

Mensen zijn ingewikkeld

Begin januari 2021 is het boek van hoogleraar en psychiater Floortje Scheepers verschenen met de titel *Mensen zijn ingewikkeld*. Haar pleidooi betreft de stigmatiserende werking van diagnoses binnen de GGZ. Er is eerst een label nodig om te weten wat te moeten doen, terwijl mensen complex en verschillend zijn. Mensen zijn ook veel meer dan hun ziekte en daar wordt in de behandeling nog onvoldoende gebruik van gemaakt. Haar verhaal ligt in lijn met de uitgangspunten van de positieve psychologie van Machteld Huber. Huber gaat ervan uit dat gezondheid meer is dan de aan- of afwezigheid van ziektes dan wel diagnoses. In plaats daarvan gaat het volgens haar om het vermogen van mensen om met fysieke, emotionele en sociale levensuitdagingen om te gaan. Eigen regie speelt daarbij een belangrijke rol.

Zowel positieve gezondheid als de boodschap van Scheepers klinken mij als muziek in de oren. Naast de al genoemde punten van Scheepers, is het soms voor clinicus ingewikkeld om de klachten 'in een hokje te stoppen'. Een diagnose is plat gezegd een opsomming van klachten, waarbij de DSM nog wel een beetje waarschuwt om enkele beelden uit te sluiten (vaak staat er 'klachten kunnen niet verklaard worden door ...'), maar er heel beperkt ruimte is voor 'het denken achter klachten of gedrag'. Terwijl dit natuurlijk het

meest helpend is voor cliënten; waarom raken ze op dit moment in hun leven ontregeld?

Het labeloverstijgend denken en vandaaruit interveniëren vraagt echter de nodige kennis, en vooral ook het lef om onzeker te zijn. Je moet je interne drang om alles met een vragenlijstje uit te zoeken kunnen onderdrukken. Je moet bereid zijn het 'niet te weten' en samen met je cliënten willen puzzelen. Bovendien vraagt die omslag ook om te kunnen verdragen dat we cliënten niet beter maken, maar een tijdje samen met hen opgaan in hun levenstraject als het even minder lekker loopt. Gezamenlijk werken aan hun herstel is hierin leidend, maar dit betekent niet altijd dat de cliënt dan minder symptomen heeft.

Op een vrijdagmiddag start ik de afronding van een intensief behandelcontact met een zeer kritische adolescente. Zonder duidelijk diagnostisch label begonnen we met een behandeling gericht op het versterken van haar emotieregulatie. We hebben wat te verdragen gehad en samen is het een hele puzzel, geweest inclusief 'gekke' terugvalmomenten. Langzaam kon ons contact wat minder intensief worden, maar de vraag bleef komen: "Weet je nou eigenlijk al echt wat er met mij aan de hand is dat ik steeds zo reageer?" Samen wogen we het belang af van opnieuw naar de beeldvorming kijken en besloten we uiteindelijk toch aanvullend onderzoek te doen.

En toen was daar het label autismespectrumproblematiek. Doordat ze haar sociale tekorten goed wist te verbloemen, was die in eerder

Labeloverstijgend denken vraagt de nodige kennis en lef

In zicht

Zouden die labels dan soms toch een beetje handig zijn?

onderzoek niet naar voren gekomen. Ook mij was het in een-op-eencontact niet direct opgevallen. De behandeling veranderde er niet door, maar de emotionele ontregeling verminderde sterk. Waarom? Het heeft haar precies gegeven wat ze nodig had: duidelijkheid. Ze is niet raar, ze heeft 'gewoon' autisme.

Bij de afsluiting geeft ze terug dat het label het meest waardevol is geweest aan het traject. Vol twijfels zit ik in de auto onderweg naar huis. Zouden die labels dan soms toch een beetje handig zijn? Of bij sommige cliënten? Deze verwijfeling zal ik ook maar moeten leren verdragen.

Moniek Coorn

is als klinisch psycholoog werkzaam bij Jeugd GGz, onderdeel van de Dimence groep. Zij zal vanaf nu haar gedachtenspingsels delen in de rubriek In Zicht.