

Holistische theorie

Wat is een holistische theorie?

Iets is holistisch wanneer er naar het geheel wordt gekeken en niet naar de som van de verschillende delen. De holistische theorie (HT) is een hypothese over de samenhang van de problemen van je cliënt.

Wat is het doel?

Een HT stel je op om een goed beeld te krijgen van de samenhang tussen de ontwikkeling van de cliënt, zijn persoonlijkheid en de klachten die hij ervaart. Het is een laagdrempelige manier om veel informatie op een overzichtelijke manier te structureren. Op die manier komt er begrip waarom een cliënt op dit moment deze problemen heeft.



Wat is de plek van de HT in het gedragstherapeutisch proces?

Het vaststellen van een HT in definitieve vorm doe je aan het einde van het gedragstherapeutisch proces door het doorlopen van een empirische cyclus. Een HT staat in de beginfase van het proces nog niet vast, maar kan je later in het proces nog aanpassen als er nieuwe inzichten of ontwikkelingen zijn.

Er zijn verschillende visies op het belang, de plaats en de uitgebreidheid van de HT. Er zijn daardoor ook verschillende modellen en manieren van gebruik. De basis van een holistische theorie is als volgt:

Eerst maak je een inventarisatie van de klachten, om daar vervolgens een voorlopige probleemsamenhang van te maken in de vorm van een HT. Daarna kies je in overleg met de cliënt een eerste te bewerken probleem dat hij/zij gaat registreren. Op basis daarvan stel je doelen vast. Vervolgens maak je functieanalyses en betekenisanalyses om meer inzicht te krijgen. Dit is de basis voor je plan van aanpak en keuze voor interventies.

Tijdens de uitvoering kun je de HT nog aanvullen of aanpassen. In de evaluatie pak je de HT er ook weer bij. Aan de hand daarvan bepaal je of de behandeling kan worden afgesloten, of dat de empirische cyclus, na bijstelling opnieuw doorlopen wordt.

Kop: structurele kwetsbaarheid of historie

Dit zijn gegevens waar iemand mee moet leren leven.

Persoonsfactoren: genetische kwetsbaarheden waarmee iemand geboren is (zoals IQ, temperament)

Omgevingsfactoren: context waarin iemand is opgegroeid (zoals gezin van herkomst, opvoeding, culturele achtergrond, trauma's)

Midden: instrumentele kwetsbaarheid of persoonlijkheidskenmerken

Relatief vaststaande overtuigingen die iemand heeft over zichzelf, de ander en de wereld

Kerncognities: welke basale assumpties heeft iemand?

Coping strategieën: hoe lost iemand zijn problemen op?

Zelfbeeld: hoe omschrijft iemand zichzelf (eigenschappen)?

Leefregels: welke regels heeft iemand zichzelf opgelegd om te kunnen functioneren (Als....dan)?

Staart: klachten en problemen

Clusteren van klachten; wat is de eerste klacht en wat houdt wat in stand?

Probleemselectie na inventarisatie.

Stressoren: uitlokkende of in stand houdende factoren. Wat heeft een negatieve invloed op de klachten?

Beschermende factoren: wat heeft ervoor gezorgd dat de problemen niet erger zijn dan ze zijn?

Gevolgen: wat zijn de consequenties van de klachten op sociale relaties, werk/school en vrije tijd?



Historie

Persoonlijkheid

Kernovertuigingen

Zelfbeeld

Leefregels

Coping

Klachten

Stressoren

Beschermdende factoren

Gevolgen

Naam Cliënt