



# Van intuïtie naar methode: succesvolle werkwijze in de zorg krijgt wetenschappelijke basis

16 februari 2024 • Onderzoeksbericht

Een behandelmethode die in de jeugdzorg al jaren het ene na het andere succes boekt, maar tot nu toe nog niet het podium vond, heeft met het promotieonderzoek van Carine Heijligers en Sonja Graafstal een stevige wetenschappelijke onderbouwing gekregen. 'Deze methode brengt veel meer dan het aanleren van een trucje: het is een verandering in de kern van een persoon.' Heijligers en Graafstal promoveren gezamenlijk op 20 februari.

Carine Heijligers werkt al 45 jaar met jongeren in de zorg, waarvan de laatste 25 jaar binnen Stichting Koraal voor jongeren met een licht verstandelijke beperking en ernstige gedragsproblemen. Dat haar werkwijze resultaten oplevert, was vanaf het begin duidelijk. Jongeren gingen vooruit in hun ontwikkeling, werden prettiger in de omgang en leverden op hun niveau een bijdrage aan hun omgeving. Heijligers: 'Ik boekte succes met jongeren waar niemand raad mee wist. Maar zelf wist ik ook niet precies hoe dat kwam.'

Prof. dr. Anna Bosman, verbonden aan de faculteit Pedagogische Wetenschappen van de Radboud Universiteit koppelde Heijligers aan Sonja Graafstal. Samen zochten ze naar theoretische onderbouwing voor Heijligers' werkwijze. 'Onderzoek is belangrijk, omdat een wetenschappelijk verantwoorde methode in de hulpverlening erkenning en financiële steun kan krijgen', zegt Graafstal.

## Basis

Heijligers en Graafstal analyseerden wetenschappelijke literatuur en bekeken video's van cliënten en hulpverleners. Ze ontdekten dat achter de werkwijze van Heijligers een mechanisme schuilgaat dat teruggaat naar de basis van menselijke interactie, het vermogen om zich te verbinden met een ander waardoor wederkerig contact ontstaat. 'Stel, een baby kijkt naar een vogeltje. De moeder volgt de kijkrichting en kijkt ook naar de vogel. Daarna maakt ze oogcontact met de baby en die lacht', geeft Graafstal als voorbeeld. 'Volgen en leiden vormen de basis voor samenzijn en autonomie, zo blijkt uit onderzoek. Elk type gedrag is terug te brengen naar die fundamentele beweging van volgen of gevolgd worden.'

## Verstoord patroon

Maar dat patroon kan op allerlei manieren verstoord zijn, wat zich uit in problematisch gedrag: een kind dat niet volgt, luistert bijvoorbeeld niet naar een opdracht, of kan niet netjes naast iemand blijven lopen of zachtjes praten in de bibliotheek. De werkwijze van Heijligers richt zich daarom op het verstoorde onderliggende interactiepatroon en niet op het foute gedrag. 'De hulpverlener volgt eerst de bewegingen van de cliënt, waardoor verbondenheid ontstaat', legt Heijligers uit. 'Daarna voegt de hulpverlener een eigen beweging toe, die de cliënt volgt. Samen werken ze zo toe naar gewenst gedrag.'

*Timo en hulpverlener Myra maken ieder een tekening met verf. Timo verft met grote streken op het papier en ook op de tafel. Myra verft met een klein penseel dunne streepjes in het midden van haar vel. Dan ziet ze hoe bij Timo de verf ook op de tafel belandt door zijn grote bewegingen. Myra pakt een grote kwast en begint ook met grote bewegingen over haar papier te verven. Zij blijft echter binnen de lijnen van haar vel. Ze wijst Timo erop dat zij nu ook met een grote kwast verft en samen lachen ze om de grote, dikke, vette lijnen die ze verven. Dan maakt Myra haar bewegingen langzamerhand steeds wat kleiner zodat ze makkelijker binnen de lijnen van het vel papier kan blijven. Ongemerkt verkleint Timo zijn bewegingen en blijft ook netjes op het papier. (Voorbeeld uit het proefschrift van Heijligers en Graafstal)*

Met de methode werden al vele successen behaald bij jongeren van verschillende leeftijden en met uiteenlopende gedragsproblemen. 'Wie kan volgen, voelt verbondenheid en harmonie met een ander. Wie kan leiden, voelt zich competent en zelfstandig', zegt Heijligers. 'Dat leidt tot positieve gedragsverandering. Het is veel meer dan het aanleren van een trucje: het is een verandering in de kern.'

## Uitdagingen

Ondanks de behaalde successen en het feit dat de methode al sinds 2010 wordt onderwezen op de Radboud Universiteit en binnen Stichting Koraal, wordt de methode nog niet breed ingezet in de jeugdzorg. Er is een stevig denken in de hulpverlening dat uitgaat van kijken naar gedrag, dit interpreteren en vervolgens veranderen. Heijligers en Graafstal kijken naar het onderliggende patroon van wederkerigheid in de beweging en analyseren of beide personen kunnen volgen en initiatief nemen. 'Het is een andere manier van omgaan met dezelfde materie. Omdat je er anders mee omgaat, krijg je andere uitkomsten.'

De wetenschappelijke onderbouwing die nu voor iedereen toegankelijk is, benadrukt volgens Heijligers en Graafstal het belang van Beweging-als-houvast voor individu en maatschappij. 'Nu investeren kan op termijn enorm veel geld besparen', zegt Heijligers. 'Maar het belangrijkste is dat het leven van mensen in de zorg er draaglijker van wordt.'

## Literatuurverwijzing

---

[Publicatie Online: Sonja Graafstal en Carine Heijligers \(publicatie-online.nl\)](#) 