

Jongeren op de planken voor herstel

Een ontmoeting tussen psychiatrie en de samenleving

In deze bijdrage vertellen twee betrokken behandelaars, beiden psychiater (destijds nog in opleiding), het verhaal van de bijzondere samenwerking die zij meemaakten tussen de Bascule (nu Levvel), academisch centrum voor kind- en jeugdpsychiatrie en het Frascati theater in Amsterdam. Voorstellingen gemaakt vanuit de inspiratiebron van eigen ervaringen, waar het draaide om het spel, niet om de therapie. Voor de jongeren was op de planken (gaan) staan een weg naar herstel.

We willen u het verhaal vertellen van jongeren die op de planken hebben gestaan op weg naar herstel. In 2017 kreeg de Bascule (academisch centrum voor kind- en jeugdpsychiatrie, sinds juli 2020 genaamd 'Levvel') de mogelijkheid om een samenwerking aan te gaan met het gerenommeerde Frascati, een theater in hartje Amsterdam. Frascati heeft als missie de dialoog aan te gaan met de stad als graadmeter van de samenleving en vergeten verhalen te ontdekken. Hierin past ook het plan om de kinder- en jeugdpsychiatrie op toneel te zetten.

Een succesvolle kruisbestuiving tussen kunst en psychiatrie

Het plan ontstond om jongeren met een psychische kwetsbaarheid te laten samenwerken met professionele theatermakers en hun verhaal een podium te geven in een officieel theater. Geen dramatherapie, geen vaktherapie, maar hoogwaardig toneel met professionals zonder direct therapeutisch doel. De inhoud van de voorstellingen werd bepaald door de theatermaker en jongeren samen, waarbij er geen letterlijke vertaling was van eigen ervaringen, maar deze wel als inspiratiebron konden gelden. Drie jaar later zijn we drie projecten, met uitverkochte zalen, verder

(Kouters, 2018).¹ De theatermaker van de eerste twee voorstellingen, Alexandra Broeder, werd bekroond met de prestigieuze Gieskes-Strijbis podiumprijs met name voor deze twee voorstellingen, waarin ze met de jongeren een kruisbestuiving tussen theater en de psychiatrie op gang bracht. De toneelwereld erkende de artistieke kracht van deze projecten op het snijvlak van kunst en psychiatrie. Ook vanuit het publiek waren de reacties lovend; de voorstellingen werden ervaren als aangrijpend, ontroerend, en als een spiegel die werd voorgehouden. Wij merkten dat wanneer we met de jongeren spraken over het toneelproject, veelal de term ‘herstel’ naar voren kwam. Hierop besloten we ons via open interviews te verdiepen in de meerwaarde van deze projecten voor de jongeren, in het licht van herstelgerichte zorg.

Perspectief vanuit herstelgerichte zorg

De afgelopen jaren is er tegenwicht gegeven aan het dominante verhaal van beperkingen in de psychiatrie. Waar behandelaars lange tijd werden opgeleid vanuit het ziektemodel (gedefinieerd op basis van symptomen; welke symptomen moeten worden verholpen), hebben stromingen zoals de herstelbeweging, voortkomend uit emancipatie van cliënten, en de positieve gezondheid van Machteld Huber (Huber, Van Vliet, & Boers, 2016) een verfrissende visie op gang gebracht in termen van veerkracht en herstel. Veerkracht en herstel zijn begrippen die we gebruiken voor het (weer) kunnen functioneren, aandacht hebben voor identiteit en stilstaan bij de betekenis van ervaringen (Boevink, 2017). Hierbij gaat het er niet om symptomen te bestrijden, maar te leren omgaan met de situatie zoals die is. Dit perspectief stelt de mens, zijn mogelijkheden en eigen kracht centraal, niet zijn psychische kwetsbaarheid.

Jongeren gestimuleerd in eigen kracht en potentie op weg naar herstel

De jongeren die meededen aan de projecten hadden allen een psychische kwetsbaarheid, uiteenlopend van angst- en stemmingsproblemen tot borderline en antisociale persoonlijkheidsproblemen. Allen waren ze hiervoor in behandeling bij de Bascule. De meesten waren uitgevallen op school, waren gestopt met hun hobby's en hadden het contact met vrienden verloren. Gedurende de behandeling viel het op dat zowel hulpverleners als jongeren vooral het dominante verhaal van kwetsbaarheden, zorgen, beperkingen en problemen vertelden. Symptomen waren het onderwerp van gesprek. Terwijl de uitrijping en ontwikkeling van je identiteit een van de hoofddoelen van de adolescentie is, kwam hun identiteitsontwikkeling steeds meer in het teken van hun ziekte te staan.

De mogelijkheid die theater Frascati bood om jongeren te verbinden aan een toneelproject was een manier om een brug te bouwen tussen de wereld van hun behandeling, die zich richtte op klachten en symptomen, naar de wereld van betekenisgeving, eigen kracht, mogelijkheden en herstel.



Beelden uit de voorstellingen (foto's: Bowie Verschuren)

Ervaringen: betrokkenen aan het woord

Nadat drie theaterproducties aan het publiek waren getoond, hebben we de jongeren, ouders en behandelaren gevraagd wat deelname aan het theaterproject voor hen had betekend. Door de antwoorden heen kwamen vijf sleutelbegrippen van herstel zoals in de literatuur genoemd (verbondenheid, hoop en optimisme over de toekomst, betekenis in het leven, identiteit en empowerment) spontaan naar voren (Leamy, Bird, Le Boutillier, Williams, & Slade). Van hen leerden we ten eerste dat verbinding een belangrijk element van het project is. We laten betrokkenen aan het woord.

‘Het zorgde voor een gevoel van verbinding, wat ik juist had gemist, omdat ik door mijn psychische klachten de verbinding met mijn klasgenoten verloor en dit geldt ook voor mijn hobby’s.’

‘In een groepstherapie ontstaat heel snel een concurrentiestrijd om wie het “ziekste” is. Als het te goed met je gaat heb je geen therapie nodig, maar aansluiten bij leeftijdgenoten die gezond zijn gaat ook niet, dus heb je indirect een drive om in ieder geval bij een van de twee kanten te passen, dus de “zieke”. Terwijl dat in het theaterproject niet is, heel gek, maar je trekt je aan elkaar op.’

Ook lag, anders dan in de spreekkamer, de focus meer op krachten en betekenisgeving.

‘Ik heb door het zelfvertrouwen wat ik kreeg, gevoel van trots, ervaren van kracht, mijn school weer op kunnen pakken’

‘In therapie moeten je klachten ‘weggemaakt worden’, terwijl hier mochten ze er gewoon zijn. Ik werd in mijn kracht gezet.’

‘Ik liet mensen een stuk van mezelf zien dat ik normaal niet snel zou laten zien. Dat was fijn, om dit met anderen te delen. Het gaf me kracht om een bijdrage te leveren aan het taboe van psychische klachten af te halen.’

Ouders vertelden dat ze weer plezier en optimisme terugzagen in hun kind.

‘Ik heb mijn kind enorm zien groeien. Het gaf een grote doorbreking van wat ze juist heel spannend vond: in een groep zich blootgeven en performen. Daar had zij in het verleden ook negatieve ervaringen mee. Nu lukte het haar en hoe.’

Het project beïnvloedde niet alleen het kind maar ook het gehele gezin.

‘Niet alleen zichzelf was onder de indruk van wat ze had neergezet, ik als ouder en de rest van mijn gezin ook. Het bracht ook weer een gesprek op gang in ons gezin, over wat ze al had overwonnen en hoe slecht het eerst met haar ging ten opzichte van nu. Het was een succeservaring voor ons allen.’

Meerwaarde van de samenwerking

Ook heeft het voor veel jongeren een meerwaarde gehad dat het theaterproject aan de Bascule is verbonden, in plaats van een regulier theaterproject. De repetities vonden steeds in de eerste fase plaats op een van de locaties van de Bascule en naarmate de voorstelling dichterbij kwam op een locatie van het Frascati. Een vaste behandelaar begeleidde de theatermaker en de jongeren in het vertrouwd raken met elkaar en het proces, en bood steun waar nodig. Ook eigen behandelaars waren op de hoogte van de deelname aan het project en ondersteunden de

jongeren om mee te blijven doen wanneer zij in een moeilijke periode zaten. Zo is een brug geslagen van een leven waarin de jongeren geïsoleerd waren geraakt door hun psychische klachten naar een wereld waarin ze vanuit een veilige basis (weer) mee kunnen doen.

'Ik had nooit bij een theatergroep durven aansluiten. Dat was een veel te grote stap geweest. Bovendien wordt het op zulke plekken, net als op school, niet opgemerkt als er even iets moeilijk is. In dit project hoefde het niet over je klachten te gaan, maar het werd wel opgemerkt door de groep, de maker of de begeleider vanuit de Bascule als je het moeilijk had en daar kreeg je dan steun bij.'

Tot slot

We geloven dat de kracht van het theaterproject zit in het gemeenschappelijke doel en de verbinding die dat brengt, samen met het als mens worden gezien door jezelf, je groepsgenoten en het publiek. Dit zijn elementen waar we allemaal naar op zoek zijn in het leven, ook jongeren die last hebben van een psychische kwetsbaarheid. Daarnaast biedt dit project een plek of ruimte, waar jongeren een eigen talent kunnen ontdekken en ermee experimenteren. De kracht van theater in het onderzoeken van een eigen ervaring en het overbrengen van een boodschap en emoties aan een publiek wordt steeds meer herkend ⁵. Dit project is een voorbeeld van een positieve ontmoeting tussen de psychiatrie en de samenleving buiten de reguliere kaders, die bijdraagt aan het herstel van jongeren. Mogelijk inspireert het u tot vergelijkbare samenwerkingsverbanden.

Liza Sonneveld is kind- en jeugdpsychiater en momenteel werkzaam bij de Care-Express, onderdeel van De Opvoedpoli, in Amsterdam. Tot augustus 2020 was zij werkzaam als kind- en jeugdpsychiater in opleiding bij de Bascule (het huidige Levvel) te Amsterdam.

Carlijn Welten is kind- en jeugdpsychiater en systeemtherapeut en momenteel werkzaam bij en medeoprichter van Het Huis te Haarlem. Tot april 2020 werkte zij als kind- en jeugdpsychiater in opleiding bij de Bascule (het huidige Levvel) te Amsterdam.

Noot

¹ Voor een indruk: trailer op <https://vimeo.com/384543091>.

Literatuur

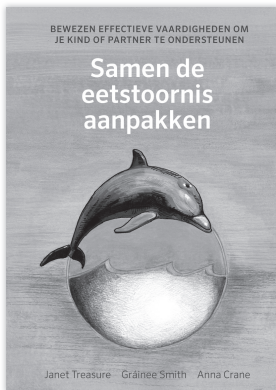
Boevink, W. (2017). HEE! Over Herstel, Empowerment en Ervaringsdeskundigheid in de psychiatrie. Proefschrift. Utrecht: Trimbos-instituut.

Eimers, D. (2017, 6 december). 'Trauma's laten in het lichaam diepe sporen na. Interview met prof. dr. Bessel van der Kolk'. *Augeomagazine*. Geraadpleegd van: <https://www.augeomagazine.nl/5238/trauma-s-laten-in-het-lichaam-diepe-sporen-na>.

- Huber, M., Van Vliet, M., & Boers, I. (2016). Heroverweeg uw opvatting van het begrip 'gezondheid'. *Nederlands Tijdschrift Geneeskunde*, 160:A7720.
- Kouters, V. (2018, 16 mei). 'Zes tienermeisjes uit de jeugdpsychiatrie vertellen in the Well over hun leefwereld'. *De Volkskrant*. Geraadpleegd van: https://www.volkskrant.nl/cultuur-media/zes-tiennermeisjes-uit-de-jeugdpsychiatrie-vertellen-in-the-well-over-hun-leefwereld-b5cfff2b2/?utm_campaign=shared%20content&utm_medium=social&utm_source=facebook&utm_content=free.
- Leamy, M., Bird, V., Le Boutillier, C., Williams, J., & Slade, M. (2011). Conceptual framework for personal recovery in mental health: systematic review and narrative synthesis. *British Journal of Psychiatry*, 199(6), 445-452. doi: 10.1192/bjp.bp.110.083733.

SWP

Bestel online op www.swpbook.com



WWW.SWPBOOK.COM/2209

Samen de eetstoornis aanpakken

Bewezen effectieve vaardigheden om je kind of partner te ondersteunen

Janet Treasure, Gráinee Smith, Anna Crane

ISBN 978 90 8850 977 3 | 264 PAGINA'S | € 29,95

Wat te doen als je kind of naaste een eetstoornis heeft? Dit boek vergroot kennis en inzicht en biedt vaardigheden die nodig zijn om je kind thuis te ondersteunen. Het boek geeft zowel praktische handvatten als strategieën om met stressvolle situaties om te gaan. Zo kun je je kind of naaste beter begrijpen en effectief ondersteunen. De effectief bewezen Maudsley methode, familie-therapie wordt beschreven.



Uitgaven van SWP zijn verkrijgbaar in de (online) boekhandel