hun kind toen hij jonger was. Help hen om aan die (betere) tijd terug te denken. Aan de dromen en verwachtingen die zij toen van hun kind hadden.
- II Breng tegelijk het besef over dat het nog niet te laat is. Dat de ouders het niet moeten opgeven.

## **6. Onderzoek wat voor jeugd de ouders zelf hadden**

- I Laat ze vertellen hoe hun eigen jeugd was, de relatie met hún ouders.
- II Vraag ze duidelijk te maken hoe ze hun stijl van opvoeden hebben geleerd en op welke opvattingen hun aanpak berust. Gaven hun ouders een slecht voorbeeld? Wat hebben ze uit hun jeugd geleerd dat ze beslist niet voor hun eigen kind willen of juist wél willen.

## **7. Maak de ouders duidelijk dat MDFT ook in hún voordeel is**

De therapeut is een bondgenoot en pleitbezorger ook voor de ouders. Laat dit blijken in woord en daad. Geef hoop.

## **8. Benadruk de belangrijke rol van ouders**

Laat hen beseffen dat ze een sleutelrol hebben in de ontwikkeling van hun kind en dus ook in het welslagen van de behandeling.

## **9. Motiveer de ouders om het beste te proberen**

Aan het eind van de behandeling moet de ouder zichzelf in de spiegel kunnen zien en zeggen: "Ik heb alles geprobeerd. Ik kan mijzelf niets verwijten".

Speel van begin af aan in op voorkómen van zelfverwijt.

## **10. Laat de ouders zich committeren**

- I Help de ouders om luid en duidelijk te zeggen dat ze alles zullen doen wat in het belang van hun kind is, ondanks al de treurnis en

eigen zorgen die tot dan toe de revue hebben gepasseerd.

- II Laat ze vervolgens voor hun kind in actie komen. Stel meteen met hen een plan van actie op.

## Fase 1: Interventies gericht op de relatie tussen gezinsleden

### I. Stel interactiepatronen tussen gezinsleden vast

Observeer hoe ze zich onderling gedragen in gesprekken die ze hebben of die u uitlokt (techniek van *enactment*, rollenspel met levensechte rollen: uitleven van de echte interacties tussen gezinsleden.).

Zijn er conflicten? Hoe goed praten ze met elkaar (oppervlakkig of over belangrijke kwesties)? Wordt er gestreefd naar oplossingen? Zoeken ze elkaar op of mijden ze elkaar? Is er onderling warmte, waardering, liefde?

### II. Stel de voorgeschiedenis van het gezin vast

- Wat is er in het verleden gebeurd? Wat is er tot nu toe fout gegaan?
- Zoek naar kenmerkende verhalen, tekenen van kracht, vermogen om moeilijke situaties het hoofd te bieden (bijvoorbeeld blijkend uit succes bij andere kinderen).

Maar zoek ook naar aanwijzingen voor verwaarlozing van het kind of andere pijn uit het verleden.

- Is de samenstelling, het inkomen of de huisvesting van het gezin anders geworden? Met welke gevolgen? Is er wat in de buurt veranderd?

Sommige zaken die hier opduiken moeten een thema vormen in Fase 2 van MDFT.

### III. Maak een start om de gezinsleden beter met elkaar te leren praten over simpele en moeilijke zaken. Betere communicatie

I Gebruik *enactment* vanaf het eerste moment.

II Laat de gezinsleden zoeken naar oplossing van problemen. Laat ze

relationele vaardigheden oefenen, conflicten onder ogen zien, hun onderlinge band versterken.

III Grijp alledaagse gebeurtenissen aan om ze beter naar elkaar te laten luisteren en op elkaar te laten reageren, zonder dat ze onderling in kritiek vervallen.

IV Zorg ervoor dat elk gezinslid zich kan uitspreken.

V Het verleden moet aandacht krijgen, maar niet in een sfeer van verwijten. Negatieve gevoelens moeten plaatsmaken voor positieve.

#### **IV. Concentreer u op de positieve en emotionele component van hun relatie**

Laat de gesprekken getuigen van de betrokkenheid en de genegenheid van de gezinsleden onderling. Vergroot die gevoelens uit.

In de eerste sessie zal het functioneren van het gezin te wensen overlaten. Maar er zijn voor de therapeut bijna altijd bronnen om aan te boren.

## Fase 2: Werken aan verandering en met thema's

De interventies uit Fase 1 lopen indien nodig hier door.

Denk niet dat als therapeutische allianties tot stand zijn gekomen (eerste fase) er op dat vlak weinig meer hoeft te worden gedaan. Het blijft hard werken om de band (alliantie) met gezinsleden te behouden en te versterken.

In Fase 2 komt die band onder druk te staan door de stress die gepaard gaat met de benodigde verandering en doordat terugval dreigt. Soms gaat het goed, soms minder goed, als eb en vloed.

Uitgangspunt is '*First things first*': doe wat er als eerste te doen staat en wees daarin pragmatisch.

### Onderdelen Fase 2

- 1. Werk met thema's. Introduceer vanaf het begin het thema 'ontwikkeling'**
- 2. Begin met thema's die makkelijk liggen**
- 3. Zorg voor veranderingen in de vier domeinen:**
  - I Bij de jongere zelf: bevorder zelfonderzoek, wek hoop en dromen, geef hem een stem, stimuleer communicatie met de ouders.
  - II Bij de ouders: verminder stress en belasting; aandacht voor zelfzorg, opvoedvaardigheden en het bezweren van conflicten tussen ouders.
  - III Gezin: versterk verbondenheid en liefde, stimuleer onderhandelingen en verstevig vaardigheden om problemen op te lossen.
  - IV Werk ook aan veranderingen buiten het gezin: op school, in vrijetijdsbesteding, enzovoort.

4. **Daag de jongere en zijn ouders uit en betoon daarbij waardering en respect**
5. **Gebruik crises, mislukkingen en terugval als kansen, als uitdagingen**

## **Fase 2: Interventies gericht op de jongere**

1. **Help de jongere zijn gedachten, zorgen, opvattingen en gevoelens jegens zijn ouders te uiten**
  - Om welke zaken draait het volgens hem? Hij moet zich duidelijk uitspreken.
  - Help hem om te beslissen wat hij wel en niet tegen zijn ouders wil zeggen.
  - Reik hem woorden aan, oefen met hem.
2. **Vergroot het zelfinzicht van de jongere**
  - Wat ervaart de jongere als positief of juist negatief aan zijn gedrag? Gedragingen als zich afzonderen, drinken, druggebruik, spijbelen, (onbeschermd) seks, stappen of rondhangen met vrienden die het niet zo nauw nemen, enzovoort.
  - Help hem de keerzijde van de medaille te zien. Dus bij delinquentie bijvoorbeeld niet alleen de kick, de status, het geld, maar ook aanhouding, van school geschopt worden, teleurgestelde ouders.
  - De jongere zal ambivalent zijn in zijn wens te veranderen. Die ambivalentie moet zichtbaar worden gemaakt.
  - Breng probleemgedrag ter sprake, zoals zojuist genoemd. Help de jongere met het erkennen van de waarheid en met leren inzien wat de gevolgen van zijn gedrag kunnen zijn.
3. **Breng in kaart wat de jongere belemmert om te veranderen**

Wil de jongere veranderen, maar heeft hij daarbij hulp nodig? Of is hij ambivalent in de wens tot verandering?



Er zijn als het ware twee krachten aan het werk. Aan de ene kant trekt de straat, trekken zijn vrienden, trekt de kick. Aan de andere kant trekken zijn goede kanten en zijn familie.

#### **4. Bespreek met de jongere welke stappen nodig zijn om te veranderen**

- Praat met de jongere over wie hij was, wie hij is en wie hij wil zijn. Wat moet hij doen om te bereiken wat hij wil? Verbind dromen en ambities met benodigde acties.
- Help de jongere een plan van aanpak op te stellen en noodzakelijke stappen te zetten. Werk probleemoplossend, pragmatisch.
- Kijk tijdig uit naar obstakels. Denk aan strategieën om de jongere over hobbels heen te krijgen.

#### **5. Als de jongere een depressie of angststoornis heeft, besteed daaraan specifieke aandacht**

Geef jongere en ouders voorlichting over de stoornis.

Laat de jongere een dagboek bijhouden van wat hij dagelijks doet.

Laat hem opschrijven welke gedachten hem overvallen.

#### **6. Als de jongere problemen heeft met alcohol of drugs, laat dan zijn urine geregeld testen**

Zo'n test is niet bedoeld om te straffen, maar om bij te dragen aan de behandeling.

Een gunstige uitslag werkt motiverend. Een negatieve nodigt uit tot bespreking waarom de jongere (nog steeds) stevig drinkt of drugs gebruikt, wat de functie daarvan is (zelfmedicatie, poging zich staande te houden en uitdagingen aan te kunnen). MDFT zal andere manieren moeten aanreiken om in die functies te voorzien.

#### **7. Verbeter communicatievaardigheden**

Leer de jongere om beter te communiceren met zijn ouders, onderwijzers, andere volwassenen.

Laat hem zien dat respectloze, onverschillige of boze reacties leiden tot het tegendeel van wat hij wil. Laat hem nieuwe manieren van communiceren uitproberen, niet om wat hóórt, maar om wat hij daar persoonlijk mee kan bereiken.

## **8. Verbeter functioneren op gebieden waar jongeren in problemen kunnen komen: agressieregulering, impulscontrole, negatieve gedachten en zelfbeeld, besluiteloosheid**

- Laat de jongere zien waar zijn acties toe leiden.
- Train hem in agressieregulatie en impulscontrole. Oefen met hem vaardigheden om nee te zeggen en zijn emoties en ingevingen onder controle te houden.
- Help de jongere na te denken voor hij iets doet.
- Oefen met hem vaardigheden in het nemen van besluiten.

## **Fase 2: Interventies gericht op de ouders en stijl van opvoeden**

### **1. Benadruk het belang van zelfzorg**

- I Ouders kunnen zich meestal zelf helpen. Zeg hen dat ze voor zichzelf moeten opkomen.
- II Enige assistentie kan welkom zijn. Stel vast wat hun behoeften zijn, welke steun ze daarbij van de therapeut en van andere bronnen nodig hebben.
- III Help de ouders naar hun eigen leven te kijken. Hebben ze psychische hulp nodig? Verwijs ze zo nodig.

### **2. Breng in kaart welke belemmeringen de ouders ervaren bij het streven naar verandering**

Wat zit er achter opmerkingen als "Ik kan niet", "Het wordt toch niks."  
Veel ouders staan ambivalent tegenover verandering. Waarom?

### **3. Blijf hoop geven en positieve verwachtingen wekken**

Blijf zeggen dat dingen in het gezin kunnen verbeteren, dat de jongere kan veranderen en dat de ouders daaraan kunnen bijdragen.

### **4. Stel conflicten tussen de ouders aan de orde: Werk daarbij motiverend, inspirerend**

- I Laat ouders beseffen dat opvoeden teamwork is. Dat ze hun ruzies even opzij moeten zetten en hun krachten moeten bundelen in het belang van hun kind.
- II Wees optimistisch: "U kunt dit aan. Dit is al bij veel families gelukt, omdat ouders van hun kind houden.

### **5. Stel conflicten tussen de ouders aan de orde**

- I Laat de ouders een plan opstellen voor hoe ze samen als team zullen optreden.
- II Werk samen met de ouders aan oplossing van problemen.
- III Laat de ouders een proefondervindelijke aanpak volgen. "Werkt dit niet, dan proberen we wat anders". Vertel dat u weet hoe moeilijk dit is.

### **6. Bereid de ouders voor om écht te luisteren naar hun kind en zijn verhaal**

Zeg hen dat als ze invloed willen hebben op hun kind, ze moeten weten wat hij bedoelt en moeten begrijpen hoe zijn wereld in elkaar zit. Eerst begrijpen, dan pas handelen.

Vertel de ouders dat ze dingen te horen kunnen krijgen die hen niet aanstaan, maar dat het beter is dat hun kind eerlijk is.

- Ouders kunnen het gevoel hebben dat ze het contact met hun kind kwijt zijn. Ze moeten een handreiking krijgen om het contact te herstellen, wetend dat ze vervelende dingen te horen kunnen krijgen.
- Kinderen luisteren beter naar hun ouders als ze zich begrepen voelen.
- Help de ouders om kalm te blijven en niet meteen te veroordelen. Help ze om echt te willen begrijpen, om zicht te houden op het doel: betere vooruitzichten voor hun kind, om de eerlijkheid van hun kind te waarderen.

## **7. Leer de ouders hun eigen gedrag onder ogen te zien**

Zaken als apathie, agressie, drinken of ander probleemgedrag.

Help hen hun gedrag te veranderen. Verwijs ze zo nodig naar een hulpverlener of instelling.

Het is voor jongeren een belangrijk signaal als hun ouders willen veranderen.

## **8. Help de ouders om af te stappen van gemakzuchtig gedogen**

- I Geen vergoelijking of ogen toeknippen voor regels breken, overmatig drinken, druggebruik, spijbelen, enzovoort. Een strikte houding is geboden.
- II Ook als de ouders zelf over de schreef gaan (zwaar drinken, druggebruik, verwaarlozing van gezinsrelaties, et cetera), mogen ze het gedrag van hun kind nog steeds niet verontschuldigen. Laat ze tegen hun kind zeggen dat ze hem willen besparen wat hun zelf is overkomen.
- III Het moet vanzelfsprekend zijn dat de jongere naar school of werk gaat, zich niet een stuk in de kraag drinkt of een overmaat aan drugs gebruikt, niet de hele nacht wegblijft, enzovoort.

## **9. Geef de ouders voorlichting over opvoeden en over de ontwikkeling van jongeren**

Plaats het gedrag van de jongere in het perspectief van diens ontwikkeling.

Geef aan waar de ontwikkeling zorgelijk is, maar werp geen onnodige problemen op.

Zeg ook welke problemen 'normaal' zijn, dus vaak op deze leeftijd voorkomen.

## **10. Geef de ouders een steun in de rug**

- I Geef ze zelfvertrouwen in hun vermogen om op te voeden, invloed te hebben.
- II Een middel daarbij is welgemeende empathie: invoelen hoe het is

een kind (uw kind) onder deze omstandigheden te moeten opvoeden.  
Wat voor zorgen zou u zich maken, hoe zou u zich voelen?

III Help hen om gezag uit te stralen, door het leren van nieuw gedrag in kleine stapjes. Denk klein en concreet; dat is vaak de sleutel tot behandelingsucces.

### **11. Help de ouders te beslissen wat ze willen voor hun kind en gezin en op**

welke punten ze de strijd met hun kind willen aangaan

Niet elke strijd kan gewonnen worden, dus ouders moeten daarin prioriteiten stellen.

### **12. Leer de ouders opvoedvaardigheden passend bij de leeftijd van de jongere**

Stappen bij opvoeden: monitoren (vinger aan de pols houden), grenzen stellen, gevolgen van gedrag duidelijk maken, vervolgacties ondernemen, waaronder beloningen en sancties.

### **13. Help de ouders om voor hun kind beschikbaar te blijven**

Beschikbaar in emotioneel, affectief opzicht. Leg uit dat uit een opmerking van de jongere als "Je begrijpt me toch niet" de wens spreekt om wél begrepen te worden.

### **14. Verstevig sociale steun**

Help ouders om steun te krijgen bij de opvoeding van hun kind, bijvoorbeeld via zelfhulpgroepen in aanvulling op MDFT.

## Fase 2: Interventies gericht op de relatie tussen gezinsleden

- 1. Bevorder discussie tussen de gezinsleden (enactment) waardoor ze andere manieren ontwikkelen om met elkaar te praten en om te gaan**
  - I Wees daarbij actief. De gezinsleden praten, de therapeut leidt alles in goede banen.
  - II De eerste stap is het leren van nieuwe manieren voor onderlinge interactie. Laat de gezinsleden daarna de voordelen van de verbeterde communicatie ervaren.
  - III Concentreer u op zaken die zowel voor de jongere als de ouders van belang zijn.
  
- 2. Maak conflicten bespreekbaar**
  - Leg het conflict op tafel, zodat niemand er omheen kan.
  - Haak aan bij wat er voor uw ogen gebeurt. Gezinsleden tonen gezonde en ongezonde vormen van interactie.
  - Zorg dat de gezinsleden aan probleemoplossing gaan doen. Leer ze manieren te vinden om het conflict te beëindigen.
  - Help hen zich te uiten zonder in de verdediging te schieten en zonder verwijten te maken.
  
- 3. Stimuleer leeftijdsadequate omgang tussen de jongere en zijn ouders**
  - I Help de jongere om met zijn ouders op gepaste wijze te onderhandelen.
  - II Laat ze bijvoorbeeld samen huisregels opstellen en andere afspraken maken, dus met actieve betrokkenheid van de jongere.
  
- 4. Zorg ervoor dat de jongere in gesprekken met zijn ouders aan zijn trekken komt en zijn eigen verhaal kan vertellen**
  - De jongere moet zijn zorgen, klachten, angsten, wrok kunnen uiten. De dialoog moet eerlijk zijn.
  - Laat de jongere zeggen wat hij van zijn leven en wereld en dat van zijn ouders vindt, zonder dat de ouders interrumpen, veroordelen of in de aanval gaan.

- Laat de ouders constructief een reactie geven. Laat ze zeggen dat de boodschap is overgekomen, al zijn het niet met alles eens.

## **5. Laat de ouders met de jongere praten over wat er achter hun reacties en regels zit**

- Waarom proberen ouders de jongere in het gareel te houden? De drijfveer is vaak liefde, ongerustheid. Laat hen dit zeggen, zodat de jongere begrijpt dat het motief niet een zucht tot controleren is.
- Als er gepraat gaat worden over nieuwe huisregels en dergelijke, leg dan een lijn naar ouderlijke gevoelens van liefde en bezorgdheid.

## **6. Bespreek pijn uit het verleden. Als de jongere zich in het verleden vernederd, verraden, verwaarloosd of misbruikt heeft gevoeld, of nog steeds voelt, laat hem daarover dan met zijn ouders praten**

- Dit soort ervaringen staan communicatie met de ouders in de weg, dus ze moeten benoemd worden, hoe pijnlijk ook. Help de jongere dit constructief te doen. Help de ouders gepast te reageren, hun eigen visie te verwoorden en, indien gerechtvaardigd, zich te verontschuldigen.
- Draai er niet omheen. Zachte heelmeesters maken stinkende wonden.

## **7. Versterk gevoelens van liefde en betrokkenheid**

Haak aan bij de emotionele kant van de relatie tussen jongere en ouders: zorgen, betrokkenheid, liefde.

- I Laat de gezinsleden beseffen hoe belangrijk ze voor elkaar zijn, ondanks alles.
- II Lok uitingen van genegenheid uit en bevestig ze. Ouders moeten beseffen dat als ze regels stellen ze ook genegenheid moeten tonen.

## **8. Bevorder het geleidelijk uitspreken van onderling vertrouwen**

- I Leer de ouders om langzaam weer vertrouwen in hun kind te krijgen (wat ze meestal graag willen).
- II Hersteld vertrouwen moet gepaard gaan met toekenning van nieuwe vrijheden aan hun kind, nieuwe verantwoordelijkheden.
- III De ouders zullen gewoonlijk aarzelen om weer vertrouwen uit te spreken. Laat de jongere zeggen hoe belangrijk dat vertrouwen is.

## Fase 3: Sluit de veranderingen af

### 1. Benoem de veranderingen die zijn bereikt

Som op en waardeer wat er gelukt is en wat niet. Leg nadruk op de geboekte voortgang in elk van de vier domeinen.

### 2. Kijk met de gezinsleden ook naar wat er nog bereikt moet worden

Maak met hen een plan met haalbare doelen voor de laatste zes weken van de behandeling.

Laat ze daarbij prioriteiten stellen.

Laat ze accepteren dat er onvermijdelijk nog rafels en losse eindjes zijn.

Daar kunnen ze later nog aan werken.

### 3. Bespreek met de gezinsleden dat het einde van de behandeling nadert

Wat zijn hun gevoelens en gedachten daarbij? Laat ze zeggen hoe ze de toekomst zien: optimistisch of bang dat het mis gaat?

### 4. Praat over de hobbels op de weg die ze nog tegen kunnen komen

Bedenk welke problemen de gezinsleden kunnen tegenkomen. Welke concrete middelen ze hebben om zich daartegen te wapenen?

De gezinsleden moeten een idee hebben van wat ze bij tegenslag of terugval kunnen doen. Stel een terugvalpreventieplan op.

## Algemene interventies

Bedoeld zijn zaken die los staan van stadium of gesprekspartner, dus altijd gelden.

- **Controleer steeds of de jongere en de ouders begrijpen wat u zegt**
- **Stel ook vragen als u het antwoord al weet**

Soms móét een jongere of een ouder, omwille van het therapeutisch proces, iets pijnlijks of moeilijks onder woorden brengen. De therapeut kan redenen hebben daar de schijnwerper op te richten.



Wees daarbij zachtaardig; stel vragen en vraagjes die aanmoedigend zijn, meelevend.

- **Check constant de situatie thuis, op school, enzovoort**
- **Laat emoties toe en moedig ze aan**
- **Zorg er bij meerdere deelnemers in een sessie voor dat iedereen met iedereen communiceert**
- **Gebruik tussen sessies door de telefoon om met jongere of ouders contact te leggen en te praten**

De telefoon is een belangrijk hulpmiddel. Gebruik hem vaak, om sessies te bevestigen, afspraken te maken, op iets terug te komen dat nog niet duidelijk is, naar voortgang te vragen en om te steunen.

- **Grijp de huidige crisis aan om actie te mobiliseren en het vizier scherp te stellen**

Motivatie om in behandeling te gaan en te blijven komt voort uit zich ongelukkig voelen en tegelijk een uitweg zien. Daarop moet tijdens de hele behandeling worden ingespeeld.

- **Neem serieus wat de jongere en/of ouders inbrengen**  
tel uw benadering zo nodig bij. Eerste vereiste is om aan te sluiten bij hun behoeften en zorgen.
- **Wees nabij**  
Blijf niet op afstand. Bel. Bezoek het gezin thuis. Ga niet op een stoel zitten aan de andere kant van de kamer.  
Laat uw betrokkenheid fysiek, emotioneel en in acties voelen.
- **Toon warmte en medeleven en wees vriendelijk**
- **Prijs stappen, veranderingen, successen, ook al zijn ze klein**
- **Laat geen gaten tussen sessies vallen, of tussen acties**

## Interventies buiten het gezin

Wat het meest knelt, moet het eerst aan de orde komen.

De therapeut of een assistent voert deze interventies uit, maar leert tegelijk de ouders hoe hetzelfde te doen, want zij moeten het gaan overnemen.

## **1. School**

- Achterhaal schoolrapporten.
- Introduceer MDFT bij schoolkrachten (decaan, klassenleraar, zorgteam) en ga samenwerking aan.
- Bekijk of de jongere op de juiste school of in de juiste klas zit en naar welke andere school of opleiding hij eventueel zou kunnen.
- Houd prestaties en functioneren op school goed in de gaten.
- Leer ouders om problemen op school vast te stellen en daarop actie te ondernemen.

## **2. Werk**

Zelfde als met school. Neem eventueel contact op met de werkgever. Controleer of de jongere op tijd komt en zijn taken uitvoert. Vraag naar knelpunten. Bied een helpende hand.

## **3. Justitie**

- Probeer inzage te krijgen in relevante documenten.
- Woon relevante zittingen van de rechtbank bij.
- Treed op als pleitbezorger van de jongere.
- Leg goede contacten met de reclasseringsambtenaar en andere medewerkers van Justitie.
- Leer ouders om de belangen van hun kind in het justitiële systeem te verdedigen.

## **4. Vrijtijdsbesteding van de jongere**

Help de jongere mee te gaan doen aan sport, muziek, andere recreatie, andere vrijetijdsbesteding.

## **5. Maatschappelijke dienstverlening**

Stel behoeften vast op de volgende gebieden, leg contact met diensten, zoals:

- Financiële hulp, uitkeringen, schuldsanering
- Huisvesting
- Gezondheidszorg, thuiszorg of maatschappelijk werk



multidimensionele  
FAMILIETHERAPIE

# Overzicht van MDFT Kern Sessies

# MDFT-sessie 1

## Stappen en doelen van de eerste sessie

Introductie van MDFT; Relatie leggen; Praten over situatie; Gevoelens vergemakkelijken; Therapeutische band ontwikkelen; Schaamte en beschuldigingen verminderen; Perspectief voor het gezin ontwikkelen; Informatie over alle levensdomeinen vergaren; Evaluatie van functioneren van individu en gezin; Hoop bieden.

### Indeling van de sessie

**Duur van de sessie:** 75 - 90 minuten

- Deel 1: Jongere en ouders<sup>1</sup> samen (30 - 40 minuten)
- Deel 2: Jongere alleen (20 minuten)
- Deel 3: Ouders alleen (15 minuten)
- Deel 4: Jongere en ouders samen (10 minuten)

Ouders = moeder of vader of allebei. Of een oudervervangend persoon: voogd, oma, enzovoort. Jongere + ouders worden hier samen aangeduid als 'gezinsleden'.

Bij uitzondering kan deze sessie worden gehouden met de jongere en met de ouders apart.

### Doel en stappen

- Jongere en ouders begrijpen nu de bedoeling en de opzet van MDFT, inclusief vertrouwelijkheid.
- Jongere en ouders hebben hun kijk gegeven op de situatie en gezegd hoe ze denken over meedoen aan MDFT. Daarbij is natuurlijk de reden van verwijzing van belang.  
*'Kijk op de situatie' omvat: een visie op de problemen en de oorzaken daar-*

*van; wat ze geprobeerd hebben om de moeilijkheden op te lossen; wat ze zouden willen voor zichzelf en het gezin.*

- Jongere en ouders voelen nu minder schaamte, schuld en woede tegenover zichzelf en elkaar.
- Jongere en ouders hebben nu een eerste idee hoe hun problemen kunnen worden opgelost gezien vanuit het perspectief van het gezin en met oog voor de ontwikkeling van de jongere.
- Jongere en ouders voelen zich nu beter en hebben er vertrouwen in dat MDFT en de therapeut hen kan helpen met concrete en praktische zaken.
- Jongere en ouders voelen zich sterker en geloven dat ze ook zelf hun situatie en leven kunnen verbeteren.
- Jongere en ouders voelen zich aan het eind van de sessie door de therapeut gewaardeerd en begrepen.

## Tips

- Zie de moeilijkheden van de jongere als aanwijzing dat hij “de weg kwijt” is. Met andere woorden, in zijn ontwikkeling is “ontspoord”.
- Uw aanbod aan de jongere en het gezin komt in deze terminologie neer op hulp om hem “weer op het juiste spoor te krijgen”. U moet vaststellen wat daarvoor nodig is.
- Wees niet vaag. Gebruik directe, begrijpelijke taal.
- Woorden als behandeling en therapie kunnen afschrikken. Alternatieven: ‘hulp’, ‘aanpak’

# Deel 1:

## Jongere en ouders samen (30 - 40 minuten)

### 1. Maak een praatje (5 minuten)

Begin elke sessie met een praatje. Zie in de Handleiding hoofdstuk 5: *Breken van het ijs*.

### 2. Eerste stappen (15 minuten)

- Breng de gezinsleden aan het praten over wat er gebeurt of aan de hand is, bijvoorbeeld problemen thuis, op school of werk, ruzie of vechten, zich isoleren, gebruik van alcohol of drugs, arrestatie.
- Bepaal per geval wie u het eerste het woord geeft. In sommige culturen kan het van respect getuigen om eerst de vader of de moeder te laten beginnen. Zorg ervoor dat ze elkaar niet steeds interrumpen.
- Vraag naar de aanleiding, de oorzaken, de gevolgen. En naar gedachten en gevoelens bij dit alles.
- Help de gezinsleden de situatie te begrijpen. Ga in op de voorgeschiedenis. Laat ze de situatie ontwarren. Laat ze beseffen dat er veel op het spel staat. Lang niet alles zal in deze eerste sessie kunnen lukken, maar maak een begin.

**Emoties** als boosheid en angst en gevoelens als spijt en hulpeloosheid kunnen de overhand krijgen. Neem dan wat gas terug, maar probeer goed inzicht te krijgen in wat er speelt en hoe de afzonderlijke gezinsleden daartegenaan kijken.

- Begin in de sessie met de volgende zaken:
  - Opbouwen van een therapeutische band (alliantie) met elk gezinslid
  - Vermindering van schaamte, schuldgevoel, verwijten, boosheid
  - Benadrukken van de ernst van de situatie, bewustmaken van urgentie
  - Bieden van hoop
  - Besef laten doordringen dat het gezin samen aan de oplossing moet werken ("*Niemand heeft de schuld. We hebben elkaar nodig om dingen te verbeteren.*")
  - Versterking van de motivatie om aan MDFT mee te doen.

- Zorg ervoor dat elk gezinslid genoeg tijd krijgt om over alle onderwerpen te praten: problemen, oorzaken, ideeën hoe het beter kan, wat voor hulp ze verwachten, waar ze op hopen.
- Leer het verdriet en de pijn van elk gezinslid kennen. Daarin liggen aangrijpingspunten voor een plan voor hulp en verandering.
- Wijk niet terug voor het verdriet van een gezinslid.  
Integendeel, breng dat verdriet onder woorden, breng het in beeld. Geef blijk van begrip en medeleven.  
U laat zo zien dat u wat te bieden hebt, dat u aan de kant van elk van hen staat, ook bij het vinden van een uitweg.

## Tips

- **Luister aandachtig**, reageer met emotie en betrokkenheid, stel vragen ter verduidelijking
- Bevorder dat gezinsleden met elkaar praten en naar elkaar luisteren. Doe dit door discussies tussen hen op gang te brengen waar uzelf buiten blijft (de techniek van *enactment*), op enige sturing na.
- Wees belangstellend, open en waarderend naar zowel de jongere als de ouders. Oordeel niet
- Let op gezinsinteracties. Wie praat er met wie? Al of niet met respect? Met warmte? Met wat voor emoties? Zijn er veel conflicten en hoe gaan ze daarmee om?
- Zoek naar manieren en gelegenheden om contact met het gezin te leggen, een bepaald facet van de situatie van het gezin te belichten (niet om inzicht te bieden, maar om behandelmotivatie te versterken), en beaam wat de gezinsleden zeggen.

### Voorbeelden:

*"Je/ u hebt helemaal gelijk."*

*"Je voelt je verkeerd begrepen, en daarom ben je boos."*

- Geef **complimenten**

### Voorbeelden:

*"Dat heb je prima gedaan." "Dat was moedig van je."*

*"Goed van u om dat te zeggen."*

*"Goed dat u dat zegt, want dat is nu precies wat we hier [in MDFT] doen."*

- Toon **begrip en betrokkenheid**

**Voorbeelden:**

*"Ja, dat begrijp ik."*

*"Het moet vreselijk voor u zijn geweest."*

*"Erg dat niemand naar u wilde luisteren."*

*"Ik weet zeker dat je ouders begrijpen wat er met je gebeurt en wat je nodig hebt."*

- Verminder **schaamte en schuld**

**Voorbeelden:**

*"Je hebt alles geprobeerd. Echt alles."*

*"Het is normaal als je niet weet wat je moet doen. Hoe zou je dat moeten weten?"*

- Benadruk de **ernst van de situatie**

**Voorbeelden:**

*"Hij had wel dood kunnen gaan."*

*"Hij is gevaarlijk bezig."*

- Bied **hoop**

**Voorbeeld:**

*"De situatie is best erg, maar jullie zijn er allemaal nog. Het is niet het einde van de wereld. Onze aanpak heeft in de loop van de jaren goed geholpen bij heel veel gezinnen. Als we het samen doen, dan kunnen dingen veranderen, verbeteren. Dat is wat we hier doen: we helpen jongeren en hun ouders om hun problemen op te lossen, zodat ze gelukkiger worden. Ik zie dat jullie goeie mensen zijn, sterk en verstandig.*

*Ik zeg niet dat het gemakkelijk gaat worden, wel dat er geen enkele reden is om het op te geven. We kunnen samen aan de slag gaan en ervoor zorgen dat het beter wordt.*

*Wat vindt u daarvan?"*

### **3. Beschrijf MDFT (5 - 10 minuten)**

- Vertel dat de aanpak sinds 1985 al bij duizenden gezinnen in Amerika en Europa met succes is toegepast.

Deze beschrijving heeft, zoals alles wat u zegt of doet, ook een thera-



peutisch oogmerk: vertrouwen wekken in een hulpverlener die uiterst competent is, want geschoold in een goede, hoopgevende aanpak, waarin verwijten niet aan de orde zijn.

Gebruik voor de toelichting de informatie uit uw opleiding: samenvattingen van de prestaties van MDFT in wetenschappelijk onderzoek tot nu toe en eventueel een overzicht van toegekende wetenschappelijke prijzen en andere bekroningen. Wees daarbij niet te bescheiden.

**Voorbeeld:**

*“Deze aanpak werkt echt. Dat is heel goed onderzocht in Amerika en nu ook Europa. Dit is een van de beste methoden in de wereld voor het soort problemen waar jullie mee te maken hebt.”*

- Vertel kort wat MDFT gewoonlijk inhoudt, in termen die niet bedreigend zijn. Bewaar de details van MDFT tot later in de sessie. Benadruk opnieuw de noodzaak om de handen ineen te slaan.

**Voorbeeld:**

*“Het is heel belangrijk dat we dit samen doen. We vullen elkaar aan. Ik weet veel van de aanpak. Maar u/jullie weten wat ik niet weet maar van jullie moet leren: hoe jullie leven in elkaar zit, jullie gezin, waar jullie in geloven en waar jullie van dromen.*

*Het is net als bij een medicijn. Als je een pil niet slikt, dan werkt ie niet.*

*En hier moet u ook een beetje slikken – ik bedoel: met mij samenwerken.*

*Onze hulp hier werkt alleen maar als u meedoet.*

*Ik zal alles doen om u te helpen, maar ik heb daarbij uw hulp nodig om X weer op het goede spoor te krijgen.”*

Vraag daarna of alles goed begrepen is. Vraag om reacties.

**4. Leg uit dat in principe alles vertrouwelijk is (15 minuten)**

- Overtuig de gezinsleden ervan dat wat de jongere tegen u zegt vertrouwelijk blijft en wat de ouders tegen u zeggen ook.
- Uitzondering: als zwijgen zou betekenen dat de wet wordt overtreden. *“Ik zeg niks tegen niemand, maar als jij tegen mij zegt dat je iemand gaat vermoorden, dan moet ik natuurlijk iets doen.”*
- Zeg de jongere wel dat het soms goed is als zijn ouders weten wat hij op zijn hart heeft, of andersom, maar dat u daar nooit over zult praten zonder zijn/hun instemming.

**Voorbeeld:**

*"Dit is iets wat we met het gezin doen.*

*e moeder/vader moet jou kunnen begrijpen. Dus ik vind dat je ouders sommige dingen moeten weten die je mij vertelt. Die dingen moet je niet alleen tegen mij, maar ook tegen hen zeggen.*

*Ik zal niets verklappen. Ik zal altijd eerst met jou praten voor ik iets tegen je ouders zeg."*

## Deel 2:

### Alleen de jongere (20 minuten)

#### 1. Hoor het verhaal van de jongere aan

- Vraag de jongere naar zijn mening over wat er zojuist in de sessie is gebeurd toen zijn ouders er nog bij waren.

**Voorbeeld:**

*"Wat vind je van de dingen waarover we net gepraat hebben?"*

*Wat vind je van wat ik heb uitgelegd? Van de hulp die we hier kunnen geven?"*

- Begin de jongere voor MDFT te interesseren: *"Hier zul je wat aan hebben."*

**Voorbeelden:**

*"Wat wil je dat er verandert in je situatie, thuis, in je leven? Je lijkt me niet erg gelukkig." "Wat wil jij? Iedereen heeft wel wensen, dus jij ook."*

*"Ik weet niet zeker of ik jou kan helpen om te krijgen wat je wilt, maar wat ik in ieder geval wél weet is dat ik niets voor je kan doen als je me niets vertelt. Dus: kunnen we erover praten?"*

*"Je kunt alles tegen me zeggen; ik schrik nergens van en ik houd mijn mond."*

*"Ik wil jóúw kant van het verhaal horen, niet alleen wat je ouders, leraren of andere mensen te vertellen hebben. Wat gaat er goed en wat gaat er slecht?"*

- Zoek, terwijl de jongere praat, naar mogelijkheden om instemming te betuigen, complimenten te geven.
- Begin met doelen op te sporen die de jongere wil bereiken en bied daarbij uw hulp aan.

**Voorbeelden:**

*"Ik begrijp wat je zegt."*

*"Ik denk dat ik je daarmee kan helpen."*

*"We kunnen dat samen proberen."*

*"Ik denk dat je verkeerd begrepen wordt. Ik zal mijn best doen dat ze beter naar je gaan luisteren."*

**2. Leg uit wat de eerstvolgende stappen in MDFT concreet voor de jongere inhouden****Voorbeeld:**

*"Jij en ik spreken met elkaar af om met zijn tweeën verder te praten, elkaar beter te leren kennen, kijken wat jij wilt en hoe ik jou kan helpen bij ..."*

*[Noem problemen en wensen die u hebt opgepikt.]*

*"OK?"*

## Tips

Hoe motiveer je een jongere om in behandeling te gaan? Veel jongeren willen helemaal niet in behandeling en voelen zich onder druk gezet.

- Probeer zo veel mogelijk open vragen te stellen (in tegenstelling tot gesloten vragen, waarop alleen maar met ja of nee kan worden geantwoord)
- Laat het gesprek niet overkomen als een ondervraging. Het moet **interactief** zijn, op een normale toon, als een gewoon gesprek. Dit sluit het stellen van vragen niet uit.

**Voorbeelden:**

*"Wat doe je zoal op een gewone dag door de week? En in het weekend?"*

*"Wat heb je gisteren gedaan?"*

*"Waarom doe je dat?"*

- Houd het gesprek gaande door oprecht nieuwsgierig en belangstellend te zijn, begripvol en waardierend
- Sluit aan bij sterke punten van de jongere.

**Voorbeelden:**

*"Je bent slim."*

*"Je hebt veel ideeën."*

- Strooi door het gesprek kleine beetjes informatie over wat MDFT te bieden heeft
- Luister goed naar de klachten van de jongere. Ook daarin liggen aanknopingspunten om de jongere voor MDFT te interesseren (*"Daar kunnen we hier wel iets aan doen."*)

## Deel 3:

### Alleen de ouders (15 minuten)

#### 1. Hoor het verhaal van de ouders aan

- Vraag hen naar hun **mening** over wat er in de sessie is gebeurd toen de jongere er bij was.

**Voorbeeld:**

*"Wat vindt u van wat er gezegd is? Gelooft u wat uw kind zei? Hoe kijkt u ertegenaan?"*

- Zoek, terwijl de ouders praten, naar mogelijkheden om **instemming** te betuigen, **complimenten** te geven en gevoelens van schaamte, schuld en boosheid af te zwakken.

Complimenteer ze bijvoorbeeld voor de energie die ze in de opvoeding van hun kind hebben gestoken en voor hun bereidheid om vandaag aanwezig te zijn.

**Voorbeeld:**

*"We praten nu zonder X, omdat ik graag wil dat u dingen kunt zeggen die moeilijk zijn als hij erbij is.*

*Waar we hier voor zitten is natuurlijk om te bedenken hoe het met X beter kan gaan.*

*Ik weet dat de situatie voor u verschrikkelijk is. Maar u kunt er niets aan doen. U moet zich niet schuldig voelen. Het is de fout van niemand.*

*Het belangrijkste nu is dat we begonnen zijn te praten. Het is nog niet te laat."*

## 2. Leg uit wat de eerstvolgende stappen in MDFT concreet voor de ouders inhouden

### Voorbeeld:

*"Ik wil graag afspraken maken met X om verder te praten"* [uitleggen waarom].

*"Ik wil ook graag afspraken met u maken om verder te praten en samen te werken."* *"Wat vindt u daarvan? Is dit goed?"*

## Deel 4:

### slot: Jongere en ouders samen (10 minuten)

#### 1. Leg details van MDFT uit (voor zover nog nodig)

Jongere en ouders moeten weten wat hen te wachten staat. Verrassingen moeten zijn uitgesloten.

Te geven informatie: duur van MDFT in dit geval, aard van de sessies (alleen met de jongere, met de ouders, met jongere en ouders samen, contacten met derden), inzet van de therapeut ook bij praktische problemen (school, werk, justitie, wat al niet meer).

Geef eventueel een folder mee.

#### 2. Stel plan op voor komende week

Maak nieuwe afspraken. Straal daarbij optimisme uit, zeg dat u het fijn vindt ze te helpen. Noot: veronderstelling is uiteraard dat de jongere en/of ouders de deur niet dichtgooien, maar op zijn minst op een kier openhouden.

#### 3. Sluit de sessie af

##### Voorbeeld:

*"Ik wilde graag nog even samen praten voor we er vandaag mee stoppen. Ik wil graag dat we allemaal weten hoe we nu de eerste tijd verder gaan. Ik denk echt dat jullie de problemen kunnen oplossen en dat ik daarbij kan helpen."*

# MDFT-sessie 2

## Stappen en doelen van de tweede sessie

Therapeutische band verder ontwikkelen; Verder werken aan behandel-motivatie; Samen behandeldoelen opstellen; Contacten leggen; Concrete actie ondernemen.

### Indeling van de sessie

**Duur van de sessie:** 90 minuten. Liefst nog dezelfde week als Sessie 1. Na een praatje vooraf met jongere en ouders samen:

- Deel 1: Jongere alleen (30 minuten)
- Deel 2: Ouders alleen (30 minuten)
- Deel 3: Jongere en ouders samen (30 minuten)

### Stappen

- **Bouw voort op Sessie 1**
  - Denk tevoren na over wat er in Sessie 1 aan de orde kwam, ook tussen de regels door: problematiek, aangrijpingspunten, valkuilen.
  - Laat merken dat u goed gehoord en onthouden hebt wat in Sessie 1 werd besproken. Gebruik stukjes informatie uit Sessie 1 om gesprekken in Sessie 2 op gang te krijgen.
  - Zet de lijn van Sessie 1 voort, zowel in termen van proces (therapeutische alliantie, behandelmotivatie) als inhoud (hun feitelijke leven en hun zorgen, hun waarden, nomen en wensen).

- **Luister naar openingen om over verandering te kunnen praten**  
Zoek naar tekenen van bewustwording dat de huidige situatie voor iedereen ongezond is en dat er daarom verandering nodig is. Luister in de verhalen naar mogelijkheden om de klachten, conflicten, mislukkingen te laten doorklinken.
- **Breng verandering op gang en wees daarbij direct en betrokken**  
U moet aan het eind van Sessie 2 het gevoel hebben dat u iets hebt bereikt, dat de gezinsleden iets nieuws ervaren hebben, dat er wat veranderd in is visie, instelling, of motivatie.

## Te bereiken resultaten

- Brug geslagen met Sessie 1. Ga door met wat in de eerste sessie aan bod kwam.
- Banden gelegd. Zet de aanpak van Sessie 1 voort: verminder schuldgevoel en verwijten; wek hoop, ook de verwachting dat MDFT kan helpen; reageer positief (instemmend, prijzend); leg nadruk op de ernst van de situatie en op het gezin als drijvende kracht voor verbetering.
- Jongere is begonnen om eigen doelen te stellen. De jongere moet doelen formuleren die hij via MDFT wil bereiken: zaken die hij anders wil.
- Ouders beschouwen zich nu als 'hoeksteen'. Ze begrijpen het belang van hun rol en willen zich volledig inzetten.
- Ouders zijn begonnen om eigen doelen te stellen
- Bereidheid tot samenwerking is gegroeid. Dit blijkt uit de eerste contouren van een gezamenlijk behandelplan van jongere, ouders en therapeut: waaraan gaat gewerkt worden met welk beoogd resultaat?
- Overeenstemming bereikt. Jongere en ouders zijn het eens over in ieder geval één therapeutisch doel voor dit moment.
- Actiebereidheid aanwezig. Jongere en ouders willen hun gedrag veranderen. Zij tonen dit in onderlinge discussies in de sessie (enactment), en/of stellen een plan op hoe daaraan te werken buiten de sessies om.

## Vooraf:

### Jongere en ouders samen (5 minuten)

#### Maak een praatje (5 minuten)

- Begin elke sessie met een **praatje**.
- Stel **de agenda** voor deze sessie vast. Leg de aanpak uit:  
*"Ik ga eerst praten met Y (jongere), dan met X (ouder[s]) en dan praten we met z'n allen. Dus, X, kunt u misschien even in/op Z (plaats) wachten? Ik kom u over een half uur halen".*

## Deel 1:

### Jongere alleen (30 minuten)

#### 1. Bevorder zelfinzicht en zelfonderzoek

- Neem de jongere als het ware bij de hand in het gesprek (van het een naar het ander en weer terug, maar geen vraag-en-antwoordspel). Hij of zij moet kernpunten uit zijn leven onder ogen zien.  
Dit beschouwen van het eigen leven en dit zelfonderzoek gaan de hele behandeling door, te beginnen *vandaag*.
- **Hoe gaat het met je?** Vraag daarnaar. Begin met vandaag en leg connecties met Sessie 1.  
Leid de jongere door zijn klachten en misère heen, zoekend naar positieve dingen om te zeggen en naar wat er concreet in het leven van de jongere kan verbeteren.  
Essentie hier is zelfrespect en verantwoordelijkheid nemen voor het eigen leven (teugels in eigen hand). Dit in tegenstelling tot onderworpenheid aan de druk en dwang die veel van deze jongeren van autoriteiten ervaren.

#### Voorbeelden:

*"Hoe gaat het met je sinds de laatste keer?" "En met je ouders?"*

*"Heb je met hen gepraat over [...]?"*



*“Wat denk je van de situatie waarin je zit?”*

*“Ik wil graag met je praten en horen wat je denkt.”*

## Tips

- Laat merken dat u nog weet wat er de vorige keer gezegd is. En dat u daarover hebt nagedacht.  
Een goede therapeut is een goede luisteraar, die in al die woorden de dingen oppikt die er werkelijk toe doen.
- Wat kan er op dit moment veranderd worden?  
Toon dat u betrokken en betrouwbaar bent, onderneem actie. Laat in de sessie of vlak daarna iets gebeuren wat de jongere wil. Het moet uiteraard haalbaar zijn.  
Vaak kunt u hier inzoomen op de ouders (iets minder zeuren, bijvoorbeeld) of op de sfeer in het gezin.  
Buiten het gezin valt te denken aan kwesties op school of met justitie.

### **Voorbeelden:**

*“We praten hier later nog wel over. Maar om te beginnen, hoe kunnen we de situatie voor jou beter maken?”*

*Je vertelde hoe ze je gek maken door iedere keer weer te zeuren over [...].*

*Misschien kunnen we proberen dat ze het wat rustiger aan gaan doen. Zou je dat willen?”*

*Kijk, dit is een van de dingen die we hier doen: we helpen je ouders om betere ouders te worden. En jij kunt echt zorgen dat je ouders veranderen.*

*Je wilt dat ze stoppen om maar steeds over [...] door te zeuren? Het komt je de keel uit. Wat vind je ervan als ik met ze praat en dat we dan weer met zijn allen bij elkaar komen, en dat jij en ik ze dan vertellen dat je moe bent van hun gezeik?”*

*OK? Wil je dat doen? Ik zal je helpen, maar je moet het hen zelf zeggen. Ik zal nu eerst met hen praten en kom je dan halen.”*

## Deel 2:

### Alleen de ouders (30 minuten)

#### 1. Maak een praatje

#### 2. Spoor de ouders aan hun verhaal te vertellen

- Hoe is het nu? In het gezin, thuis, op dit moment.  
Refereer aan wat er in de eerste sessie is gezegd.  
Help de ouders bij het vertellen, plaats accenten bij het verhaal die voor de behandeling nuttig zijn, zoals het perspectief van ontwikkeling en de noodzaak van onmiddellijke actie.
- Neem de dag van vandaag als uitgangspunt. Kijk met de ouders terug hoe het gegaan is sinds de eerste sessie.  
Hoe ging het in hun optiek met de jongere; wat is er gebeurd?  
Hoe ging het met henzelf? Wat deden ze goed in eigen ogen, wat verkeerd?

#### 3. Breng een gevoel van urgentie over

- De ouders moeten gaan beseffen dat het met hun kind slecht gesteld is.  
Laat ze, met uw hulp, de redenen benoemen waarom de situatie ernstig is.
- Breng het besef over dat er (groeierend) gevaar dreigt. En dat daarom snelle actie vereist is.
- Detailleer de gevaren, dreigingen  
Het uittekenen van details nodigt uit tot emotionele reactie. Emotionele reactie opent de deur naar actiebereidheid.  
Essentie is om de ouders in beweging te krijgen.

## Tips

- Ouders kunnen er soms aan gewend zijn geraakt dat het met hun kind

slecht gaat op school, enzovoort. Ze zijn als het ware vergeten hoe erg dat is.

Wees als therapeut direct, sturend, maar ook betrokken, gevoelig en uiterst serieus, om ervoor te zorgen dat de ouders de ernst van de situatie weer inzien.

- Geef de ouders een gedetailleerd scenario wat er met hun kind kan gebeuren als er niet wordt ingegrepen. Breng daarbij over hoe bedreigend u de situatie zelf ervaart.
- Er moet bij de ouders een omslag in stemming en houding plaatsvinden. Ze moeten bang worden dat het met hun kind verkeerd kan aflopen en ze moeten zich openstellen voor hulp.

Bied uw hulp aan. *“We kunnen samen die ellende de baas worden.”*

**Voorbeelden** van scenario-onderdelen:

*“U hebt gelijk. Dit gaat helemaal verkeerd.”*

*“Hij zou wel dood kunnen gaan. Als ie zo blijft drinken krijgt ie nog eens een ongeluk en dan komt hij misschien wel in een rolstoel terecht. Dat gebeurt vaak genoeg.”* *“Hij komt op deze manier in de gevangenis terecht.”*

#### **4. Laat ouders inzien hoe belangrijk zij zijn**

- De ouders moeten zich realiseren dat ze de sleutel zijn tot verandering bij de jongere, het medicijn als het ware. Versterk dit besef.
- Ze moeten zich volledig willen inzetten. Ook als dit betekent dat ze zelf moeten veranderen.

**Voorbeelden:**

*“Dit is het probleem. Het is aan u om er, samen met mij, wat aan te doen. U bent zijn ouders. U denkt misschien dat ie naar iedereen luistert behalve naar u. Maar u bent in zijn leven belangrijker dan alle andere mensen. Ik vraag niet van u dat u hem op zijn donder geeft of ‘m vertelt wat ie moet doen of laten. Dat hebt u allemaal al gedaan. Ik praat nu over samenwerking, tussen ons, om slimme manieren te bedenken om hem uit de puree te helpen en te laten veranderen. Bij die verandering kunt u écht helpen!*

*Wat vindt u hiervan?”*

*“Geloof me, als ik het alleen afkon, dan deed ik dat, omdat ik weet hoe moeilijk dit allemaal voor u is. Dit is u niet in de koude kleren gaan zitten*

*en het raakt u natuurlijk diep.*

*Maar het feit is: niemand kan uw kind zo goed helpen als uzelf. Niemand anders. Het draait om u.*

*Ik zal u helpen bij elke stap. U hoeft het niet alleen te doen; we gaan het samen doen."*

## Tips

- **Wees direct.** Draai er niet omheen.
- Als u moeite hebt om direct te zijn, ga dan bij uzelf na wat u tegenhoudt om de woorden te zeggen die gezegd moeten worden.
- Versterk de **emotionele band** die ouders, ondanks alles, met hun kind voelen.
- Die band is er, maar de bereidheid om die verbondenheid in daden om te zetten, om op een veranderingsproces in te tekenen, ontbreekt vaak nog.

De therapeut moet de stappen uittekenen en voorbereiden om emotie/ gevoelens om te zetten in daadwerkelijke actie.

### **Voorbeeld:**

*"Ik weet dat u zielsveel van uw kind houdt. En dat dit allemaal verschrikkelijk voor u is geweest. Maar u hebt ook geluk. Hij leeft nog, hij is niet erg ziek. Het is nog niet te laat. Dit is een kans om de situatie beter te maken. Luister, ik weet niet hoe het met uw kind gaat over een maand of over tien jaar. Maar ik weet wel dat als er iets gebeurt en u hebt niets gedaan, dat u dan de haren uit uw hoofd trekt.*

*Ik wil graag dat als u opstaat en in de spiegel kijkt kunt zeggen: Ik heb echt alles gedaan, alles wat ik kon doen.*

*U kunt het leven van uw kind helpen redden. Dat is heel veel ouders met deze aanpak al gelukt. En ik steun u daarbij. Wat vindt u hiervan?"*

- Bespreek wat de huidige situatie van de jongere in het gezin aanricht:
  - Stress en frustratie voor de ouders
  - Het afglijden van de jongere
  - De gevolgen voor andere gezinsleden

- Maak de ouders duidelijk waarom ze de sleutel, het medicijn zijn, en wát het betekent om alles voor hun kind te doen.
  - Bespreek de rol van ouders in de ontwikkeling van kinderen
  - Goede relaties maken gezond wat kapot is
  - Levens kúnnen veranderen. Je kunt afstand van het verleden nemen
  - Dit is geen tovenarij. Het gaat om leren van nieuw gedrag, om moed, om weerstand tegen tegenslag, om een praktische en realistische benadering - stapje voor stapje, dag voor dag - , te beginnen bij kleine dingen.

## Deel 3:

### Jongere en ouders samen (30 minuten)

#### 1. Vat samen

- De noodzaak van samenwerking
- Ervoor gáán
- Bereidheid om te veranderen, om te investeren
- Dit is een liefhebbend gezin.

#### 2. Laat de ouders zich uitspreken tegenover de jongere

- Help ze daarbij, laat het niet uit de hand lopen.
- Doel is dat ze hun liefde en hun verantwoordelijkheidsgevoel tonen.

##### Voorbeeld:

*"Ik heb vandaag met jullie allemaal gepraat.*

*X (naam van de ouder), u/jij wil graag dat Y (kind) een paar dingen weet. Kunt u iets zeggen over de dingen waar wij over gepraat hebben?"*

Als de ouders daarbij stilvallen of met hun houding geen raad weten, kunt u hen helpen door het aanreiken van punten: liefde, bezorgdheid, erkenning van fouten, de wens om dit of dat te veranderen.

#### 3. Opbouwend gesprek tussen jongere en ouders

- Techniek van enactment

- Bewaak deze dialoog, zorg ervoor dat de punten van de ouders aan bod komen.

#### 4. Laat de jongere zich uitspreken tegenover zijn ouders

- Laat de jongere zijn visie geven.
- Laat hem zeggen wat hij wil, maar hij moet in ieder geval ook ingaan op zaken die eerder in de sessie aan de orde kwamen.

##### **Voorbeeld:**

*"Ihab, jij hebt ook wat te zeggen.*

*Vertel het je ouders maar.*

*Zeg maar wat je voelt/voelde op/in [noem situaties: school, werk, inrichting] en hoe ze je daar behandelen/behandelden."*

## Tips

- **Geef de jongere een stem**

Hij moet gehoord worden als volwaardige partij.

Leer hem om zich uit te spreken. Leer zijn ouders naar hem te luisteren.

Houd het gesprek kalm.

Voorbeeld:

*"Ik heb het gevoel dat jullie langs elkaar heen praten en elkaar niet meer verstaan. Jullie moeten een beetje dimmen.*

*Ihab, je hebt goed gehoord wat er allemaal gezegd is. Zeg maar wat je ervan vindt."*

- **Laat de jongere nu iets noemen dat hij graag wil**

iets wat hij wil bereiken.

#### 5. Opbouwend gesprek tussen jongere en ouders

- Enactment. **Vermijd verwijten** en andere negatieve gevoelens en reacties.
- Zorg ervoor dat er discussie ontstaat over het doel dat de jongere gauw wil bereiken: hoe het aan te pakken, **welke acties te nemen** (concreet plannen, spoedige deadlines vaststellen).

- Verzuim niet om harde **afspraken** te maken  
**Een vaak gemaakte fout:** de therapeut vibreert mee op de mooie dingen die gezegd en beleefd worden, maar vergeet de goede intenties vast te leggen in concrete afspraken of een actieplan.  
**Wees resultaatgericht.** Elke sessie moet eindigen met duidelijke afspraken.  
**Voorbeeld:**  
*"Moeder/vader, wat vindt u van wat hij heeft gezegd? Klinkt dat redelijk? Begrijpt u het?  
Kunnen we daar iets aan doen op korte termijn? Dat u iets nieuws probeert om weer contact met hem te krijgen?  
Zeg maar tegen uw zoon (dochter) wat u zou willen doen en wat u van hem verwacht."*

## **6. Maak een plan voor de komende week en sluit de sessie af**

Iedereen moet een taak meekrijgen.

# MDFT-sessie 3

## Stappen en doelen van de derde sessie

Leer de jongere kennen; toon respect, bevorder zelfonderzoek.  
Help de jongere voor zichzelf doelen te stellen

### Opmerking vooraf

Dit document heet 'Sessie 3'.

Maar de volgorde van contacten na Sessie 2 verschilt per casus. Dus deze Sessie 3 hoeft niet letterlijk het derde contact te zijn.

Bovendien kunnen de hieronder te noemen acties verdeeld worden over twee zittingen in plaats van één.

En tot slot: dit soort sessie is niet eenmalig. Herhaal de beschreven aanpak een paar keer in de loop van de maanden.

### Indeling van de sessie

**Duur van de sessie:** 60 - 90 minuten.

Alleen met de jongere.

### Bedoeling

De therapeut leert de jongere en zijn leven goed kennen.

- De jongere praat over zichzelf, mislukkingen en dromen, verdriet en vreugde, voorkeuren en afkeuren, de sores van alledag.
- De therapeut zorgt voor een ontspannen sfeer, waarin de jongere doelen voor zichzelf stelt.



- Die doelen worden naderbij gebracht.
- De therapeut komt over als iemand die te vertrouwen is.

## Te bereiken resultaten

- Jongere laat therapeut in zijn leven toe. De jongere praat zonder al te terughoudend te zijn.  
Daartoe hoort het volgende:
- Jongere praat over zichzelf. Waar houdt hij van (hobby's, muziek, welke mensen), waaraan heeft hij een hekel en wat maakt hem ongelukkig?
- Jongere vertelt zijn levensverhaal, de weg die leidde tot de situatie van nu.
- Jongere praat over zijn probleemgedrag: criminaliteit, spijbelen, agressie, zich afzonderen, fobie, drug- of alcoholgebruik, enzovoort. Hoe en waarom? Gevolgen? Wil hij stoppen of veranderen? Waarom wel, waarom niet?
- Jongere praat over zijn grootste problemen van dit moment en stelt prioriteiten voor verandering.
- Jongere praat over zijn ouders en overige familie. Wat zit goed, wat gaat slecht?
- Jongere praat over zijn vrienden. Wie zijn die vrienden, wat doen ze (samen met hem), wat vindt hij van ze?

## Tips

- Maak er **geen vraag-en-antwoordspel** van. Jongeren houden daar niet van. Haak aan bij wat u al over de jongere weet om zo het verhaal zich te laten onvouwen.
- Is de plaats van de bijeenkomst wel informeel en uitnodigend genoeg? Liever een blokje om maken dan praten op kantoor? Muziek waar de jongere van houdt opzetten? Boodschap: zorg voor ontspannen sfeer.

- Als u naar familie vraagt, vergeet broers en zussen niet. Ook niet nieuwe gebeurtenissen: geboorte baby, verhuizing, intrekken nieuwe partner van ouder. Of problemen van familie: criminaliteit, schulden, drug- of alcoholgebruik. Sla evenmin de pluspunten over.
- Toon steeds respect.

## Stappen

### 1. Welkom. Bereid de jongere voor op de sessie van vandaag

#### Voorbeeld:

*“Vandaag wil ik je wat beter leren kennen.*

*Laten we samen kijken wat er voor jou beter kan.*

*We praten niet met je vader of je moeder erbij, want ik wil jouw kant van het verhaal horen. Relaxed.*

*Ik wil een idee krijgen hoe wij je het beste kunnen helpen.*

*Ik praat ook met jou alleen omdat je dan rustig kunt nadenken over wat je met je leven wil. Kleine dingen, grote dingen, Dingen voor nu en dingen voor de toekomst.*

*Hoe klinkt dat? OK?*

*Dus, hoe is het met je sinds de laatste keer?”*

### 2. Leer de jongere beter kennen

- Vraag naar wat de jongere denkt en voelt, hoe hij zijn huidige leven en situatie ziet.

Werk dit per levensdomein uit: de persoon van de jongere zelf, de relatie met zijn ouders, met de rest van de familie, en met personen en instanties daarbuiten: vrienden, school, werk, justitie, enzovoort.

Breng op al die gebieden, voor zover relevant voor de jongere, zijn stress in beeld, zijn teleurstellingen, woede, spijt, wanhoop, onvrede.

Vraag ook naar de positieve kant: waarin heeft de jongere plezier, wat boeit hem, wat doet hem goed.

Moedig de jongere aan zich uit te spreken.

- Zoek tegelijk naar wat de jongere hoopt: wat hij anders zou willen, in concrete termen.  
Therapeuten zeggen soms dat de jongere hen niets vertelt over wat hij veranderd wil zien, over wat hij hoopt. Maar dat zit dan verstopt in de zaken waar hij het meest over klaagt.  
Stel vast wat er het meest aan de jongere vreet. Daar ligt voor de therapeut een belangrijk aangrijpingspunt.
- Laat kritiek, sarcasme, confrontatie, opinie achterwege.  
Voorkom dat de jongere dichtklapt.  
U probeert voor de jongere een nieuwe ervaring te creëren – dat hij serieus genomen wordt, dus verknaal dit niet.
- Vraag naar hobby's, naar dingen waar de jongere van houdt of juist niet, zoals uitgaan, muziek, sport, games/computer, meisjes/jongens: alles wat hem bezighoudt. Toon interesse, ook al is het ver van uw bed.  
Breng gedetailleerd in kaart hoe hij zijn dagen doorbrengt.
- Breng hoop naar boven, dromen, talent, kracht.  
Bespreek met de jongere wie hij ooit was, wie hij nu is en wie hij zou willen zijn.  
Wees optimistisch over de toekomst en laat de jongere merken dat u in hem gelooft. *"Ik weet dat je het kunt. Je bent slim/sterk/je hebt talent."*
- Help de jongere over zijn toekomst na te denken en daar wat aan te doen.  
Opleiding, relaties, manier van leven, bezigheden.  
Misschien heeft de jongere zelf al ideeën. Dan is het de taak van de therapeut om die gedachten en ambities tot uiting te laten komen. En om te beslissen of hij hulp kan aanbieden om de wensen te realiseren: *"Ik kan je helpen om daarover [een opleiding, bijvoorbeeld] informatie te krijgen". Of: "We zouden samen bij [organisatie X of Y] langs kunnen gaan".*  
Vaak zullen de bedoelde ideeën nog vorm moeten krijgen, met de steun van de therapeut.

## Tips

- Houd de drempel voor de jongere om te praten laag. Een formele opstelling van stoelen in een kantoor werkt vaak niet goed. Geef aan het gesprek een persoonlijke, informele, ontspannen noot, zo nodig buiten kantoor.
- Het vragen naar gevoelens, gedachten, verwachtingen kan voor de jongere niettemin hoogst ongemakkelijk zijn. Help hem door oprechte belangstelling en nieuwsgierigheid te tonen en geconcentreerd en onbevooroordeeld te luisteren. Door de jongere daadwerkelijk te zien als een persoon die ertoe doet, als een volwassene. Er zijn talloze vragen waarmee de therapeut interesse kan laten blijken.

### **Voorbeelden:**

*"Dit is heel moeilijk voor je. Vertel eens hoe je in die rotzooi terecht ben gekomen."*

*"Wanneer deed je voor het eerst X (gedrag)? Hoe kwam dat zo? Vond je het wel een goed idee?"*

*"Wat gaat er nu precies fout met je ouders? Is dat nog steeds zo sinds de laatste keer?" "Vertel eens over je vrienden? Hoe heten ze? Is daar iemand bij die je echt heel graag mag?"*

- Varieer uw stijl van vragen, zonder te vervallen in het dwingende maar ook vervelende staccato van een politiek verslaggever.

### **3. Wees positief, moedig aan**

- Maar overdrijf het niet. Bouw geen luchtkastelen.
- De essentie bij dit alles is: luisteren, goed luisteren. Teksten over de kunst van het luisteren naar jongeren zijn in de opleiding op aanvraag beschikbaar.

### **4. Haak aan bij het positieve, het gezonde in wat de jongere te zeggen heeft**

- Waarom wil de jongere dit of dat? Wat stelt hij zich daarbij voor? Heeft hij daarvoor de mogelijkheden, de kennis en kunde? Wees hierbij concreet. Geen vaagheden.
- Hoe denkt de jongere over de gevolgen van wat hij wil: voor zijn

relatie met zijn ouders, bijvoorbeeld, of met zijn vrienden?  
Help de jongere daarvan een realistisch beeld te krijgen.

## **5. Laat de jongere eigen doelen stellen (eerste aanzet)**

- Overtuig de jongere ervan dat doelen stellen zinvol is, dat MDFT kan bijdragen aan de realisering van wensen, dat u als therapeut aan de kant van de jongere staat en goede invloed kunt uitoefenen op de ouders, dat wat in de sessies gebeurt kan doorwerken in de praktijk, enzovoort.
- Laat de jongere tegen deze achtergrond formuleren wat hij wil, wat hij anders wil.

### **Voorbeelden:**

*"We gaan samen afspreken wat je wilt bereiken."*

*"Ik ga je niet vertellen wat je moet doen of laten, of hoe dingen moeten veranderen."*

*Ik ga wél met je samenwerken. Eerst moeten we bedenken wat je diep in je hart anders zou willen."*

## **6. Sluit de sessie af**

Eindig steeds positief, bemoedigend.

Zeg de jongere welke voortgang is geboekt. En dat u denkt dat het verder ook goed zal gaan.

### **Voorbeeld:**

*"Je hebt het vandaag geweldig gedaan. Fijn om met je te praten."*

*Wat je zei was bijzonder. Niet iedereen van jouw leeftijd denkt zo diep over de dingen na."*

*Ik denk dat we samen een heel eind kunnen komen."*

# MDFT-sessie 4

## Leer de ouders kennen: het leven thuis, ouderschapstijl, gezinsrelaties

### Deel 1

### Indeling van de sessie

**Duur van de sessie:** 60 minuten. Alleen met een of beide ouders. Liefst in dezelfde week nog als Sessie 3.

### Bedoeling

- Laat de ouders de gang van zaken thuis, de dagelijkse routine, beschrijven.
- Inclusief eventuele 'huisregels', regels waaraan de jongere zich te houden heeft
- Inclusief wat de ouders doen als de jongere zich niet aan de regels houdt (wat voor straffen zijn onlangs opgelegd?)
- Inclusief spanningen, conflicten in het gezin: hoe vaak, waarover, met welke argumenten (letterlijk), met welk gedrag (schreeuwen, schelden, slaan, doodzwijgen) en welk resultaat (overeenstemming, blijvende ruzie, e.d.)
- Als er twee ouders zijn, moeten ze zeggen of ze al dan niet als een team werken, of ze onderling vaak ruzie hebben (waarover?) en of ze verschillend denken over het gezinsleven, opvoeding, regels, conflictbeheersing.
- Laat de ouders zeggen wat ze goed vinden aan thuis, opvoeding, ouderschap, gezin, en waar ze ongelukkig mee zijn.

# Stappen

## 1. Welkom. Bereid de ouders voor op de sessie van vandaag

- Maak de ouders nieuwsgierig. Ze moeten het gevoel krijgen dat de therapeut zich werkelijk bij hen betrokken voelt en zich in hen wil verdiepen.
- Drie onderwerpen moeten aan de orde komen: (a) wat we gaan doen in deze sessie, (b) vertrouwelijkheid, en (c) niemand heeft schuld.

### **Voorbeeld (a):**

*'Vandaag wil ik u en uw gezin beter leren kennen. Het gezin is belangrijk voor jonge mensen.*

*Als er problemen zijn in het gezin slaat dit terug op de kinderen.*

*Als problemen worden opgelost, is dat goed voor de kinderen en hoe ze zich ontwikkelen.*

*Ik wil graag weten hoe het gaat in uw gezin op een gewone dag. Wat gaat er goed, wat kan er beter volgens u? (Bij twee ouders: hoe werkt u samen als een team en kan dit beter?)*

*Hebt u het leuk samen? Wordt er wel eens geknuffeld of zo? Waar hebt u verdriet van? Stelt u regels aan uw kinderen? En wat gebeurt er als ze ongehoorzaam zijn?*

*Al die dingen zijn voor mij belangrijk om te weten, om u des te beter te kunnen helpen."*

### **Voorbeeld (b):**

*'U weet dat alles wat wij hier zeggen absoluut vertrouwelijk is.*

*Er gaat niets deze kamer uit, tenzij u dat zelf wil. Ik zal uw kind niets vertellen. U kunt veilig praten.*

*Is dat duidelijk? Hebt u misschien nog vragen?"*

### **Voorbeeld (c):**

*"Ik heb dit al eerder gezegd: u moet zich echt niet schuldig voelen.*

*Iedere vader en moeder maakt wel eens fouten en hebben dan spijt, maar dat hoort erbij. Opvoeden is de moeilijkste baan in de hele wereld.*

*Het gaat niet om fouten, het gaat erom dat u wilt dat er dingen beter gaan. Dat kan, maar doen moet u eerlijk met me zijn. Geen informatie achterhouden. Alles vertellen.*

*Denkt u dat u dit kunt?"*

*Ik weet dat het moeilijk is privé zaken aan een wildvreemde te vertellen, maar dat is voor mij echt nodig om u te kunnen helpen."*

## Tips

- Misschien zeggen de ouders: Wat heeft dit er allemaal mee te maken? Het probleem is dat X spijbelt; doe daar wat aan. Plaats de problemen van de jongere daarom steeds in ontwikkelingsperspectief en verklaar ze ook zo. Geef ouders onnadrukkelijk (niet belerend) inzicht in factoren die aan de problematiek kunnen bijdragen: puberteit, stoornissen, vrienden, omstandigheden in het gezin. Boodschap is dat de ontspoorde jongere weer op het juiste spoor gezet moet worden.
- De diverse onderwerpen (dagelijks leven, conflicten) worden hieronder in een bepaalde volgorde besproken. Maar in het gesprek kunt u een andere volgorde aanhouden of onderwerpen samennemen, zoals het uitkomt. Het gesprek moet ongedwongen zijn, niet voorgeprogrammeerd, geen standaard vraag-en- antwoord-spel. Als vandaag bepaalde zaken niet aan bod kunnen komen, dan een volgende keer. Sessies zijn geen keurslijf.

## 2. Het dagelijks leven van het gezin

- Breng de dagelijkse gang van zaken in kaart. Gedetailleerd. Vraag naar verhalen.

### **Voorbeeld:**

*"Okay, laten we als voorbeeld de dag van gisteren nemen.*

*Laten we beginnen bij het begin. Hoe laat stond u op?*

*En hoe laat stonden de kinderen op?*

*Wat deed u verder, wat werd er gezegd, wat is er gebeurd?*

*Ga maar door en vertel met uw eigen woorden. Ik kom er af en toe tussendoor met een vraag."*

- Noteer sterke en zwakke punten (aanknopingspunten).



- Neem goede nota van de mening van de ouders en van hun gevoelens: Wat loopt er volgens hen goed en maakt hen gelukkig, wat maakt hen ongelukkig?  
 Probeer te begrijpen hoe het zit. De constatering dat de ouders zich ongelukkig voelen volstaat niet. Achter een term als ongelukkig kunnen vele verschillende werelden schuilgaan. Graaf dieper.

## Tips

- Het gaat niet alleen om een feitenrelaas door de ouders, maar ook om de gevoelens daarachter en de verhalen eromheen. U hebt dit alles nodig om u een goed beeld te kunnen vormen.  
 De therapeut leert veel via de details van het verhaal. Maar wat de ouders vertellen is slechts één dimensie. De tweede dimensie is hoe zij hun gezins-leven waarderen. De therapeut heeft beide dimensies nodig om tot werkelijk inzicht te komen.  
 Dit onderscheid in twee dimensies - lagen als het ware - kan ook de ouders tot nieuw inzicht brengen. Ze spreken uit wat tot dan toe onuitgesproken bleef of nauwelijks beseft werd.
- Uit die verhalen en bespiegelingen moet u de opmerkingen selecteren die nadere aandacht verdienen omdat ze treffend zijn en op omstandigheden en problemen slaan die veranderbaar of oplosbaar zijn.  
 U moet een kapstok bedenken: Wanneer en hoe kom ik op deze opmerkingen terug.
- Het graafwerk als hier bedoeld vraagt geduld. Houd als het moet een langzaam tempo aan.
- Probeer de gevoelens goed te duiden: frustratie, spijt, woede, verdriet, angst, of een combinatie?  
 Deze ontleding van gevoelens, onder woorden gebracht, kan de ouders helpen hun positie en inzet te bepalen.
- De toon van het gesprek moet losjes zijn. Geef blijk van belangstelling en betrokkenheid.

### 3. De huisregels

- Vraag ernaar.

Sommige ouders hebben veel regels, andere slechts een paar, en weer andere geen. Vraag in het laatste geval: "Denkt u dat dit een probleem is? Zou u niet liever wél duidelijke regels hebben?"

Checklist voor huisregels (niet uitputtend):

- Elke dag naar school gaan
- Geen gebruik van drugs of alcohol
- Meteen thuis komen uit school
- Geen vrienden thuis ontvangen in afwezigheid van ouders
- Met eten thuis zijn
- 's Avonds om xx uur thuis zijn
- In het weekend om yy uur thuis zijn
- Altijd vertellen waar je naar toegaat
- Altijd bereikbaar zijn voor de ouders (mobiele telefoon e.d.)
- Respect voor ouders
- Rommel opruimen
- Het betreft niet alleen regels, maar ook verwachtingen die ouders van hun kinderen hebben.

Expliciteer die verwachtingen. Vraag bijvoorbeeld: "Wat moet uw kind nú doen/leren voor zijn latere leven?"

## Tips

- Hanteer in het gesprek het ontwikkelingsperspectief. Zelfs oudere pubers hebben nog een ontwikkeling te gaan, waarbij ze hun ouders nodig hebben om te leren en zich op het volwassen leven voor te bereiden. Laat de ouders zich niet vastbijten in de huidige crisis. Benadruk dat ze in bedoeld ontwikkelingsperspectief een sleutelrol hebben. Help hen zodoende zich bewust te worden van de veranderingen die nodig zijn en hoe zij daaraan kunnen bijdragen.
- Laat merken dat huisregels een terugkerend onderwerp zullen zijn, dus belangrijk.

- Op de vraag “*Wat moet uw kind nú doen/leren voor zijn latere leven?*” zullen veel ouders een antwoord schuldig blijven. Ze weten dat er een probleem is maar hebben geen duidelijke verwachtingen van de ontwikkeling van hun kind. Help hen om daarvan een duidelijk idee te krijgen.

#### 4. Gezag over de jongere

Als er huisregels zijn, laat de ouders dan vertellen hoe ze de jongere daaraan houden. En hoe ze eventueel straffen.

Wat doen de ouders? Als ze niets doen, waarom? Wat denken en voelen zij bij dit alles?

Welke straf geven ze? Graag recent voorbeeld. Wat werkt er volgens hen en wat niet?

Vraag naar details, verhalen, recente gebeurtenissen.

##### **Voorbeelden:**

*“U zegt dat u wilt dat uw dochter elke dag naar school gaat. Prima. Maar ze doet het niet. Hoe hebt u geprobeerd haar toch naar school te krijgen? Krijgt ze straf? Werkt uw aanpak (of niet)?”*

*“U zei dat u vindt dat hij op zijn zusje moet oppassen. En dat ie dat meestal doet.*

*Hoe hebt u hem zover gekregen? Waarom doet hij dit?*

*Begrijpt hij waarom dit belangrijk voor u is, met uw werk en zo, en alle drukte?”*

## Tips

- U moet een algemene indruk krijgen. Maar zoals steeds: probeer dit te doen via het uitlokken van concrete verhalen over concrete gebeurtenissen.
- Praat de ouders niet naar de mond. Laat het tegenovergestelde ook niet gebeuren.

##### **Voorbeelden:**

*“Dus, ik begrijp dat u vaak schreeuwt als hij niet doet wat u wil. Denkt u dat dit werkt? Als u tegen hem schreeuwt, doet ie het dan wel?”*

Meestal is het antwoord "nee", reden voor de therapeut om te zeggen: *"Dat verbaast mij niets. Schreeuwen werkt nooit, je maakt je kind alleen maar van streek en boos.*

*De vraag is : Kunnen we samen iets anders bedenken dan schreeuwen, iets wat wel werkt en beter overkomt? Kunnen we dat niet voor de eerstkomende tijd afspreken? Wat vindt u daarvan?"*

Erken dat gillen en schreeuwen, in dit voorbeeld, wel als begrijpelijke reactie. Mensen die gefrustreerd zijn gillen. Frustratie moet een uitlaatklep hebben.

## 5. Conflicten in het gezin

- Vraag naar de feiten.  
Wordt er geruzied?  
Wie ruziet met wie? Waarover? Hoe vaak (eens per dag bijvoorbeeld)?  
Hoe lopen die ruzies af? Met een oplossing? Komt er geweld aan te pas?  
Graag een recent voorbeeld (verhaal met alle genoemde elementen).
- Draai er niet omheen.  
Terughoudendheid is niet gepast. Wees vriendelijk en rustig en geef geen oordeel, maar zorg er wel voor dat de waarheid boven tafel komt.

## Tips

- Deze sessie gaat verder dan alleen informatieverzameling.  
Grijp elke gelegenheid aan om de therapeutische band met de ouders te versterken en hen te motiveren volop aan de behandeling mee te doen.
- Acceptatie van feiten ("het gaat niet goed") is de eerste stap op weg naar verandering.  
Als het zo te pas komt en als ouders beginnen te beseffen dat ze het anders aan moeten pakken, laat ze dan zonder drang zien waar aangrijpingspunten voor verandering liggen.
- Als ouders erkennen dat zaken verkeerd lopen, dan staan ze meestal ook open voor suggesties hoe het beter kan. Sluit daarop aan.

**Voorbeeld:**

*"We zijn nog maar net begonnen. We hebben alle tijd van de wereld om dit aan te pakken.*

*Maar u kunt nu al iets doen. Dat schreeuwen helpt niet. Veel ouders hebben gemerkt dat het juist beter is om niet te schreeuwen, omdat kinderen toch niet luisteren als we schreeuwen.*

*Probeer dat eens: om niet te schreeuwen. Wat u dan daarvoor in de plaats moet doen, daar praten we later over. Maar van dat schreeuwen hebt u zelf nog het meeste last, dus doe het niet. Daar wordt u rustiger van."*

**6. Mate van affectie, genegenheid in het gezin**

- Laat de ouders vertellen of gezinsleden elkaar genegenheid, liefde, waardering betonen.
- Hoe vaak zeggen ze dat ze van elkaar houden? Wanneer voor het laatst? Wordt er gekust, geknuffeld, waarderend op de schouder geslagen? Hoe wordt er afscheid genomen, hoe goedenacht gezegd?
- Prijzen de gezinsleden elkaar? Geven ze complimenten.

**Voorbeeld:**

*"Een heleboel ouders zeggen: ze weet dat wij van haar houden. Dat menen ze. Maar zegt u dat wel eens hardop? Hoe vaak geeft u elkaar een complimentje of doet u iets aardigs voor elkaar? Laten we vandaag nemen. Hebt u iets aardigs tegen uw dochter gezegd? Wat dan? Wanneer?"*

**7. Ouders vatten samen waarover zij tevreden en ontevreden zijn**

- Er is veel gezegd; het moet nu worden samengevat. Veel ouders zullen verzuchten: *"Ik heb alles geprobeerd"*. Toon sympathie, bevestig hun inspanningen, zeg dat voor dit kind een speciale benadering nodig is en dat u de ouders daarbij zult steunen
- De samenvatting dient tegelijk als agenda voor het vervolg van MDFT. Lang niet alles kan reeds in acties worden omgezet. De ouders moeten voor zichzelf eerste doelen formuleren die zij willen bereiken. Teken daarop in en eindig met concrete afspraken.

# MDFT-sessie 5

## Met de jongere alleen, in deze sessie en daarna

In de loop van de komende maanden zult u nogal wat sessies met alleen de jongere hebben, in doorsnee 9 tot 10.

Wat daarin aan de orde komt hangt af van deze individuele jongere: diens situatie, problematiek, wensen.

Sessie 5 is het tweede gesprek met de jongere alleen. Doelen zijn uitdiepen van problematiek, de jongere helpen doelen te stellen, aanpakken van ongewenst gedrag van de jongere, voorbereiden van de agenda voor komende gezinssessies.

### Indeling van de sessie

**Duur van de sessie:** 60 - 90 minuten. Alleen met de jongere

### Bedoeling

- De jongere moet verder over zichzelf praten.
- Wat wil hij bereiken? (Bijvoorbeeld diploma, een baan, een vriendin, betere relatie met ouders, zelfstandig wonen).
- Wat wil hij voorkomen? (Bijvoorbeeld ergens uitgegooid worden, detentie, uitsluiting, uithuisplaatsing.)
- Wat is zijn dagelijkse routine? De gang van zaken thuis?
- De jongere moet zeggen wat op dit moment zijn grootste problemen zijn. Wat hij het eerst wil veranderen (stellen van prioriteiten).
- De jongere moet gaan beseffen dat zijn huidig gedrag conflicteert met zijn dromen en wensen.  
De bewuste discrepanties moeten worden uitgesproken en onder ogen gezien.
- Als de jongere nog steeds gedrag vertoont dat schadelijk is voor hemzelf of anderen, dan moet hij vertellen waarom hij ondanks alle risico's daar-

mee doorgaat. Wat lokt hem uit, wat zijn gevaarlijke situaties, wat zijn de verleidingen?

- Jongere en therapeut stellen samen kernthema's vast waaraan zij gaan werken: ressentimenten, verlokkingen, stress, laag zelfbeeld, relatie met ouders, enzovoort.

## Tips

- Als de jongere zwaar drinkt of drugs gebruikt, kunt u bepaalde sessies besluiten met een urinecontrole. Die controles hebben een plaats in de therapie, dus zijn niet bedoeld als bevoogdende controle. Urinebepaling kan alleen maar met instemming van de jongere en zijn ouders. Zonder die instemming kunt u de jongere en het gezin uiteraard toch met MDFT behandelen.

### **1. Welkom. Breek het ijs. Bereid de jongere voor op de sessie van vandaag**

### **2. Leer de jongere beter kennen. Wie is hij, wat wil hij?**

- Vraag de jongere naar gedachten, gevoelens, hoe hij denkt over zijn situatie en leven, naar therapeutische doelen op korte termijn, inclusief gesprekken met ouders, school of anderen  
Vraag de jongere naar zorgen, teleurstellingen, woede, spijt, wanhoop, onvrede. U moet weten wat hij denkt en voelt en wat hij wil. Graaf gaandeweg dieper.
- Vraag de jongere naar wat hij wil, nu en op langere termijn  
Help de jongere om na te denken over wat hij wil nu, morgen en op langere termijn. Praat niet alleen over het heden, maar ook over de toekomst.  
Doelen voor het hier en nu kunnen concreet zijn: niet van school getrappt worden of worden teruggezet, geen detentie, geen uithuisplaatsing, wél overstap naar een andere school, een baantje, een luisterend oor van de ouders, herstel van contact met de vader.

De therapeut moet ervoor zorgen dat dit soort wensen wordt geuit en gedetailleerd.

### **3. Besteed aandacht aan het probleemgedrag**

- Het probleemgedrag moet worden benoemd. Waar gaat het precies om?

- De jongere moet inzien dat zijn huidig probleemgedrag realisering van zijn dromen en wensen in de weg staat

De kloof tussen daad en droom moet worden benoemd.

Laat de jongere zeggen waarom hij doorgaat met schadelijk gedrag.

Wat voor kick krijgt hij uit dat gedrag? Beseft hij de risico's? Laat hem die onder woorden brengen.

De therapeut moet helpen uitlokkende factoren op te sporen en een plan te maken om die factoren het hoofd te bieden.

### **4. Sterk en steun de jongere in positieve bezigheden en verlangens**

Inventariseer en maak een plan. Het kan gaan om een opleiding, hulp bij sollicitatie, regelen van begeleiding, inschrijven bij sport- of andere vrijetijdsverenigingen.

Help de jongere hierbij snel na de sessie. Of roep daarvoor de hulp van een therapieassistent of secretaresse in.

### **5. Laat de jongere duidelijk en concreet uitspreken wat hij wil bereiken, in eerste instantie NU**

Van belang hierbij zijn onder meer ressentimenten, verlokkingen, stress, laag zelfbeeld, relatie met ouders, actuele sores.

Vind daarin aanknopingspunten voor veranderingen op korte termijn en stel daarvoor een plan op.

Sommige zaken kunnen niet geregeld worden buiten de ouders om. Dus zeg dan: *"Ik denk dat je dit met je ouders moet bespreken"*. En zorg ervoor dat dit in een van de volgende sessies daadwerkelijk gebeurt.



# MDFT-sessie 6

## Deel 2.

### De ouders: het leven thuis, ouderschapstijl, gezinsrelaties Bespreking van acties buiten het gezin

## Indeling van de sessie

**Duur van de sessie:** 60 - 90 minuten. Alleen met de ouder(s). Een week na Sessie 4.

## Bedoeling

- Hoe gaat het met de ouders?
- Laat ze vertellen over hun achtergrond: stress, eigen problemen nu en vroeger (conflicten; arrestaties; stoppen met school of werk; eenzaamheid; overmatig drinken; drugsgebruik; behandeling zijn of geweest zijn; enzovoort)
- Breng hun financiële situatie in kaart.
- Stel een overzicht van naaste familieleden en vrienden van de familie op en laat de ouders zeggen van wie hulp of tegenwerking te verwachten valt.
- Bij twee ouders: laat ze hun onderlinge spanningen, conflicten en verschillen van mening over opvoeding vertellen. Werken ze samen als een team?
- Laat de ouders zeggen wat ze goed vinden aan thuis, opvoeding, ouderschap, gezin, en waar ze ongelukkig mee zijn.
- Laat ze praten over de huidige problemen van de jongere op school, werk, met justitie, met vrienden, enzovoort.

- Vertel de ouders dat MDFT buitengezins interventies omvat en verken met hen wat hier te doen valt.
- Laat ouders eigen behandeldoelstellingen formuleren.

## Stappen

### 1. Welkom. Bereid de ouders voor op de sessie van vandaag

Maak een praatje. Haak aan bij waar u in Sessie 4 eindigde. Vertel wat er vandaag gaat gebeuren.

### 2. Breng verschillen van mening tussen ouders over opvoeding aan het licht

- Praktisch altijd zijn er conflicten en op zijn minst verschillen van inzicht. Spoor die op, laat ze benoemen. Stel ook vast waarover de ouders het eens zijn.
- Laat de ouders vertellen hoe ze met die verschillen omgaan. Hebben ze geprobeerd tot een gezamenlijke oplossing of aanpak te komen (hoe, welke?). In hoeverre werken ze als een team? Speelt de jongere de ene ouder tegen de andere uit?
- Zoek steeds naar aanknopingspunten voor interventie (therapeutische actie).  
Ouders zullen meestal erkennen dat hun onderlinge strubbelingen goed ouderschap in de weg staan. Dan is het nog een betrekkelijk kleine stap naar aanvaarding van hulp.

### 3. Wat vinden de ouders fijn en wat maakt hen ongelukkig: thuis, bij de opvoeding, in gezinsrelaties?

- Hier hebt u met hen al eerder over gepraat, in Sessie 4 bijvoorbeeld. Begin er opnieuw over, maar dan met als invalshoek wat de ouders veranderd willen zien.
- Vaak zeggen ouders: "Ik weet niet wat ik moet doen. Ik heb al van alles geprobeerd". Leef mee, bevestig hun inspanningen. Vertel nog eens dat MDFT hier soelaas kan bieden, door samen met ouders te zoeken naar nieuwe ideeën en benaderingen.

#### 4. Laat de ouders vertellen over hun eigen moeilijkheden, nu en in het verleden

- Als ouders eigen problemen hebben kan dit hun rol als opvoeder verzwakken. U moet die problemen dus kennen en u koers naar bevind van zaken aanpassen.

##### **Voorbeeld:**

*"Onze manier van werken vraagt erg veel van u. Maar alleen u kan uw kind uit de nesten halen.*

*Dat gaat lukken en ik steun u daarbij, want we werken samen.*

*Maar eerst moet ik weten of er dingen zijn in uw leven die het moeilijk voor u maken uw kind te helpen.*

*Vertel mij over die dingen, want dan kunnen we kijken wat we eraan kunnen doen.*

*OK? Begrijpt u? Dus ik noem nu een paar dingen. Kunt u daar dan wat over vertellen?"*

Checklist (niet uitputtend):

- Hebt u veel stress? Wat voor stress? Waarom?
  - Drinkt u veel? Of deed u dat vroeger? Bent u daar wel eens voor behandeld? Hoe, wanneer?
  - Gebruikt u drugs? Wat voor drugs? Bent u daar wel eens voor behandeld? Hoe, wanneer?
  - Bent wel eens behandeld voor een psychisch probleem? Hoe, wanneer? Wat voor probleem?
  - Hoe ging het vroeger met u op school?
  - Bent u wel eens gearresteerd of veroordeeld? Waarom? Wat gebeurde er toen?
  - Als u zelf geen problemen heeft of hebt gehad op psychisch gebied of met drinken of drugs, zijn er dan familieleden met wél zulke problemen? Wie? Wat voor problemen?
- Vraag steeds aan de ouders of ze een en ander hulp krijgen. Wat voor hulp en van wie? Bied bij ontbreken van wenselijke hulp de ouder(s) aan hen te verwijzen.
  - Breng ook de financiën van het gezin in kaart.

## 5. Familieboom

- Teken op een vel papier hoe de familie er uitziet: kinderen, ouders (met eventuele nieuwe partners; voogd of pleeggezin), invloedrijke ooms en tantes, grootouders, andere nauw bij het gezin betrokken personen.
- Dit is geen theoretische exercitie met volledigheid als doel. Het gaat om het traceren van verwanten en andere betrokkenen die in leven zijn en de jongere kunnen helpen of juist dwarsbomen.

## 6. Stel problemen van de jongere vast buiten het gezin: school, werk, justitie, vrienden, etc.

Vraag naar de feiten en naar acties die de ouders hebben genomen.

### **Voorbeeld school:**

*"Ik begrijp dat X problemen op school heeft. Wat hebt u daaraan gedaan? Wat vond u daarbij het moeilijkst?"*

*Wij werken in MDFT nauw met scholen samen. Iemand van ons team hier zal met de school contact opnemen om te horen of X spijbelt, maar ook om met leraren te praten hoe het beter kan. Wij zullen met de school praten, maar het kan zijn dat we u soms vragen om mee te gaan."*

### **Voorbeeld justitie:**

*"Ik begrijp dat ie problemen heeft met justitie. Wat voor problemen? Wanneer moet hij voorkomen? Heeft hij een reclasseringsambtenaar? Wij zullen contact opnemen met de rechtbank of de reclassering."*

## 7. Ontwikkel samen met de ouders behandel doelstellingen

- Het gaat hier om behandel doelstellingen bezien vanuit het perspectief van de ouders.  
Waar hebben zij behoefte aan en waar hebben ze u voor nodig?

### **Voorbeelden van door ouders medebepaalde behandel- doelstellingen:**

- Ouders willen meer als een team samenwerken.
- Ze willen concreet advies bij het stellen en doorvoeren van huisregels (wat is redelijk, hoe te belonen en te straffen, hoe te reageren [niet door te gillen of onredelijk streng te zijn]).
- Ze willen concrete hulp voor hun eigen moeilijkheden.

- Ze willen steun bij contact met externe instanties.
- Maak en sorteer aantekeningen. Bespreek met de ouders wat prioriteit heeft.

## 8. Sluit de sessie af, vat samen, maak plan voor de volgende sessies

**Op dit moment moet u duidelijk zijn wat u met dit gezin, in welke volgorde, te doen staat.**

**Voorbeeld:**

*"Okay. Er staat ons veel te doen. Begrijpt u nu waarom we deze aanpak 'multi' noemen?"*

*We gaan aan al die dingen werken. Ik samen met uw kind, aan zijn gedrag. Ik samen met u wat opvoeden betreft en ook de dingen waar uzelf hulp bij nodig hebt.*

*De problemen die er zijn kun je niet oplossen door een druk op de knop.*

*We moeten verschillende dingen tegelijk doen. Het leven is niet eenvoudig.*

*Maar we weten nu in ieder geval waar we de oplossingen moeten zoeken."*

## Tips

- Denk na over de volgende sessie, die plaatsvindt met jongere en ouders samen. Het gaat dan niet om woorden, maar om daden: werken aan gedragsverandering, daadwerkelijk andere interactie tussen jongere en ouders. Maar overdrijf die voorbereiding niet, laat ruimte voor improvisatie.