

HET PERRON

Afgiftekantoor 8000 Brugge 1 - 2e afdeling
Tweemaandelijks tijdschrift
25e jaargang nr.5, september-oktober 2009
Koning Albert I-laan 8, 8200 Brugge (Afzendadres)
Erkenningsnummer: P509268

België-Belgique
P.B. - P.P.
8000 BRUGGE 1 - 2
3/5298



tijdschrift van het

**PSYCHIATRISCH ZIEKENHUIS
ONZE-LIEVE-VROUW BRUGGE**

en het

**PSYCHOTHERAPEUTISCH CENTRUM
RUSTENBURG BRUGGE**



Colofon

HET PERRON is het tweemaandelijks tijdschrift van het Psychiatrisch Ziekenhuis Onze-Lieve-Vrouw en het Psychotherapeutisch Centrum Rustenburg. Het is bestemd voor de West-Vlaamse huisartsen en de psychiaters en GGZ-voorzieningen in Vlaanderen.

Oplage

Het Perron wordt verspreid op 2130 exemplaren

Redactieraad

Dr. Marc Franchoo, psychiater (hoofdredacteur)

Dr. Chris Bervoets, psychiater

Jacques Dutrie, psycholoog-psychotherapeut

Ludo Goderis, stafmedewerker patiëntenzorg

Marc Simoens, stafmedewerker patiëntenzorg

Verantwoordelijk uitgever

Zr. Mieke Kerckhof, Koning Albert I-laan 8, 8200 Brugge

Vormgeving en druk

Geert Daelman

Gedrukt in PZ Onze-Lieve-Vrouw

Ontwerp omslag

Ludo Goderis

Technische afwerking

Creatief Werkcentrum PZ Onze-Lieve-Vrouw

Correspondentie



PZ Onze-Lieve-Vrouw

Koning Albert I-laan 8

8200 Brugge

info@olv.gzjbj.be

www.pzolv.be

tel. 050 30 18 00

fax 050 30 18 01



PTC Rustenburg

Oude Oostendesteenweg 43

8000 Brugge

rustenburg@rb.gzjbj.be

www.ptcrustenburg.be

tel. 050 31 81 65

fax 050 31 08 99

DE CIRKEL IS ROND...

INFORMATIE EN TRAINING AAN FAMILIES

Dirk Snauwaert
Maatschappelijk werker
PZ ONZE-LIEVE-VROUW

—Al meerdere jaren wordt in het Psychiatrisch Ziekenhuis Onze-Lieve-Vrouw Brugge geïnvesteerd in psycho-educatie voor familieleden en patiënten. In dit artikel belichten we enkel de psycho-educatie voor familieleden in groep.

De voorbije jaren werkten een groep deskundigen¹ aan een vervolg op de basiscursus InFop². Deze cursus werd in februari 2008 voor het eerst voorgesteld en kreeg als naam Compas³ mee. Daarover berichtten we al in het nummer 3 van Perron van mei-juni 2008.

De Compascursus vormt het sluitstuk waarmee men vele jaren geleden is begonnen. De oorspronkelijke werkgroep had immers de bedoeling om een cursus

te ontwerpen waardoor familieleden van mensen met psychose zouden kunnen leren hoe om te gaan met deze situatie. Toen werd besloten dat dit niet kon zonder eerst de nodige kennis bij te brengen over wat psychose is. Zo onstond eerst het InFop-programma.

Door mee te werken aan de uitwerking van deze trainingscursus Compas kunnen we al terugblikken op 3 groepen. Sinds december 2006 loopt er elk jaar een Compas-training voor familieleden.

Inhoud Compas :

- **Blok 1 • Copingvaardigheden**
 - (Communicatie-)vaardigheden in omgaan met de andere + omgaan met agressie
- **Blok 2 • Zelfzorg**
 - Vaardigheden in omgaan met zichzelf, beleving van de familie, belang van grenzen
- **Blok 3 • Zingeving**
 - Verwerkingsproces, perspectieven, ...

In de trainingsgroep Compas worden enkele accenten gelegd.

Vertrekkende vanuit het leren omgaan met mensen met kwetsbaarheid voor psychose, wordt een proces op gang gebracht waarbij de focus geleidelijk verschuift naar het familielid zelf.

Onder leren omgaan met en vaardig zijn, verstaan we adequaat, effectief en efficiënt kunnen reageren.

Maar vaardig zijn betekent ook constructief reageren, zichzelf niet wegcijferen en oog hebben voor de eigen noden. De focus gaat naar de zelfzorg om uiteindelijk in de laatste sessies toe te komen aan zingeving. Een zingeving die al of niet anders of vernieuwend kan zijn tov van de vroegere zingeving.

Psycho-educatie aanbieden aan familieleden maakt integraal deel uit van de behandelvisie van de psychosoziale zorg. Samenwerking met de familie wordt als noodzakelijke voorwaarde gezien voor een optimale behandeling. Hierdoor worden mensen door ons op een vrij aanklappende manier uitgenodigd om deel te nemen aan de Infop cursus.

We hebben dikwijls enige schroom of we dergelijk intensief engagement wel kunnen vragen. (6 dinsdagavonden van anderhalf à 2 uur wat InFop betreft en 10 avonden van twee uur en een half voor de Compascursus). Aan het eind van de volledige reeks

InFop + Compas stellen we echter vast dat de meeste mensen het nog te weinig vinden. De opmerkingen houden verband dat sommige delen te snel worden gegeven of dat er een behoefte is om nog wat meer te kunnen oefenen.

Schroom is blijkbaar meer iets van de hulpverleners dan van de cliënten.

We kunnen ons afvragen wat nu eigenlijk het succes van deze cursus uitmaakt?

Meer dan toen we enkel de InFop-cursus hadden valt nu op hoe het persoonlijke verwerkingsproces en de ontwikkeling van copingvaardigheden bij familieleden een grote evolutie doormaken doorheen de cursus. Het grootste werk gebeurt daarbij niet door de hulpverleners maar door de familieleden zelf die feilloos aanvoelen waarmee iemand nog heel erg worstelt. Doorheen de verschillende avonden slagen zij er in een evolutie van verwerking en aanvaarding op gang te brengen.

We zijn er ons van bewust dat ook de Compascursus geen ultiem antwoord biedt. Maar het zet mensen wel op weg, ze krijgen een aantal handvaten en nieuwe inzichten waarmee ze verder aan de slag kunnen.

Naast het inhoudelijke aspect is het groepsaspect minstens even

belangrijk. En dat horen we ook meermaals van de familieleden. De inhoud is belangrijk maar het kunnen spreken met lotgenoten is minstens even waardevol. Het lijkt er op dat voor veel mensen het leren spreken, het verwoorden van de twijfels, de gevoelens, het verdriet, de wanhoop het proces van verwerking in gang zet.

Wellicht beantwoordt de Compascursus voor een gedeelte aan de verzuchting die we aan het eind van een InFopcursus al dikwijls gehoord hadden. “Allemaal goed en wel, we weten nu hoe het min of meer in zijn werk gaat, maar wat doen we ermee, hoe gaan we ermee om?”

Uit de evaluaties blijkt ook dat de meeste mensen belang hechten aan een gemoedelijke sfeer. Woorden als open sfeer, veilig, warm, openheid, vertrouwen, luisterend oor, oprechte interesse in elkaar, troost, humor en het beschermen van de privacy zijn veel terugkerende woorden.

Als begeleiders streven we naar empowerment van de deelnemers. We zijn niet aanwezig als de grote experts maar delen dikwijls de machteloosheid met de deelnemers. Ook de antwoorden laten we waar mogelijk eerder uit de groep komen.

Op zoek naar enige definitie van empowerment stellen we vast dat de oorsprong van het concept

empowerment niet helemaal duidelijk is. Volgens sommigen is het begrip geïntroduceerd door Freire in de jaren '70 als onderdeel van de Zuid-Amerikaanse bevrijdingsfilosofie (Vloeberghs, 2003). Het was in elk geval voor mij persoonlijk, tijdens mijn studententijd de eerste keer, dat ik het begrip ontmoette. Ik las destijds met veel enthousiasme Freire en was helemaal gepassioneerd door deze filosofie. Nu, zoveel jaar later, vraag ik mij af in welke mate dit begrippenkader mijn visie op hulpverlening diepgaand heeft beïnvloed.

Een definitie van empowerment die vaak wordt gebruikt in de literatuur is die van Rappaport (1987 in Zimmerman, 1995): **empowerment is een proces waarbij mensen of groepen meer invloed krijgen over gebeurtenissen en situaties die belangrijk voor hen zijn.**

Empowerment in de zin van de ontwikkeling van kracht verwijst naar de ontwikkeling van competentie en vermogen. Hierbij wordt gebruik gemaakt van de eigen kracht. De ontwikkeling van competentie en vermogen draagt bij aan de mogelijkheden, die een individu of groep heeft om invloed uit te oefenen op de omgeving.

Resendez, Quist & Matshazi, (2000) spreken over gezins-empowerment. (zie kader)

Citaat:

“Bij deze methode leert men de verschillende leden van het gezin vaardigheden aan en vergroot men hun toegang tot informatie en voorzieningen, zodat ze in staat zijn de kwaliteit van hun leven te verbeteren. Het is de bedoeling dat de leden van het gezin actieve participanten worden in het behandelingsproces, zodat de besluiten omtrent de behandeling van het kind genomen worden door de geestelijke gezondheidsinstellingen, de professionals en de gezinsleden samen.”¹

Gezins-empowerment kent volgens hen drie niveaus (Resendez e.a., 2000)

Ten eerste het gezinsniveau. Op dat niveau leert het gezin omgaan met de dagelijks problemen. Dit niveau betreft dus met name het verhogen van competentie.

Ten tweede het niveau van het systeem van geestelijke gezondheidszorg, waarbij met name de ouders worden gemotiveerd om een actievere rol te spelen in het vinden van voorzieningen die ze nodig hebben en wordt hun geleerd hoe ze dit kunnen doen.

Tot slot is er nog het politieke of het gemeenschapsniveau. Dit niveau betreft de strijd van ouders voor de verbetering van de voorzieningen voor hun kinderen.

We durven te hopen dat het totaalpakket InFop, Compas, Informatieavonden, Familiegroep Psychose en de samenwerking in dit alles met Similes een bijdrage levert aan het streven naar gezins-empowerment.⁴

Het is mijn overtuiging dat het streven naar een behandelingsproces waarin de leden van het gezin actieve participanten worden om samen besluiten te nemen samen met de geestelijke gezondheidsinstellingen, de professionals en de gezinsleden een waardig streven is.

Voetnoten

¹ **De groep deskundigen** die meegewerkt heeft bij het tot standbrengen van de Copingcursus zijn:

Dr. Dirk De Wachter, psychiater, UC St.-Jozef Kortenberg; Kris Pieters, psychologe, PC St. Annendael Diest; Bart Schoovaerts, vormings-medewerker Vormingplus Oost-Brabant; Geert Gardin, stafmedewerker, PZ O.L.V. Brugge; Dirk Snauwaert, maatschappelijk werker, PZ O.L.V. Brugge; Lut Vanelven, psychologe, PC Ziekeren St.-Truiden; Ria Schoutteet, gezinstherapeute, PC Guislain Gent; Dr. Geerke Steegen, psychiater, UVC Brugmann Brussel; Veerle Feytongs, psychologe, OPZ Geel; Ann Marchand, hoofdverpleegkundige, APZ Sint-Lucia Sint-Niklaas; Martha De Keyzer, familiebetrokkene; Lydie Heyse, familiebetrokkene; Hilde Vanderlinden, maatschappelijk werkster Similes; Mieke Craeymeersch, directeur Similes.

² Informatie voor Familieleden omtrent *Psychose* - Informatieve cursus voor mensen die geconfronteerd worden met psychose in de familie. Ontwikkeld door werkgroep van hulpverleners en ervaringsdeskundigen in samenwerking met Similes & Schizofrenieliga

³ **Compas** kwam tot stand door een samenwerking tussen de Belgische Schizofrenieliga, Similes en een groep deskundigen.

⁴ <http://www.pzolv.be/tijdschrift.php> 03/2008



MEMENTO MORI

PSYCHOANALYTISCHE BESCHOUWINGEN OVER TIJD EN VERLANGEN

Piet Decoster, psycholoog

P.T.C. RUSTENBURG

“Er was een magische ruimte die Jeugd heette”

Tua Forsström (uit *Snöleopard*, 1987)

‘So we beat on, boats against the current, borne back ceaselessly into the past’.

Deze poëtische slotzin uit *The Great Gatsby* maakt gebruik van het klassieke beeld dat de tijd voorstelt als een stroom. In tegenstelling echter tot wat vaak gedacht wordt, komt de stroom van de tijd niet uit een ver, nauwelijks te achterhalen verleden, om ons mee te voeren naar een verre, niet te voorziene toekomst. Het is precies andersom: de tijd neemt ons niet mee zoals een stroomafwaarts vloeiende rivier, maar wij roeien tegen de stroom van de tijd op; de toekomst opent zich niet als een eindeloos verschiet, maar duwt ons terug in het verleden; het verleden laat ons niet gaan, maar komt ons vanuit de toekomst tegemoet als een geboorte waar we altijd opnieuw, onophoudelijk, dienen naar terug te keren en op terug te komen.

Ze zeggen dat het leven sneller gaat als je ouder wordt. Psycholoog Douwe Draaisma heeft er een prachtig boek over geschreven, onder de treffende titel : ‘*Waarom het leven sneller gaat als je ouder wordt*’.

Hierin wijst hij erop hoe ons

voorstellingsvermogen alleen greep krijgt op tijd door het in aanschouwelijke termen op te vatten.

Behalve een richting geeft de alledaagse taal aan tijd ook een wisselende snelheid en elasticiteit gegeven. Tijd kan kruipen of vliegen, versnellen, vertragen of stilstaan; tijd kan krimpen, uitdijen, samentrekken, uitrekken. Dat tijd in taal en denken ruimte beslaat en dat ervaring van tijd kan overeenkomen met ervaring van ruimte was een cruciaal element in de ideeën van Proust over de verkorting en verlenging van tijd. Hij liet de wetten van het perspectief voor zijn innerlijke waarneming gelden.

Ons verlangen kan de tijd vertragen, onze gehechtheid aan wat we zullen verliezen kan hem versnellen. De duur van de existentiële tijd wordt *in* ons bepaald en *door* ons; maar tegelijk ook *ondanks* ons en doorgaans *tegen* ons.

Proust trad met zijn beschrijvingen buiten zijn persoonlijke introspectie doordat ze weerklink vonden in de beleving van anderen.

Draaisma legt in zijn boek glashelder uit hoe het 'autobiografische geheugen' werkt, waarin we persoonlijke ijkmomenten opslaan. De eerste keer dat we iets engs of spectaculairs meemaken (het eerste vakantielief, muzikale voorkeur...) wordt indringend vastgelegd, maar latere herhalingen maken minder indruk, en daardoor lijkt de tijd sneller te gaan. Sjoerd de Jong -adjunct-hoofdredacteur van *NRC Handelsblad* - vraagt zich in één van de laatste edities van *Filosofie Magazine* af (07/09) of dit ook zou gelden in het digitale tijdperk, waarin we voortdurend worden ingehaald door reruns en opgekrikte versies van die eerste ervaringen. Onlangs is het verzameld werk van Neil Young heruitgebracht, digitaal opgekuist. De stem van het idool komt nu meer levend uit de speakers dan destijds, op de grond voor de platendraaier. Beelden uit het bijbehorende verleden doemen ineens ook onverwacht scherp op. Met als resultaat dat je eigen jeugd ook in feite beter klinkt, en dichterbij dan toen je hem beleefde. Existentiële twijfel ligt op de loer: had mijn herinnerde jeugd er anders uitgezien als ik die box al destijds had gehad? Was ik dan misschien helemaal geen Young-fan geworden, en dus niet wie ik nu ben? En zou bij Proust het dorpie Combray uit zijn kinderjaren heel anders uit zijn brein zijn herrezen als hij een industrieel opgewaardeerde super-Madeleine in zijn thee had

kunnen dopen?

In de geheugenpsychologie staat het 'Proustfenomeen' inmiddels voor het vermogen van geuren om vroege herinneringen op te roepen. Het wordt vaak voorgesteld als een snel, vrijwel ogenblikkelijk proces. Draaisma wijst erop dat in dat opzicht de scène met de madeleine juist géén voorbeeld van een proustfenomeen is: het kostte de verteller veel tijd en moeite om zijn lepelteje thee met koekkrumels te verbinden met herinneringsbeelden. Wat van het ene moment op het andere tot stand kwam was de associatie met een gevoel -zo stelt hij-, het gevoel van geluk, het herinneringsbeeld zelf bleef nog lang afwezig. Vreemd is ook dat de sensatie die Proust beschrijft voortleeft als de klassieke associatie tussen geur en herinnering, terwijl de verteller het gebakje en de thee *proeft*. De scène gaat vooral over smaak...

Tijd krijgt pas zin en betekenis als deze wordt gestructureerd door een ritme, met terugkerende motieven en een herkenbare maat.

Tegenwoordig is er van collectieve ritmes niet veel meer over. Individualisering, commercialisering en secularisering zijn daar debet aan. Flexibilisering en de ruimte om zelf te bepalen wanneer je wat doet, zijn de toverwoorden van de hedendaagse economie. Maar ze stellen het individu voor de zware taak om los van conventies, sociale tijdsregimes en

gezamenlijke ritmes een eigen levensritme te ontwerpen. Daar kun je moedeloos van worden.

De moderne mens-bevrijd van vanzelfsprekende tradities- is auteur van zijn eigen levensverhaal. Hij kan niet zomaar alles schrijven, hij moet rekening houden met omstandigheden, maar hij is en blijft de schrijver. Hij kan erop worden aangesproken. Het is uiteindelijk zijn keuze en hij staat voor die keuze. Al lijkt het soms aantrekkelijk alle opties open te houden, uiteindelijk leidt die houding tot vertwijfeling en verlamming.

Ten overstaan van de tirannieke heersers van het oude Athene zei Socrates ooit dat je koningen filosoof moest maken of filosofen koning, als je wilt dat het recht zegeviert. Hedendaagse marketingsofisten presenteren een analoge, maar minder nobele formule: als je wilt dat het consumentenkapitalisme zegeviert, moet je van kinderen consumenten maken of van consumenten kinderen. Maak de 'kids' bijdehanter, maak ze 'mondig' als verbruiker, en verkleuter de volwassenen.

Time may be a great healer, but it's a lousy beautician.

Een psychoanalytische benadering, een herwaardering van het subjectieve als tegengewicht voor de gegeneraliseerde verkinderlijking van het postmoderne subject.

Psychische gezondheid moet gezien worden als een samenspel van pathologische mogelijkheden. In plaats van het ideaal van gezondheid als de afwezigheid van problemen. Ieder van ons draagt in potentie verschillende basispathologieën in zich. Juist de flexibiliteit om niet te verstarren in één ervan, maar te kunnen fluctueren tussen de verschillende ziektemogelijkheden, kenmerkt gezondheid.

Het is in deze -maatschappelijke- materie zaak van de psychoanalyse de pool van deze subjectieve bewegingen levendig te houden.

Op een seminarie onlangs te Rijsel verwarmde Jean Oury mij met zijn respons op mijn vraag rond de tendens tot protocollisering/objectivering in de behandeling. Dit deed hij door te stellen dat een éénduidige identiteit niet bestaat, en als ze bestaat - zo antwoordde hij - dan is ze "normopathisch"...

Literatuur

de Jong, S, *Filosofie Magazine*, Segment, juli 2009.

Draaisma, D., *Waarom het leven sneller gaat als je ouder wordt.*

Historische Uitgeverij, 2001.

Fitzgerald, F.S., *The Great Gatsby*, Oxford University Press, 1998.

Forsström, T., *Snöleopard*, in *Revolver*, Gerd Segers, juni 2009.

Stufkens, A., *De Psychische Klok*, Boom, Amsterdam/Meppel, 1996.

•iek, S., *Geweld*, Boom, Amsterdam/Meppel, 2009.