

# De Yucelmethode: de kracht van eenvoud

*Sinds 2015 is Mehmet Yucel als docent verbonden aan de RINO Groep. Niet alleen geeft hij een driedaagse cursus over de Yucelmethode, hij is ook verbonden aan de Basisopleiding SRH in beeld met de Yucelmethode. Steeds meer begeleiders en behandelaars werken met de Yucelmethode, in de ggz en in het sociaal domein. Mehmet Yucel vertelt waarom hij denkt dat mensen er zo graag mee werken. Opvallend is dat hij niet over cliënten spreekt, maar over klanten. Zo ook in dit interview. Het is exemplarisch voor zijn visie op hulpverlening: probleemoplossend werken, met als basis de eigen kracht.*

'Ik heb altijd geloofd in de kracht van eenvoud. Als maatschappelijk werker zocht ik altijd al manieren om ingewikkelde materie te vertalen naar begrijpelijke termen. Want klanten worden vaak bevraagd in heel abstracte termen, terwijl ze die niet goed begrijpen. In mijn optiek moest het mogelijk zijn met beeldende middelen effectievere begeleiding te starten en op te volgen. Ook zocht ik naar middelen om klanten zelf de regie te laten pakken. Zo is de koffer met blokken ontstaan.'

## HOE WERKT DE YUCELMETHODE?

'De koffer bestaat uit gekleurde rechthoekige blokken, T-vormige blokken en verschillende balken, die gekozen zijn vanwege hun expressieve waarde. Met de verschillende stukken bouwt de klant een opstelling die zijn levenssituatie voorstelt: hij geeft daarmee zijn draagkracht en draaglast weer. Het bouwen met de blokken en balken maakt dat de klant zijn levenssituatie visualiseert, zijn gedachten daarover ordent, en dat hij voelt wat het met hem doet. Hij legt zijn probleem op tafel. Door de opstelling die de klant maakt, zie en voel je dat jij je probleem niet bent, maar dat je een probleem hebt, dat je kunt oplossen.'

## WAAROM IS EEN TRAINING VOOR PROFESSIONALS NODIG?

'Het werken met de Yucelmethode vraagt van hulpverleners een geheel andere aanpak dan ze gewend zijn: je vraagt veel meer van de klant, je legt de regie bij hemzelf. Dat doe je door naast hem te zitten en eerst zelf een eigen opstelling te maken. Je nodigt hem daarna uit hetzelfde te doen. Je maakt gedurende het proces telkens een foto van de opstelling, zodat je gedurende het proces steeds kunt zien welke bewegingen je klant maakt. Idealiter verandert de opstelling namelijk: om de gemaakte opstelling te duiden, het sociaal netwerk te verkennen en de vervolgstategie in te plannen. En omdat het een nieuwe methode is, is dat iets wat hulpverleners niet per se al beheersen. Daarvoor is training nodig.'

© Mehmet Yucel



## WORDT ER VEEL GEBRUIK GEMAAKT VAN DE YUCELMETHODE?

'Sinds 2002 werk ik met de koffer, maar in 2006 brak de methode door. Ik werkte toen bij GGZ inGeest, in een ACT-team. Mijn collega's viel het toen op dat ik aan de hand van de blokken snel helder kreeg van welke mensen uit hun netwerk zij steun ontvingen en welke zorgen zij hadden. Daardoor konden we in veel gevallen het hulpverlenings-traject inkorten.'

'De vele positieve resultaten maken de Yucelmethode nog geen standaardmethode. Om die reden wil ik dat we de effectiviteit nu ook wetenschappelijk gaan toetsen. Het Trimbos-instituut is bereid om ons te helpen landelijk onderzoek naar de Yucelmethode van de grond te krijgen. We zitten nog in de oriëntatiefase: we inventariseren welke activiteiten er al zijn en welke behoeften aan onderzoek in het veld leven. GGZ Noord-Holland-Noord, Pro Persona, MEE Amstel en Zaan, Lister en GGZ inGeest zijn gesprekspartners voor onderzoek.'

## WAT ZIJN DE REACTIES VAN GEBRUIKERS VAN DEZE METHODE?

'Het gebruik van de Yucelmethode neemt exponentieel toe. Het helpt natuurlijk dat mensen als psychiater Jim van Os enthousiast zijn over de methode, over wat het doet met de klanten. Doordat mensen worden uitgedaagd zowat alle zintuigen te gebruiken, maken ze krachten zichtbaar en voelbaar. Ze worden zich bewust van hun leefgebieden en raken daardoor intrinsiek gemotiveerd om hun krachten aan te spreken en hun problemen onder ogen te zien en aan te pakken.'

'Natuurlijk kom ik ook mensen tegen die in eerste instantie sceptisch zijn, die denken: wat moet ik nou toch met die blokken? Maar juist een van die mensen heeft me net gevraagd om samen met haar een workshop te geven op het F-ACT congres 2016. Er zijn echter ook klanten die geen baat hebben bij deze methode, dat zijn de mensen die niet kunnen reflecteren.'

## WAARIN VERSCHILT DE YUCELMETHODE MET FAMILIEOPSTELLINGEN?

'De Yucelmethode is onder andere geïnspireerd door de systemische en visuele kijk van familieopstellingen, maar er zijn wel grote verschillen. Waar in de Yucelmethode blokken voor mensen en zorgen staan, staan bij familieopstellingen 'willekeurige' personen voor 'specifieke' personen uit het leven van een klant. Daar waar het in familieopstellingen echter gaat over relaties en dimensies, gaat het in de Yucelmethode over leefgebieden. Het gevolg is dat bij de Yucelmethode

de klanten meer met het hier en nu bezig zijn, en zelf op zoek gaan naar oplossingen, met of zonder hulp van de hulpverlener.'

## IS DE METHODE OOK BRUIKBAAR VOOR JUIST TALIGE MENSEN?

'Onder kwetsbare burgers bevinden zich ook heel welbespraakte mensen, die vooral in woorden hun verhaal willen vertellen. Het lijkt dan alsof de blokken niet nodig zouden zijn om naar een oplossing te zoeken. Toch blijkt juist bij deze groep de Yucelmethode bruikbaar, omdat ze voor het eerst hun levenssituatie visueel gepresenteerd zien, en ze voelen wat het met ze doet. In een weblog op Psychosenet vertelt Klazine, een klant, dat zij juist door bij haar gevoel te komen, kwam tot herstel.'

