

Impuls Symposium woensdag 7 april 2010 in De Reehorst te Ede

'Hulpverlening in de Praktijk'

Presentatie: 10.15 uur – 11.00 uur

Cathelijne Wildervanck, directeur ADHD-centrum Zuid-Holland en ADHD & Werk

Effectief met ADHD

Presentatie Cathelijne Wildervanck, directeur ADHD-centrum Zuid-Holland en ADHD & Werk

Op het moment dat je gediagnostiseerd bent met ADHD krijg je vaak vooral te horen wat je door je "stoornis" niet kan. Wat je opnieuw moet leren, en dient aan te passen om te leven met ADHD. Bij het ADHD-centrum wordt anders gekeken. We kijken naar de mogelijkheden die iemand wel heeft, we stabiliseren iemand in zijn of haar talenten. Van daaruit brengen we een proces op gang dat in zelfvertrouwen en kracht resulteert en betere informatie-strategie geeft. Als je ADHD weer terugbrengt naar de kern, een mogelijk biologische stoornis waardoor je sommige zaken anders aanpakt, en de schil van gevolgschade opruimt, blijken heel veel mensen wel degelijk in staat effectief en gelukkig te zijn. Zonder lijstjes, trucs en keurslijf van opgelegde regelmaat. Het ADHD-centrum Zuid-Holland zoekt wat er voor iemand wel werkt, in plaats van te focussen op de problemen die vaak al meer dan genoeg belicht zijn.

Cathelijne zal onderbouwen dat dit niet alleen een attitude is, maar ook gestaafd kan worden door de kennis van de neuropsychologie. Ze is ook schrijver van het boek "ADHD: hoe haal je het uit je hoofd?".

Impuls Symposium woensdag 7 april 2010 in De Reehorst te Ede

'Hulpverlening in de Praktijk'

Presentatie: 11.30 uur – 12.15 uur

Drs. Arno de Poorter, psycholoog en mens met ADHD en Jeanine Koumans

Mijn aanpak start met het **erkennen** van mensen met ADHD. Mensen met ADHD stuiten in hun leven namelijk vaak op veel onbegrip. Zij krijgen steeds te horen dat ze dingen niet goed doen of dat ze het anders zouden moeten doen. Hierdoor worden ze onzeker.

Ik nodig mensen uit om hun verhaal met mij te delen. Ik vertel hen ook over mijn leven met ADHD. Vaak zijn er veel overeenkomsten. Daarnaast vertel ik dat ik trots ben op mijn ADHD en benoem ik welke kwaliteiten ADHD voor mij met zich meebrengt. Samen gaan we opzoek naar de kwaliteiten van degene die ik begeleid en naar mogelijkheden om deze kwaliteiten te gebruiken en verder te ontwikkelen. We maken plannen zodat zij succeservaringen opdoen. Dit leidt tot zelfvertrouwen. Mensen die zelfvertrouwen hebben, durven initiatief te nemen. Zodoende ben ik uiteindelijk overbodig: mensen weten dat ze met hun ADHD zichzelf prima kunnen redden en dat ze waardevol zijn voor anderen.

Website van Arno de Poorter: www.hulpbijadhd.nl

Het is een eer om de positieve veranderingen in mijn gedachten, gevoel, gedrag en zelfvertrouwen sinds de gesprekken met mijn jonge ADHD-psycholoog, Drs. Arno de Poorter, zelf ADHD-er, te bespreken voor een publiek bestaand uit experts, namelijk ADHD-genoten (mooi woord..) en diegenen bij wie deze groep antwoorden en steun zoekt.

Tijdens de eerste ontmoeting met Drs. Arno, die gastspreker was op een training op mijn werk, voelde ik mij voor het eerst normaal, en ik dacht: nu komt alles goed.

Het kwam uit. De herkenning en bevestiging op de ontwapenende manier van Drs. Arno hebben bij mij de hoofdschakelaar eindelijk omgezet, waardoor ik zin kreeg in het leven, het leven zelf zin kreeg, en alles opeens logisch werd.

Niet meer vechten tegen windmolens, niet meer overdreven mijn best doen om gewaardeerd te worden in de maatschappij, ter compensatie van mijn abnormaliteit waarvan ik mij van kleins af aan bewust ben geweest en waaraan

geen enkele therapievorm de afgelopen 20 jaar iets heeft kunnen veranderen, ondanks alle inzet en goede wil van alle partijen. Veel lichamelijke klachten, stress, burn-outs, permanente moeheid en moeizame relaties bleven.

Door de enthousiaste, loyale, positieve en trotse benadering van ieder aspect van het leven door Drs. Arno, waarbij hij zelf ook zijn gevoel durft te uiten en andermans ervaringen verwerkt als levensles, benader ik nu alles anders, kom voor mijzelf op en ben trots en gelukkig.

Mijn ADHD is welkom. Het blijkt het lege stukje in mijn hart en ziel beter te kunnen opvullen dan een relatie.

Graag wil ik meer ontdekkingen meedelen met als doel herkenning, begrip en acceptatie, en/of vragen beantwoorden op 7 april 2010 in combinatie met een gesprek met Drs. Arno.

Impuls Symposium woensdag 7 april 2010 in De Reehorst te Ede

'Hulpverlening in de Praktijk'

Presentatie: 12.15 uur – 13.00 uur

Jan Willem Gunnink en Dennis Aalbers

Dennis kwam bij Jan Willem Gunnink, omdat hij graag aan het werk wil. Als ervaringsdeskundige wil hij een bijdrage leveren aan de opvang en begeleiding van zwerfjongeren.

Na drie maanden was de werkgever laaiend enthousiast en kreeg Dennis zijn overeenkomst.

Opvallend in de werksituatie is dat Dennis erg goed was voor de 'doelgroep' de zwerfers, verslaafden; jongeren en ouderen die erg op zich zelf zijn. Zij zagen Dennis als één van hen die uit de problemen gekomen was. Het geloof speelt hierbij voor Dennis een essentiële rol. Na zijn bekering tot Jezus, het christelijk geloof, is bij hem de verandering doorgezet.

De samenwerking met collega's verliep in het algemeen goed. Met leidinggevenden ging het lastiger. Zij vroegen van Dennis gedrag dat hij niet kon waarmaken. Hierbij ging het om verschillende vormen van communicatie in relatie tot professioneel gedrag. Uiteindelijk heeft dit geleid tot een overplaatsing na 10 maanden. Daar was het zelfde patroon zichtbaar. De klanten droegen Dennis op handen, de relatie met leidinggevenden verliep stroef (op z'n zachts gezegd).

Dennis is ruim een jaar leerling geweest bij een ROC. Hij volgde daar als deel van de leerarbeidsovereenkomst een driejarige opleiding Maatschappelijke Dienstverlening.

Op school, maar ook op het werk, is Dennis heel open geweest over zijn ADHD en wat dit betekent in termen van gedrag en mogelijkheden. Dennis verwachtte kennis van zijn problematiek bij de professionals en op zijn minst begrip.

De leermethode, competentiegericht leren, was voor Dennis absoluut ongeschikt. Een leermethode waarbij de leerling zelf verantwoordelijk was voor zijn planning en leerresultaten past echt niet bij de mogelijkheden van Dennis. Klassikaal onderwijs en concreet huiswerk zou veel beter gepast hebben.

Een aantal keren is Dennis op school, en in een enkel geval ook op het werk 'verweten' ge(mis-)bruik te maken van zijn ADHD.

Dit was voor Dennis de limit. Hij was enorm gedesillusioneerd en zijn hooggespannen verwachtingen kwamen niet uit.

Wat wel gebleven is, is zijn droom en passie. Dennis wil als ervaringsdeskundige mensen helpen die aan (en over) de rand van de samenleving overleven. Hij weet zeker dat hij voor hen heel veel kan betekenen.

Wij zoeken een geschikte werkplek en een (ROC) opleiding waar wel rekening gehouden wordt met de mogelijkheden en beperkingen van Dennis.

Dennis geeft het aldus aan:

1. ik heb van tevoren mijn ADHD aangekondigd.
2. Ik baal van de inadequate manier waarop daar mee is omgesprongen.
3. Ik werkte bij een instelling die toch wat meer kennis in huis zou mogen hebben, en toch zijn al die typische ADHD valkuilen weer in werking getreden.
4. Ik ben gedesillusioneerd dat het ondanks dit alles toch weer verkeerd gaat.
5. Ik verbaas mij hoe er bij een "professionele" zorginstelling toch zo weinig bekend is over ADHD en hoe er mee te dealen.

Jan Willem Gunnink, loopbaanadviseur van Fluger Doelgericht Loopbaanadvies
www.fluger.nl 035-5337840

Impuls Symposium woensdag 7 april 2010 in De Reehorst te Ede

'Hulpverlening in de Praktijk'

Presentatie: 14.35 uur – 15.20 uur

Dirk de Leeuw, ADHD-coach van de Waag en Wesley Wulff, ADHD'er

VOORGESCHIEDENIS

Als kind was ik een moeilijk ongeïnteresseerd en irritant kind die liever buiten speelde dan huiswerk maakte. In de thuissituatie werden mijn symptomen niet begrepen en er werd verbaal en fysiek op gereageerd.

ONBEWUST ADHD

Thuis (niet begrepen worden), op school (geen concentratie), met vriendjes buiten spelen (vechten omdat je je aangevallen voelde), vriendinnetjes (weer een ander vriendinnetje omdat het saai werd),

Werk (vaak ontslagen wegens miscommunicatie), depressies (niemand begreep mij, niemand vond mij aardig), impulsiviteit.

ERVARING MET HULPINSTANTIES

Vaak heb ik hulp gevraagd bij instanties vanwege mijn oncontroleerbaar gedrag, maar het was achteraf moeilijk te definiëren. Iedere behandeling was leerzaam, maar niet effectief om te leren goed met mijn negatieve symptomen om te gaan.

MIJN HULPVRAAG EN DE WAAG, UTRECHT

Het was weer zover. Weer een baas die vond dat ik niet naar behoren functioneerde. Ik voelde mij uitgebuit en was in de war. Via mijn huisarts naar een instantie hulpinstantie verwezen die mij niet verder op weg kon helpen, maar die wel het vermoeden had dat mijn hulpvraag bij de Waag, Utrecht het beste op zijn plaats zou zijn. Ik meldde mij vrijwillig aan voor een behandeling.

DE WAAG EN MIJN ERVARING

De juiste plaats, de juiste tijd. Na 40 jaar was er eindelijk uitkomst over mijn symptomen.

De specialistische werkwijze en symptoombehandeling deed mij iedere keer met plezier teruggaan naar de Waag. De behandeling sloeg aan. Ik heb ADHD. De

combinatie van een doeltreffende behandeling en de juiste medicatie heeft mij een zeer gelukkig man gemaakt.

De presentatie is het verslag van een forensische behandeling. Het doel van de behandeling is dat Wesley zijn gedrag kan beheersen

Binnen de behandeling, in april 2009, is bij hem de diagnose

Aandachtstekortstoornis met hyperactiviteit, gecombineerde type gesteld. Daarbij zijn samengaande stoornissen gediagnosticeerd.

Het gaat om een farmacotherapie, gecombineerd met een individuele cognitieve gedragstherapie, waarnaast Wesley een tweetal modules in een groep heeft gedaan.

Daarbinnen vinden interventies plaats met een coachend en structurerend karakter.

Andere aspecten die binnen de behandeling aandacht krijgen zijn: psycho-educatie, agressie- en emotieregulatietraining, leefstijltraining, leren aandachtig bewust te zijn, medegenotencontact en terugvalpreventie.

Tevens is er aandacht voor de denk- en leerstijl van Wesley.

De werkrelatie is belangrijk, hij voelt zich begrepen.

En... het kan ook niet anders: Ik ben een behandelaar met ADHD, ADHD speelt een rol binnen deze behandeling.

Wesley is gemotiveerd, compliant en leergierig. Ik ben gepassioneerd, betrokken en actief.

Met vriendelijke groeten,

Wesley Wulff en

Dirk de Leeuw

Forensisch psychiatrisch verpleegkundige

De Waag

Oudlaan 9

3515 GA Utrecht

(030) 2720685

Impuls Symposium woensdag 7 april 2010 in De Reehorst te Ede

'Hulpverlening in de Praktijk'

Presentatie: 16.10 uur – 16.55 uur

Dhr. A.K. Smilde, psychiater en psychotherapeut is verbonden aan de GGZ te Heerenveen

Dhr. A.E. Meinsma, Sociaal Psychiatrisch en AIO GGZ-VS (Verpleegkundig Specialist in opleiding), tot eind december 2009 werkzaam op de poli te Heerenveen en voormalig co-behandelaar en

Mevr. I. Verhoeff, diagnose ADD en ASS

Dhr. A.K. Smilde, psychiater en psychotherapeut is verbonden aan de GGZ te Heerenveen. Dhr. Smilde behandelt in de deeltijdbehandeling cliënten met persoonlijkheidsstoornissen en op de poli cliënten met ADD, ADD +ASS en ADHD. Hoofdbehandelaar van mevrouw Verhoeff.

Dhr. A.E. Meinsma, Sociaal Psychiatrisch en AIO GGZ-VS (Verpleegkundig Specialist in opleiding), tot eind december 2009 werkzaam op de poli te Heerenveen en voormalig co-behandelaar bij mevrouw Verhoeff. Coachend/inzichtgevend behandelaar op het gebied ontwikkelingsstoornissen.

Dhr. Smilde is zich vanaf het jaar 2000 steeds meer gaan toeleggen op ADHD, dit door het steeds duidelijker manifesterende inzicht (onder aandacht gebracht door het werk van mevrouw Sandra Kooij), dat ADHD in de volwassenheid voor de meeste volwassenen niet voorbij gaat en tot specifieke problemen leidt in alle levensgebieden van een patiënt.

Het voortschrijdend inzicht dat ontwikkelingsstoornissen zeer specifieke diagnostische variaties kent allen met hun eigen wetmatigheden en telkens vraagt om evaluatie is dat wat werken met deze bijzondere cliëntengroep ons doet inspireren telkens verder te kijken naar nieuwe inzichten en behandel mogelijkheden.

Vanaf 2004 werkt de heer Meinsma samen met de heer Smilde in het afstemmen van werk dat zich kenmerkt als psycho-educatie, empowerment, detectie van comorbiditeit en in het bepalen van strategieën om tot een doelmatige behandeling te komen.

Mevrouw Verhoeff, Ina, is jarenlang behandeld geweest op diverse locaties in verband met verschillende diagnoses, steeds weer bleek dat behandelingen

slechts een gedeeltelijk resultaat bereikten.

Door het verstrijken van de tijd, jaren, ontstond mythevorming waarin zij “moeilijk en niet behandelbaar leek”.

Dit heeft op enig moment, naar aanleiding haar vraag om door te willen gaan in een cognitieve gedragstherapie, geleid tot een gesprek waarin tot uitdrukking kwam dat een langdurige begeleiding meer aansloot op haar hulpvraag dan steeds verschillende behandelingen.

Zij werd vervolgens verwezen naar Arjen Meinsma, die begeleidingsgesprekken zou voeren.

Dit is uiteindelijk de aanloop geworden naar het gericht onderzoeken van ADD en later ASS en heeft tot geheel nieuwe wending in haar behandeling geleid. Om daartoe te komen hebben wij als behandelaars slagen moeten maken, dat wil zeggen dat wij met kennis over ADD en ASS anders zijn gaan kijken naar wat cliënte vroeger rapporteerde aan problemen en mogelijkheid die te behandelen.