

‘Ik heb het nog nooit gedaan, dus denk wel dat ik het kan’

Als kind keek ik graag naar Pippi Langkous. Wat was zij lekker avontuurlijk, ondernemend, en zij durfde alles! In de opvoeding die ik kreeg, was het ook belangrijk dat je dingen gewoon ging proberen en als je hard werkte, kwam het vast wel goed. De titel van deze column had dus net zo goed de slogan van Nike ‘Just do it’ kunnen zijn.

Al enige tijd zitten we met werk in een transitie naar zogeheten 0-100 teams. We willen hierin de volle breedte gaan bedienen en waar we nu bij de jeugdafdeling soms enorm zoekende zijn naar passende hulp als een ouder psychische problemen heeft, moet dit makkelijker. Er is een prachtige visie opgesteld waar je alleen maar voor kunt zijn, passend bij de landelijke ontwikkeling waarbij meer ingezet wordt op preventie, het verminderen van instroom in de ggz, het verbreden van laagdrempelige (online) hulp en inrichten van zelfregiecentra. Vorig jaar mocht ik meedenken in een strategisch ontwerpteam over hoe je dit dan inregelt in de organisatie; momenteel zijn we druk bezig met dat inregelen. Helaas duren dit soort trajecten best lang, en laat wachten nu net niet mijn sterkste kant zijn.

Waarom gaan we het niet gewoon zelf doen, met die ouders? Hoe vaak gebeurt het niet dat ik ouders doorstuur, omdat ze door het ouderschap geraakt worden en dit te maken heeft met hun eigen verleden, en het ouderschap dan nauwelijks onderwerp in de therapie is? Al op de universiteit waar ik ontwikkelingspsychologie studeerde, werd benoemd dat ‘we’, de studenten, vanuit het ontwikkelingsbeloop eigenlijk heel breed inzetbaar

waren en goed het ontwikkelperspectief voor ogen konden houden. En hoe moeilijk kan het nou zijn? De protocollen en verklaringsmodellen zijn bekend en de gesprekstechnieken beheers ik, dus ondanks dat ik het nog nooit gedaan heb, denk ik dus dat ik het wel kan. Nog even een toets bij de manager of het kan en mag: die is helemaal voor, omdat het gedragen is door de nieuwe visie. Dus ... let's go!

Het secretariaat, waarvan de medewerkers net een maandje ingewerkt waren – ze moesten een nieuwe zorglogistiek leren én achterstallig werk inhalen – keek raar op toen wij ‘een jongere’ van 44 jaar oud aangemeld kregen. ‘Dat is vast een foutje, die moet naar de volwassenenafdeling.’ Toch niet! We startten de behandeling, al was het nog wel zoeken, want dan ben je als jeugdbehandelaar toch best lief en begripvol. Ik heb echt moeten leren huiswerk mee te geven! En ondanks dat deze ouder besloot dat de behandeling eerder dan gedacht gestopt kon worden, smaakte het naar meer! Ik besloot tijdens mijn supervisie voor de schematherapie ook iemand te kiezen die met volwassenen werkt. Just do it!

De paar volgende ouders waar ik mee begin, voelen goed: het maken van de casusconceptualisatie, schematherapeutische technieken inzetten en positieve feedback van de ouders. Ik vind het zelf ook wel lekker om nog meer in te zoomen op hen als persoon, de link te mogen (en ook moeten!) leggen met patronen van vroeger. Het proces verloopt veel makkelijker dan wanneer ze als ouders meer consultvragers waren voor

In zicht

zichzelf, als ouders. Tegelijkertijd doe ik hiermee ook veel ouders en mijn eigen ouderbegeleidingen tekort, want er waren genoeg ouders die dit soort gesprekken prima vonden in de ouderbegeleiding.

Is het dan alleen maar een geslaagd experiment en bewijst het dat ik het dus ook 'gewoon' kan? Zeker niet! Pippi Langkous was echt een grote optimist, waar ik graag een voorbeeld aan neem, maar af en toe wist ik het even niet, konden bepaalde gesprekken lang na blijven zeuren en was vooral bepaalde dynamiek ingewikkeld. Bij jongeren kan dit nog makkelijker te hanteren zijn (de complexe pubers daargelaten), omdat ze gemakkelijker in beweging te krijgen zijn, en heb ik altijd nog de ouders als troef en cotherapeut achter de hand. En wat doe ik nu dan met eventuele zorgen rondom het opgroeien van kinderen en de beroepscode? Hebben mijn collega's op de volwassenenafdeling hier ook last van? En moet ik niet veel meer bij mijn 'eigen leest' blijven, dus de kinderen behandelen en ouders als consultvragers zien? Het schiet op de moeilijke momenten wel door mijn hoofd. Maar ja, opgeven zit ook niet zo in het aard van het beestje en ik ben zo opgevoed dat je afmaakt waar je aan begint. Pas dan kan ik ook goed onderzoeken of ik mijzelf degene vind die 0-100 moet (hoor je de hoge normen? ... hahaha) kunnen, of dat dit toch anders georganiseerd moet worden.

Intervisie en supervisie ben ik nog meer gaan waarderen; gelukkig heb ik voldoende mensen in mijn omgeving die beide doelgroepen goed kennen en dus ook de therapeutische uitdagingen

ervan. Dus de balans opmakend: ik denk dat ik het wel kan, al betekent dit niet dat dit een vloeiende stijgende lijn is. Het gaat met ups en downs, brengt nieuwe uitdagingen met zich mee en ik moet echt uit mijn comfortzone. Stiekem vind ik dit dus ook erg leuk, want zitten in de leerzone geeft meer energie ondanks de onzekerheden. Ondertussen breid ik dus mijn therapeutische vaardigheden en arsenaal uit en voer ik zelfs echt andere gesprekken dan met pubers, want als het over basisbehoeften gaat, leidt het gesprek bij volwassenen ook regelmatig tot gesprekken over seks en intimiteit. Wie weet kan ik ook nog eens switchen naar het vakgebied van de seksuoloog! Maar alles op zijn tijd en met een beetje focus nu eerst in de schematherapie bij de volwassenen. Wie weet wat de toekomst brengt! Pippi blijft nog wel even in mij zitten.

Moniek Coorn

is als klinisch psycholoog werkzaam bij Jeugd GGz, onderdeel van de Dimence groep.