

Auteur:	Plaats: helpdesk/visieteksten		Voor: hele organisatie
---------	-------------------------------	--	------------------------

## **visietekst externe time-out versie 2014**

*Externe time-out, een kort verblijf elders (andere voorziening, boerderij, staptocht, ...) is een krachtige maar ook arbeidsintensieve interventie. Hoe kunnen we dit zo zinvol mogelijk inzetten? Hoe kunnen we wegblijven uit sanctionerende sfeer? Wat zijn realistische verwachtingen naar zo'n externe time-out? Hoe vaak blijf je dit doen? ... Over deze vragen gaat deze tekst, neerslag van twee bijeenkomsten.*

### **1. Wanneer zetten we externe time-out in ?**

*We sturen zelf een jongere op externe time-out:*

- bij zeer ernstig symptoomgedrag waarbij de jongere zichzelf of anderen in gevaar brengt, en onze eigen aanpak lijkt te falen/we nood hebben aan tijd om na te denken (herhaaldelijk weglopen, ernstige suicide-dreiging, grensoverschrijdend gedrag, ...).
- bij ernstige fysieke agressie naar begeleiders / andere jongeren ... .
- wanneer jongere gedrag stelt dat verder traject in Espero op de helling zet: blijvend weigeren van dagbesteding/school, middelenmisbruik, ... .

Een dergelijke 'signaal' externe time-out is niet vrijblijvend: wij vinden dit nodig om verder te kunnen samenwerken. We kunnen weerstand van jongere/ouders hier rond begrijpen, maar laten ons hier niet door tegenhouden. We vermelden dit ook in onze onthaalbrochure: 'we verwachten dat je op momenten dat samenwerken moeilijk loopt meewerkt aan een externe time-out'. Voor ons toont dit engagement en herstelbereidheid vanuit de jongere, besef van ernst. De time-out op zich kan al erg betekenisvol herstel zijn.

*We bieden preventief een adempauze aan:*

- bij signalen dat jongeren onder spanning staat, prikkelbaarder/emotioneler reageert dan anders, ... . Meest in oog springende teken zal vaak zijn herhaald, blijvend niet respecteren van de leefregels. *Zeker bij die jongeren waarvan we weten dat ze deugd hebben aan contact met natuur, zullen we dan op zoek gaan naar een plek, een persoon waar ze rust vinden. Dat kan in het eigen netwerk (tante, nonkel, ...), of in formele circuit (zorgboerderijen, staptochten, ...). Tijdig rust inbouwen kan escalaties voorkomen. De periode is flexibel*
- op vraag van de jongere.

Het aanbod is hier vrijblijvend. We motiveren, stimuleren, maar drukken niet door. Vaak groeit deze afspraak vanuit eerdere 'verplichte' externe time-out. Het aantal adempauzes is onbeperkt: beter eentje teveel dan een te weinig.

Het is een expliciet aandachtspunt om sneller preventief te durven aanbieden vb. als we merken dat er veel afkomt op een jongere, als een jongere voor een belangrijke keuze staat, ... .

Op moment dat we denken aan een adempauze/externe time-out duiken er heel wat 'ja maars' op. Dit merken we zeker bij preventieve adempauzes, waar de druk vanuit incident minder groot is. Het is goed om bij deze bezwaren volgende bedenkingen in achterhoofd te houden:

– Verzet van ouders/jongere: “geen school missen”  $\Leftrightarrow$  heeft de school niet net ook deugd aan een periode van rust en reflectie?

– Dit is een beloning, terwijl het moeilijk loopt – gaan jongeren dit niet misbruiken als makkelijke vlucht voor moeilijkheden (vb. examens, conflict met bgl, ....)?  $\Leftrightarrow$  (1) uitstel is geen afstel – (2) de jongere kan inderdaad een adempauze vragen, maar niet zomaar eisen. Als het een vlucht lijkt, zullen we dat terugspelen. Maar zelfs dan: als de jongere even moet kunnen vluchten, is dat dan mis? Primeert niet het positieve van een jongere die tijdig aangeeft: het wordt me even allemaal teveel.

– We mogen conflict niet uit de weg gaan  $\Leftrightarrow$  installeren van een externe time-out komt vaak hard aan bij jongere, is zeker geen gemakkelijksoplossing/softe oplossing. Jongeren reageren doorgaans heftig op deze beslissing.

– We mogen geen herhaling van eerdere ervaringen van verwerping: “het gaat niet, dus we sturen u weg”  $\Leftrightarrow$  inzet van een time-out is net veel zorg (we willen voorkomen dat het ontploft), aandacht voor 'terug een nieuwe start', warm onthaal is daarin erg belangrijk; beter de korte pijn van even elkaar niet zien, dan afsteven op de lange blijvende pijn van een breuk.

– Onze telregel: je hebt maar twee beurten, je zou gek zijn om een externe time-out te aanvaarden  $\Leftrightarrow$  geldt niet voor adempauzes!

– We moeten lang genoeg zelf proberen, adempauze heeft de kleur van 'opgeven', het lukt niet  $\Leftrightarrow$  'réculer pour mieux sauter', soms is even afstand nemen de beste garantie om langer door te doen. Liever niet wachten tot de wederzijdse emmers helemaal vol zijn.

– Het is zoveel extra werk (zoeken naar plaats, vervoer, ...)  $\Leftrightarrow$  sancties, crisissen vragen ook veel tijd & energie. Waar hebben we het meest aan? We hebben wel geleerd dat een time-out best lang genoeg duurt, beter 14 dagen dan 4 dagen.

## 2. Wat willen we ermee bereiken ?

Zowel een externe time-out als een adempauze zijn interventies om terug tot een betere samenwerking te komen, op momenten dat er vooral strijd lijkt te zijn. Door een afstand in te bouwen, komt er **rust**. De energie kan naar **reflectie** gaan, in plaats van naar dagdagelijkse conflicten.

Het is belangrijk dat we hierbij zelf realistische verwachtingen hebben. Een externe time-out verandert de jongere niet. Alleen ons eigen handelen, onze eigen aanpak hebben we zelf in de hand: wat kunnen wij doen om het terug beter te laten lopen. Vandaar dat eerste doel is 'als team tijd hebben om na te denken over onze eigen aanpak'. Dit moet dan ook zijn plek hebben in heel de 'drukte' rond de organisatie van een externe time-out (zie: brainstorm). Dit is ook een criterium bij kiezen tussen (vb. duur: in periode van 10 dagen à 2 weken, is de kans dat we zelf tot reflectie komen groter dan tijdens 4 dagen). Vanuit het basisdoel: reflectie mogelijk kunnen maken, is een interne time-out, minder interessant. De kans is groot dat de energie dan blijft gaan naar strijd.

Deze periode van rust geeft het team de kans om na te denken en te zoeken naar nieuwe mogelijkheden om verder te kunnen met deze jongere. Het handelingsplan kan herbekeken en bijgestuurd worden. Het team heeft tijd om balans te maken van wat werkt en wat niet werkt bij deze jongere. Er is tijd voor zorg naar medewerkers en de groep, voor de jongere op externe time-out weer instapt.

!! Bij ernstige incidenten zal het tempo van betrokken medewerkers/team mogelijk niet steeds samenvallen met praktische mogelijkheden van externe time-out (1 à 2 weken). Waar nodig zullen we dan zoeken naar manieren om de uurrooster van betrokken medewerkers aan te passen en ondertussen nodig verdere stappen te zetten naar ondersteuning van medewerker (vb. reflectiegesprek met externe dienst).

Een externe time-out heeft bijkomend ook **een belangrijke signaal-functie** naar verschillende partijen: “er is iets gebeurd dat we niet zomaar voorbij kunnen laten gaan. We willen niet zomaar overgaan tot de orde van de dag”. Het is een signaal naar de jongere zelf, naar andere gasten in de leefgroep, naar ouders, ... .

- Signaal van Espero naar ouders en jongeren: Er wordt geraakt aan belangrijke grenzen. Er is actie nodig om herhaling te voorkomen. Espero wil daarin kritisch kijken naar eigen aandeel, maar we verwachten ook van jongere en van ouders reflectie.
- Signaal van jongere/ouders naar Espero: Bereidheid om mee te werken aan externe time-out is een heel tastbaar teken dat ouders en jongere moeite willen doen om samenwerking te verbeteren, beseft dat er bepaalde grenzen overschreden zijn (versus: waar maken jullie je druk om, er is niks aan te hand – het is jullie schuld -- ...).
- Signaal naar andere gasten: We zijn bekommerd om jullie veiligheid, het samenleefklimaat. We kijken niet zomaar toe bij ernstige incidenten.
- Signaal naar medewerkers: We accentueren dat bepaald gedrag van jongeren niet 'gewoon erbij te nemen is', niet tot de orde van de dag hoort.
- Signaal naar doorverwijzer: Traject in Espero loopt niet evident.

Soms kan **inbreng van een derde perspectief** (begeleider time-out) nieuwe zuurstof geven. De time-out plaats kan voor de jongere een 'objectieve' plaats betekenen buiten Espero waar hij/zij met zijn/haar verhaal terecht kan. Deze derde partij helpt ook het team om zichzelf en eigen aandeel in vraag te stellen.

### 3. Hoe vaak zetten we externe time-out in?

Voor preventieve time-outs (adempauzes) is dat onbeperkt. Zo vaak als nodig lijkt.

Voor 'signaal' time-outs, willen we de kracht van ons signaal niet verzwakken. We engageren ons om minstens twee duidelijke signalen geven. Hiermee handelen we in overeenstemming met ons kwaliteitshandboek en Vlaamse regelgeving, die zegt dat je een opname niet zomaar kan stopzetten. We vinden dat elke jongere recht heeft op twee bemiddelingspogingen/duidelijke signalen.

Bij een derde ernstige misstap kort op de tweede externe time-out, kan de beslissing genomen om af te ronden. Een team kan er ook voor kiezen om wel nog door te doen, en een derde/vierde/vijfde/... time-out in te lassen. In deze afweging zullen verschillende factoren een rol spelen: tijd tussen incidenten, samenwerkingsrelatie, draagkracht van team, aard van incidenten (allemaal zelfde of erg verschillend), ... .

Ook als residentieel werken niet meer haalbaar blijkt, zullen we bekijken of een ambulante aanbod nog mogelijk is. We vertrekken steeds vanuit de vraag: wat kan er nog wel? Algemeen worden beslissingen over afronden maximaal op synthese en evolutiebesprekingen genomen, waarin er teruggeblikt wordt op een langere periode. Het is niet verkieslijk om beslissing tot afronden te nemen op grond van één incident.

#### 4. Hoe loopt het inzetten van adempauze/externe time out praktisch?

Een externe time-out is een krachtige interventie, die we zorgvuldig moeten inzetten om er ook de vruchten van te plukken. Waar mogelijk wordt deze beslissing op teamvergadering genomen. Na ernstige crisis-situaties kan er de volgende dag door crisisteam beslist worden om externe time-out in te zetten.

Een overzicht van TO-plekken staat op de server/helpdesk/praktische info. We hebben een duidelijke voorkeur voor 'alternatieve time-out', eerder dan verblijf in een andere leefgroep, waar er opnieuw groepsdynamiek etc. speelt.

##### 4.1. De beslissing

De beslissing wordt **op team genomen OF sneller na voldoen aan criteria** en bij een dringende situatie (crisisteam). *Bij gebrek aan consensus zal de teambegeleider beslissen. Er wordt in de mate van mogelijke ook richting uitgezet rond soort time-out. Indien mogelijk worden er in dit eerste overleg ook al opdracht/denkvrAGEN/doelen uitgewerkt. Zeker bij een bespreking op groot team is dat echter vaak niet aangewezen.*

*Bij adempauze = aanbod  
Externe time-out = must*

##### 4.2. Zoeken naar een plaats

De coördinator/sociale dienst/dagdienst/.... zoeken uit wat de mogelijkheden zijn.

##### 4.3. Communicatie naar ouders, jongere, doorverwijzer, team, andere gasten en school

Bij voorkeur communiceren we als we een reële mogelijkheid hebben (dan, daar). Ouders en jongere worden verwittigd van deze beslissing en krijgen kader mee. Wanneer aangewezen wachten we tot we een concreet voorstel hebben, anders communiceren we al 'dat er een externe time-out volgt, en dat we op zoek gaan naar een plaats'.

- Er wordt minstens met de **ouders getelefoneerd** om de time-out met hen te bespreken. Indien aangewezen en mogelijk vragen we ouders naar Espero om op gesprek te komen, eerder dan telefonisch deze boodschap te brengen.
- De **jongere wordt op de hoogte gebracht** van de beslissing tot time-out door de HB/IB/TB/directeur. We waken over een goed kader voor deze moeilijke boodschap (wie vertelt wat wanneer).
- Indien de jongere bij ons zit op doorverwijzing van de jeugdrechtsbank/comité wordt de consultant van de jeugdrechtsbank verwittigd (verwittigen is niet toestemming vragen: als wij vanuit onze deskundigheid deze interventie nodig achten, dan moeten we dat ook kunnen en mogen doen).

- Team wordt verwittigd via logboek/whiteboard. Begeleiders die die avond werken worden ook mondeling gebriefd.
- Er is communicatie naar andere gasten door begeleiders op dienst.
- Bij ernstige incidenten, die ook duidelijk impact hebben op andere gasten, worden ook ouders van andere gasten verwittigd.
- De school wordt verwittigd.

Zoveel als mogelijk gebeuren al deze stappen door dezelfde persoon, zodat er iemand duidelijk overzicht bewaart. In eerste instantie is dit de sociale dienst. Elke stap wordt duidelijk geregistreerd op het logboek-systeem, zodat anderen makkelijk kunnen overnemen, verder bouwen.

#### **4.4 Overbruggen tot aan de start van de time-out**

Er worden met de jongere een aantal **afspraken** gemaakt waaraan hij/zij zich moet houden tot aan de time-out. Vaak zal dat neerkomen op een beperking van de leefgroeptijd. IB of hoofdbegeleider werken dit uit. Waar mogelijk gebeurt deze overbrugging thuis.

#### **4.5 Vervoer, opdracht, startgesprek in de time-out plaats**

Een teamlid gaat mee naar de time-out plaats. De vragen die op het team geformuleerd zijn, worden verteld aan de jongere en de time-out plaats. Afhankelijk van de werking van de time-out aanbieder gebeurt dit ook schriftelijk of komt dit aan bod tijdens het intakegesprek. De manier (opdracht op papier, gesprek) is minder belangrijk dan het doel: op het moment dat de externe time-out start is het belangrijk dat iedereen goed weet wat de bedoeling is. De IB maakt de voorbereiding met de jongere, hetzij op papier, hetzij samen het intakegesprek/startgesprek voorbereiden.

Ook ouders kunnen mee betrokken worden:

- kunnen ook een opdracht krijgen (vb. drie supporters zoeken),
- kunnen mee instaan voor vervoer, ...

We streven ernaar dat zelfde teamlid start en afronding doet.

#### **4.6 Contacten met jongeren tijdens de time-out**

Tijdens de week of 14 dagen time-out zijn er indien aangewezen **contacten tussen IB** en jongere (vb. telefoon, bezoek, ...). Soms kan het meer aangewezen zijn elkaar 'gerust te laten' en soms is het net belangrijk om contact te houden.

#### **4.7 Brainstorm eigen handelen – reflectie met team**

In aanloop naar dat team is een eerste brainstorm van de teambegeleider en IB (indien praktisch mogelijk en indien IB niet rechtstreeks betrokken is bij het incident). De teambegeleider neemt initiatief om dit te plannen. Waar nodig en nuttig worden personen van verderaf (vb. lid ander team, kinderpsychiater, ...) betrokken.

Op het **team** tijdens de time-out wordt uit deze ideeën gehaald wat realistisch en haalbaar is. Het handelingsplan wordt waar nodig bijgestuurd en aangescherpt. We benutten de time-out periode om al zoveel mogelijk echt te doen/uit te werken en niet gewoon nobele voornemens op te sommen.

- “We gaan vrije tijd zoeken.” => We contacteren sportclubs zodat we op herengagementgesprek een keuze kunnen maken.
- “We gaan PMT starten.” => We leggen een eerste afspraak vast met de therapeut.

#### **4.8. Afronding externe time-out**

Een externe time-out wordt afgerond met een **herengagementsgesprek** met de jongere, de ouders, één van de begeleiders (lieft de IB) en minimum de gezinstherapeut/teambegeleider/hoofdbegeleider/directie. Dat kan op de time-out plaats of in Espero.

Als het kan op de time-out plaats, heeft dit een meerwaarde. We zorgen dat ouders daar kunnen aansluiten. Ouders horen rechtstreeks dat zoon/dochter het goed gedaan heeft en er wordt een dubbel gesprek vermeden.

In het herengagementsgesprek wordt besproken hoe alle partijen in de toekomst beter kunnen samenwerken. Tijdens het gesprek wordt ook opnieuw het kader van Espero geschetst: (1) het is noodzakelijk naar school te gaan/een alternatieve dagbesteding te aanvaarden om in Espero te verblijven, (2) agressie kan niet en (3) de regels wanneer je in Espero bent worden gerespecteerd.

Pas na herengagementgesprek sluit de jongere terug aan in de leefgroep. Als het praktisch niet lukt om dit na de time-out te doen, wordt er een overbrugging thuis ingelast.

In dit herengagementsgesprek wordt er in feite een nieuwe overeenkomst gesloten tussen Espero en de jongere, die vorm krijgt in een bijgestuurd handelingsplan, eventueel ook in een engagementsverklaring gegoten en ondertekend door alle betrokkenen. Dit wordt aan doorverwijzer gecommuniceerd.

Indien blijkt dat er geen nieuw engagement mogelijk is, wordt bekeken hoe we 'vreedzaam' kunnen scheiden. Dit is geen plots proces maar ook geen eindeloos uitbollen. In principe willen we dan binnen maximaal vier weken de samenwerking afronden. We leggen de bal terug in het kamp van de jeugdrechtbank/doorverwijzer: *“U hebt ons samen op weg gezet. Helaas moeten we vaststellen dat het ons, Espero, niet gelukt is om tot een samenwerking te komen en iets te bereiken. Aan u om te bekijken, samen met het gezin, hoe het nu verder moet.”*. Bij crisis-situaties, onhoudbaar gedrag in de groep kan er steeds sneller gehandeld worden, rekening houdend met de veiligheid van de thuissituatie.

#### **4.9. Een warm onthaal – een nieuwe start**

Het volbrengen van een externe time-out is een hele inspanning en prestatie van de jongere. Het is een herstel op zich, verantwoordelijkheid nemen voor wat je bij de andere hebt aangericht (Ik verdwijnen enkele dagen zodat jullie tijd hebben om op adem te komen. Ik respecteer jullie nood aan ademruimte.). We verwachten niet nog eens herstel na de time-out. Met de terugkeer is het incident afgesloten. Als herstel nodig is, plannen we dit tijdens/voor de time-out, of wordt dat afgerond bij herstart in de leefgroep. Bij de terugkomst maken begeleiders op dienst tijd om te luisteren naar het verhaal van de jongere, erkenning te tonen voor de geleverde inspanning, ... .