

Bondgenoten in de psychiatrie

Van familie moet je het hebben!

*In de geestelijke gezondheidszorg wordt de familie van de cliënt steeds vaker betrokken bij de hulpverlening. Familieleden kennen de cliënt als geen ander. Zij hebben de problemen van dichtbij meegemaakt. Volgende maand verschijnt het boek **Bondgenoten**, dat ingaat op de praktijk van de samenwerking tussen hulpverleners en familie van cliënten in de psychiatrie. Een voorproefje: een casus die in het boek wordt beschreven.*

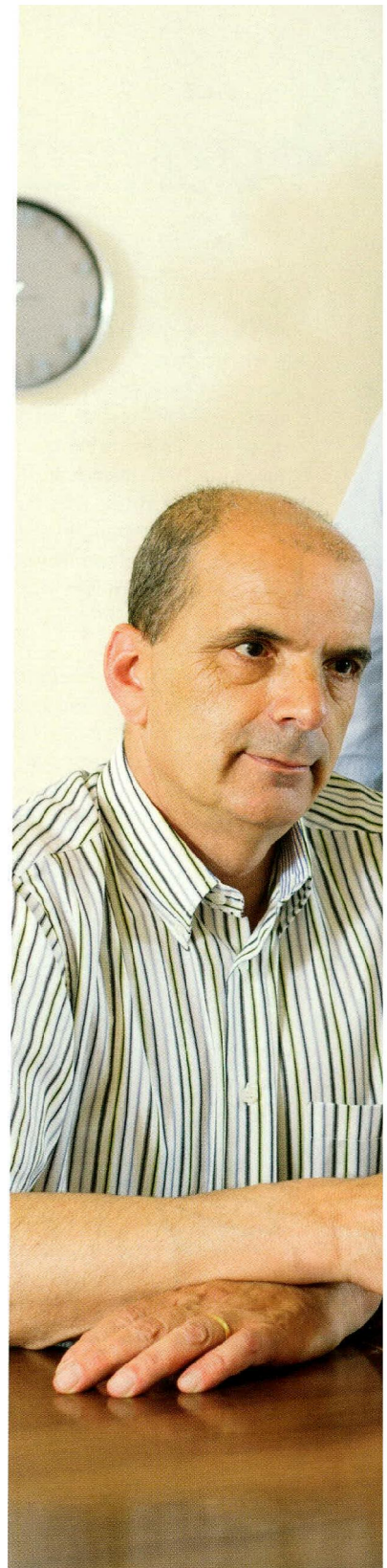
Jaap en Els, allebei 72 jaar, wonen in de buurt van hun dochter Lisette. Lisette is gedurende een paar jaar constant in de war geweest en wilde zich niet laten behandelen. Ze kwam in die tijd heel vaak bij haar ouders. Ze at er elke dag en bleef vaak slapen. Jaap en Els waren er elk moment mee bezig, zaten er middenin en konden moeilijk van een afstand bekijken wat er gaande was en wat hun dochter nodig had. Lisette bleek te lijden aan psychoses en werd opgenomen om zich te laten behandelen. Na haar ontslag herhaalt het patroon tussen Lisette en haar ouders zich. Jaap en Els geven aan dat ze heel verdrietig zijn dat hun dochter zo ziek was en dat ze nog lang niet de 'oude' is. Ze zeggen dat zij moeilijk kunnen accepteren dat hun dochter nu niet veel aankan. Ze hebben hun hoop gevestigd op een nieuw doel in Lisettes leven: vrijwilligerswerk. Als Lisette vrijwilligerswerk doet, zal het vast veel beter met haar gaan.

Lisette zelf was overmand door de aandoening en kon niet snappen dat er iets met haar aan de hand was. Toen ze opgenomen was en geen medicijnen wilde, worstelde ze met haar ziekte. Na haar opname probeerde ze weer een ritme op te bouwen, en dat deed ze met behulp van haar ouders. Ze nam haar medicatie trouw in en was niet meer in de war; ze leefde met de aandoening. Als Lisette tevreden is met deze routine en de inrichting van haar leven en op deze manier haar ziekte een plaats kan geven, kun je zeggen dat ze voorbij de aandoening is. Ze heeft haar ziekte geaccepteerd en heeft ermee leren leven. Dat betekent niet dat ze alles weer kan doen en weer 'de oude' is, maar dat ze heeft geleerd hoe zij het beste kan omgaan met haar klacht en kracht.

Acceptatie en herstel

In bovengenoemde casus benoemen Jaap en Els een aantal emoties van henzelf en

De ouders van Lisette hebben zich een paar jaar geen raad geweten wat ze met hun dochter aan moesten



Familieleden van cliënten in de psychiatrie hebbe



hun dochter. Na een lange fase van crisis is hun dochter aan de beterende hand. De ouders realiseren zich hoe ziek ze was en hebben de hoop dat ze weer helemaal beter wordt. Ze wisten aanvankelijk niet wat er allemaal aan de hand was, maar realiseren zich dit steeds meer. Tegelijkertijd willen ze diep in hun hart dat alles snel weer beter wordt. Ze moeten leren dat hun dochter het tempo aangeeft wat betreft de verwerking van en het leren omgaan met haar ziekte, net als met de invulling van haar dagbesteding. Jaap en Els moeten ook leren leven met de situatie van hun dochter. Als alle drie de partijen aandacht hebben voor deze synchroon lopende processen en dit bespreekbaar maken, weet iedere partij hoe de ander in dat proces zit. Veel mensen kunnen heel goed aangeven hoe zij met hun klachten omgaan.

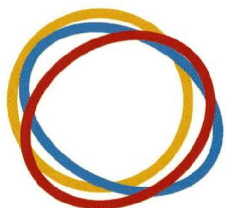
Lisette vindt dat het haar niet stimuleert wanneer haar ouders geregeld tegen haar zeggen dat ze vrijwilligerswerk moet zoeken; ze heeft er zelfs last van. Ze geeft aan dat ze het wel erg fijn vindt dat haar ouders haar tot grote steun zijn en dat ze veel voor haar hebben gedaan en nog steeds doen. Ze wil wel met haar hulpverlener spreken over een traject richting vrijwilligerswerk, maar het moet echt in haar tempo. Ze is erg bang dat ze te veel stress zal krijgen en een terugval krijgt.

Hulpverleners met hart en oor

Familiebegeleiding begint met het hart en het oor van de hulpverlener. Allereerst met zijn hart, waarmee hij een poging doet om in te voelen hoe het voor hemzelf zou zijn als het zijn familielid of naastbetrokkene zou betreffen. Hoe zou dat voelen, en hoe zou hij reageren als hulpverleners hem niet bij de behandeling betrekken, of zich formeel opstellen en hem het gevoel geven dat hij er niet toe doet? Maar ook het oor is onmisbaar, om te luisteren naar de verhalen en de emoties van de familie. De hulpverlener gebruikt daarnaast vanuit zijn professionaliteit zijn kennis en inzichten. Ten slotte, als de hulpverlener zich verplaatst in de situatie van zijn cliënt en zijn naasten, kan hij ook begrip tonen voor het feit dat het niet altijd eenvoudig is voor de hoofdpersoon en zijn naasten om te leren omgaan met de klachten, symptomen en beperkingen van zijn aandoening, die voor korte of langere tijd zijn leven veranderen.

Henk-Willem Klaassen. Bondgenoten.
Hoe familieleden en hulpverleners in
de psychiatrie kunnen samenwerken.
ISBN 9789089533708. Uitgeverij
Boom. Prijs: € 24,50.

HENK-WILLEM KLAASSEN



Bondgenoten

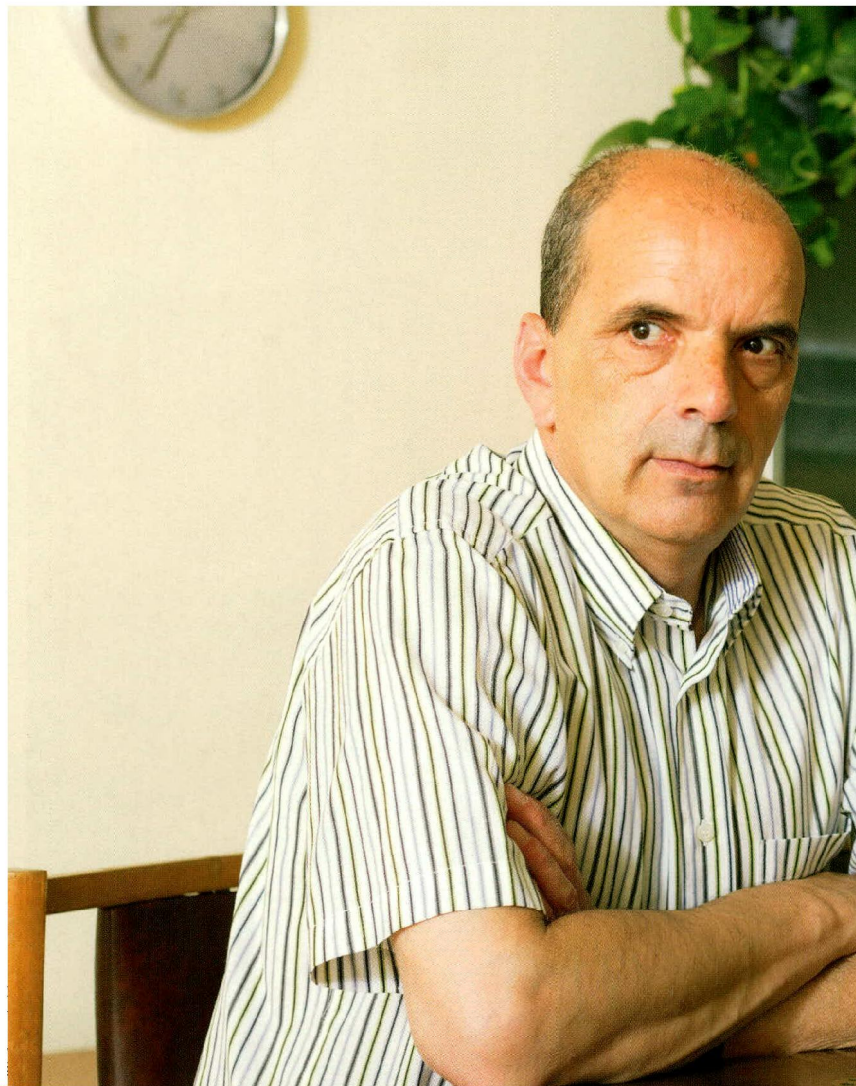
Hoe familieleden en
hulpverleners in de psychiatrie
kunnen samenwerken

Boom

Voor familie en hulpverleners is het van belang om zich bewust te zijn van deze processen; om goed na te gaan welke steun je geeft, of je de cliënt niet (onbewust) veroordeelt maar deelgenoot kunt zijn van het actie- en crisisplan dat hij opstelt. Daarnaast dienen naasten zich af te vragen of hun wensen ook de wensen van hun familielid zijn. Als naaste zou je het liefst willen zien dat je familielid weer gewoon mee kan doen. Maar gezien de omstandigheden kan het zo zijn dat het door jou gewenste doel simpelweg niet kan worden gehaald.

In bovengenoemde casus is het belangrijk dat de hulpverlener ook met de naasten hun acceptatieproces bespreekt. Stel dat Jaap en Els de ziekte van hun dochter ontkennen en vinden dat ze gewoon weer aan de slag moet, dat zou haar herstelproces absoluut niet bevorderen. Als de familie leert omgaan met de ziekte van hun naaste, kunnen zij vanuit die ervaring kijken naar het proces van hun

Het is belangrijk dat de hulpverlener ook met de familieleden hun acceptatieproces bespreekt



Het is belangrijk dat de hulpverlener ook met de naasten van de cliënt het acceptatieproces bespreekt.

familielid. De cliënt moet zelf bepalen hoe hij zijn ziekte verwerkt.

Rehabilitatie

Naast het herstelproces staat in veel behandelingen ook de rehabilitatie centraal. Rehabilitatie is gericht op herstel van maatschappelijke rollen, op de persoonlijke wensen van de cliënt en op een breed palet van mogelijkheden, zoals wonen, werken, dagbesteding, intimiteit en financiën. Behandeling met medicijnen of gesprekken is niet de enige weg naar herstel; zorgen voor de vervulling van voldoende basisbehoeften en activiteiten is minstens even belangrijk. Lisette en haar hulpverlener maken plannen naar aanleiding van de doelen die Lisette heeft gesteld. Deze plannen en

doelen kan Lisette zelf met haar ouders bespreken, maar dit kan ook in een gezamenlijk gesprek met de hulpverlener gebeuren. Als Lisette vrijwilligerswerk wil gaan doen en daar met haar hulpverlener naar op zoek gaat, is het nuttig om dit met haar ouders te bespreken, en na te gaan hoe zij haar hierin kunnen ondersteunen. Is het ondersteunend als zij haar helpen herinneren dat ze morgen naar haar werk moet gaan, of werkt dat juist belemmerend? Ook kunnen Jaap en Els via hun netwerk mogelijk vrijwilligersplekken aandragen.

Empowerment

Empowerment houdt in dat je initiatieven neemt om jezelf sterker te maken. Naasten en hun familielid worden zich bewust van de situatie waarin ze verkeren, zodat ze kunnen nagaan hoe zij situaties willen invullen om het dagelijkse leven makkelijker te laten verlopen. Bij empowerment gaat het bijvoorbeeld om nieuwe hoop krijgen, samen sterk staan,



vooroordelen veranderen, groeien en blijven veranderen.

De ouders van Lisette hebben zich een paar jaar geen raad geweten wat ze met hun dochter aan moesten. Els en Jaap hebben daarom deelgenomen aan een familiegroep. Daar realiseerden ze zich dat hun dochter flink in de war was geweest. Ze worstelden met het feit dat ze het ene moment van alles van hun dochter eisten en verwachtten en zich het andere moment realiseerden dat ze daar niet aan kon voldoen. Ze kwamen niet alleen meer te weten over de ziekte en het gedrag van hun dochter, ze kregen ook allerlei tips van andere familieleden. Ze kregen hoop doordat ze ook verhalen hoorden van andere familieleden dat hun zoon of dochter ook een poos in zo'n situatie verkeerde en nu niet meer. Ze kregen adviezen om meer op te komen voor zichzelf en hun grenzen duidelijker aan te geven.

Nadat hun dochter uit de kliniek was ontslagen waren er meer momenten dat Jaap en Els zich realiseerden dat ze met de situatie moesten leren leven, hoewel het nog vaak moeilijk en ingewikkeld voor hen was. Gaandeweg leerden zij accepteren dat hun dochter een ander tempo heeft. ■

Bondgenoten

Het boek 'Bondgenoten' bestaat uit twee delen. In het eerste deel worden zestien veelvoorkomende situaties geschetst die hulpverleners en familieleden kunnen meemaken. In deze casussen worden verschillende aspecten van samenwerking besproken en wordt ingezoomd op de interactie tussen familie en hulpverlener. Deze voorbeelden bieden zo handreikingen aan beide doelgroepen: de lezer wordt aan het denken gezet en uitgenodigd om de casus te vertalen naar de eigen situatie. In elke casus wordt een gespreksituatie uitgewerkt en nabesproken. Uiteindelijk vormen de nabesprekingen en literatuurtips bij deel 1 een groot arsenaal aan handvatten voor hulpverleners en familieleden om de samenwerking vorm te geven.

In het tweede deel wordt een aantal onderdelen van die samenwerking nader uitgewerkt, onderbouwd met theorie en informatie. Getracht is om ook deze onderdelen kort en krachtig te houden en voor een meer uitgebreide bespreking ervan te verwijzen naar de literatuur. De onderdelen die in deel 2 worden uitgelicht zijn onder andere de behandeling, het herstelproces van de hoofdpersoon, het herstelproces van de familie, familievaardigheden, het aanbod van cursussen, trainingen en andere bijeenkomsten voor de familie, belemmerende factoren, GGZ familiebeleid en juridische maatregelen. In de epiloog komen ten slotte de maatschappelijke ontwikkelingen aan bod. Auteur Henk-Willem Klaassen is sinds 1990 sociaal-psychiatrisch verpleegkundige. Hij werkt met name in de langdurende en maatschappelijke psychiatrie.

<http://www.boompsychologie.nl/product/2721/Bondgenoten?h=104>.

Symposium

Op 16 oktober presenteert Henk-Willem Klaassen zijn nieuwe boek 'Bondgenoten' op een minisymposium in Castricum. Vanuit het perspectief van de ervaringsdeskundige en de professional wordt tijdens dit symposium besproken hoe familie en hulpverleners kunnen samenwerken. In korte, creatieve en inspirerende bijdragen gaan zij ook in op andere aspecten die deze samenwerking beïnvloeden: de basis-GGZ, bezuinigingen en de Wmo. Het minisymposium wordt gehouden in het witte kerkje op het terrein van het oude 'Duin en Bosch' in Castricum. Kosten € 74,50 (inclusief het boek). Voor meer informatie en aanmelding van het congres: http://www.curecare.nl/symposia_inhoud.php?symposia_id=35.