

Motivatie onder dwang

Een contradictio in terminus?

FRANK PHILIPPART

Motivatie verwijst naar drijfveren voor iets hebben, ergens helemaal voor gaan. Dat is wel het laatste waar je aan denkt wanneer een jongere tegen zijn wil en onder dwang, bijvoorbeeld in een justitiële jeugdinrichting, een programma moet uitvoeren. Die dwang is er toch juist omdat alle andere aansporingen tot gedragsverandering tot niets hebben geleid? Toch is gedragsverandering een 'moet-willig' proces¹, waarin de eigen inzet van de jongere noodzakelijk is.

Er zijn veel voorbeelden waarbij wordt geprobeerd om het gedrag van jongeren te veranderen, maar waarbij dat – ondanks forse inspanningen – niet lukt. Bijvoorbeeld *Scared straight*-programma's, die erop gericht zijn allerlei groepen risicjongeren te waarschuwen voor de gevolgen van grensoverschrijdend gedrag. Die zijn niet erg effectief gebleken en weerhouden jongeren er niet van delicten te plegen. Er gaat zelfs een criminaliteitsbevorderende werking van uit. Ook programma's die hun werkzaamheid zouden ontleenen aan strak doorgevoerde discipline, orde, tucht en fysieke training, zoals de socio-groepsstrategie,

blijken niet bijzonder effectief te zijn. Toch wordt er in de media en door politici regelmatig geroepen nu eindelijk eens 'hard' in te grijpen in het maatschappelijk onaanvaardbare handelen van (groepen) criminele jongeren. Kennelijk bestaat er in Nederland een wijdverbreid en hardnekkig geloof dat hard ingrijpen toch wel effectief is en dat de 'softe' aanpak van jongeren tijdverspilling is. In de praktijk is het vruchtbaarder om te onderzoeken hoe gedragsverandering wél werkt.

Aangeleerd gedrag

Als we weten dat die harde aanpak niet werkt, wat werkt dan wel? Om te beginnen: alle gedrag, ook crimineel gedrag, is grotendeels aangeleerd, en daarmee vatbaar voor verandering. Eenmaal aangeleerd gedrag is echter moeilijk te veranderen. Je kunt het vergelijken met pogingen om ongezonde eet-, rook- of drinkgewoonten om te buigen. Mensen onder druk zetten, helpt vaak niet. Druk levert juist tegendruk op. Omdat roken in de werkomgeving niet meer mag, staan we nog liever met een sigaret te kleumen in de kou. Onder drang of dwang deelnemen aan een stoppen-met-rokenprogramma hoeft ook geen enkel effect te hebben zolang een van de meest werkzame factoren ontbreekt, namelijk de *motivatie* om het (rook)gedrag te veranderen. Vaak zien we zelfs een tegengesteld effect: een mislukte poging om gedrag te veranderen, vermin-

dert het geloof in het eigen vermogen om dat te kunnen: 'Het is de vorige keren niet gelukt, de volgende poging zal ook wel mislukken...', 'Ik kan dat niet, ik ben nu eenmaal zo...'

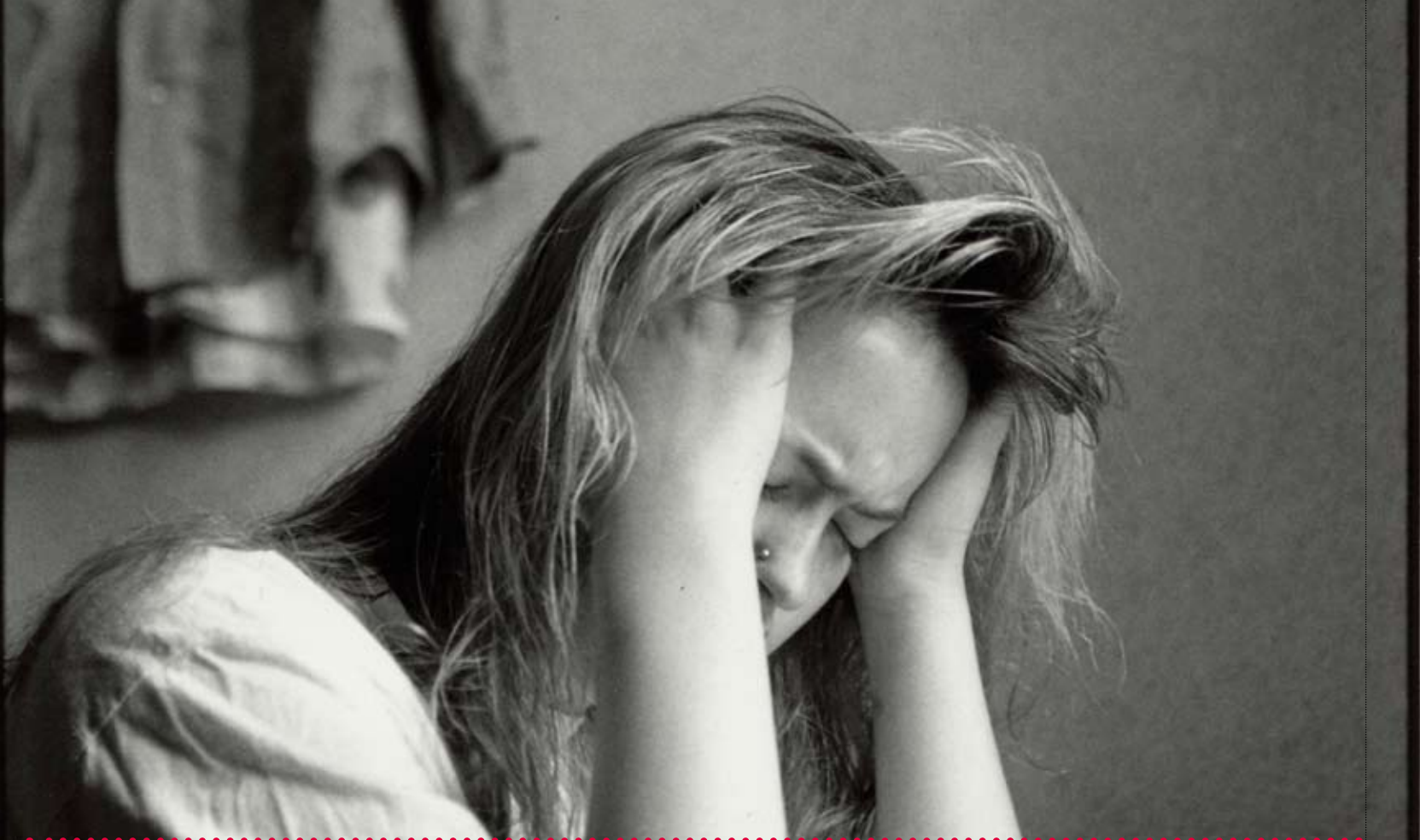
Het begin van een blijvende verandering van gedrag begint met het accepteren dat ander gedrag wenselijk en haalbaar is. Vervolgens moet iemand zichzelf de vraag stellen of hij ook ander gedrag wil aanleren. Als die voorwaarden ontbreken, dan is elke interventie tot mislukken gedoemd. Bij jongeren is dat niet anders.

Werkt motivatie?

Wanneer jongeren in een gedwongen setting worden geplaatst, gaat het altijd om een hardnekkige problematiek. Een lange weg van begeleiding en (pedagogische) interventies heeft niet kunnen voorkomen dat de jongere ernstige delicten heeft gepleegd of een dermate ernstig probleemgedrag vertoont dat hij een gevaar vormt voor zichzelf en zijn omgeving.

Wat kunnen we dan toch doen om motivatie voor gedragsverandering in zo'n gedwongen kader – jongeren in een justitiële jeugdinrichting bijvoorbeeld – te bevorderen?

In veel gesloten jeugdinrichtingen wordt het 'competentiemodel' gebruikt voor de begeleiding en behandeling van jongeren, aangevuld met het Equip-programma². Het werken aan het vaardigheidsrepertoire van jongeren blijkt



STADIA VAN GEDRAGSVERANDERING

Als we de verschillende stadia doorlopen met het oog op gedragsverandering bij criminele jongeren, dan levert dat het volgende beeld op.

In het eerste stadium zijn de onderliggende psychische processen (nog) gericht op ontkenning, vermindering en ontwijking. We zien allerlei verdedigende mechanismen. Emoties worden verstoep of ontkend, gedrag wordt gerationaliseerd, allerlei verklaringen voor probleemgedrag worden gebruikt. Dit is bekend gedrag voor jongeren die worden geconfronteerd met de grenzen die de samenleving hun oplegt. In het voorbeeld van Janneke uit Den Hey-Acker (zie pagina 18): 'Vroeger maakte het me allemaal niks uit wanneer ik uit de winkel stal of zo'.

Die confrontatie is te beschouwen als het beginpunt van een proces dat moet leiden tot gedragsverandering, maar als een jongere in dit stadium blijft steken dan zal het criminele gedrag niet veranderen.

In het tweede stadium is het onderliggende proces gericht op het zich bewust worden van een probleem. Veel begeleidingsgesprekken met de jongere, zeker in de beginfase van detentie of behandeling, zijn erop gericht hem tot probleemherkenning te laten komen. We weten dat jongeren in deze fase het meest openstaan voor verandering. Indrukwekkende gebeurtenissen, zoals straffen of maatregelen, gesprekken met invloedrijke anderen, observaties en confrontaties kunnen die bewustwording in gang zetten.

Kenmerkend voor deze fase zijn mechanismen van vragen, zoeken, twijfels

en overdenken. Emoties als verwarring, verdriet of onzekerheid zijn ruimschoots aanwezig en worden erkend. Het is in alle opzichten een verontrustende fase, waaraan allerlei risico's zitten. Begeleiding van de jongere in dit stadium moet gericht zijn op helpen benoemen en duiden.

In het derde stadium van het veranderingsproces ontstaat een meer actieve houding. In deze fase van voorbereiding of voorbeschouwing worden plannen ontwikkeld om iets aan de problemen te gaan doen. Dit is een duidelijk signaal van psychische verandering. De jongere komt tot een acceptatie van de problematiek en doorbreekt zijn isolement, treedt voorzichtig naar buiten en is bereid om iets aan zijn problemen te doen.

Het vierde stadium is dat van actieve verandering en actief werken aan de problemen. Daadwerkelijke gedragsverandering levert veel spanning en stress op, en dit vormt tevens de belangrijkste prikkel om het probleemgedrag opnieuw te gaan vertonen. Het is vergelijkbaar met pogingen om te stoppen met roken: door stress komt een terugval in het oude gedrag veel voor. Begeleiders en instellingen mogen dit proces niet onjuist inschatten en contraproductief reageren op het (her)nieuw(d)e probleemgedrag van de jongere.

In het laatste stadium worden veranderingen geïntegreerd in het dagelijkse bestaan. Terugval naar probleemgedrag kan nog steeds plaatsvinden. In een dergelijk geval is het van groot belang over gedragsalternatieven te beschikken en in dit stadium kan een mentor van groot nut zijn.

in de praktijk van het competentiemodel motiverend te werken. Er is alle aandacht voor het aanleren van 'positief' gedrag en voor het nalaten van 'negatief' gedrag. Het competentiemodel grijpt terug op de ontwikkelingspsychologie, en is ontstaan als een reactie op het 'stoomissenmodel' dat ervan uitgaat dat problemen van jongeren het gevolg zijn van psychopathologie.

Het motiveren en toerusten bij Equip (van equiperen) werkt doordat jongeren elkaar helpen en van elkaar leren. De bedoeling is een negatieve (groeps)cultuur om te buigen tot een cultuur waarin rekening met elkaar wordt gehouden. Het programma is gericht op het ontwikkelen van een moreel oordeelsvermogen.³ Janneke vertelt op pagina 18 van dit tijdschrift vanuit de justitiële jeugdinrichting Den Hey-Acker hoe dit in zijn werk gaat.

Motivatie onder dwang?

Ook al zijn de ervaringen met programma's als Equip goed, het kan nog effectiever: wanneer bewuster rekening wordt gehouden met het stadium waarin de jongere zich bevindt. Bij motivatie gaat het namelijk om een proces waarbij er verschillende stadia te onderscheiden zijn (zie kader). Die stadia zijn stappen in een spiraalvormig proces dat steeds op een hoger niveau herhaald moet worden om tot een stabiel resultaat te leiden. De stadia van precontemplatie, contemplatie, besluitvorming, actie, consolidatie en terugval vormen steeds een kwalitatief

andere *state of mind*. Terugval is geen mislukking, maar is onderdeel van het proces en vormt de verbinding naar een nieuwe reeks, beginnend met precontemplatie.⁴

In justitiële jeugdinrichtingen wordt nog weinig met het stadiamodel gewerkt, wellicht omdat toepassing een meer op het individu gerichte deskundigheid en organisatie vraagt. Het zou een intensivering van de persoonlijke begeleiding van de jongere vereisen. Een groepsaankpak geniet meestal de voorkeur. Eenmaal na de behandeling en begeleiding met het stadiamodel is het belangrijk dat de jongere in een omgeving terecht komt die begrip heeft voor het feit dat gedragsverandering een proces is dat met vallen en opstaan gepaard gaat. En dat terugval nog steeds kan voorkomen. Zo'n omgeving moet de jongere structuur geven en hem stimuleren het juiste gedrag te laten zien. Hoe die omgeving beter ingezet kan worden, vraagt om meer onderzoek.

Frank Philippart is werkzaam bij het Expertisecentrum Veiligheid van Avans Hogeschool.

Noten

- 1 Choy, J., S. Pont en T. Doreleijers, *Moet-willige hulpverlening. Systeemtheoretische methodiek voor gezinsvoogden en jeugdreclasserders*. Amsterdam: SWP, 2003.
- 2 Het Equip-programma is ontwikkeld door John C. Gibbs, Granville Bud Potter en Arnold P. Goldstein (1995) en is de enige *evidence based* methodiek voor het werken met jongeren in een jeugdinrichting.
- 3 De meeste jeugddelinquenten zijn onrijp in hun moreel oordeelsvermogen. Zij hebben problemen met het beheersen van hun woede en agressie, zijn vaak het middelpunt van hun eigen gedachten, houding en overtuiging en zijn over het algemeen niet sociaal vaardig genoeg.
- 4 Binsbergen, M.H. van, *Motivatie voor behandeling. Ontwikkeling van behandelmotivatie in een justitiële instelling*. Antwerpen-Apeldoorn, 2003.