

# Als wij de bal hebben, kunnen hun niet scoren!

## Als wij het spel bepalen kunnen onze cliënten niet scoren!

'Als wij de bal hebben, kunnen hun niet scoren' is een van de bekende uitspraken van de filosoof Johan Cruijff. Als therapeuten de bal niet afgeven kunnen hun cliënten niet scoren! Het mankement van vrijwel alle gespreksmethoden, behandelprotocollen, interventies, technieken, richtlijnen, zorgpaden enzovoort is dat behandelaars véél te véél aan de bal zijn. De cliënt heeft vanaf het eerste moment vrijwel geen balbezit. Alles wordt voor hem bepaald: wachttijd, data, plaats, diagnostiek, diagnose, behandeling, behandelaar, aantal sessies, de opslag van gegevens en de vergoeding. Ondanks de beste bedoelingen om hulp te bieden lopen therapeuten meestal hun cliënten voor de voeten, vaak zonder dat ze dat door hebben.

## Te veel balbezit

Neem bijvoorbeeld de officiële ggz-richtlijnen bij depressie, waaraan alle behandelaars in de ggz zich dienen te houden. In de nieuwe [Zorgstandaard Depressieve stoornissen](#), die gepresenteerd wordt als 'gids voor goede zorg bij depressie', wordt er héélmaál niet met cliënten gepraat over de dingen waar zij mee worstelen. De basisinterventies voor mensen met een depressie zijn volgens die zorgstandaard: psycho-educatie, activering & dagstructurering en actief volgen. Daar wordt je niet vrolijker van. Dat wordt je ook niet van de 'eerste stap interventies' die eventueel later toegevoegd worden zoals: bibliotherapie, zelfmanagementstrategieën met begeleiding, e-interventies, activerende begeleiding, fysieke inspanning enzovoort. Dit is geen 'goede zorg', dit is een wasstraat!

## Je gaat het pas zien als je het door hebt

'Je gaat het pas zien als je het door hebt', ook weer zo'n geniale constatering van Cruijff. Als je door hebt dat, ook bij emotionele problemen, oplossingen die mensen zelf vinden veel beter werken dan de oplossingen die anderen aandragen, dan pas ga je zien dat je op een totaal andere manier hulp moet bieden. Dat is vrij simpel: je cliënten de bal geven en ze ruimte bieden om zich intensief te uiten over hun pijnlijke onderwerpen zodat alle relevante gedachten en gevoelens aandacht en erkenning krijgen. Dan gaan ze zelf 'spontaan' scoren: gevoelens en gedachten veranderen en het probleem lost zich. Of er dienen zich nieuwe mogelijkheden/oplossingen aan, of er komt vrede met de stand van zaken.

## Het moeilijkste wat er echter is, is simpel voetballen.

'Voetballen is simpel. Het moeilijkste wat er echter is, is simpel voetballen'. Therapie is ook simpel en het moeilijkste is echter simpel hulp bieden. De Method of Levels (MOL) is een manier om simpel hulp te bieden. Daarvoor kun je [literatuur](#) lezen of een tweedaagse [cursus MOL](#) volgen.

## Ervaringen met simpel hulp bieden

Deze ervaringen hadden collega's die al een MOL-cursus volgden:

- 👤 Oplossingen en inzichten die cliënten krijgen via de methodiek zijn zo anders dan de oplossingen die we normaal als behandelaar bedenken en dus aandragen voor hun problemen. Met als gevolg dat hun eigen oplossingen en inzichten veel authentiekter zijn, dieper doorwerken en hen, naast een enorm gevoel van opluchting, het gevoel geven dat ze zelf weer hun probleem/leven onder controle krijgen.
- 👤 In de therapie komen er geregeld verrassende wendingen voor, dat cliënten - als ik niet meer stuur maar volg - naar gebeurtenissen gaan waar kennelijk een relevant stuk van het probleem zit, en die ik als therapeut echt niet had (kunnen) voorzien. Het komt me langzamerhand steeds vreemder voor dat ik het probleem zou moeten begrijpen om de oplossing te weten om vervolgens de client daar naar toe te leiden op een socratische of soms didactische wijze, zodat client tot 'cognitive shift', 'inzicht', of verandering in betekenisverlening komt. Wat een omweg!
- 👤 Wat ik het meest krachtig vond was de eenvoud van de techniek. Na een aantal vrij cognitieve opleidingen die me erg veel moeite hebben gekost om eigen te maken en eigen te houden, voelt MOL als heel natuurlijk. Tegelijkertijd is/lijkt het voor mij een basistechniek waar andere technieken mooi op aansluiten. Vooral het ongeunstelde vind ik prachtig.
- 👤 Dit is een techniek die de universele kenmerken van verschillende psychologische stromingen samenvoegt, waardoor ik door de bomen het bos weer ging zien.
- 👤 Ik verbaasde me soms over het snelle en effectieve resultaat. De MOL is een persoonsgerichte en concrete techniek, gericht op het hier & nu.
- 👤 De therapeutische interventies zijn rechtstreeks gericht op wat er toe doet: de innerlijke ervaring van de cliënt in denken en voelen en gericht op het benutten van zijn zelfsturend vermogen.
- 👤 Zelf heb ik ervaren dat ik snel tot inzichten kom en bij waar het werkelijk omdraait waardoor ik dingen niet doe of doe op deze manier.
- 👤 De cursus heeft me een nieuwe manier van werken opgeleverd, waarbij de client zijn/haar eigen weg vindt.
- 👤 MOL brengt voor mij meerdere stromingen bij elkaar en brengt naar mijn idee een cliënt sneller bij de essentie. Het heeft voor mij ook leertherapeutisch gewerkt.
- 👤 De client kan eerst rustig zijn eigen probleem verkennen, maar uiteindelijk komt het pijnpunt boven tafel zonder dat je de client in de weg zit. Het gesprek gaat niet over de overtuigingen van de therapeut, maar blijft volledig binnen het perspectief van de client. Je hebt gesprekken met cliënten die je eerder nooit had.

**Johan Cruijff: Je moet de bal hebben om te schieten, en schieten om te scoren, maar dat is logisch!**