

Therapeutisch werken met mensen met een psychose is almaar ruimte maken om dan even getuige te mogen zijn van de kans die ze nemen om wat te delen van hun proces.

Het geeft me telkens opnieuw kippenvel. Daarom wil ik dit met jullie delen.

April 2013

Veerle De Mulder

Non-verbaal therapeut

## Acceptatie.

Loes is een jonge vrouw. Haar lang haar draagt ze opgestoken of los. Het is altijd wat wild. Ze beweegt losjes en draagt losse kleren. Soms draagt ze haar gitaar op de rug. Ze kijkt heel uitdrukkelijk en tegelijk is haar blik schichtig. Er is een sterk contact en plots is het weg. In dat contact word je door iets geraakt en dat daagt je uit om haar te willen bereiken. Haar directheid en eenvoud sterkt het idee dat ze in "echtheid" kan groeien.

De hulpverlening zet in op "hoop op groei en verandering".

Als jongvolwassene krijgt ze hulp van therapeuten. Een gedragstherapeut probeert haar te leren hoe ze met kleine stapjes vooruit kan gaan. Een therapeut ziet dat Loes depressief is. Ze vangt de depressie op door nabij te zijn. Wegens de ernst van het beeld volgt ook een psychiater de toestand op. Loes komt tot niet veel en kan ook weinig vertellen. Toch houdt ze het vol om thuis te blijven en naar haar psychotherapeut en psychiater te gaan.

Iedereen "hoopt op verbetering". Toch wordt het niet beter en opnames dringen zich op.

De opnames volgen elkaar op, allemaal pogingen tot verandering. Betrokken hulpverleners proberen te begrijpen. Dit begrip leidt tot verschillende diagnoses: Autisme, ADHD, Borderline, Afhankelijke Persoonlijkheidsstoornis, Depressie, Psychotische depressie. Deze verschillende diagnoses brengen haar in verschillende vormen van behandeling.

Loes wordt opgenomen op de afdeling voor opname, diagnose en behandeling van psychose te Duffel, waar ikzelf werk als non-verbaal therapeut.

Onze afdeling zet in op "Hoop" zonder meer.

*Het is de hoop zoals Vaclav Havel die beschrijft in zijn gedicht: "HOOP"*

*"...Diep in onszelf dragen wij de hoop...*

*...Hoop is een kwaliteit van de ziel*

*en hangt niet af van wat er in de wereld gebeurt...*

*...Hoop is niet: voorspellen of vooruitzien.*

*Het is een gerichtheid van de geest, een gerichtheid van het hart  
voorbij de horizon verankerd...*

*...Hoop is ergens voor werken*

*omdat het goed is,*

*en niet...omdat het kans van slagen heeft...*

*...Hoop is de zekerheid dat iets zinvol is*

*ongeacht de afloop,*

*het resultaat..."*

Voor het eerst wordt de psychose echt herkend en diagnostisch onderzoek wijst uit dat het gaat over een schizofreen proces en zelfs niet over een psychotische depressie. We nemen de verantwoordelijkheid om de diagnose aan Loes mee te delen zodat we er samen over kunnen spreken. Op deze wijze kan het verwerkingsproces starten. Ze kan leren om haar verwachtingen bij te stellen zodat ze met minder stress kan leven.

Loes maakt een crisis door met verhoogd suïcidegevaar.

We nemen voorzorgen tot het niet langer nodig is.

De wekelijkse groepssessie “Associatief Schrijven” gaat door in de leefruimte. We schrijven aan de hand van prenten. Deze keer komt Loes er pas bijzitten als de sessie afgerond wordt. Ze volgt aandachtig wat iedereen over het schrijven vertelt. Zelf zegt ze niets. Ikzelf ben aan het woord en ik vertel dat ik al schrijvend geworsteld heb met het idee dat het precies is alsof mensen maar iets kunnen realiseren als ze iets anders neerhalen. Ik stel me de volgende vragen:

“Waarom kunnen we niet gewoon iets willen? Wat hebben we nodig om naar iets te verlangen?”

Er ontstaat een discussie in de groep. Loes volgt, maar zegt niets.

“...We hebben geleerd om altijd te streven naar méér... We hebben geleerd om ons te meten aan de ander... Het moet altijd beter en beter dan de ander! Het is daarom dat we anderen en hun projecten neerhalen. We doen dat om iemand te zijn. Ten koste van de ander kunnen we pas iemand zijn!”

Typisch voor deze doelgroep wordt het woord “beter” letterlijk geïnterpreteerd. In de discussie gaat het niet meer over “beter dan de ander”. Dit is een vergelijking. Om te kunnen vergelijken moet er een basis blijven staan waarmee men vergelijkt. Maar bij psychose verschuift, verglijdt of verdwijnt het uitgangspunt. Als de vergelijking wegvalt, dan is er alleen de lijn die altijd voortgaat.

Men hoort dus: “beter worden”.

Daarom gaat de discussie in deze zin verder: “...We zijn hier allemaal opgenomen om beter te worden, maar misschien wordt het niet beter. Waarom kunnen we niet gewoon zijn, wie we zijn?”

“Wat hebben we nodig om er te mogen zijn zoals we zijn?”

“Acceptatie”, zegt Loes.

Dat ene woordje legde ze stilletjes op tafel neer.  
Iedereen knikt.