

# Deelonderzoek 1 Yes We Can Clinics

Herstelervaringen van voormalige cliënten van Yes We Can Clinics



Thomas Martinelli, Pamela Lucas, Gert-Jan Meerkerk, Cas Barendregt,  
Gera Nagelhout

November 2019

## Inhoudsopgave

<b>1</b>	<b>Inleiding</b> .....	<b>3</b>
1.1	Kwalitatief deelonderzoek 1 .....	3
<b>2</b>	<b>Methoden</b> .....	<b>4</b>
2.1	Interviews .....	4
2.2	Werving en selectie .....	4
2.3	Analyse .....	5
<b>3</b>	<b>Resultaten</b> .....	<b>6</b>
3.1	Wie komt er bij Yes We Can Clinics terecht? En hoe? .....	6
3.2	De behandeling .....	6
3.3	Leven na Yes We Can Clinics .....	8
3.4	Perspectief van de ouders .....	9
3.5	Beperkingen van het onderzoek .....	9
<b>4</b>	<b>Conclusie</b> .....	<b>11</b>
<b>5</b>	<b>Bijlagen</b> .....	<b>12</b>
5.1	Bijlage 1 Topicijst interviews .....	12
5.2	Bijlage 2: Herstelverhalen fellows .....	14
5.2.1	Herstelverhaal Tom .....	14
5.2.2	Herstelverhaal Lisa .....	17
5.2.3	Herstelverhaal Igor .....	20
5.2.4	Herstelverhaal Rico .....	23
5.2.5	Herstelverhaal Jeanne .....	26
5.2.6	Herstelverhaal Gino .....	30
5.2.7	Herstelverhaal Britt .....	33
5.2.8	Herstelverhaal Mervin .....	36
5.2.9	Herstelverhaal Dewi .....	39
5.2.10	Herstelverhaal Rosalie .....	43
5.2.11	Herstelverhaal Kim .....	46
5.2.12	Herstelverhaal Laura .....	50
5.2.13	Herstelverhaal Maxwell .....	54
5.2.14	Herstelverhaal Ellen .....	57
5.2.15	Herstelverhaal Natasja .....	60
5.2.16	Herstelverhaal Simon .....	63
5.2.17	Herstelverhaal Roy .....	66
5.2.18	Herstelverhaal Celine .....	69
5.2.19	Herstelverhaal Meike .....	72
5.3	Bijlage 3: Herstelverhalen Ouders .....	75
5.3.1	Herstelverhaal Noah .....	75
5.3.2	Herstelverhaal Jasper .....	78
5.3.3	Herstelverhaal Sandra .....	81
5.3.4	Herstelverhaal Maaïke en Vincent .....	84
5.3.5	Herstelverhaal Nora en Paul .....	87
5.3.6	Herstelverhaal Suzan .....	91
5.3.7	Herstelverhaal Loes .....	94

# 1 Inleiding

## 1.1 Kwalitatief deelonderzoek 1

In dit deelrapport presenteren we de resultaten van het kwalitatieve onderzoek naar de behandel- en herstelervaringen van voormalige cliënten ('fellows'<sup>1</sup>) en ouders van voormalige cliënten van Yes We Can Clinics (YWCC). In de eerste helft van 2019 voerden onderzoekers van onderzoeksinstituut IVO negentien interviews met voormalige fellows en zeven interviews met ouders van voormalige fellows uit. Het doel van dit deelonderzoek was het verzamelen en analyseren van herstelverhalen om inzicht te krijgen in de herstelervaringen van cliënten van YWCC vanuit het perspectief van de fellow. Verder biedt deze analyse inzicht in de rol die YWCC daarin gespeeld heeft of nog steeds speelt, wat de behandeling van YWCC kenmerkt en welke elementen van herstel het meest worden aangesproken. Er is gekozen om de ervaringen van de fellows te onderzoeken vanuit het 'herstel-paradigma'; een steeds belangrijker wordende visie afkomstig uit de GGZ. Kort gezegd, wordt herstel binnen dit paradigma gezien als meer dan de afname of afwezigheid van symptomen van psychische problematiek of verslaving. De betreffende persoon en zijn of haar ervaringen staan centraal, in tegenstelling tot de traditionele GGZ waarbij de focus ligt op de diagnose en de interventie. Er wordt onderscheid gemaakt tussen vier dimensies van herstel<sup>2</sup>:

1. **Klinisch herstel:** betreft het op de remissie van symptomen en zo mogelijk op genezing gerichte werk van hulpverleners en behandelaren.
2. **Functioneel herstel:** betreft herstel van psychische functies die als gevolg van de aandoening zijn verminderd, aangetast, of niet goed ontwikkeld. Bijvoorbeeld zelfbeheersing, het kunnen maken van plannen, etc.
3. **Maatschappelijk herstel:** betreft de verbetering van de positie van het individu op het vlak van wonen, werk, inkomen en sociale relaties.
4. **Persoonlijk herstel:** betreft het zelf betekenis kunnen geven aan ontwrichtende gebeurtenissen en problematiek (zingeving) en het meer grip krijgen op het leven. Het gaat om de eigen wil tot herstel, het zelf doelen stellen en het op zoek gaan naar een positieve identiteit.

Deze vier dimensies zijn leidend geweest in de interviews met de fellows en ouders. Bovendien vormen deze dimensies een belangrijk deel van het analysekader van de herstelverhalen.

<sup>1</sup> Fellow is de benaming van de cliënten van YWCC. Het gaat hierbij om de jongeren (13-23 jaar) die voor een behandeltraject bij YWCC zijn opgenomen.

<sup>2</sup> Stel, J. C. van der. (2015). Functioneel herstel en zelfregulatie: opgaven voor cliënten én psychiaters. Tijdschrift voor Psychiatrie, 57(11), 815–822.

## 2 Methoden

### 2.1 Interviews

De herstelverhalen (zie Bijlage 2) van de YWCC-fellows en ouders zijn opgesteld op basis van semigestructureerde interviews. In de interviews was aandacht voor verschillende levensdomeinen van de fellows. De verschillende dimensies van herstel kwamen terug in de topic lijst (zie Bijlage 1) om de behandel- en herstelervaringen in het brede herstel-paradigma te kunnen plaatsen. Aan bod kwamen de situatie en achtergrond van de fellow voorafgaand aan de behandeling met aandacht voor de aard en ernst van de problematiek, de opgedane ervaringen tijdens de behandeling (wat is er geleerd), de zorgbehoefte voor en na de behandeling, hoe het leven van de fellow zich na de behandeling heeft ontwikkeld en welke rol de behandeling door YWCC daarin heeft gespeeld. Hierbij lag de focus niet alleen op de problematiek van de fellow, maar ook op de ontwikkeling van de verschillende dimensies van herstel na afloop van de behandeling. De interviews vonden minimaal één jaar na behandeling bij YWCC plaats.

De interviews zijn face-to-face afgenomen en opgenomen. Voor een aantal interviews (vier fellows en één ouder) zijn deelnemers uitgenodigd om naar YWCC in Hilvarenbeek te komen. De rest is op locatie afgenomen: bij deelnemers thuis of in een openbare horecagelegenheid waar de deelnemer zich op zijn of haar gemak voelde. Alle interviews zijn vervolgens uitgewerkt tot herstelverhalen. Indien de geïnterviewde dat had aangegeven, zijn de tot herstelverhalen uitgewerkte interviews ter autorisatie voorgelegd aan de betreffende fellow of ouder. De herstelverhalen zijn niet op feitelijke juistheid gecontroleerd. Het gaat bij de herstelverhalen om de beleving en het perspectief van de betreffende fellow of ouder. Deze kunnen gekleurd zijn door de psychiatrische problematiek van de fellow (zoals ontkenning van verslavingsproblemen).

### 2.2 Werving en selectie

Voor dit deel van het onderzoek kozen we voor een aselechte steekproef van fellows en ouders. Het doel was om ongeveer 20 fellows en 10 ouders te werven voor een interview. Uit het Elektronisch Patiëntendossier (EPD) van YWCC zijn patiënten geselecteerd die langer dan één jaar een volledig behandeltraject hebben doorlopen én die volledig contactgegevens hadden ingevuld. Dit leverde 1,600 patiënten op. Vervolgens zijn deze patiënten gestratificeerd op leeftijd (18+ of 18-), geslacht (jongen of meisje) en duur sinds de behandeling (1-2 jaar geleden of meer dan 2 jaar geleden). Hieruit is een willekeurige selectie gemaakt van 80 fellows die benaderd zijn om mee te doen aan het onderzoek. Uit hetzelfde bestand zijn ook 20 fellows geselecteerd van wie de ouders benaderd zijn. Voor het benaderen van de ouder(s) van een fellow moest de fellow zelf toestemming geven.

Deze selectie is door YWCC benaderd<sup>3</sup> om mee te doen aan het onderzoek. Door deze benaderingsmethode kan niet uitgesloten worden dat een selectie-effect is opgetreden, namelijk dat vooral fellows met een positieve ervaring zich hebben aangemeld voor het onderzoek. Om dit eventuele selectie-effect zoveel mogelijk tegen te gaan, is de uitnodigingsbrief ondertekend door onderzoeksinstituut IVO. Ook werd in de uitnodigingsbrief expliciet benoemd dat het om een onafhankelijk onderzoek ging en werd aangegeven dat zowel negatieve als positieve ervaringen aan bod konden komen. Fellows en ouders konden bovendien hun deelname kenbaar maken via een, door het IVO beheerd, webformulier. In dit formulier gaven fellows en ouders ook toestemming om benaderd te worden door onderzoeksinstituut IVO.

Omdat saturatie van data voor kwalitatief onderzoek van belang is, gingen we na 15 interviews na of dit al had plaatsgevonden op basis van de aselechte steekproef. Vervolgens

<sup>3</sup> In overeenstemming met de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG) kon onderzoeksinstituut IVO niet over persoonsgegevens beschikken van personen die hiervoor geen toestemming hadden gegeven. Om deze reden werd de oproep door YWCC zelf gedaan.

vond een doelgerichte selectie plaats om de sample aan te vullen met fellows die kenmerken hadden die nog niet in de sample terugkwamen.

### 2.3 Analyse

Voor de analyse zijn de herstelverhalen en interviewervaringen besproken in een focusgroep waaraan de interviewers (n=3) en de projectleider (n=1) van het IVO deelnamen. Daarnaast was een onderzoeker van het IVO aanwezig om te notuleren. De focusgroep sessie werd tevens opgenomen. Elke deelnemer had ten minste zes herstelverhalen gelezen ter voorbereiding: twee herstelverhalen van elke interviewer. Een vooraf opgesteld analyseplan, gebaseerd op de topiclijst van de interviews, had de volgende uitgangspunten:

- Reflectie van de interviewers: persoonlijke impressies bij thema's en interviews.
- De rol van verschillende partijen binnen YWCC (counselors, coaches, psychiaters, etc.).
- Situatie voor de behandeling: aard en ernst van de problematiek van de gesproken fellows.
- Toeleiding/verwijzing naar YWCC.
- Behandelervaringen: sfeer, omgang met andere fellows, omgang met zorgprofessionals, ontwikkelingen tijdens behandeling.
- Na de behandeling: nazorg en oppakken van leven.
- Huidige situatie: is het effect van de behandeling nog steeds merkbaar, zo ja, hoe?

Deze analyse leverde een narratief verslag op met beschrijvingen van hoe herstel betekenis krijgt in het leven van de voormalige fellows en welke rol de behandeling daarbij heeft gespeeld of speelt.

## 3 Resultaten

### 3.1 Wie komt er bij Yes We Can Clinics terecht? En hoe?

Er is geen eenduidig beeld van de 'typische fellow' bij YWCC. De kenmerken van de jongeren en de situaties waarin ze zich bevonden voor de opname lopen uiteen. Zowel de ernst als de aard van problematiek varieert sterk. Er is met fellows gesproken die problemen ervoeren op het vlak van criminaliteit, gedrag, suïcidaliteit, gezinssituatie, schoolprestaties, agressie, zelfbeschadiging, genderidentiteit, psychische aandoeningen en/of verslavingen. Ook de sociaaleconomische klasse en het cognitief niveau van de fellows varieert. Wel is duidelijk dat de fellows een moeilijke thuissituatie of ontwrichtende gebeurtenissen hebben meegemaakt in hun jeugd, waarbij met name mishandeling, misbruik en/of schadelijke relaties werden genoemd. Bij alle fellows was ten tijde van de behandeling door YWCC sprake van een psychiatrische diagnose.

Bij de meeste geïnterviewde fellows was duidelijk dat de behandeling een positief effect op ze heeft gehad. Ze vertelden graag over hun ervaringen bij YWCC die veel indruk maakte. Bijna iedereen wist bijvoorbeeld de exacte datum van opname te noemen; één jongen had deze zelfs op zijn arm getatoeëerd. De geïnterviewde fellows konden goed over hun ervaringen en gevoelens praten, zonder zich te schamen. Er waren echter ook enkele fellows die een negatieve ervaring bij YWCC hadden gehad.

Bij de fellows die zijn opgenomen met middelensverslavingen lijkt het goed herleidbaar waar deze problemen vandaan komen. Vaak was sprake van een reeks traumatische ervaringen en verstoorde relaties. Bij middelengebruik is dan geen sprake meer van experimenteren of nieuwsgierigheid, maar krijgt het de functie van verdoving, emotieregulatie of expressie van verzet. Dit zijn factoren die een hoog risico vormen bij het ontwikkelen van stoornissen in het gebruik van middelen<sup>4</sup>.

Een belangrijke voorwaarde voor toelating tot de behandeling is dat ouders of verzorgers bereid zijn mee te werken aan het programma. Dit vergt een hoge mate van betrokkenheid van de ouders of verzorgers. Het grootste deel van de ouders of verzorgers doet mee aan het reguliere programma, bestaande uit vijf bijeenkomsten. YWCC biedt ook individuele trajecten aan aan ouders voor wie deelname aan het reguliere programma niet mogelijk is, bijvoorbeeld door een moeilijke thuissituatie (scheiding), psychische problematiek of verslavingen.

De fellows komen via verschillende wegen bij YWCC terecht. Een verwijzing door een huisarts is noodzakelijk maar ook andere zorgprofessionals zoals een ambulante (GGZ) behandelaar of reclasseringsambtenaar kunnen de fellow of ouder(s) op het spoor van YWCC hebben gezet. Er zijn ook fellows die de opname zelf voorstellen en initiëren. Leeftijd- of klasgenoten hebben bijvoorbeeld goede ervaringen met YWCC gedeeld waardoor de fellow gemotiveerd is geraakt om ook in behandeling te gaan. Daarnaast zijn er kinderen die door hun ouders voor het blok werden gezet: 'Je gaat in behandeling of het huis uit.' Daarbij is er duidelijk verschil tussen de jongeren die vrijwillig mee willen doen aan het programma en jongeren die eigenlijk niet mee willen doen. Deze laatsten verzetten zich vaak (vooral in het begin) meer tegen de behandeling of proberen soms zelfs uit de kliniek weg te lopen.

### 3.2 De behandeling

#### *Binnenkomst*

De fellows zijn overwegend positief als ze spreken over hun ervaringen bij YWCC. Als eerste lijkt de intake zich positief te onderscheiden van andere hulpverlening. Deze vindt

<sup>4</sup> Zinberg, N. (1984). Drug, Set, and Setting The Basis for Controlled Intoxicant Use. New Haven: Yale University Press.

plaats met een casemanager en tijdens het gesprek maakt de casemanager contact en verbinding met de jongere. De casemanager is een ervaringsdeskundige die ook zijn of haar eigen levensverhaal deelt met de jongere. Een aantal jongeren beschrijft hoe ze bij de intake hierdoor vrijwel meteen het gevoel kregen dat er naar hen geluisterd werd. Op een manier die ze blijkbaar niet eerder hadden ervaren. Hoewel sommige ouders het meer beschrijven als een “verkooppraatje”, hebben ze wel het idee dat de casemanager verstand van zaken heeft.

De eerste dagen worden door verschillende fellows als ‘raar’ ervaren. Het doet enkele fellows in eerste instantie zelfs denken aan een sekte. Het contrast tussen het ‘blowen op straat’ en de open, eerlijke positieve wereld bij YWCC is groot. Er wordt op een andere manier gepraat en er worden bijvoorbeeld handgebaren gebruikt. Een aantal fellows is overweldigd en heeft moeite met de drukte in de kliniek: “Je komt ineens tussen 60 andere kinderen te staan en moet jezelf beschermen” (21-jarige ex-fellow). De intensiteit van de behandeling is hoog. De hele dag is volgepakt met activiteiten en behandelingen en de fellows zijn volledig afgesloten van de buitenwereld (geen eigen telefoons of computers). Alles is gericht op herstel en verandering; er is veel structuur, er zijn groepssessies en er is de ondersteunende rol van medecliënten (fellows) en stafleden, een belangrijk onderdeel van de behandeling.

#### *Herkenning*

In de kliniek krijgen de jongeren te maken met counselors, coaches, behandelaren en andere fellows. De fellows ervaren verschil tussen de hulpverlening die ze eerder hadden en de hulpverlening bij YWCC. Met name het aspect van ervaringsdeskundigheid bij YWCC lijkt hierin een belangrijke rol te spelen. De fellows ervoeren herkenning, voelden zich op hun gemak en hadden het idee dat de mensen met ervaring ‘recht door ze heen konden kijken’. De counselors zijn geschoolde ervaringsdeskundigen en leiden de groepssessies. Ze worden gekenmerkt door hun directe en confronterende aanpak en worden beschreven als mensen ‘die je niet voor de gek kan houden’.

#### *Confrontatie*

Alle fellows krijgen op een gegeven moment een confrontatie (of meerdere). Dit wordt ingezet om iemands breekpunt van weerstand te bereiken. Dit kan een heftige ervaring zijn; één van de geïnterviewde fellows geeft zelfs aan dit als traumatisch te hebben ervaren en een andere fellow is na de confrontatie weggelopen uit de kliniek. De meeste fellows vinden echter dat de confrontatie noodzakelijk was. Fellows geven zelf aan dat ze veel aan de confrontaties hadden en dat de autoriteit die YWCC neemt, geholpen heeft om ze uit te dagen en op te komen voor zichzelf. Er wordt een veilige omgeving gecreëerd waarin zoiets kan plaatsvinden.

Over de behandeling worden met name twee aspecten uitgelicht door de jongeren. Aan de ene kant is het een warme sfeer, waarin je mag zijn wie je bent en waar veel geduld is. Aan de andere kant zijn er de hevige confrontaties die als naar, maar ook als noodzakelijk, ervaren worden. Daarnaast wordt het aangemoedigd om open en eerlijk te zijn en anderen aan te spreken op hun gedrag.

#### *Effect van de behandeling*

Uit de meeste ervaringen van fellows komt naar voren dat YWCC een positief effect heeft op de houding en motivatie om te herstellen. Fellows geven aan dat de manier waarop ze, vóór hun opname, met hun kwetsbaarheid omgingen niet werkte of moeilijkheden opleverde (bv. probleemgedrag, middelengebruik etc.). De fellows leren bij YWCC om hun problemen aan te pakken en om hulp te vragen. De grootste impact lijkt van de eerste drie ‘acties’<sup>5</sup> van het programma te komen: (1) erkenning van probleem en hulpbehoefte, (2) geloof in verandering en (3) hulp vragen en accepteren.

<sup>5</sup> Het programma van YWCC bevat 10 acties, gebaseerd op de 12 stappen van Anonieme Alcoholisten: Bill W. (1939) ‘The Big Book’.

Vanuit het herstel-paradigma kunnen we dit interpreteren als *persoonlijk herstel*. Persoonlijk herstel draait om het kunnen formuleren van persoonlijke doelen en waarden, het zoeken naar een positief ervaren identiteit, het zelf kunnen creëren van hoop op verandering en de motivatie ontwikkelen om daar moeite voor te doen<sup>6</sup>. Hoewel persoonlijk herstel iets is wat, zoals de naam suggereert, de persoon zelf moet doen, lijkt YWCC erin te slagen om dit te ondersteunen. Hiermee onderscheidt YWCC zich van veel andere zorginstellingen die zich, traditioneel gezien, meer op klinisch herstel richten. Overigens gaat deelonderzoek 3, de analyse van de ROM-data, in op het klinisch herstel van de jongeren die in behandeling zijn bij YWCC.

Veel fellows nemen ook de taal over die bij YWCC gebruikt wordt. Hiermee doelen we onder andere op de *oneliners* en inspirerende quotes die bijvoorbeeld op posters aan de muren hangen. Ook het groepsaspect is prominent aanwezig. Er is verbinding met en aandacht voor elkaar. Doordat er veel gepraat wordt, leren fellows te verwoorden waar ze mee zitten. Deze taal blijkt een goed hulpmiddel om te praten over gedrag, wat 'goed leven' is en hoe je kwetsbaarheden kunt herkennen bij jezelf en anderen.

### 3.3 Leven na Yes We Can Clinics

#### *Terug naar de buitenwereld*

De meeste fellows ervaren een groot verschil tussen de wereld binnen YWCC en de buitenwereld. Binnen kan overal over gepraat worden, is er aandacht en (h)erkenning en wordt er geluisterd. Een aantal fellows geeft aan dat ze de overgang naar de buitenwereld lastig vonden en dat ze de omstandigheden van de kliniek misten in de periode na de opname. De fellows moesten wennen aan de overgang naar het leven buiten de kliniek en een aantal fellows had een terugval in de periode na de opname bij YWCC.

Om terugval te voorkomen biedt YWCC nazorg aan. Deze nazorg bestaat uit wekelijkse (2 dagen per week) groepsbijeenkomsten, waar een fellow na de opname 10 weken gebruik van kan maken. Een aantal fellows gaf aan dat de nazorg een beetje hielp met de extreme overgang van de kliniek naar de buitenwereld. De twee nazorglocaties (Heeze en Abcoude) zijn echter niet voor iedereen goed bereikbaar en een aantal fellows gaf aan vanwege problemen met de bereikbaarheid geen gebruik gemaakt te hebben van de nazorg. Er zijn ook fellows die om deze reden na YWCC contact met elkaar houden. Uit de gesprekken met fellows werd duidelijk dat de 10 weken binnen YWCC meer indruk hebben gemaakt dan de nazorg. De onderzoekers merkten dat er minder enthousiasme was om te praten over de nazorg.

#### *Hulpverlening na YWCC*

Sommige fellows beschreven hun ervaring bij YWCC als levens veranderend, terwijl het voor anderen meer een eerste opstap naar herstel was. Enkele fellows hebben de opname ervaren als 'een stap terug' omdat er allerlei problemen en emoties werden opgerakeld. In het kader van herstel kan dit enerzijds worden gezien als onderdeel van het erkennen van het probleem en de hulpbehoefte. Anderzijds, kan de vraag gesteld worden of deze aanpak de juiste keuze was voor de betreffende jongeren, omdat de behandeling uiteindelijk als negatief ervaren werd.

De meeste van de geïnterviewde fellows had nog een hulpvraag na YWCC. De fellows worden door YWCC aangemoedigd om na hun behandeling actief aan de slag te gaan met 'zelfhulp'. Dit in de vorm van onder andere het nazorgprogramma, regelmatig naar meetings, in contact blijven met andere fellows en om hulp vragen wanneer dit nodig is, etc. Het lijkt er ook op dat fellows na hun behandeling bij YWCC meer open staan voor dergelijke hulp. Hier komt wederom het effect van het persoonlijk herstel naar voren: er is een wil om te herstellen en motivatie om er moeite voor te doen.

<sup>6</sup> Stel, J. C. van der. (2015). Functioneel herstel en zelfregulatie: opgaven voor cliënten én psychiaters. Tijdschrift voor Psychiatrie, 57(11), 815–822.



### *Herstel perspectief*

Het is lastig om te bepalen of er verschil is tussen fellows die korter of langer geleden bij YWCC zijn opgenomen. Veel fellows van YWCC zijn relatief kort in herstel (maximaal 5 jaar). Als we bijvoorbeeld kijken naar herstel bij volwassenen met een middelenverslaving, dan wordt meestal na drie tot vijf jaar in herstel een fase van stabiel herstel bereikt<sup>7</sup>. We moeten er ook rekening mee houden dat het bij YWCC om jongeren gaat. Er kan nog veel veranderen in het leven van een jongere wat positief of negatief kan bijdragen aan herstel. Als een fellow bijvoorbeeld terugkomt bij zijn of haar ouders in hun oude omgeving, dan zijn deze relaties en hoe ze omgaan met die omgeving van cruciaal belang. De verschillen zijn verder afhankelijk van de leeftijd van de fellow en de ernst van de aandoening.

### **3.4 Perspectief van de ouders**

Wanneer een jongere bij YWCC wordt opgenomen, krijgen ook de ouders of verzorgers een begeleidingsprogramma van YWCC. De geïnterviewde ouders gaven aan dat het doel hiervan is dat de ouders leren om de jongeren los te laten en om hun kind (weer) te vertrouwen. Ook krijgen ze mee om duidelijke grenzen te stellen. Een ouder noemt bijvoorbeeld dat ze geadviseerd werd om, in geval van een terugval, haar kind de deur te wijzen. Ouders geven aan dat het lastig is om de kinderen weer te vertrouwen na de opname, met name als het gaat om middelengebruik.

Over het algemeen lijken de meeste ouders tevreden over YWCC. Ze merken dat het beter gaat met hun kind na de opname. Ze hebben meer inzicht in het eigen gedrag en dat van hun kind en vaak kunnen kinderen en ouders beter met elkaar praten. Daarnaast vinden ouders het meestal zinvol om met andere ouders met soortgelijke ervaringen uit te kunnen wisselen. Eén ouder is wat sceptisch tegenover het soms overdreven of “Amerikaanse gedoe” van YWCC, maar is over het geheel toch tevreden over het werk van de kliniek.

De meeste ouders zijn positief over het resultaat van de behandeling bij YWCC. Een klein aantal is minder positief. Dit hangt samen met de verwachtingen die zij ervan hadden. De jongere is bijvoorbeeld wel van de drugs af of gebruikt minder, maar de gedragsstoornis is nog aanwezig. Enkele ouders geven aan dat YWCC niet goed naar hen heeft geluisterd en een inschattingsfout heeft gemaakt over hun kind. YWCC heeft hen bijvoorbeeld geadviseerd om de jongere weer thuis te laten wonen, terwijl de ouders zagen aankomen dat het dan weer mis zou gaan. Tevens werd door enkele ouders aangegeven dat de behandeling te kort zou zijn voor hun kind.

### **3.5 Beperkingen van het onderzoek**

In verband met de wetgeving rondom persoonsgegevens (AVG) was het niet mogelijk om voormalige cliënten van YWCC direct te benaderen vanuit onderzoeksinstituut IVO. Het is mogelijk dat het benaderen van deelnemers voor dit onderzoek vanuit YWCC een *respons bias* heeft opgeleverd. Dat wil zeggen dat het mogelijk is dat fellows die positief tegenover hun behandeling bij YWCC staan, eerder geneigd waren om deel te nemen aan de studie, dan fellows die geen positieve ervaring hadden. Dit hebben we proberen te ondervangen door deelnemers de mogelijkheid te geven zich via een onafhankelijk webformulier (beheerd door onderzoeksinstituut IVO) op te geven voor de studie. Ook de uitnodiging werd ondertekend door onderzoeksinstituut IVO.

Daarnaast is het mogelijk dat de groep deelnemers aan deze deelstudie niet representatief is voor de gehele YWCC-populatie. Dit is echter, gezien de kwalitatieve aard van het onderzoek, niet noodzakelijk. Het doel van dit onderzoek draait om het verwerven van inzichten over de ervaringen van behandeling bij YWCC vanuit het perspectief van de cliënt.

<sup>7</sup> Dennis, M., Foss, M., Scott, C. (2007) An Eight-Year Perspective on the Relationship Between the Duration of Abstinence and Other Aspects of Recovery. *Evaluation Review* 31(6):585-612.

De focusgroepanalyse betreft geen systematisch wetenschappelijke analysemethode. Dit betekent dat subjectieve en contextuele factoren mogelijk invloed hebben gehad op de resultaten. Er is met name besproken wat de onderzoekers is opgevallen in de interviews. Een inductieve data-gedreven analyse van de herstelverhalen zou een verdere onderbouwing van de conclusies in dit rapport kunnen aanvullen.

Ten slotte is het perspectief van de ouders in deze deelstudie beperkt vertegenwoordigd. Hiervoor is bewust gekozen omdat het perspectief van de cliënt het uitgangspunt was van deze deelstudie. Er is een beperkt aantal ouders gesproken, waardoor we niet zeker weten of dit voldoende informatie geeft over hun perspectief. Dit deel van deze studie dient dan ook meer om de inzichten vanuit het cliëntperspectief te ondersteunen.

## 4 Conclusie

De focusgroepanalyse van de herstelverhalen van voormalige fellows van YWCC laat zien dat een gevarieerde groep jongeren met verschillende problematiek in de kliniek terecht kan. Uit de verhalen komt duidelijk naar voren dat, al bij de intake, YWCC zich onderscheidt van hulpverlening die de jongeren tot dan toe hebben gehad. Door de sterke aanwezigheid van ervaringsdeskundigen (counselors) is er direct herkenning en erkenning bij de jongeren. Dit gevoel zet zich voort tijdens het behandelprogramma.

YWCC wordt beschreven als een afgesloten gemeenschap, iets wat lijkt op een *community of change* of Therapeutische Gemeenschap. Het contrast met het leven dat de jongeren gewend zijn is groot bij binnenkomst en sommige fellows hebben moeite met de grootte van de groep. Er worden met name twee aspecten uitgelicht in de herstelverhalen: a) een warme sfeer, waarin je mag zijn wie je bent en b) de hevige confrontaties die als naar, maar ook als noodzakelijk, ervaren worden. De 'confrontatie' of het breekpunt wordt door fellows als 'niet leuk' ervaren, maar de meesten begrijpen wel waarom YWCC dit doet. Door enkele fellows werd dit als traumatisch ervaren, hiermee neemt YWCC dus een risico. Dat YWCC dit risico neemt getuigt aan de ene kant van een onderscheidende aanpak, en aan de andere kant van overtuiging en commitment. YWCC is overtuigd dat de jongeren dit nodig hebben en wil doen wat zij nodig achten.

Wanneer we naar de herstelverhalen vanuit het herstel-paradigma kijken, komt vooral *persoonlijk herstel* naar voren. Dit wordt ook wel beschreven als de motor van de andere dimensies van herstel<sup>8</sup>. Een groot deel van de jongeren ervaart nog steeds in enige mate problemen wanneer ze uit YWCC komen op psychisch, sociaal of maatschappelijk vlak. De opname lijkt echter wel een positieve invloed gehad te hebben. Zo zijn ze bijvoorbeeld bereidwilliger om verdere hulp te zoeken en te accepteren.

YWCC lijkt erin te slagen om herstelondersteunende zorg te bieden voor jongeren. Op basis van de herstelverhalen van fellows, is dit met name gericht op persoonlijk herstel. Het lukt niet altijd om volledig van een aandoening of toestand te *genezen*. Bij persoonlijk herstel erken en accepteer je die kwetsbaarheid en leer je hiermee om te gaan.

De ervaringen die bij YWCC worden opgedaan door de fellows dragen bij aan het verwerven van herstel-kapitaal<sup>9</sup>: een verzameling persoonlijke en sociale middelen waar personen toegang tot hebben om een aandoening of verslaving te overwinnen of weerstand te bieden. Dit is iets wat vaak cumulatief wordt opgebouwd<sup>10</sup> in een herstelproces en waar verschillende vormen van hulpverlening en ondersteuning aan bij kunnen dragen. Op basis van de herstelverhalen kunnen we concluderen dat YWCC hieraan bijdraagt. Ouders van fellows zijn over het algemeen tevreden, al moeten hun verwachtingen over het effect van de behandeling soms wat realistischer bijgesteld worden. Niet alle problemen zullen na de behandeling opgelost zijn, maar er zal wel een belangrijke stap in de richting van herstel kunnen worden gezet.

<sup>8</sup> Stel, J. C. van der. (2015). Functioneel herstel en zelfregulatie: opgaven voor cliënten én psychiaters. Tijdschrift voor Psychiatrie, 57(11), 815–822.

<sup>9</sup> Cloud, W. & Granfield, R. (2008). Conceptualizing recovery capital: expansion of a theoretical construct. Substance Use & Misuse;43(12-13):1971-86.

<sup>10</sup> Hser Y.I., Anglin M.D., Grella C., Longshore D., Prendergast M.L. (1997). Drug treatment careers. A conceptual framework and existing research findings. J Subst Abuse Treat. 1997 Nov-Dec;14(6):543-58.

## 5 Bijlagen

### 5.1 Bijlage 1 Topiclijst interviews

Topiclijst	
Opwarmvragen	
1. (periode vooraf)	<p><b>Kun je vertellen hoe het met je ging voordat je in behandeling was bij Yes We Can Clinics?</b></p> <p><i>Indien fellow het niet zelf benoemt, vraag naar:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• aard en ernst <b>problematiek</b></li> <li>• <b>gezinsituatie; relatie tussen gezinsleden</b></li> <li>• <b>school</b> (Ging je naar school? Hoe ging dat? Andere tijdsbesteding?)</li> <li>• <b>hulpverleners</b> gehad? <i>Zo ja</i>, iets eraan gehad/ wat? <i>Zo nee</i>, had je behoefte aan hulp?</li> </ul>
2. (naar YWCC)	<p><b>Hoe ben je bij Yes We Can Clinics terecht gekomen?</b></p> <p><i>Indien fellow het niet zelf benoemt, vraag:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wiens voorstel was het om naar YWCC te gaan? Wie deed aanmelding?</li> <li>• Hoe vond jij het om naar YWCC te gaan?</li> <li>• Wat was de aanleiding?</li> <li>• Waarom gekozen voor YWCC (en niet andere hulp)?</li> </ul>
3. (behandeling)	<p><b>A. Welke onderdelen van het behandeltraject hebben jij en je ouder(s)/verzorger(s) gedaan? (laat open, geen vb. noemen)</b> <b>Hebben jullie ook de nazorg gedaan?</b></p> <p><b>B. Kun je vertellen hoe je de behandeling bij Yes We Can Clinics hebt ervaren?</b></p> <p><i>Indien fellow het niet zelf benoemt, vraag:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wat in de behandeling waren voor jou <b>positieve/goede ervaringen</b>?</li> <li>• Wat in de behandeling waren voor jou <b>negatieve/slechte ervaringen</b>?</li> <li>• <b>Heb je iets aan de behandeling gehad?</b> <i>Zo ja</i>: Kun je vertellen wat? Door <b>wie/wat</b> in de behandeling komt dat?</li> <li>• <i>Zo ja bij vorige vraag</i>: Aan wat (of wie) in de behandeling heb je het <b>meest</b> gehad? (<i>laat open, noem geen vb.</i>)</li> </ul>
4. (na de behandeling)	<p><b>We willen graag weten hoe het met je is gegaan na de behandeling. Kun je daar iets over vertellen?</b></p> <p><i>Indien fellow het niet zelf benoemt, vraag:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoe ging het net na de behandeling met je en daarna?</li> <li>• Kreeg/krijg je nog <b>hulp</b>? <i>Zo ja</i>, wat voor hulp? Hoe is deze hulp? <i>Zo nee</i>, had je behoefte aan hulp? Hoe was dat net na de behandeling en daarna?</li> <li>• Denk je dat de behandeling <b>invloed</b> op je heeft gehad? (of: nog invloed heeft in je leven?) <i>Zo ja</i>: Op welke manier? <i>Zo nee</i>: <i>vraag toelichting</i></li> </ul>
Eventuele aanvullende vragen Eindverslag	<p><b><u>Alleen vragen indien géén toestemming inzage eindverslag</u></b> <b><u>Check of deze vragen niet al aan bod zijn geweest!</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wat was de aanmeldreden/problematiek? Wat was de diagnose? (<i>eerste is breder, is indicatie van YWCC</i>)</li> <li>• Welke onderdelen van behandeltraject en nazorg zijn gevolgd? (<i>Vul zo nodig aan</i>: klinische opname; ouderprogramma; nazorg fellow; nazorg</li> </ul>

	<p>ouders; deelname meetings; individueel contact met nazorg; terugkomdag bij nazorg; contact met andere fellows/ouders nadien)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Is vervolghulp geadviseerd? <i>Zo ja, welke?</i></li> </ul>
5. (maatschappelijk en persoonlijk herstel)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Als je een cijfer tussen 1 en 10 zou moeten geven voor je leven op dit moment, welk cijfer geef je dan? Waarom dat cijfer?</li> <li>• Hoe is je <b>woonsituatie</b>? Wat vind je daarvan?</li> <li>• Ga je naar <b>school/werk</b>? Hoe gaat dat?</li> <li>• Hoe is de <b>relatie met gezinsleden</b>?</li> <li>• Wat vind je van je <b>vriendenkring</b>?</li> <li>• De <b>eerdergenoemde problemen</b> (<i>herhaal wat hij/zij heeft genoemd bij vraag 1</i>): Hoe gaat dat nu? Kijk je er nu anders tegenaan? <i>Zo ja: hoe?</i></li> <li>• Hoe zie je de <b>toekomst</b>?</li> <li>• Wat wil je graag bereiken? Denk je dat dat gaat lukken?</li> </ul>
Afsluiting interview	<p>Zijn er nog dingen die niet aan bod zijn gekomen in het gesprek maar die je wel belangrijk vindt om nog te noemen? Wat vond je van het interview?</p>
Uitleg vervolg	<p>Van het interview wordt een verslag gemaakt. Als je wilt, kan je dit inzien en eventueel op- en aanmerkingen doorgeven. Wil je dat?</p>

## 5.2 Bijlage 2: Herstelverhalen fellows

### 5.2.1 Herstelverhaal Tom

**Tom: “Voor mij was de behandeling bij Yes We Can Clinics een life changing experience.”**

Tom meldde zich twee jaar geleden, op zijn zeventiende, aan bij YWCC. Hij was al jaren depressief, suïcidaal en verslaafd aan drugs. De behandeling betekende een ommekeer in zijn leven.

*“Ik maakte alles om me heen kapot”*

Toms moeder overleed aan kanker toen hij zes jaar was. Daarvoor liep hij met haar in de rolstoel omdat zij niet goed meer kon lopen. “Dan voel je je anders”, zegt Tom. “Mensen zagen me als zielig jongetje.” Tom kreeg een stiefmoeder, met twee jongere kinderen. “Een schat van een vrouw, maar ik haatte haar.” Tom was het oogappeltje van zijn moeder geweest, maar voelde zich nu het zwarte schaap van het gezin. Het rouwproces om zijn moeder, nog maar net begonnen, werd onderbroken. Daarna kwamen de vluchtgevoelens, aldus Tom. “Ik was altijd op de vlucht voor mijn emoties.” Rond zijn tiende werd Tom depressief. Hij werd gepest op school. Hij ging stelen. “Om de kick buiten mezelf te zoeken.” Tom begon met blowen. “Bij mijn eerste blowtje was ik al verkocht. Ik dacht, dit is het. Dit gaat mij fixen, dit gaat mij het gevoel geven dat ik ergens bij hoor.” Enkele jaren later blowde Tom dagelijks. Hij ging diverse andere drugs, ook harddrugs, gebruiken, zoals XTC en tripmiddelen. Bij het uitgaan begon hij te experimenteren met pep en coke en dronk hij “absurd veel” alcohol.

Nadat een relatie met een meisje uitging, begon Tom met zelfbeschadiging. “Ik had er helemaal geen zin meer in. Ik wilde gewoon bij mijn moeder zijn, ontsnappen uit de realiteit.” Hij maakte graag dingen kapot, zodat hij resultaat van zijn boosheid zag. Zijn stoornis met autistische trekken maakt emoties lastig voor hem. “Verdriet is moeilijk voor mij en boosheid, pijn en agressie zijn gemakkelijk.” Tom deed ondertussen vmbo, wat onder zijn niveau was. “School was gewoon chillen voor mij.” De examens haalde hij met behulp van de Ritalin die hij stal van zijn broer met ADHD. Elke dag, voor en na school, ging Tom naar zijn neef toe, zijn “gebruikersmaat nummer één.”

De andere gezinsleden waren bang voor Tom. “Ik kon vet onverwachts uit de bocht komen.” Hij was meestal stoned of dronken, reageerde soms niet en dan weer agressief. Niet met fysiek geweld, want dan was hij meteen het huis uitgegooid. Bij het uitgaan vocht hij wel. “Dan ben je dronken, doorgesnoven. Zaterdagavond gebruikte ik altijd vier middelen door elkaar. Die combinatie gaf me een gevoel alsof ik God was.” Een keer sloeg hij een oudere jongen met drie klappen op de grond. Hij was verbaasd over zijn agressie. “Dat doet coke met je, en speed, XTC en heel veel alcohol.”

Het ging steeds slechter met Tom. “Ik werd grenzeloos. Ik maakte alles om me heen kapot. Drugs, stelen, vechten, criminaliteit, het maakte allemaal niet uit.” Zijn ouders trokken op een gegeven moment hun handen van hem af. Ze wisten niet meer wat ze met hem aan moesten. De voldoening die Tom haalde uit tegengas geven, viel weg. “Ik was totaal afgesneden van de wereld. Suïcidaal, depressief, (ik had) stemmen in mijn hoofd, waanbeelden, was paranoïde. Ik hoopte niet meer wakker te worden. Ik zag er niet meer uit, had zwaar ondergewicht.”

Tom kreeg diverse hulpverlening, zoals psychologen en trainingen. Het hielp hem niet, omdat hij het voor anderen deed, zoals zijn vader, niet voor zichzelf. “Dat iedereen om me heen me zat te pushen, misschien moet je een keer dit of dat proberen. Dan dacht ik, prima, doe ik wel even een maandje, dan ben ik weer van het gezeik af.” De beslissing voor Yes We Can heeft hij zelf gemaakt. “Ik had hulp nodig. Ik was voor 99 procent dood. En die ene procent heeft de overhand gekregen gelukkig.”

*“Ik had me nog nooit zo begrepen gevoeld”*

Tom beseft dat er iets moest veranderen. “Ik zat op een dood punt. Ik zag anderen stappen maken en dacht, *fuck*, ik wil ook vooruitkomen met mijn leven en succes hebben. Ik dacht, waar ben ik mee bezig?” Hij vertelde zijn stiefmoeder en vader dat hij naar een kliniek wilde. Tom belde met een instelling waarvoor je achttien bleek te moeten zijn. De persoon aan de telefoon stelde YWCC aan hem voor.

YWCC belde hem met de vraag of hij een week eerder wilde komen, er was een plek vrijgekomen. Tom: “Ik zei nee, want ik was net jarig geweest en ik wilde het geld wat ik had gehad helemaal opgebruiken.” De eerste dag in de kliniek voelde hij zich meteen welkom, iedereen vond het fijn dat hij er was. “Ik was welkom. Ik dacht, *huh?* Normaal liepen mensen met een boog om me heen. Dat was compleet nieuw voor mij. Die eerste avond brak ik al. Ik heb me nooit zo begrepen gevoeld als toen. Ik kwam in gesprek met een jongen (fellow) en die zei precies wat ik voelde.”

De afkickverschijnselen die Tom de eerste anderhalve week ervaarde, waren intens. “Toen kwam ik erachter wat voor troep ik eigenlijk nam. Zweten, beven, stemmen (horen), koud, warm, ziek gevoel, slapeloze nachten, hyperventilerend wakker worden van een nachtmerrie. Maar ik heb niet opgegeven.” De afkickverschijnselen weerhouden hem nu om weer te gaan gebruiken.

Voor Tom was de behandeling bij YWCC “een *life changing experience*. Omdat ik er volledig voor ben gegaan. Anders had ik hier nu niet gezeten, dan was ik nu dood, lag ik in de goot, (of zat ik in een) crisisopvang, gevangenis of psychiatrische gesloten inrichting.” Bij YWCC voelde hij dat ze hem zouden helpen, als hij zich maar aan de regels zou houden.

Tom heeft “hele mooie dingen” gezien in de kliniek. “Dat mensen bij hun gevoel kwamen, dat ik zelf bij mijn gevoel kwam. Dat ik tegen mijn ouders dingen heb kunnen zeggen, op de Verbindingsdag, die ik anders nooit had kunnen zeggen.” Hij merkte dat zijn ouders en anderen aan zijn kant stonden, terwijl hij geld had gestolen van hen. “Ik wist toen dat mensen het beste met me voor hebben, maar ik moet er wel wat voor doen. Dat was voor mij het begin van het leven buiten de kliniek voor mij. Vanaf die dag kon ik gaan bouwen. Het was erop of eronder, en ik ben erop gegaan.”

Alles bij YWCC vond hij goed, het dagprogramma, de samenstelling van de groepen, het eten. “Het is een geoliede machine. Het personeel, nooit iemand die zijn dag niet had of chagrijnig was. De schoonmakers, het keukenpersoneel, de coaches, iedereen was vrolijk. De counselors niet altijd, als jij domme dingen had gedaan, dan kreeg je het terug. Streng maar altijd rechtvaardig. Alles was top. Je moet wel inzet tonen. Het programma volgen naar je beste kunnen”, zegt hij. “Niet met je armen over elkaar gaan zitten wachten tot de verandering naar jou toe komt.”

Tom volgde ook de nazorg en gaat nog steeds af en toe naar de kliniek “om het Yes We Can-gevoel weer te krijgen”. Zijn ouders hebben het ouderprogramma gevolgd. Dat moest ook wel, zegt Tom, anders was hij de enige die veranderde. “Dan zeg ik, ik wil me uitspreken. En dan vragen zij, uitspreken, wat is dat?” Hij vindt het lastig om minpunten te noemen van YWCC. Hij zou willen dat er een vestiging dichterbij de buurt was. Zeker aangezien hij wil gaan werken bij de kliniek.

Het meest heeft Tom gehad aan de ervaringsdeskundigheid bij YWCC, van coaches, counselors en mede-fellows. “Elke verslaafde of iemand met een angststoornis, ik hoef maar een ding te zeggen of andersom, en ze weten waarover ik het wil hebben.” Dat hij zich echt begrepen voelde, dat heeft hem het meest geholpen. Hij heeft snel door of iemand iets uit een boekje heeft geleerd of zelf heeft meegemaakt. De ervaringsdeskundigheid vindt hij nu ook bij de meetings die hij bezoekt op aanraden van de kliniek. Daar ondersteunt hij een andere jongere in zijn herstelproces.

*“Yes We Can is het fundament van mijn herstel”*

Sinds de behandeling twee jaar geleden heeft Tom geen drugs en alcohol gebruikt. Op één keer na, toen hij op een personeelsfeest dacht een non-alcoholische cocktail te drinken en daar alcohol in zat, hij schrok zich kapot. De behandeling heeft een zeer positief effect op hem gehad. “Door Yes We Can ben ik waar ik nu sta in mijn leven. Dat betekent dat ik af en toe een beetje gelukkig kan zijn, veel meer rust heb. Dat ik nu vrij ben van de obsessie om drugs te gebruiken. Dat ik nog steeds thuis woon. Dat mijn ouders me meer begrijpen en loslaten. Yes We Can is gewoon het fundament van mijn herstel. En mijn herstel is me heel dierbaar, dat pakt niemand meer van me af.”

Tom heeft ook diepe dalen gehad, vertelt hij. Er gebeurden enkele ingrijpende dingen. “De suïcidaliteit en depressiviteit komen dan weer omhoog. Het isolement. Ik begin weer te liegen, bedriegen en manipuleren. Dan moet ik weer een keertje goed op mijn bek gaan en me realiseren dat dat niet meer kan. Dat kan een week duren, of een maand, of twee maanden, maar dan kom ik er wel weer bovenop. Zolang ik niet gebruik. *If I use, I loose.*” Zijn neef, met wie hij samen drugs gebruikte, beroofde zich van het leven. “Ik was kwaad, van, vuile flikker, laat je me hier zitten. En dan het verdriet, zo’n diepe pijn. Maar ook het inzicht wat mentale ziektes met een mens kunnen doen.” Tom ziet dat voor hem het muntje de goede kant is opgevallen en voor zijn neef de andere kant.

Zoals YWCC hem heeft aangeraden, probeert Tom open en eerlijk te zijn. “Het lukt me niet altijd, ik ben ook niet perfect. Als ik de dag al begin met een klein leugentje, dan begint de dag eigenlijk al met -1. Dan is het gemakkelijker om verder te gaan met liegen dan om eerlijk te zijn. Het is een vicieuze cirkel. Maar ik weet nu dat ik er niet naar hoef te handelen.” Af en toe vertoont hij oud gedrag, zoals van de week, toen hij keihard met zijn vuist tegen de muur sloeg. “Soms houd ik van dat zelfdestructieve. Maar ik denk dat ik andere mensen bang maak met wat er in mij zit.”

De laatste tijd is Tom veel spiritueel bezig. Hij gaat naar de kerk en bidt regelmatig thuis. Op een gegeven moment voelde hij de aanwezigheid van een hogere macht, die hem kracht en inzichten geeft. “Spiritualiteit staat tegenover egocentrisme en een afgesneden geest. Het geeft me vertrouwen dat het weer goed komt.” Veel dingen zijn voor Tom op zijn plaats gevallen. “Dat (spirituele) houdt me op de been. En de mensen om me heen, familie, de mensen van de meetings, drie dierbare mensen die daarboven zitten. Ik bid ook voor mijn ex-vriendin, voor wie ik nog vecht.”

Met zijn vroegere vrienden, vooral mede-drugsgebruikers, heeft Tom gebroken, zoals YWCC hem had aangeraden. “Ik gebruikte hen en zij gebruikten mij.” Tom heeft nu door het land vrienden via de kliniek. Hij ziet veel mensen terugvallen. “Er zijn ook al mensen dood die ik kende van Yes We Can, helaas. Zelfdoding, overdosis, criminaliteit.” Zijn eigen leven “is 180 graden gedraaid. Ik houd me bezig met positiviteit. Ik zit niet meer in het probleem maar in de oplossing.”

Zijn opleiding in de maatschappelijke zorg stelt Tom nog even uit. Hij volgt een aangepast traject, omdat hij nog veel onzekerheden heeft en nog dingen moet verwerken, zoals het overlijden van zijn neef. Hij heeft een bijbaan, sport, gaat naar meetings en is sponsor. Hij ziet zijn ex-vriendin nog regelmatig. “Mijn leven is gewoon mooi.” Soms heeft hij een mindere dag, maar hij wil daar zijn leven niet door laten verpesten. Tom heeft geen behoefte meer aan hulp. “Dan sta ik alsnog niet op eigen benen. Dan blijf ik altijd in dat bubbeltje, dat beschermde schulpje van de hulpverlening.” Tom wil een normaal leven. Geen stress, financiële stabiliteit. “Huisje boompje beestje, met een vrouw. Omgaan met het leven zoals het zich aandient. Telkens een stap in de goede richting nemen.” Succesvol zijn betekent voor hem een gezin hebben en er zijn voor anderen, maar ook genoeg materiële welvaart om te kunnen reizen en een mooi horloge of een auto te kunnen kopen. Naast werken in de zorg wil hij misschien een onderneming beginnen in kleding. Hij heeft hij er vertrouwen in dat dat goed komt. “Maar dan moet ik wel elke dag het juiste doen.”



### 5.2.2 Herstelverhaal Lisa

#### **Lisa: “Na de behandeling ging ik juist veel meer drinken en blowen.”**

Bijna 2 jaar geleden was Lisa in behandeling bij YWCC, ze was toen 20 jaar. Zij was depressief en zat met zichzelf in de knoop. De behandeling sloot niet aan bij haar hulpbehoefte. Het gaat nu beter met Lisa, mede dankzij andere hulpverlening.

#### *“Ik wilde mijn bed niet meer uit”*

Op haar achttiende ging Lisa het huis uit en op zichzelf wonen. Ze vond het tijd om het huis uit te gaan, ze wil niet ingaan op het waarom. Ze kreeg depressieve klachten, die na enkele jaren verergerden. “Ik zat in de knoop met zichzelf. Ik wist niet wat ik moest doen, mijn ouders wisten niet wat ze moesten doen. Ik zat alleen maar thuis en alles was negatief. De depressieve klachten werden op een gegeven moment echt hevig, ik wilde mijn bed niet meer uit.” Ze ging niet meer naar school. De relatie met haar vriend ging uit. Ze had geen werk en kwam in de uitkering terecht. “Van alles ging tegelijkertijd mis. Ik voelde niet meer dat ik het waard was, ik was echt depressief.”

Lisa had eerder zelf begeleiding aangevraagd en kreeg hulp van een FACT-team. Deze begeleiding kon ook niet overweg met de depressieve klachten, zegt Lisa. De hulpverleners vulden veel dingen voor haar in. “Ik was nog jong, ik wist zelf niet eens wat ik met mezelf aan moest, dus ik snap dat anderen dat ook niet wisten.” Ze kreeg als diagnose borderline, achteraf een onjuiste diagnose volgens zowel Lisa zelf als de hulpverlening. Een begeleider gaf haar op voor YWCC. De wachtlijst was lang, dus ging Lisa op zoek naar een manier om zich beter te voelen. Ze ging veel sporten en voelde zich daar goed bij, onder andere omdat ze ervan afviel.

#### *“Ik dacht, waarom zit ik hier eigenlijk?”*

Toen Lisa bij de kliniek terecht kon, ging het eigenlijk al wat beter met haar, vertelt ze. Omdat ze de druk voelde van haar ouders, ging ze naar de intake. “Dan word je opgezweept, van, je gaat sporten en zo. Ze brengen het enthousiast, alsof het heel mooi is, terwijl het in werkelijkheid niet zo was. Als jij op een vrij moment wilde trainen, dan kon dat niet. Ik dacht dat ik het leuk zou vinden, dat ik zou gaan sporten en afvallen. Maar ik kwam met acht kilo extra terug, dat was echt niet leuk.”

Lisa is overwegend negatief over YWCC. “Bij de intake leek het oké. Maar binnen was het heel anders. Ik had bijvoorbeeld erge hoofdpijn en vroeg een paracetamol. Die kreeg ik niet. Omdat ‘verslaafden’ daar misbruik van gaan maken.” Hoewel de kliniek zich ook richt op gedragsproblemen, word je als verslaafde behandeld, zegt Lisa. “Op een gegeven moment ga je je ook voelen en je gedragen als een verslaafde. Maar ik ben niet verslaafd. Ik dacht, waarom zit ik hier eigenlijk?”

Lisa wilde stoppen met de behandeling, maar dat kon niet, zegt ze. “Bij de intake hadden ze verteld, je kan de behandeling te allen tijde stoppen. Nou, dat kon absoluut niet. Ik zei steeds, ik wil naar huis. Op een gegeven moment ben je vijf weken verder en denk je, weet je wat, ik maak het wel af. Maar met tegenzin. Ik heb zoveel mensen verteld dat ik naar huis wilde. Want ik hoorde daar gewoon niet. Ik ben niet verslaafd.” Ze kreeg een gevoel van wantrouwen naar de medewerkers.

YWCC praatte haar een verslaving aan, zegt Lisa. Haar ouders schreven in de confrontatiebrief dat zij knock-out was gegaan door drank. “Dat is twee keer gebeurd. Maar ik deed dat om aandacht te trekken, dat was mijn schreeuw om hulp. De tweede keer kreeg ik een boete van 392 euro. Heftig, maar voor mij gelijk een teken van, tot hier en niet verder. Ik zie mijn fout wel in. Ik stopte daarna gelijk met veel drinken. Maar bij Yes We Can geloofden ze dat niet. Natuurlijk drink ik elk weekend. Dat doen jongeren. En ja, ik rookte een jointje, dat was meedoen voor de gezelligheid.”

Lisa vindt de regels in de kliniek net als in de gevangenis. “Zo laat gaat het licht uit, iedereen op de kamer, zo laat eten we, je moet dit en dat volgen, je hebt geen telefoon en geen contact met de buitenwereld.” Ze denkt dat veel mensen er zo over denken. Ze noemt de kliniek ook wel een sekte. “Je bent daar zo afgesloten van de wereld. Als je daar binnen komt, zeggen ze, het lijkt hier misschien een sekte, maar dat is het niet. Nu denk ik, jawel, je leeft in een wereldje wat zij hebben gecreëerd.”

Een van de regels bij YWCC waar Lisa niet achter staat, is dat je je telefoon moet inleveren en maar zeer beperkt contact mag hebben met je naasten. “Je moet ook mensen leren met de buitenwereld om te gaan. Je leert zogenaamd focussen op jezelf, maar dat ga je daarbuiten echt niet meer doen hoor. Deze mensen (in de kliniek) zijn er maar tien weken voor jou en dan is het, doe, zoek het uit. Je moet met de buitenwereld kunnen praten, want die mensen heb jij nodig later.”

Lisa kreeg van de psychiater in de kliniek antidepressiva voorgeschreven, “terwijl hij mij niet kende. Ik zat daar net tien minuten.” De antidepressiva maakten Lisa meegaand, zegt ze. Ik was helemaal gebrainwasht. Ik had geen eigen mening meer.” Sowieso moest je wel meegaan met de groep. “Wat moet je anders? Je zit in de groep.” Ze denkt wel dat de medicijnen haar hebben geholpen om “een beetje open te breken. Dat moest misschien wel gebeuren. Bij mij was het te laat, dat breken. Maar om mijn muur af te breken, dan moet ik iemand kunnen vertrouwen en daar had ik dat gevoel niet.”

Na ongeveer acht weken ging Lisa meer openstaan. Maar voor haar gevoel werden bepaalde dingen erger gemaakt dan dat zij ze zelf ervaarde. “In plaats van dat ze wonden hebben geheeld, zijn bij mij juist wonden opengegaan.” Lisa vindt het niet goed dat kinderen met gedragsproblemen bij kinderen met een verslaving worden gezet. “Iedereen krijgt dezelfde behandeling, maar iedereen is uniek en je problemen ook. Ze moeten beter luisteren en meer persoonlijk naar je kijken, niet algemeen.”

Ze is een enkele keer naar de nazorg geweest, maar had daar weinig aan. “Daar zat dan weer iemand die jouw verslag had gelezen en op basis daarvan ging vertellen hoe jij in elkaar zit.” Ook de lange reistijd naar de nazorglocatie vond ze bezwaarlijk, ze kreeg de reiskosten niet vergoed.

Ze kan wel wat positieve punten noemen. De gestructureerde dagindeling. En ze heeft iets meer zelfinzicht. Zo heeft ze geleerd dat als ze zich aan iemand irriteert, de irritatie van haar is en niets met de persoon in kwestie te maken heeft. Ze kan beter de kern van een probleem zien. “En ‘iedereen heeft zijn aandeel’, dat heb ik ook meegekregen uit Yes We Can, zie je, er zijn wel dingen die ik er heb geleerd.” Fijn vond ze dat er altijd wel coaches waren met wie je kon praten. “Die nemen de tijd voor je. Dat zijn de enige personen met wie je 1-op-1 gesprekken kan hebben. Met de counselors kon dat niet. Terwijl, één counselor mocht ik supergraag. Die zag dwars door mij heen.”

*“Bij deze hulpverlening luisteren ze naar mij”*

Na de behandeling ging het veel slechter met Lisa, vertelt ze. “Ik ben veel meer gaan drinken en blowen. Ik hoorde van meer jongeren dat ze juist ook meer gingen gebruiken toen ze eruit kwamen. Ik hoorde daar zoveel over verslaving. Het ging juist fout toen ik eruit kwam. Er is geen stabiele nazorg en je komt terug in een wereld – daar (in de kliniek) stond het even stil- en dan, die mensen zijn er niet meer, je krijgt je telefoon terug, het gaat gewoon weer verder hoe het was. Ik was veranderd, maar die buitenwereld niet. Leer daar maar eens mee omgaan.”

Lisa voelde weinig aansluiting bij de andere fellows en heeft nu alleen nog met enkele meisjes sporadisch contact via sociale media. Ze gaat niet naar meetings, zeker niet in haar woonplaats, met bekenden. “Ik ga niet aan de hele groep vertellen waar ik mee zit.” Haar vriendinnen bleef ze zien, maar bij hen kon ze moeilijk haar ervaringen kwijt, omdat zij niet hetzelfde hadden meegemaakt. In het begin vroeg ze haar vriendinnen niet te blowen en

alcohol te drinken, maar na een tijdje vroeg ze zich af, waarom doe ik dit? Wat is het nut van niet drinken en niet uitgaan?

YWCC had op haar moeder ingepraat om niet meer de redder te spelen, zegt Lisa. “Maar mijn moeder was mijn enige steun als ik depressief was. En ik had mijn moeder toen echt nodig. Maar ze liet me gewoon aan mijn lot over, ze zei, je bent nu volwassen, zoek het maar zelf uit. Want bij Yes We Can zeiden ze, Lisa moet nu op haar eigen benen staan en haar eigen dingen oplossen. En dat deed ik ook. Maar soms wil je gewoon even een arm om je heen. Het was heel heftig. Ik had niemand meer, voelde me zo eenzaam. Het kwam zover dat ik mezelf van kant wilde maken.”

Het vele drinken en blowen was een fase, vertelt Lisa, daar was ze snel weer uit. Na een tijdje heeft ze zichzelf herpakt. Ze wist op een gegeven moment wanneer ze moest stoppen en wat ze wel of niet kon drinken. Ze kan nu goed met mate drinken en blowt nagenoeg niet. Ze is zich meer bewust van hoe verslaving werkt. “Als je dan zo brak bent en je kut voelt, als je dan weer gaat drinken is dat gevoel weer weg.” Ze kan er nu beter mee omgaan als ze zich wat minder voelt: “Dan denk ik, dat is vandaag even, morgen ga ik er gewoon weer tegenaan. Dat kan ik nu tegen mezelf zeggen.”

Lisa probeerde na de behandeling ‘de tien acties’ toe te passen die ze had geleerd bij YWCC, maar het werkte niet. Na haar poging tot zelfdoding dacht ze, ik ga het nu aanpakken op mijn manier. Ze heeft hulp aangevraagd en langzaamaan ging het beter. Vanuit de kliniek hadden ze geen verdere hulp geadviseerd, volgens haar. Lisa krijgt nu weer hulp van het FACT-team, zoals eerder. Ze merkt dat ze zich nu kan openstellen en voelt zich op haar gemak. Ze wil nu praten over dingen die ze heeft weggestopt, dat wil zeggen individueel, niet in een groep. Ze gaat nu traumatherapie volgen.

De laatste tijd voelt Lisa zich beter. Omdat ze nu haar eigen pad volgt en niet dat van YWCC, zegt ze met nadruk. Ook is ze gestopt met de prikpil, die ze lang slikte, daardoor voelt ze zich niet meer depressief. YWCC heeft haar “misschien wel ergens deels mee geholpen, maar niet op de manier waarop het had gemoeten. Ze hebben wonden geopend, misschien moest dat om verder te kunnen.” De invloed die de behandeling nu nog heeft, zit hem in kleine dingen. Ze heeft bijvoorbeeld het ‘gebed van kalmte’ (accepteer wat je niet kan veranderen) in bepaalde vervelende situaties kunnen toepassen. Ik vind het nog steeds afschuwelijk, maar het heeft me wel geholpen.”

In haar huidige therapie is Lisa bezig met haar lage zelfbeeld. Het komt mede door haar ouders, die geen goed voorbeeld en weinig liefde gaven. “Dat zijn dingen die ze bij Yes We Can niet hadden kunnen behandelen. Voor verslaving werken de tien acties misschien goed, voor mij niet. Jongeren met gedragsproblemen kun je beter niet opsluiten, want het wordt alleen maar erger.” Lisa is tevreden over de hulp die ze nu krijgt. “Ze helpen mij, ze luisteren naar mij, ze praten me geen dingen aan, ze corrigeren me als ik slachtoffer ga spelen.” Ze is blij dat ze nu de juiste hulp krijgt. “Ik wil nu eerlijk zijn, geen slachtoffer spelen. Bij Yes We Can was ik daar nog niet aan toe.”

Wat vindt Lisa van haar leven nu? “Wat zal ik zeggen, ik heb nog steeds ups en downs. Het gaat de goede kant op.” Ze leeft met de dag. “Dan kan ik ook genieten van mijn leven. Natuurlijk denk ik wel na over consequenties van mijn gedrag, maar ik ga niet plannen.” Ze heeft nieuwe vrienden gekregen, bij wie ze terecht kan. Haar oudere vrienden ziet ze nog af en toe, vooral met uitgaan. Ze is tevreden met haar vriendenkring maar zegt ook: “Ik denk dat eenzaamheid altijd wel bij mij zal blijven. Langzaam leer ik ermee omgaan.” Ze focust nu op haar therapie. Ze is begonnen met het zoeken van werk voor een aantal uur per week. Ze is aan het uitzoeken wat ze wil gaan doen.

### 5.2.3 Herstelverhaal Igor

#### **Igor: “Bij Yes We Can heb ik een opstap gemaakt naar het echte herstel.”**

Igor was zo'n twee jaar geleden bij YWCC in behandeling, toen hij 20 jaar was. Hij was verslaafd aan softdrugs en had gedragsproblemen. De behandeling in de kliniek was voor hem een opstap naar herstel.

#### *“Ik voelde bijna niets meer”*

Igor is in zijn leven veel gewisseld van woonplek. Hij woonde afwisselend bij zijn moeder, in een internaat, bij zijn oma, het Leger des Heils en een crisisopvang voor jongeren. Igors vader is al sinds zijn vroege kindertijd uit beeld. Zijn moeder kon het opvoeden niet goed aan, had zelf psychische problemen. Igor en zij hadden vaak ruzie. Bij zijn opa en oma kon Igor zijn gang gaan, want bij hen golden minder regels dan bij zijn moeder. Igor begon op zijn dertiende uit nieuwsgierigheid begon met blowen. Enkele jaren later werd het blowen een middel om zijn gevoelens te doven. Daarnaast ging Igor zijn medicatie voor ADHD misbruiken. Hij snoof ze dagelijks als “legale speed”. Hij begon ook met het drinken van alcohol. Met uitgaan werd hij ieder weekend “stomdronken”, eens in de zoveel tijd was hij op het randje van een coma. Hij is nooit in het ziekenhuis beland.

Igor spijbelde van school, zegt hij, hij ging alleen om toetsen en examens te maken. Verder hing hij vooral rond op straat of was hij aan het gamen. Hij haalde het vmbo en wilde toen mbo gaan doen. Omdat hij steeds onder invloed was, vooral van wiet, werd hij daar al snel weggestuurd. Igor kreeg hulp voor zijn verslavingen in de vorm van gesprekken. “Dat was van die hulpverlening waarbij je het zo kan manipuleren dat je overkomt alsof alles prima gaat. Uiteindelijk gaat het slecht met je.” Daarna heeft Igor thuis een intensief jongerentraject gevolgd, wat hem ten dele geholpen heeft. Hij kreeg vooral inzicht in zijn gedrag, dat bestond uit “volop liegen, manipuleren, alles naar mijn hand zetten.” Zijn agressie werd eveneens minder door deze hulpverlening. Hij was echter vooral heel erg afgevlakt, zegt hij. “Ik voelde bijna niets meer”.

#### *“Durven eerlijk naar jezelf te kijken, dat is de basis die ik daar heb geleerd”*

Klasgenoten van Igor die ook kampten met verslaving hadden goede ervaringen met YWCC. Igor zat op een punt dat het op meerdere vlakken slecht ging. Zijn relatie liep op de klippen. Hij vond dat hij hulp nodig had. Samen met zijn moeder heeft hij zich bij YWCC aangemeld.

Positief aan de behandeling vond Igor vooral “dat de counselors (de ervaringsdeskundigen) er geen doekjes om winden.” Daar heeft hij veel aan gehad. “Ze spiegelden me echt en prikten door alle maskers, en noem het maar op, heen.” Ook het vele sporten vond Igor positief, hij voelt zich daar goed bij. Sinds zijn achttiende was hij gestopt met sporten, dus dat was weer even nieuw voor hem. De Verbindingsdag na vijf weken opname vond hij mooi. “Dat ik uiteindelijk mijn verantwoordelijkheden ging pakken en eerlijk was naar mijn moeder toe, voor het eerst in zoveel jaar.” Ook de begeleiding van YWCC hierin vond hij goed.

Igor vond het jammer dat in de groep niet meer leeftijdsgenoten bij elkaar zaten. Hij zat nu vooral met veel jongere kinderen. Hoewel hij in zijn gedrag jonger was, zegt hij, was hij dat mentaal niet. “Mijn gedachtegang was verder dan die van iemand van veertien, bijvoorbeeld.” Verder vond hij dat er te weinig rookmomenten waren op een dag. Hij had het beter gevonden om helemaal geen, of meer rookmomenten te hebben. “Ga niet proberen om een verslaafde gecontroleerd te laten gebruiken.” Hij ervaarde het als betuttelend.

Igor vindt zeker dat hij baat heeft gehad bij de behandeling van YWCC. “Ik heb kennis gemaakt met het twaalf-stappenprogramma. En ik heb een opstap gemaakt naar het echte herstel”, zegt hij. “De helft van de kennis die ik nu heb, heb ik daar (in de kliniek) ontdekt. Durven eerlijk naar jezelf te kijken, dat is de basis die ik daar heb geleerd.” Hij zegt

voornamelijk veel van de counselors te hebben geleerd. Hij had minder aan de medefellows, omdat die meestal een stuk jonger waren dan hij.

*“Mijn slechte dagen nu zijn een stuk beter dan mijn goede dagen in gebruik”*

Tijdens de nazorg van YWCC ging Igor naar een safe house om verder te herstellen. De kliniek had dit al aan het begin van het traject aangeraden. Igor bezocht NA-meetings en werkte met een sponsor aan zijn stappen. Echter, zegt hij, “ik was niet eerlijk genoeg naar mezelf toe. Ik hield achterdeurtjes open. Ik had het contact met mijn oude omgeving nog niet verbroken, wat me wel aangeraden werd. Daardoor viel ik weer terug.” Voorafgaand aan zijn terugval had Igor ongeveer een half jaar lang geen drugs gebruikt.

Igor verliet het safe house en ging terug naar zijn oude woonomgeving. Doordat hij weer contact kreeg met oude gebruikersvrienden, ging hij fantaseren over drugsgebruik en alle mooie herinneringen eraan ophalen. Uiteindelijk gaf hij toe aan het verlangen om weer te gebruiken. “In twee weken zat ik weer op mijn oude niveau van blowen, twee weken daarna was ik het dubbele gaan blowen. Ik ben gaan experimenteren met coke, met MDMA en ik dronk weer bijna iedere dag. Ik ben dieper gezakt (dan voor de behandeling).”

Igors terugval kwam volgens hem doordat hij nergens terecht kon. Zijn moeder had hem duidelijk gemaakt dat hij niet naar huis kon als hij terug zou vallen. Na ongeveer een maand op straat gezworven te hebben, kon hij bij een vriend in een caravan verblijven. Maar deze vriend “gebruikte van alles en nog wat”. Igor deed uit nieuwsgierigheid met hem mee. Op een gegeven moment kon Igor weer bij zijn opa en oma gaan wonen. Toen liet hij de harddrugs staan, maar blowde nog wel. Hij begon met werken, maar dat liep door het blowen niet goed. Hij werkte met een heftruck. “Ik reed te veel schade en werd ontslagen.” Hij vroeg een uitkering aan en werkte daarnaast in tuinen, maar ook dat ging niet goed. “Ik stond tussendoor te blowen in de tuin.”

Ongeveer een jaar duurde Igors terugval. Bij de gemeente gaf hij aan weer hulp te willen voor zijn verslaving. Hij kon terecht bij de kliniek Solutions. Daar heeft hij een detox gedaan en de behandeling gevolgd. Momenteel volgt Igor de nazorg en zit hij weer in een safe house. Hij is “terug in herstel.” Van zijn moeder hoort Igor dat hij volgens haar nu veel verder in zijn herstelproces zit. “Ik kijk ook veel eerlijker naar mezelf. Ik neem mijn stappen nu veel serieuzer dan toen (bij YWCC), ik schrijf veel meer op bij de vragen. Ik heb ingezien dat mijn manier niet werkt. Een beetje van dit, een beetje van dat en een beetje van mij. Dat werkt niet.”

Igor denkt dat hij bij de Solutions Kliniek voordeel heeft gehad van zijn eerdere opname. “Dat heeft alles meer in gang gezet.” Daarnaast is de leeftijd bij Solutions vanaf 18 jaar en bovendien zijn er vaker sessies. “Je komt jezelf daar wel meer tegen. Aan de andere kant, als ik bij YWCC meer met leeftijdsgenoten had gezeten, had die behandeling ook meer effect gehad, denk ik.” Igor denkt dat de behandeling bij YWCC Igor hem bovenal heeft doen inzien dat hij echt verslaafd was. “Ook al had ik een extra ronde nodig. Vooral in mijn terugval zelf heeft het (de behandeling) me doen inzien dat dit (de verslaving) niet gaat.”

Op dit moment zit Igor in de “muurfase” van herstel, vertelt hij. Hij heeft hevige ups en downs in zijn gevoelens. “Ik ben een beetje van de roze wolk af (een euforisch gevoel als gevolg van de klinische opname). Dat betekent dat ik weer alles begin te voelen. Ik merk dat mijn hersenen aan het herstellen zijn, dat mijn geheugen beter werkt. Soms is alles gewoon hartstikke kut en een ander moment kan het helemaal perfect zijn. Echt op en neer.” Alles moet nog gaan stabiliseren. Na YWCC zat Igor langer op “de roze wolk”. “Toen ik daaraf kwam, was het snel gedaan,” zegt hij, doelend op zijn terugval in gebruik.

In het safe house waar Igor nu zit, krijgt hij een veel intensievere begeleiding en vinden meer gezamenlijke activiteiten plaats dan in het eerdere safe house waar hij was, dat vindt hij fijn. De meeste anderen in de groep zijn ouder, enkele zijn van Igors leeftijd. Alle begeleiders zijn ervaringsdeskundigen. Er is een druk dagelijks programma met onder

andere individuele gesprekken, groepssessies, meditatie, wandelen, koken en sport. Deze ochtend had hij meditatie. “Heerlijk”, vindt hij dat. “Het brengt heel veel rust, zorgt ervoor dat mijn hoofd niet zo vol zit met gedachtes. Het is niet voor niets stap 11.”

Igor is bezig zich te oriënteren op vrijwilligerswerk. Het safe house vindt het nog niet verstandig voor hem om betaald werk te doen met alle verplichtingen die daarbij komen kijken. Igor denkt aan iets met sporten, Nederlands leren aan vluchtelingen of tuinieren. Het lijkt hem leuk in de tuin te werken bij bejaarden, “dan krijg je de dankbaarheid van die oude mensen terug.” Hij wil op een gegeven moment ook weer naar school, want “met alleen een kaderdiploma (vmbo) kan je geen fatsoenlijk werk vinden.”

Igor kan nu eerlijker zijn naar zijn moeder, hij kan zeggen waar hij mee zit en hoe hij zich voelt. Hij durft ook zijn “zucht” uit te spreken, zij begrijpt nu beter hoe dat werkt. YWCC heeft een begin gemaakt bij het verbeteren van de relatie, hoewel hij het daarna weer kapot maakte door zijn terugval, aldus Igor. Op dit moment heeft hij slechts een enkele vriend, die niet gebruikt. “Die steunt mij echt, die was zo blij dat ik me weer ging laten opnemen. Laatst zei hij nog, het had niet veel langer moeten duren of ik had je links laten liggen.” Hij is dankbaar voor deze vriend. Met de rest van zijn vrienden, met wie hij gebruikte, heeft Igor geen contact meer. Hij heeft nieuwe sociale media-accounts aangemaakt. Hij vindt het nu prima zo. Hij kan het goed vinden met de community van het safe house en vrienden komen wel weer als hij naar school gaat.

Igor zou zijn leven niet willen ruilen met iemand anders, zegt hij. “Ik mag zoveel leren. Over mezelf.” Liever was hij niet verslaafd geweest, maar hij is blij met de levenservaring die hij daardoor heeft opgedaan. Zijn leven nu is veel beter dan voorheen. “Mijn slechte dagen nu zijn een stuk beter dan mijn goede dagen in gebruik.” Het cijfer dat hij geeft voor zijn leven zit “tegen een 7 aan”. In de toekomst hoopt hij op een goede baan, niet in de zin van salaris, maar werk waar hij met plezier naartoe gaat. Hij wil trots kunnen zijn op waar hij mee bezig is. Sponsor zijn voor andere verslaafden die net in herstel komen. Uiteindelijk wil hij op zichzelf wonen. Hij denkt dat het gaat lukken. “Zolang ik bezig ben zoals ik nu bezig ben, gaat het me lukken.”

#### 5.2.4 Herstelverhaal Rico

##### **Rico: “Zonder Yes We Can Clinics zou ik nu nog niet op dit punt zijn.”**

Rico is drie jaar geleden, toen hij 18 jaar was, bij YWCC opgenomen. De behandeling gaf hem meer inzicht in zichzelf en had een positieve invloed op zijn zelfvertrouwen.

*“Ondanks dat ik verdwaald was, was ik heel erg zelfbewust”*

Rico's moeder is al voor zijn geboorte gescheiden van zijn biologische vader. Zijn erkende vader was verslaafd en droeg weinig bij aan de opvoeding, vertelt Rico, wat ook geldt voor de latere partners van zijn moeder. Geen van hen beschouwde hij als vader. Ze maakten het gezin kapot. Met zijn moeder botste het vaak, zegt Rico, doordat hij veel op haar lijkt en van jongs af aan al een sterke eigen mening heeft. Zijn moeder zette hem het huis uit. Zelf was Rico er ook “helemaal klaar mee”.

Rico ging bij een vriend wonen en verbrak het contact met zijn moeder. De druppel was voor Rico dat zijn moeder bij haar partner bleef, terwijl deze vreemdging. Met zijn jongere zus heeft Rico geen hechte band. Al jong bleken ze geen voltallige broer en zus te zijn. Zijn zus pestte hem vroeger, hij gaf dan een grote mond terug. Zij probeert nu de band wat op te halen, maar hij heeft al lang geaccepteerd dat de band er niet is. De band met zijn moeder noemt Rico “goed, maar beschadigd”.

Rico zat op het speciaal onderwijs, maar was te intelligent daarvoor. Hij kwam er terecht in een periode waarin van alles gebeurde, zijn ouders scheidden, hij kreeg de diagnose ADD, kreeg medicijnen. “Ik haalde zonder te leren de hoogste cijfers van de klas.” Hij verveelde zich. Ook vond hij het “haantjesgedrag” op de school vreselijk. “Het is een hele nare omgeving om op te groeien. Je moet iedere dag vechten om niet geslagen te worden. En die mentaliteit neem je daarna overall mee naar toe.” Rico wist niet hoe hij zich moest gedragen. Hij ging puberen. “Ik was een hele dikke jongen die flink beschadigd is in zijn jeugd. En ik zat op een plek waar ik niet thuishoorde.”

Op zijn zestiende en zeventiende gebruikte Rico veel drugs en alcohol, maar hij wist ook dat hij het niet wilde. “Ondanks dat ik toen verdwaald was, was ik wel heel erg zelfbewust.” Hij misbruikte ook zijn medicatie voor depressie en ADD. Hij is zelfstandig gestopt met middelengebruik, ongeveer een jaar voordat hij naar de kliniek ging, omdat hij de nadelige mentale effecten merkte.

Rico was depressief. Hij zocht zelf actief naar behandelaars. Psychologen en psychiaters waar hij heen ging, konden hem niet helpen. “Ze hebben negen van de tien keer niets meegemaakt. Als je zegt dat het goed met je gaat, krijg je te horen, het gaat goed met je. Dat kon ik ook bedenken. Vaak leerde ik hen nog wat in plaats van andersom.” De begeleiding vanuit de GGZ leverde hem hooguit het idee dat hij, zonder opleiding, wijzer was dan vele anderen van zijn leeftijd met een opleiding.

*“Dat stukje van mezelf dat ik altijd moest verbergen, kon ik daar gewoon neerleggen”*

Rico ging op zoek naar een behandeling waarbij hij tijdelijk uit zijn omgeving weg zou gaan. Hij kwam YWCC tegen en meldde zich aan. Hij moest nu weer contact leggen met zijn moeder. “Ik heb haar voorgelegd dat ze mee moest gaan naar de intake, ik zei, anders zie je je zoon nooit meer.” Zijn moeder reageerde positief, het leek haar een goed idee. Rico kon al snel terecht in de kliniek.

Terwijl hij andere jongeren in het begin van de behandeling zag tegenstribbelen, dacht Rico “kom maar, we gaan knallen deze tien weken. Ik zag het als een vakantie. Ik wilde weg. Tien weken niets, alleen aan mezelf werken.” Hij wist al veel, maar had nog wat handvatten nodig, zegt hij. Zijn moeder had altijd tegen hem gezegd, als je problemen hebt, moet je ze nu oplossen, want anders komen ze later terug en dan is het veel moeilijker om ze op te lossen. Dat was bij hem blijven hangen.

Rico werd gediagnosticeerd als agressief en depressief. Hij wist dat hij intimiderend kon zijn door zijn uitstraling en fysieke grootte. Mede-fellows dachten eerst dat er iemand uit het criminele circuit binnenkwam. Vroeger maakte hij er misbruik van, vertelt hij. Hij had de naam opvliegend te zijn. "Het voelt wel heel machtig." Het zorgde echter ook voor eenzaamheid. Tegen zijn moeder was Rico ook agressief. Tijdens de behandeling kwam Rico erachter dat zijn moeder zijn agressie voedde met haar angst, die voortkwam uit haar ervaringen met een gewelddadige partner. "Onze ruzies explodeerden door haar angst." Zijn moeder schoot vaak in de verdediging, wat bij hem weer agressie opriep.

Rico kijkt positief terug naar de behandeling. Hij vond rust en er werd naar hem geluisterd. Hij voelde zich mentaal uitgedaagd. "Ik wist dat ik kan nadenken op een manier dat anderen dat niet kunnen. En daar werd eindelijk een keer gebruik van gemaakt. Er werden spelletjes gespeeld met mijn geest waardoor ik daarbij kon komen." Rico besloot te vertrouwen op wat de medewerkers tegen hem zeiden. "Ik heb heel snel die knop omgezet, van, het zal wel kloppen wat die gasten zeggen. Als ze me zeiden om in de sneeuw te gaan staan en het alfabet in omgekeerde volgorde te schreeuwen, ik probeerde het gewoon. Zoals ik het doe, gaat het vaak mis, misschien weten die gasten het beter."

Eerst dacht Rico dat de medewerkers hem niet zouden kunnen breken. "Omdat ik zo sterk ben, dat is ook mijn valkuil." Hij was gestopt met zijn medicatie. Na een week had hij een gesprek met een medewerker, onder andere over zijn moeder. De aanwezige counselor zei één bepaalde zin op het juiste moment en toen brak Rico. Het was een opluchting voor hem. "Toen kon ik beginnen. Je kan niet beginnen te bouwen zonder eerst gesloopt te worden, dat wist ik. Maar ik wist niet op welk punt ze me moesten breken. Het was mooi. Dat vergeet ik ook niet meer. Juist omdat ik van die mentale spelletjes houd. Kom maar, geef me nieuwe inzichten. Vind maar iets dat ik nog niet gevonden heb."

In de kliniek is Rico zichzelf beter gaan leren kennen door zich steeds af te vragen, wat hij niet leuk vindt. Daardoor kwam hij er vanzelf achter wat hij wél leuk vindt. Veel dingen heeft hij uiteindelijk zelf gedaan, zegt hij, maar hier kreeg hij ruimte om te praten. Hij heeft medefellows kunnen helpen, waardoor hij zelf krachtiger is geworden. Rico voelde dat medewerkers in de kliniek het leuk vonden om met hem te praten. "Dat stukje van mezelf dat ik altijd moest verbergen, kon ik daar gewoon neerleggen. Dat vonden ze juist mooi." Soms zeiden medewerkers tegen hem dat hij even niets meer mocht zeggen tijdens een groepssessie, omdat de coaches en counselors zelf de groep wilden leiden.

Rico ging volledig voor de behandeling. Terwijl anderen 's ochtend nauwelijks hun bed uit konden komen, stond hij al achter deur klaar om te beginnen. "Ik heb sommige coaches bijna een hartaanval bezorgd als ze me wakker kwamen maken. Ze komen dan zo'n donkere kamer binnen en moeten dan iemand uit zijn nest trekken en ik stond gewoon achter de deur. Dat is mijn instelling, ik ga altijd voor de volle honderd procent." Daardoor vindt hij het ook lastig te zeggen wat beter had gekund, zegt hij.

Het enige echt negatieve punt van de kliniek vindt Rico zijn behandelaar. "De manier waarop zij naar mij keek, staat me niet aan." Hij had veel meer kunnen bereiken met een andere behandelaar, denkt hij. Het klikte niet met haar, deels door zijn moeite in de omgang met vrouwen. Hij heeft het gelijk aangegeven, dat het niet klikte, maar dat veranderde niets in de situatie. Vaak ging Rico naar een andere, mannelijke behandelaar, met wie hij goed kon praten en voor wie hij respect had.

De behandeling heeft een positieve impact gehad op Rico. "Ik heb echt een tweedeling in een periode voor Yes We Can en een periode daarna." Hij heeft geleerd milder te zijn en bij anderen te denken, het is ook gewoon een mens die fouten mag maken. "Iedereen doet dingen op zijn eigen manier. Zo ben ik het heel erg gaan zien." Hij is zich ook bewuster geworden van zijn gebruik van alcohol of drugs, zegt hij, ondanks dat hij niet verslaafd was. Hij drinkt nu al een periode niet.



Rico is zeer te spreken over YWCC. “Ze streven naar perfectie. Veel beter kan het niet worden. Als je je maar volledig overgeeft aan het programma. Zolang je volgt wat zij met je willen bereiken.” Volgens Rico werkt het programma voor iedereen, ook als je geen hulp nodig hebt. Het heeft te maken met het gevoel “dat alles oké is. Alles kan gezegd worden. We zijn allemaal mens en doen dingen waar we zelf niet tevreden mee zijn. Zolang je het voor jezelf doet, maakt het niet uit.”

Wat Rico aan de behandeling gehad heeft? “Mijn leven”, zegt hij. “Ik had honderd procent zeker gekomen waar ik nu ben. Maar ik zou (zonder de behandeling) nog niet op dit punt zijn nu. En ik had misschien nog een hoop pijnlijke blunders gemaakt. Ik stond op het punt het criminele circuit in te gaan.” Door de behandeling weet Rico dat hij inspirerend kan zijn voor anderen. Hij heeft dat altijd al willen zijn. Hij is YWCC dankbaar. Hij heeft het op zijn manier gedaan, maar zonder hen had hij dat niet gekund. Hij heeft bepaalde handvatten gekregen die hij nu gebruikt.

*“Uiteindelijk ben ik op het punt dat ik inspirerend kan zijn voor anderen”*

Het thuiskomen na de opname vond Rico moeilijk. “Jij hebt zoveel meegemaakt en geleerd. Je wilt dat schreeuwend en gillend aan iedereen vertellen.” Hij had zichzelf beter keren kennen, maar kwam erachter dat anderen niet op één lijn zaten met hem. Hij is verder gegaan met “de puzzelstukjes op zijn plek leggen.” Hij heeft zijn agressie bijvoorbeeld kunnen aanpakken door te beseffen dat achter de agressie een andere emotie zit. “Door dat inzicht is alle agressie gewoon (verdwenen).” Ook is Rico zelf aan de slag gegaan met zijn ADD, door dingen te gaan leren die normaliter moeilijk zijn met de stoornis. Nu maakt hij juist gebruik van de ADD, zegt hij, zoals het goed kunnen denken.

Rico heeft gemerkt dat zijn geest ook zijn valkuil is. “Dat heb je soms niet door, maar de slechte kant is net zo slim als de goede kant. Daardoor kon het ook met iemand als ik zo fout gaan.” Qua ontwikkeling voelt hij zich minimaal een dertiger. Hij vergeet soms dat hij ook dingen van anderen kan leren. Bijvoorbeeld over een relatie aangaan. “Ik zie mezelf als een hele sterke persoon en heb alles wat ik heb bereikt, zelf gedaan. Daarom laat ik niemand toe in mijn leven. Ik ben nog niemand tegengekomen waarvan ik denk, jij bent net zo sterk als ik ben. Of, jij snapt mij.” Zich binden aan iemand, dat is het enige waarover hij nu onzeker is. Maar hij is positief ingesteld. “Al vind je iets niet leuk, je wordt er beter in door het doen. Ook het leven, of je nou wilt of niet, je wordt er beter in.”

Rico werd na zijn behandeling vrijwilliger bij YWCC en volgde een coachopleiding. Voor een vaste functie bij de kliniek werd hij niet aangenomen vanwege te weinig ervaring in het begeleiden van sportactiviteiten. Omdat hij bezig is met verschillende sporten, is het later misschien wel mogelijk. Eigenlijk vindt Rico het voor nu goed zoals het gaat. “Altijd, op de basisschool, (werd) tegen mijn moeder (gezegd), van jouw zoon komt niets terecht, en tegen mij, van jou gaat niets terecht komen. Met dat idee ben ik opgegroeid. Dat heb ik allemaal opgelost. En uiteindelijk ben ik op het punt dat ik inspirerend kan zijn voor anderen. En misschien moet ik eerst een paar jaar van dat gevoel, dat ik goed in iets ben, genieten, voordat ik anderen ga helpen met hun problemen.”

Rico kreeg een baan aangeboden in een restaurant. Voorlopig wil hij “gewoon lekker geld verdienen en genieten”. Het belangrijkste vindt hij dat hij doet wat hij leuk vindt. Afgelopen zomer haalde hij een diploma voor buschauffeur en wil nu “de fitste buschauffeur worden die er is”. Wat hij wil bereiken? “Een simpel rijtjeshuisleven, met een vrouw, een paar kinderen en misschien een hond. Gewoon rustig. Alles op orde, geen negativiteit, alles positief.” Wat hij precies zal doen qua werk weet hij nog niet en dat vindt hij prima. “Misschien handel ik wel in iets op mijn veertigste. Misschien ben ik stinkend rijk. Of misschien kom ik elke maand net rond en zou ik het niet anders willen.” Hij geeft zijn leven een 9. Hij ziet zijn toekomst “als een regenboog. Ik ben te positief om negativiteit toe te laten. Zelfs in mijn donkerste dagen dacht ik, maar de toekomst gaat goed zijn.”

### 5.2.5 Herstelverhaal Jeanne

#### **Jeanne: “Er is altijd een weg.”**

Ze heeft zich altijd een beetje anders gevoeld dan de anderen. Een buitenbeentje. Ze vindt dat ze helemaal niet lijkt op haar familie. Haar oudste broer is 34 en zit al 10 jaar depressief thuis. Zij is altijd blijven werken en heeft wel drie mbo-diploma's. Maar los daarvan, dat gevoel van anders zijn is er al heel lang. En dan zegt ze: “Het zit misschien een beetje in de familie.” Ze praat over haar neerslachtigheid waarmee ze van kind af bekend is. Jeanne heeft natuurlijk trekjes van haar familie, maar ze is ook anders.

Vanaf haar 12<sup>e</sup> kreeg ze het moeilijk. Haar ouders gingen scheiden. Zij bleef bij haar moeder wonen en haar twee oudere broers gingen met vader mee. Moeder kreeg een nieuwe relatie en Jeanne daarmee een stiefvader. Een moeilijke tijd ook omdat ze die nieuwe vriend van haar moeder niet wilde accepteren. In die periode werd bij haar moeder borstkanker geconstateerd. Dat was natuurlijk heftig. Maar ze werd succesvol behandeld en 'schoon' verklaard.

#### *Samenwonen als vlucht*

Als een reactie op de thuissituatie, zo analyseert ze nu, ging ze samenwonen. Eigenlijk was het een vlucht. Ze was 16 jaar en de jongen met wie ze ging “spoorde niet, hij was verslaafd aan cocaïne, GHB, alles.” Hij had ook losse handjes. “Ik werd een soort gebrainwasht”, zegt ze, “Hij had me totaal in zijn macht.” Ze gaf hem al haar spaargeld dat hij aan drugs uitgaf. Ze verbrak door zijn manipulatieve gedrag ook het contact met haar vader. Vijf jaar had ze geen contact met haar vader. Met haar moeder was het contact oppervlakkig, alleen als het moest ging had ze contact, bijvoorbeeld wanneer ze een chemokuur kreeg nadat de kanker was teruggekomen. De relatie met deze jongen heeft vierenhalf jaar geduurd. Op haar 21<sup>e</sup> jaar ging ze uiteindelijk weg omdat het te onveilig voor haar werd. Ze heeft oprecht van hem gehouden maar het was een ongezonde relatie. Na het verbreken van de relatie was ze nog niet van hem af. Hij begon haar te stalken. Het was naar en angstig en ze voelde zich erg onzeker. Ze was zoekende naar wie ze was. Ze was alleen. Geen contact met haar vader, moeder ziek en een verbroken relatie waarover ze toch twijfels had.

#### *De kanker komt terug*

Ondertussen werd haar moeder weer ziek geworden. De kanker kwam na vier jaar terug met uitzaaiingen. Ze werd ongeneselijk ziek verklaard maar het duurde nog drie jaar voordat ze overleed. Dat is nu vijf maanden geleden. Het was een hele moeilijke en verdrietige periode.

#### *Vluchten in alcohol*

Ze ging stappen, veel stappen “lang leve de lol” was het devies. Geen harddrugs, maar vooral veel alcohol. Ze had met enige regelmaat black-outs. Ze had ook eetproblemen ontwikkeld, “daar was ik ook goed in”. Hoewel ze nooit met eetproblemen is gediagnostiseerd, gebruikte ze eten wel om controle te houden over haar emoties. Tijdens haar relatie woog ze 100 kilo en toe ze de kliniek inging woog ze 56 kilo. Ze was in heel korte tijd veel afgevallen. “Het was een spelletje dat ik met mijn lichaam speelde.” Het hongergevoel gaf een soort kick waardoor ze haar pijn niet voelde. Het was een van de redenen om naar YWCC te gaan.

#### *Depressief*

In die tijd had ze wel depressieve klachten waarvoor ze door “psychologen en psychiaters” werd behandeld. Er was sprake van dat ze antidepressiva zou gaan gebruiken, maar dat wilde ze niet. Ze wilde het zelf in de hand houden en dacht dat ze wel controle over haar situatie en gevoelens zou krijgen. In de therapeutische gesprekken die ze had kwam ze niet tot de kern. Er waren natuurlijk wel klachten maar toch speelde ze mooi weer. “Waarvoor doe ik dit eigenlijk?”, zei ze weleens tegen zichzelf. Terugkijkend denkt ze dat een behandeling van één per week haar niet uit de put had kunnen halen. Ze had het echt nodig

om uit haar omgeving te worden gehaald, “in het diepe te worden gegooid”, zoals ze het uitdrukt.

#### *De kentering*

De kentering kwam toen ze haar werk kwijtraakte. Ze werkte lange dagen in een kinderdagverblijf met een nul-urencontract. “Ik gaf alles voor mijn werk”, zegt ze. Maar een keer, onderweg naar haar werk, stortte ze in elkaar en werd een week opgenomen in het ziekenhuis. Er werd gevreesd voor een beginnend hartinfarct. Dat was het niet, ze kreeg hartritmestoornis door het voortdurende gepieker: “ik maakte mezelf helemaal gek”. Zo raakte ze ook haar werk kwijt. En haar houvast. Ze wist geen raad meer met zichzelf. Ze werd suïcidaal. Haar ouders namen het niet erg serieus. Mensen die het zeggen doen het niet, redeneerden zij. Bovendien, de kanker van haar moeder eiste alle aandacht. Een paar keer heeft ze op het punt gestaan het stuur van de auto om te gooien, waarin ze met haar moeder naar Duitsland reed voor de chemokuur. Zowel zij als haar moeder zouden dan uit hun “lijden verlost worden.”. “Ik had wel in de gaten dat dat het mis met me was”, licht ze toe, “ik verzorgde mezelf ook niet meer, douchte niet. Ik voelde me leeg en verlaten”. Maar ze had niet de energie iets te doen.

Het was haar moeder die zei dat het foute boel was en dat ze opnieuw naar de huisarts moest. En de huisarts adviseerde nu YWCC “omdat zijn nichtje er ook had gezeten”. En toen ging het snel. Binnen vier weken was ze opgenomen. Ze weet de datum nog precies. Ze was 23 jaar, “op de valreep”, zegt ze. Ze denkt dat YWCC haar redding is geweest “anders had ik hier niet gezeten.” Als haar moeder voor haar opname bij YWCC was overleden “was ik erachteraan gegaan”.

#### *Naar YWCC*

Ze was doodsbang om naar YWCC te gaan. Ze bleek al snel een van de oudste te zijn, dat was ook lastig. Wat voor haar erg fijn was, was dat haar behandelaar ook een zieke moeder had. Het schiep een vertrouwensband. In de behandeling heeft ze heel veel over de relatie met haar ex-vriend gepraat. En er werd geluisterd, dat had ze nodig. Ze sprak ook over haar gevoel van leegte en er werd gevraagd wat ze zelf wilde want ze was eigenlijk altijd met haar moeder bezig, dat die zich goed voelde. Dat ze zelf ook mocht leven noemt ze een “eye opener”. Ze mocht er weer kind zijn. Haar moeder was al 10 jaar ziek en altijd voelde zij zich verantwoordelijk voor haar moeder. Nu werd er voor haar gekookt en werd voor haar de was gedaan.

#### *“Ja, de tien acties. Ik vond ze onwijs helpen en ik pas ze nog steeds wel een beetje toe”*

Maar in de kliniek was het ook wel heftig. Ze moest opschrijven wat zij anderen heeft aangedaan. Een beetje raar want ze heeft het gevoel dat juist haar dingen zijn aangedaan. Daarin heeft ze wel een draai moeten maken, door te kijken naar haar eigen aandeel in wat haar is overkomen. Zo kwam ze erachter dat ze ook voor haar moeder naar YWCC ging. Dat heeft ze moeten leren loslaten. Zorgen voor anderen kan een valkuil zijn, zo heeft ze geleerd.

#### *Getest worden*

Er waren toch ook negatieve dingen bij YWCC. Op een gegeven moment werd ze “getest”, legt ze uit. Omdat bekend was dat ze zich thuis niet gehoord voelde, gingen de coaches haar expres negeren om haar terug in dat gevoel te krijgen. “De bedoeling was dat mijn behandelaar dan in zou gaan op hoe ik daarmee omging.” Ze heeft zich daarin “heel erg naar” gevoeld. Ergens denkt ze wel dat het nodig was, zodat ze konden zien hoe ze thuis was. En dat klopte ook wel, ze trok zich helemaal terug. Haar lievelingscoach vertelde achteraf dat hij heel naar vond om te doen en hij troostte haar ook. Ook vond ze dat sommige coaches, die jonger waren dan zichzelf, niet zuiver waren als ze het leeftijdsverschil benoemden.

### *Groepssessies*

De groepssessies vond ze heel fijn omdat ze daar boos mocht worden. Dat is iets wat ze niet snel doet en ze counselor daagde haar uit het wel de worden. Hij pakte haar hard aan "maar met een lijn van liefde die ik voelde". En dat gaf haar de vrijheid om haar boosheid ruimte te geven. Dat was fijn en een goede kennismaking met haar boosheid.

### *Ouderprogramma*

Het ouderprogramma werd gevolgd door haar ouders en hun partners. Vooral de band met haar stiefvader heeft het enorm goed gedaan. Dat ze nu bij hem in huis woont zegt iets over de liefde die ze voor elkaar voelen. Ook voor de relatie met haar vader was het goed, maar toch zijn ze uit elkaar gegroeid. Ze wil wel weer een band met hem opbouwen maar heeft het gevoel dat het alleen van haar komt. Ze zet het daarom op een lager pitje. Ze kan het loslaten, piekert er niet meer over. Hetzelfde geldt voor de relatie met haar broers.

### *Ik leef gewoon*

Nu kan ze genieten van het leven. Als ze wakker wordt en het zonnetje schijnt denkt ze "yes, ik ga lekker werken". Ze heeft het gevoel dat ze een andere Jeanne is dan voor de behandeling. Als voorbeeld geeft ze dat haar nieuwe vriend (een onwijs leuke jongen) haar totaal niet herkend in de confrontatiebrieven die haar ouders aan haar schreven. Ze is veel rustiger, kan dingen makkelijker loslaten en geeft aan wanneer ze iets niet fijn vindt "Ja, ik leef gewoon", vat ze samen.

### *Soort gebed*

Wat ze nu nog wel gebruikt is "een soort gebed" dat werd uitgesproken voor de groepssessies. Dat gebed was "accepteer wat je niet kunt veranderen". En dat gebruikt ze nog steeds. Er zijn dingen die ze niet kan veranderen, zoals de dood van haar moeder, "maar ik kan er wel over praten. Ik ben aan het rouwen en ik ben verdrietig maar ik kom wel gemakkelijker mijn dagen door dan eerst".

Wat ze ook doet is bij moeilijke situaties of wrijving met andere kijken naar wat haar eigen aandeel erin is. En ook vragen om hulp, dat is ook belangrijk. Dat merkte ze deze week weer, toen ze er met haar financiën niet meer uitkwam. Ze is toen met haar stiefvader gaan praten en samen zochten ze naar een oplossing. Dat zou ze vroeger nooit gedaan hebben. Ze is YWCC dankbaar. Af en toe stuurt ze nog een kaartje.

### *Na YWCC*

Na het nazorgprogramma is ze langzaam weer begonnen met werken. Ze kreeg weer een 0-urencontract in de kinderopvang. Ze wilde dat omdat ze langere tijd verlof wilde kunnen nemen voor haar moeder. Dat was ook nodig want haar moeder overleed niet lang erna. Daarna heeft ze vrij snel weer (ander) werk opgepakt en dat doet ze nu nog steeds. Ze merkt op dat het werken, de structuur, ook belangrijk is voor haar. Er was een periode waarin ze 24 uur per dag met haar moeder was. Dat was niet goed. Nu werkt ze, is de hele dag van huis. En als ze thuiskomt gaat ze gezellig eten en bijpraten. Haar nieuwe vriend woont zelfstandig en zij slaapt heel vaak bij hem. Ze komt thuis om te eten, te wassen en het contact met haar stiefvader te onderhouden.

Ze heeft de meeste van haar oude vrienden achter zich gelaten. Die ziet ze niet meer, behalve één vriendin met wie ze op de opleiding zat. Na YWCC heeft ze het contact met haar aangehaald. Eigenlijk zijn ze toen pas echte vriendinnen geworden. Ze is veel opener geworden, alles is nu bespreekbaar. Voorheen zag ze haar ook wel maar vertelde ze eigenlijk niets, ook niet als het slecht met haar ging. Dat is dus veranderd, "als ik verdrietig kan ik het gewoon zeggen en dat is goed." Komende zomer gaan ze samen een reis maken door Indonesië.

Binnenkort gaat ze starten met rouwtherapie, ook via de huisarts. Ze had het aanvankelijk uitgesteld, "oud gedrag" noemt ze het, maar gaat er nu toch aan beginnen. Er is nog verdriet en ze heeft behoefte erover te praten.



Onderzoek  
naar welzijn,  
zorg &  
verslaving

Rapportage

*Last van me afgevallen*

In zekere zin heeft de door van haar moeder haar ook bevrijd van een last. Het lijden van haar moeder is ook haar lijden geweest. En nu ze is overleden kan ze zich weer beter op haar eigen leven focussen.

### 5.2.6 Herstelverhaal Gino

#### Gino: *“Ik ben al iemand.”*

Gino (22) meldt zich in 2016 aan bij YWCC (locatie Ardennen). Hij kampt met depressie en een lage eigenwaarde en ligt hele dagen op de bank te slapen. Hij is transgender en hoort bij YWCC dat hij trekken van borderline heeft. Zelf heeft hij het gevoel dat zijn leven niet verder ontwikkelt. Zijn jongere zus is eerder in behandeling geweest bij YWCC en vond het ook wel iets voor Gino.

#### *“Het ging sowieso niet goed”*

Toen Gino vijf jaar oud was ging hij al naar een psycholoog. De aanleiding hiervoor is niet helemaal duidelijk, maar de psycholoog vroeg hem of hij niet liever een jonge wilde zijn. Dat begreep Gino niet zo goed, want ‘ik ben toch gewoon een jongen?’ Vanaf dat verwarrende gesprek was hij veel bezig met zijn genderidentiteit. Hij kon er niet goed mee omgaan en was veel bezig met wat hij nou eigenlijk was: “Ik wist niet waar ik zat op die schaal van man tot vrouw, ik wist wel dat ik geen vrouw was, maar wat ik wel was wist ik niet. Ik voelde me ook geen man.” Hij had in deze tijd veel ruzie met zijn ouders. “Om niks eigenlijk, als ik iets niet goed deed, zoals iets te hard neerzetten op tafel, dan werd pappa boos, dat sloeg helemaal nergens op.” Pas toen hij 16 werd, vertelde hij over zijn interne strijd aan zijn ouders. Gino ziet deze lange zoektocht naar zijn identiteit als een belangrijk deel van de kern van zijn depressie problemen.

Toen hij 17 was, kreeg hij een relatie met een meisje en “dat ging echt niet goed”. Gino geeft aan dat hij vaak over zijn grenzen heen ging in die relatie. Het begon met kleine dingen. Ze vroeg hem bijvoorbeeld om mee te gaan winkelen en dan zij hij ‘ja’ terwijl hij eigenlijk geen zin had. Dit werd eigenlijk steeds erger. Uiteindelijk mishandelde (slaan) zij hem regelmatig als hij dingen niet deed zoals (of wanneer) zij dat wilde, zoals seks. Omdat hij zich schaamde voor deze situatie, zei hij tegen zijn vrienden dat hij door zijn vader werd mishandeld. Hij kreeg ook contact met de leerplichtambtenaar en deze had begrip voor de situatie en stond toe dat Gino veelal afwezig was op school.

Gino had een hekel aan school. Hij dacht zelf dat als hij van de middelbare school af zou zijn het een stuk beter met hem zou gaan. Dat bleek niet het geval. In de zomer na het halen van de havo zat hij veel thuis: “Ik deed eigenlijk niks, ik sliep alleen maar op de bank en deed niets productiefs, het ging sowieso niet goed.” Hij was ‘harstikke’ depressief en kwam hier niet uit.

In deze periode kwam zijn zusje net terug van YWCC en zei dat het ook wel wat voor hem zou zijn. Zijn ouders waren het er ook wel mee eens en hij besloot zich aan te melden. “Ik wist zelf ook wel dat het niet goed ging.” Na de middelbare school heeft hij de zomer nog met zijn ouders doorgebracht en is daarna direct naar de kliniek in de Ardennen gegaan.

#### *“Ik was echt superbang van alles en iedereen”*

Na de zomer begon Gino bij YWCC en dit vond hij wel ‘heftig’. Hij was bang en keek een beetje de kat uit de boom de eerste paar weken. Dat ging wel steeds beter. Een belangrijk moment kwam nadat hij twee confronterende brieven had gehad (van zijn oma en zusje) en hij ‘stilte’ kreeg. Dit betekende dat hij 24uur niets mocht zeggen, maar wel moest meedoen aan alle activiteiten. “Dat was wel shit.” De reden was dat hij niet goed bij zijn gevoel kon komen. Hij reageerde wel op de brieven, maar hij denkt dat hij de ‘stilte’ kreeg om het te versterken. “Als je alles mee moet doen en niks kan zeggen over wat er gebeurt en wat je kwijt moet, dan wordt het heftiger, dat bouwt alleen maar op.” Hij had van zijn zusje al gehoord dat ze dat soort dingen deden en hij wist dus ook dat het zou komen. Hij vond het niet leuk, ‘maar het was wel nodig’.

*“Het waren veel prikkels maar ik heb wel echt het gevoel dat het me geholpen heeft”*

Gino had heel vaak 1 op 1 met zijn behandelaar in combinatie met sporten (na de sessie). Hij geeft aan dat hij het fijn vond om die gesprekken te kunnen verwerken tijdens het sporten. Wat hij zich ook nog goed herinnert is een groepsessie ‘Drama en doen’ waarin hij verschillende situaties moest naspelen. In een van zijn laatste weken moest hij zich voorbereiden op zijn thuiskomst en een situatie spelen waarin hij aan zijn vrienden moest vertellen wat er werkelijk gebeurd was; dat hij had gelogen over zijn vader. “Dat was best wel heftig maar het maakte het wel makkelijker.”

Gino heeft eigenlijk geen kritiek op de behandeling bij YWCC. Er waren wel wat dingen die hij op het moment niet leuk vond, maar wat hij achteraf wel goed vindt. Een van de belangrijkste dingen, waar hij nu nog steeds wat aan heeft, was toen een behandelaar tegen hem zij: “Ja maar Gino, jij bent toch al iemand.” Toen viel alles op zijn plek voor hem, want hij wist niet wie hij was. “Dat was heel raar, maar wel mooi.”

*“Als er iets is dan kan ik gewoon bellen of appen”*

Thuiskomen na YWCC was heel raar voor Gino. Hij had het gevoel dat er bijna niemand om hem heen was. In de kliniek is er altijd wel iemand (ook fellows) met wie je kunt praten of tegen wie je je kunt uitspreken. “Thuis is dat echt anders, die mensen hebben niet geleerd om te praten. Het niveau van gesprek ligt heel ergens anders. Dan wordt er gepraat over het weer of zo.” Mede hierom is Gino extra lang blijven meedoen met het nazorg traject. Hij is een half jaar tot een jaar blijven meedoen (elke week) in plaats van de gebruikelijke 10 weken. Dat is eigenlijk niet de bedoeling, “maar het mag wel”. Op een gegeven moment moest hij zelf zijn reiskosten (30 euro retour) betalen van zijn ouders en toen is hij niet meer gegaan. Hij geeft wel aan dat hij er toen ook wel eigenlijk klaar voor was. “Ook nu, als er iets is dan kan ik gewoon bellen of appen om langs te komen, dat is geen probleem.” Gino heeft nog twee of drie keer meegedaan met de nazorg, wanneer hij er ‘even behoefte aan had’. Nu heeft hij sinds kort een coach waar hij af en toe mee kan praten als hij de behoefte heeft. Hij heeft deze coach één keer gezien (bij de intake) en heeft binnenkort een gesprek samen met zijn moeder.

Gino is vrij snel gaan werken. Eerst een baantje in een magazijn waar hij moest sorteren, dat vond hij eigenlijk niks. “Ik moest veel ’s nachts werken en dan viel ik soms bijna in slaap bij de nazorg.” Hij heeft het een paar maanden volgehouden en kon daarna lekker op vakantie. Vervolgens heeft hij een paar losse baantjes en tijdelijk klusjes gedaan en is hij begonnen aan (en gestopt met) een studie. Op dit moment werkt hij fulltime in een fabriek en dat “is best wel saai”. “Dat is wel tijdelijk, ik hoop dat ik binnenkort hier [bij YWCC] mag gaan werken als coach.” Hij moet nog een brief sturen en als dat niks wordt, wil hij waarschijnlijk gaan studeren, hoewel hij eigenlijk wel een hekel hieraan heeft.

Hij heeft het gevoel dat de problemen die hij had voordat hij bij YWCC kwam niet meer spelen. “Als ik die problemen nog ervaarde, dan was ik niet gaan werken.” Hij functioneert goed en dat is een wereld van verschil met hoe hij vóór zijn opname was. Het enige wat hij nu nog wil veranderen is het soort werk wat hij doet.

Sinds een half jaar woont weer bij zijn ouders. Hij woonde even kort op zichzelf toen hij studeerde, maar dat ging niet meer zonder studiefinanciering. Op zichzelf wonen vond hij wel fijn en dat ging goed “ik kon gewoon voor mezelf zorgen”. Hij is met de studie (sportkunde) gestopt, omdat hij het niet leuk vond. Hij haalde de vakken net, maar zag het niet zitten om na het eerste jaar verder te gaan.

Thuis gaat het nu op en af. Zijn vader ziet hij niet veel, die is veel op pad, en met zijn moeder gaat het soms wel goed en soms niet. “We hebben niet echt ruzie of zo, maar het is meer gewoon ongemakkelijk of irritaties.” De relatie met z’n zus vindt hij lastig “ze is wel een beetje veranderd, maar ik vind niet dat ze echt in herstel is”. Gino vindt dat ze nog steeds hetzelfde is. Als ze niet op school is, slaapt ze de hele dag en ze ‘manipuleert en liegt’ nog steeds. Hij vindt het best wel gek om dingen van zichzelf in een ander te zien, maar geeft

aan dat hij het zelf niet meer nodig heeft. Over zijn vriendschappen is hij ook tevreden. Hij heeft een fellow waar hij regelmatig mee belt en heeft ook vrienden van buiten YWCC. “Ik heb gewoon leuke vrienden en dat is allemaal prima.”

*“Als ik me kut voel, dan is dat geen terugval maar dan hoort dat erbij”*

Gino geeft aan dat hij tegenwoordig anders aankijkt tegen veel dingen. “Ik dacht eerst dat alles aan iedereen lag en niet aan mij, of dat alles aan mij lag, altijd één van de twee. Nu zie ik in dat ik overal een eigen aandeel in heb en dat niet alles wat er gebeurt mijn schuld is.” Ook geeft hij aan dat hij dingen veel sneller aanpakt. Hij had pas last van zijn knie, maar hij wil binnenkort ook een marathon gaan rennen, dus besloot hij om gelijk een fysio in te schakelen. “Als ik merk dat er iets niet gaat zoals het moet gaan, dan ga ik hulp zoeken.” Er zijn wel nog dingen die hij spannend vindt, maar echte risico's of valkuilen ziet hij voor zichzelf niet. Een terugval ziet hij niet meer gebeuren. “Iedereen heeft z'n ups en downs, maar bij mij zijn ze wat heftiger. Maar dat hoort bij mij en dat is oké. Als ik me kut voel, dan is dat geen terugval maar dan hoort dat erbij.”

Ten slotte zou Gino graag weer op zichzelf wonen, maar hiervoor moet hij eerst nog wat schulden afbetalen aan zijn ouders. Het is niet veel (zo'n 1.000 euro) maar hij kan dit nog niet in één keer betalen. Hij hoopt aan het einde van dit jaar weer op zichzelf te gaan wonen. Dan wil hij of bij YWCC gaan werken, of gaan studeren “en daarna zie ik het wel”. “Ik moet even kijken hoe ik dat ga inrichten. Ik heb geen diploma, maar ze hebben soms vacatures voor ervaringsdeskundige, maar ik heb al een tijdje niet gekeken.” Hij weet nog niet goed wat hij precies moet kunnen of doen om daarvoor in aanmerking te komen, maar het lijkt hem wel erg leuk.



## 5.2.7 Herstelverhaal Britt

**Britt: “Als ik niet bij Yes We Can Clinics was geweest, dan lag ik onder de grond.”**

Britt was anderhalf jaar geleden in de kliniek. Ze was vijftien, erg depressief en suïcidaal. Door de behandeling kreeg ze weer motivatie om door te gaan met het leven, in ieder geval voorlopig.

*“Als ik iets wilde, was het voor de trein springen”*

Britt werd op school veel gepest. Op haar elfde is ze seksueel misbruikt. “Die twee dingen zijn een beetje de oorzaak van alles”, zegt ze. Voordat ze bij YWCC kwam, zat Britt “diep in de put. Ik wilde niets. Als ik iets wilde, was het voor de trein springen. Ik was heel depressief, suïcidaal. Alles was slecht. Ik kon niet met mensen omgaan. Ik deed aan zelfbeschadiging. Ik had heel veel angst, ik denk dat dat het vooral was. Angst voor het leven.” Ze piekerde en had paniekaanvallen.

Britt woonde thuis bij haar ouders. Haar oudere zussen woonden niet meer thuis. De sfeer was wisselend, soms hadden ze ruzie. Britts vader heeft autisme en vindt het moeilijk zijn gevoelens te uiten. Hij ging bijvoorbeeld liever samen naar het bos om te wandelen, dan thuis met elkaar kletsen. Haar moeder daarentegen bemoeide zich veel met Britts leven. “Ze wilden alles weten wat ik deed. Daar kon ik niet tegen. Dus ik begon met liegen, over alles wat je kan bedenken. Mijn leven was één leugen.” Britt ging naar school, ze deed vmbo-T en dat ging redelijk goed, zegt ze. Een half jaar voor de opname in de kliniek was ze verslaafd aan wiet, maar sindsdien heeft ze niet meer gebruikt.

Britt had een psycholoog bij de GGZ, waar ze heen was verwezen door een eerdere therapeut, voor wie haar problemen te ernstig waren. Ze had geen klik met de psycholoog, zegt ze. Britt had het idee dat ze weinig opschoten. “Het werkte niet.” De psycholoog gaf na een jaar aan dat ze Britt naar een kliniek wilde doorverwijzen. Britt schrok, want het kwam uit het niets. Van de GGZ had ze meer ondersteuning verwacht. Ze denkt achteraf dat ze meer uitdaging nodig had. De kliniek waarnaar de psycholoog doorverwees, was YWCC. Britt stemde ermee in om te gaan.

*“Ik heb vrij weinig uitgevoerd in de kliniek”*

De wachtlijst voor de kliniek duurde een half jaar. Britt keek ernaar uit naar de kliniek te gaan. “Ik dacht, dan ben ik een cool persoon die naar een kliniek is geweest en kan ik verhalen vertellen. Mijn moeder zei ook, je gaat op vakantie, je gaat sporten... Maar dat viel tegen.” Een week voor vertrek naar de kliniek werd Britt nerveus. “Ik lag de hele week in bed te janken, ik at niet. Heel veel stress.” Ze beseftte dat ze tien weken van huis ging, de eerste tijd zonder contact met thuis. “Ik wilde heel graag aandacht van mensen. Tegelijkertijd moesten ze met rust laten. Ik was gewoon een puinhoop.”

“Zwaar.” Dat vond Britt in één woord van de behandeling. Alles was nieuw, er kwam heel veel op haar af. Ze zat ineens met vijftig andere jongeren. In eerste instantie dacht ze: “Waar the hell ben ik beland? Wat is dit voor sekte? Allemaal van die rare yells en rare bewegingen. En heel veel sporten. Zeker voor een luie zak als ik.” Ze gingen iedere dag sporten. In het weekend waren er buitenactiviteiten. “Je moest ook heel veel praten opeens, in groepssessies en individueel.”

Positief aan de behandeling vindt ze dat er continu op je wordt gelet. “Dat is goed. Ik heb vrij weinig uitgevoerd in de kliniek, eerlijk gezegd. Daar heb ik wel spijt van, maar ik kreeg er ook wel de hele tijd op mijn kop voor. Je werkte continu aan jezelf. En je krijgt wel steeds hulp van die mensen. Ook al kwam het soms negatief over, waren ze wat grover of schreeuwden ze, je wist toch dat ze het goed bedoelden.” Britt was nog lang depressief: “Acht van de tien weken heb ik in de put gezeten.”

De Verbindingsdag vond Britt een leuke dag. Ze kon haar hart luchten naar haar ouders, met ondersteuning van de counselors. Ze kreeg weer motivatie voor de behandeling, waarna deze weer naar beneden ging. “De verbindingsdip noemen ze dat. Dan kom je weer uit die dip, dan heb je nog een paar weken voordat je naar huis gaat en heb je weer motivatie. Zo was het tenminste bij mij.”

Britt vindt het goed dat ze steeds weer op hetzelfde gedrag, haar zelfmedelijden, werd aangesproken. Zodanig dat ze dacht, dat zei je de vorige keer ook al. “Behalve de groepssessies en de banden die je hebt met fellows, coaches en behandelaren, is het eigenlijk tien weken continu hetzelfde. Je leert iets nieuws, maar als je het blijft herhalen, gaat het in je systeem zitten.” Op die momenten dacht ze, nee, alweer, maar nu denkt ze dat de herhaling goed was.

Positief vindt Britt ook de hechte band die ze kreeg met andere fellows en met de coaches. “Het is alsof je elkaar al jaren kent. Je weet zoveel van elkaar, dat is echt heel bijzonder. Dat vind je verder nergens. Door het vertrouwen in elkaar durf je dingen te vertellen die je aan niemand anders vertelt. Andere fellows vertellen jou weer dingen waar je ook van kan leren.” Ze had veel moeite om zich open te stellen naar de coaches, maar met één coach had ze een goede klik en praatte ze veel.

Lastig vond Britt het praten over het seksueel misbruik dat ze meemaakte. Al in de tweede week van de behandeling begon de behandelaar erover. Terwijl Britt het pesten zelf al grotendeels een plek had gegeven, had ze nog moeite met het seksueel misbruik. Ze kon er niet in detail over praten, zoals de behandelaar vroeg. Maar dat er serieus mee omgegaan werd, dat vond ze goed. Wat Britt soms ingewikkeld vond tijdens de opname was of ze beschouwd moest worden als verslaafde of niet.

Negatief vindt Britt dat ze een groot deel van de behandeling niets deed, wat ook aan haar zelf ligt. Ze moest opdrachten doen in een werkboek over haar ervaringen, maar daar heeft ze weinig aan gedaan. Ze voelde zich tijdens de opname “verschrikkelijk”, vond het veel en moeilijk. “Maar achteraf was het hartstikke top, echt prima.” Ze heeft gemerkt dat niet verder komt als je zelf niet wil. “Als je zelf niets doet, dan gebeurt er niets. Ze houden je simpelweg een spiegel voor.” Ze vindt dat goed. “Ik kreeg ook genoeg te horen dat ik meer moest doen. Maar ik ben altijd heel eigenwijs geweest.”

Britt heeft wel iets aan de behandeling gehad, vindt ze. “Ik ken mezelf veel beter. Als ik me nu rot zou voelen, kan ik gemakkelijk bedenken waardoor dat kan komen. Dat kon ik eerst echt niet. Dat was echt een mysterie voor mij.” Ze heeft heel veel geleerd in de kliniek, zegt Britt. “Dat leer je niet bij de GGZ, echt niet. Je leert veel over jezelf, maar ook algemeen hoe (het bij) een mens werkt.” Daarnaast heeft ze enkele contacten met mede-fellows overgehouden. Ze kan niet aanwijzen aan wat of wie ze het meest gehad heeft. “Het is niet één ding. Het is een mix van alles, de fellows, de band met de fellows, de coaches, de activiteiten, alles hangt samen.”

*“Het is net voldoende om door te gaan”*

Britt ging na de opname nog ongeveer vijftien weken naar de nazorg. Het ging wisselend. “In de tijd van nazorg heb ik lichtere dipjes gehad. Ik kwam er gemakkelijk weer bovenop. Een of twee maanden later ging het echt supergoed, ik was positief, Yes We Can! Ik dacht heel therapeutisch, gebruikte bepaalde termen. Maar daarna zat ik weer diep in de shit.” Nog tijdens de nazorg werd Britt heel depressief en ging zij zichzelf weer beschadigen. Ongeveer een half jaar ging het heel slecht met haar. Ze hield het voor zichzelf. “Dat is dus heel slecht en moet je niet doen.” Volgens Britt kwam de depressie mede door de stress van het weer naar school gaan en dingen moeten inhalen.

Tijdens de periode dat het slecht ging met Britt, had ze enkele keren een afspraak met een therapeut. Ze merkte dat ze zich juist slechter ging voelen door weer over dingen na te moeten denken. Achteraf denkt Britt dat zij wel hulp nodig had op dat moment, maar toen

wilde ze het liever alleen doen. “Ik dacht dat ik het allemaal wel wist, na de behandeling bij YWCC.” Vanuit de kliniek was wel hulp aangeraden, onder meer alsnog om een juiste diagnose te stellen.

Toen het nieuwe schooljaar begon, had Britt vooral de behoefte zich te richten op school en niet bezig te zijn met therapie. Dat ging goed. “Ik had al tegen mezelf gezegd, niet zo overdrijven, niet zo janken, doe gewoon je ding. Even geen behandelaars, geen therapeut, even niets. Even rust. En eigenlijk ging het heel goed.” Britts mentor op school vroeg op een gegeven moment of ze niet nieuwe hulpverlening moest regelen. Het pushen door haar mentor vond Britt onprettig. Ze stemde ermee in om te gaan kijken naar gezinstherapie. Britt gaf aan geen individuele therapie meer te willen, omdat het nu goed met haar ging. Uiteindelijk is de mentor er niet op teruggekomen.

Wat was de invloed van de behandeling op haar leven? Britt: “Als ik niet bij YWCC was geweest, dan lag ik onder de grond.” Ze denkt er niet meer bewust aan, maar heeft door de behandeling de zin van het leven weer ontdekt. “Het leven had weer zin. Door de tien weken dat je daar hebt gezeten, heb je toch weer gezien, zie je wel, het lukt wel. Je leeft toch.” De positieve reactie van mensen in haar omgeving hielpen ook. “Ik merkte ook aan de mensen thuis, dat ze dachten, ah, het gaat weer beter. Daar krijg je een goed gevoel van, bewust of onbewust. Dan krijg je ook motivatie om door te gaan. Om dingen te gaan doen, dingen te bereiken, doelen te stellen.”

Wat betreft de toekomst, zegt Britt: “Ik heb het doel om in ieder geval dertig te worden. Dat klinkt misschien heel stom, maar dat is een hele grote stap voor mij. Sowieso, om vooruit te denken.” Voorheen dacht ze niet dat ze ouder zou worden dan zestien. Voor Britt is doelen stellen heel lastig. Heeft ze er vertrouwen in? “Ik kan niets beloven.” Het is nog zo ver weg, dertig jaar worden.

Britt woont nog thuis. Het gaat prima, zegt ze. Ze kan beter haar grenzen aangeven naar haar moeder. “Als ik ruimte nodig heb, kan ik dat nu ook aangeven, op een normale manier.” Haar moeder heeft op haar beurt dingen meegekregen uit het oudertraject. Britt werkt in de brasserie waar ze eerder ook werkte. Haar collega was blij dat ze terugkwam, dat vond ze fijn. Ook heeft Britt een betere band gekregen met haar baas, doordat ze iets opener is. De verantwoordelijkheid die ze heeft in het werk voelt goed. Britt zit nu in het examenjaar van school. Het gaat goed. Het is rustiger dan vorig jaar, na de opname. Ze denkt dat ze gaat slagen.

Britt vindt het prima om geen hulp meer te ontvangen. Ze kan zich zo ook beter richten op school. Rondom haar school gebruiken veel jongeren middelen, maar daar heeft ze geen last meer van. Ze wil geen wiet of andere middelen meer gebruiken. Ze heeft een enkele vriend waarmee ze een hele hechte band heeft. Britts meeste vrienden wonen in de plaats waar ze naar school gaat, een andere plaats dan waar ze woont. Volgend jaar wil ze in die plaats een lerarenopleiding gaan doen.

Op dit moment geeft Britt haar leven “een zesje.” Ze heeft nog steeds niet het mooie leven dat ze wil, zegt ze. “Maar het is wel net voldoende om door te gaan. Ik heb het onder controle.”

### 5.2.8 Herstelverhaal Mervin

#### **Mervin: “Toen ik in dat busje stapte, toen begreep ik het pas.”**

Mervin is 21 jaar en startte iets meer dan een jaar geleden zijn traject bij YWCC. Hij heeft een geschiedenis met veel (jeugd)hulpverlening, verslaving en incidenten met agressie en criminaliteit. Toen hij 18 werd, kwam hij niet meer in aanmerking voor jeugdzorg en moest hij zelf keuzes maken over zijn begeleiding. Na twee jaar van intens cannabisgebruik, rondzwerven en veel contact met de politie, kwam hij terecht bij YWCC.

#### *“Ik leefde niet bewust”*

Mervin heeft van zijn 7<sup>e</sup> tot zijn 18<sup>e</sup> in internaten (voor kinderen met gedragsproblematiek) geleefd. Hij was dan alleen in het weekend (eens in de 2/3 weken) bij zijn ouders. Na het eerste internaat is hij bij een pleeggezin geplaatst, daar heeft hij ongeveer een jaar gewoond. Vervolgens werd hij weer geplaatst in verschillende woongroepen van jeugdzorg, waaronder ook een gesloten afdeling. Vanaf zijn 18<sup>e</sup>, toen jeugdzorg hem niet meer kon vasthouden, kreeg hij de keuze om vrijwillig mee te doen aan een project van de reclassering, waar hij op dat moment cliënt was. Mervin wilde dat echter niet en heeft zich bij zijn moeder ingeschreven. Hij was echter vaak ergens anders en sliep ook voor lange perioden bij vrienden in een schuurtje. “De eerste keer was het voor de grap omdat ik niet stoned naar huis wilde, maar na een tijdje werd het normaal om daar te slapen.”

Mervin had niet veel te doen en de band met zijn moeder was niet goed. Hij was erg agressief richting haar en er was in die tijd ook vaak contact met de politie. “Ik had drugsproblematiek en deed gewoon wat ik wilde”. Hij blowde erg veel en ging vooral om met de mensen die hij uit het internaat kende. “Ik leefde niet bewust, ik was niet bezig met school of een baan of het ontwikkelen van mijn talenten. Ik dacht ik doe gewoon wat ik wil en dat is genieten, ofwel blowen.” Hij had verschillende baantjes via uitzendbureaus, maar raakte deze al snel kwijt omdat hij te laat kwam of niet kwam opdagen.

Dit heeft hij zo'n 2 jaar vol gehouden. In die tijd is hij vaak opgepakt (inbreken, overval) en heeft hij zo'n 8.000 euro schuld opgebouwd. Hij realiseerde zich steeds meer dat het niet goed ging en dat hij wilde veranderen. Zijn reclasseringswerker adviseerde hem toen om YWCC eens in overweging te nemen. Hij zocht toen zelf de website van YWCC op en vond het er ‘mooi uitzien’ en besloot om zichzelf aan te melden. Hij had er ook al eerder van gehoord via mensen die hij uit het internaat kende, die waren best positief.

#### *“Hier werd ik boos en twee minuten later zat je in gesprek met een coach of een counselor”*

“Toen ik in dat busje stapte [naar YWCC], toen begreep ik het pas... alles kwam naar boven, ik schrok van mijn eigen reactie, ik moest heel hard huilen.” Mervin had het gevoel dat de opname precies op het goede moment kwam. Hij had een sterk gevoel dat er iets niet klopte in zijn leven maar het lukte hem niet om er zelf iets aan te veranderen. Bij het eerste gesprek met YWCC (“ik weet niet meer of ik eerst gebeld had of dat ik langs ben geweest”), had hij gelijk een goede klik en vond de mensen heel aardig. “Op het internaat daar heb je ook hele lieve leiding, mensen met een hele goede instelling. Maar hier was het een hele andere wereld, een hele andere instelling van de mensen.”

Mervin herinnert zich vooral de 1 op 1 gesprekken (met een behandelaar) waarin hij praatte over waar zijn problemen vandaan kwamen. Hij heeft een verleden met veel hulpverlening (jeugdzorg) en was vaak erg boos en agressief. Daar heeft hij veel over geleerd. “Ik ben twee keer echt boos geworden bij YWCC, maar dat voelde gewoon niet echt.” Wat hem veel inzicht gaf was het zien van andere mensen in de groep die boos werden. “De omgeving was perfect en toch werden mensen boos, dan gingen ze schelden en met stoelen gooien. Ze waren buiten zichzelf, soms leken ze wel bezeten. Maar er was geen reden om boos te zijn, de mensen zijn heel aardig en je krijgt een nieuw leven, dus waarom zou je dan boos worden.” Hier is zijn agressie dan ook echt verdwenen.

Het viel hem ook op hoe andere kinderen in de groep veranderden, vooral in de kringvergadering. Volgens Mervin helpt het veel dat je anderen ziet veranderen. "Als het ene kind verandert, zie je anderen ook veranderen." Hij zag mensen allemaal emotionele momenten meemaken, bijvoorbeeld tijdens het krijgen van confronterende brieven van hun ouders. Dit werd dan besproken en daardoor ging hij zelf ook nadenken over zijn leven. Als hij ergens mee zat ging hij vaak even buiten een rondje lopen en dan liep er ook altijd een counselor of coach met hem mee, waarmee hij kon praten. "Op het internaat, als ik boos werd, moest ik voor straf naar mijn kamer, daar moest je dan soms 2 weken zitten. Maar hier werd ik boos en 2 minuten later zit je in een gesprek met iemand [van YWCC]." Er was voor Mervin altijd een counselor of coach die hij kon aanspreken om ergens over te praten.

Wat hij wel soms moeilijk vond, was hoe druk het was met alle kinderen in de kliniek (zo'n 60 kinderen per groep). "Je gaat naar jezelf kijken én je moet jezelf beschermen tegen al die andere kinderen." Hij wist niet goed wie hij kon vertrouwen. Hij had het gevoel dat hij zich soms anders moest voordoen tegenover andere kinderen en had wel eens een opstootje met een andere fellow. Buiten dat vond hij de behandeling perfect bij hem passen en kijkt hij positief terug op alle aspecten van de behandeling. "Sommige dingen waren niet leuk of gingen niet goed, maar dat lag aan mijzelf. Ik stond er niet open voor of was niet klaar."

Mervin heeft ook de nabehandeling gedaan. Toen hij klaar was met zijn traject in de kliniek vond hij het nog steeds moeilijk om over zijn gevoelens te praten. Als hij bij de nabehandeling meetings kwam, zag hij weer mensen met wie hij daarover kon praten. Hij kon daar praten over waar hij op vastliep en hij kreeg feedback op dingen die hij meegemaakt had. Als iemand bijvoorbeeld iets vervelends had gezegd waar hij mee zat, dan kreeg hij op de meeting te horen hoe hij daar mee kon omgaan, dat vond hij fijn.

*"Er zitten twee coffeeshops in mijn straat, maar ik hoef dat niet meer"*

Na de behandeling was hij voor eerst in 2 jaar clean. Hij had wel nog schulden, amper kleding en bij zijn moeder wonen was geen goede optie. YWCC heeft toen voor hem contact opgenomen met NovaFarm-Grip voor een vervolgtraject. Hij kon terecht in een paardenmanege [zorgboerderij]. Ze hadden daar twee zorgplekken waar hij kon werken en wonen in een omgebouwde zeecontainer. "Ik was daar heel blij, maar het was ook heel raar, omdat ik niet meer wist wie ik was. Mijn hele leven was over de kop geslagen." De behandeling bij YWCC had flink wat impact gehad op Mervin en hier moest hij nog even aan wennen.

Het werk op de manege vond hij erg leuk, ook kon hij daar sporten en hij kreeg een bewindvoerder die hem hielp met zijn schulden. Wat hij wel opmerkte was dat zijn buurjongen (in de andere zeecontainer) bij de manege blowde, dat vond hij best wel moeilijk. "Ik ging daarover nadenken en dacht op een gegeven moment, 'het kan toch wel, zo erg is het niet.'" Na een half jaar op de manege is hij weer gaan blowen, hij had een terugval.

Op het moment van zijn terugval waren er al allerlei dingen geregeld om naar school te gaan en om een eigen woning te krijgen. Mervin zou een appartement krijgen in de stad, de school was betaald en hij had van zijn vader wat geld gekregen. Voor hij het wist had hij weer 600 euro aan cannabis opgemaakt, ook dronk hij alcohol erbij. Een voorwaarde (van Novafarm Grip) om het appartement in de stad te krijgen, was dat hij een schone [geen drugs] urinecontrole moest hebben en dat had hij niet. Toch heeft hij een tweede kans gekregen en die heeft hij met beide handen aangepakt. Hij was weer twee maanden clean en haalde de urinecontrole. Hij kreeg zijn huis en heeft nu, zo'n 4 maanden, geen drank of drugs meer aangeraakt.

In de periode bij de manege heeft Mervin ook het geloof gevonden. Hij vond een boek over de bijbel in de zeecontainer, dit raakte hem en hij begon hier steeds meer over te lezen. Vervolgens had hij onderweg naar een afspraak met de school waar hij heen zou gaan een indrukwekkende ontmoeting met een Jehova's getuige bij de bushalte. De man met wie hij

sprak gaf hem een bijbel, iets waar hij net naar op zoek was. Hij leert nu steeds meer over 'de waarheid' en krijgt af en toe nog bezoek van de man die hem de bijbel gaf en gaat soms ook met hem mee naar de gemeenschap. Hij merkt dat veel dingen zijn verdwenen sinds hij leert over God en het geloof. "Er zitten twee coffeeshops in mijn straat, maar ik hoef dat niet meer, dat is totaal verdwenen nu, mijn agressie is ook verdwenen." Zijn verslaving en de andere problemen die hij had heeft hij nu geen last meer van, zijn grootste opgave nu is zich over te geven aan God.

Het appartement in Eindhoven bevalt hem goed. Hij doet alles (boodschappen, koken, schoonmaken, sporten) zelfstandig en krijgt twee uur per week begeleiding vanuit Novafarm. Hij praat dan vooral over een aantal blokkades die hij nog moet doorbreken: hij heeft nog niet genoeg draagkracht om zijn problemen van vroeger goed aan te kunnen. Mervin verwacht hier in de komende periode wel uit te komen. Daarnaast doet hij VAVO (mavo voor volwassenen) en dat gaat goed volgens hem. Zijn cijfers zijn niet heel goed, "maar die tellen maar voor 30%". Hij heeft wel een aantal vakken gehaald en verwacht dit jaar nog zijn diploma te halen. Wat hij daarna gaat doen weet hij nog niet goed. Hij wil zich vooral gaan richten op de bijbel. Hij weet nog niet wat hij gaat doen om een inkomen te genereren. "Ik moet wel werken of ik ga een lening aanvragen, of met een bijbaantje naar school. Misschien een andere opleiding, ik heb de kans om te studeren." Wat het gaat worden weet hij nog niet. Hij is nog veel bezig met zichzelf te vinden en vindt dat belangrijk voordat hij naar de toekomst kan kijken.

De band met zijn ouders is nu goed, die komen eens in de twee maanden op bezoek. De enige 'vrienden' die hij nu ziet zijn de mensen van de geloofsgemeenschap. Daar zijn veel aardige mensen die zich voor hem openstellen. "Ze doen allemaal hun best om mensen geestelijk te helpen." Voor Mervin is zijn toekomst nu onlosmakelijk verbonden met het dichterbij God komen. Dit zal hem helpen bij het verwerken van zijn verleden. "Ik verwacht dat ik uiteindelijk mijn angsten overwin, daarna kan ik pas mijn doel gaan bepalen."

### 5.2.9 Herstelverhaal Dewi

**Dewi: “Ik heb traumatherapie gehad voor alles wat er is gebeurd en gezegd bij Yes We Can.”**

Dewi was twee jaar geleden opgenomen bij YWCC, op haar 20<sup>e</sup>. Zij had meerdere zware depressies gehad. De behandeling was voor haar een nare ervaring, waar zij gebroken uit kwam. Inmiddels gaat het goed met haar, nadat zij in therapie ging, coaching kreeg en op zichzelf is gaan wonen.

*“Ik dacht, misschien is dit het wel”*

Vanaf haar vierde had Dewi al last van depressieve gevoelens. Ze vertelt dat ze in de afgelopen zeven jaar drie keer een zware depressie had. Ze was ook suïcidaal. Dewi werd al vroeg gepest op school. Op balletles zeiden ze tegen haar dat ze te dik was. Ook haar opa en oma hadden vervelende opmerkingen. Op de middelbare school werd Dewi voor hoer uitgemaakt en werd ze twee keer seksueel misbruikt door een jongen. Haar ouders zeiden tegen haar dat ze zich niet moest aanstellen. “Ik kon thuis niet over mijn gevoelens praten. En huilen was niet oké. Het was thuis niet fijn.” Dewi deed een poging tot zelfdoding en werd ook daarmee gepest. Ze ging naar een andere school, waar ze van het vwo naar de havo overstapte. Ze was 14 en “helemaal op”.

Dewi haalde haar havodiploma. Ze ging studeren. Dat ging goed, totdat haar vader een burn-out kreeg. De relatie met haar vader, vroeger heel *close*, werd minder. Haar moeder, die eerder zelf depressief was, zei dat ze het niet aankon, een depressief kind én een depressieve man thuis. Dewi's oudere zussen waren al het huis uit. In het tweede jaar van haar studie kwam Dewi weer in een depressie terecht. Ze was meestal bij haar vriend thuis. Ze had een psycholoog, maar deze zei dat ze uitbehandeld was en naar een kliniek moest gaan. Dewi bezocht toen steeds de huisarts om te zien of een crisisopname nodig was. Ze sneed zichzelf dagelijks. “Ik kraste hard genoeg zodat het pijn deed, maar zacht genoeg om het niet goed te kunnen zien.”

Na haar zelfdodingspoging had Dewi's moeder haar meegenomen naar een kinderpsycholoog. Maar ze was er goed in om te doen alsof alles goed ging. De psycholoog die Dewi tijdens haar studie kreeg, bood cognitieve gedragstherapie. Dewi moest zichzelf bijvoorbeeld complimenten geven, maar het werkte niet voor haar. “Het was niet zo dat mijn mindset veranderde, van, ik mag ik er zijn, of, ik ben niet lelijk.”

De dochter van een collega in haar bijbaan was bij YWCC geweest en dacht dat het misschien iets was voor Dewi. Na de intake bij de kliniek ging het iets beter met Dewi, doordat ze het gevoel kreeg dat er naar haar geluisterd werd. “Zelfs aan de telefoon met hen durfde ik te huilen. Terwijl ik altijd mijn tranen inhield en een lach op mijn gezicht zette. Maar daar prikten zij heel snel door heen. Ik dacht, misschien is dit het wel.”

*“Ik kwam gebroken thuis”*

Dewi heeft de behandeling als negatief ervaren. De eerst dag ging het al niet goed. Op de afdeling van Dewi bleken onder de vierenvijftig jongeren maar acht meisjes. “Ongeveer alle jongens kwamen op me afgestormd, letterlijk”, vertelt Dewi. “Ik dacht, wat is dit? Ik had heel veel last van paniekaanvallen en kreeg op dat moment een paniekaanval. Ik denk dat ik net tien minuten binnen was.” Twee meiden die in week tien van de behandeling zaten, haar mentoren, gingen met haar naar buiten en zorgden dat ze weer rustig werd. “Maar het was best heftig en er kwam ook helemaal geen coach bij. Dat was mijn eerste slechte ervaring.”

Dat je werd opgevangen door mede-fellows die al langer in de kliniek waren, vond Dewi goed. Ook had ze een goede band met haar behandelaar en met bepaalde coaches. “Daar kon ik altijd uithuilen.” Ze had bepaalde afspraken met hen die ze fijn vond. Bijvoorbeeld een speciale regeling dat ze bij een paniekaanval altijd naar buiten mocht. En vanwege haar

drang om zichzelf pijn te doen, bewaarde een coach haar scheermesjes en gaf deze aan haar als ze ging douchen. “Tot zover mijn positieve ervaringen.”

Met haar behandelaar ging Dewi kijken naar de oorsprong van haar depressies. Ze zijn bij haar deels familiair. Ze heeft met haar behandelaar een begin gemaakt met traumatherapie door middel van schrijven. Ze zijn gaan kijken naar de reden dat Dewi zichzelf kraste. Door de gesprekken zag Dewi in dat de fout niet bij haar lag en dat ze haar problemen niet overdreef, zoals haar ouders beweerden. Dit droeg eraan bij dat ze zichzelf geen pijn meer wilde doen en aan het eind van de behandeling voelde ze zich iets weerbaarder, “iets harder”.

Bij de groepssessies werden door de counselor “hele heftige dingen gezegd en er werd gescholden. Ik snap wel dat je een bepaald punt wilt bereiken bij iemand, om de bodem te raken, maar ik ben hypersensitief en iets kan me al snel raken. Daar werd geen rekening mee gehouden. Als ik keihard moest huilen, werd ik zwak genoemd. Of ik moest mee naar een berg en dan alles eruit gillen en huilen, dat soort rare dingen.” Ze voelde zich niet veilig. Ook niet bij mede-fellows. De dag dat ze aankwam hoorde ze dat een meisje bij een tandenborstel een scherpe punt had gemaakt waarmee ze iemand wilde steken. “Ik heb me geen moment veilig gevoeld.”

Van alles gebeurde er in de kliniek, zegt Dewi. Mensen liepen weg en hadden onderling relaties, al was dat verboden. “Ik hoorde van de jongens dat ze mij een leuk en knap meisje vonden en dat de meeste meisjes daar dat niet waren. En de meeste meisjes die daar zaten waren bi(-seksueel) of lesbisch, dus die zaten ook de hele tijd om me heen. Op een gegeven moment zei ik, jongens, ik vind het een compliment, maar ik trek dit niet.” Door alle opmerkingen en roddels kwam ook het seksueel misbruik weer omhoog. “Uiteindelijk heb ik traumatherapie gehad voor Yes We Can. Door alles wat er is gebeurd en gezegd daar.”

Dewi wilde naar huis, maar dat mocht niet. “Ze zeiden, je moet er doorheen. Maar ik ben er zover doorheen gegaan, ik kwam gebroken thuis.” Tot week acht is ze iedere week gebroken, zegt ze. De behandeling was meer op verslaving gericht en minder op gedragsproblemen. “Ik had geen verslaving. Dus iedere keer moest ik vragen, hoe zit dat dan voor mij? Het klopte niet voor mijn gevoel. Het is mooi dat ze iedereen willen helpen, maar handel er dan ook naar. Niet iedere jongere is hetzelfde. Voor mij was die behandeling veel te heftig.”

Hoewel Dewi nadrukkelijk had gezegd nooit te willen beginnen aan antidepressiva, kreeg ze deze toch. De medicijnen werden naar haar geïntroduceerd als slaapmiddel, “dus dat vind ik niet eerlijk gegaan.” Ze hielpen haar om te slapen, maar verder niet. “Ik werd er killer van. Ik moest nog wel veel huilen, maar verder ging alles een beetje langs me heen. En ik ben 15 kilo aangekomen bij Yes We Can.”

Terwijl haar ouders geen nazorg volgden, begon Dewi met de nazorg. Ze had geen klik met de begeleider aldaar. In week vier werd Dewi emotioneel toen een meisje als interventie symbolisch haar eigen graf moest graven en een rouwkaart naar zich toegegooid kreeg. De begeleider zei tegen Dewi: “Wat zit je nu te huilen, dit is toch goed voor haar. Het is vier weken na de opname en je reageert nog steeds zo (emotioneel).” Het was de druppel voor Dewi. Ze ging bovendien stage lopen, dus stopte met de nazorg.

Dewi: “De behandeling heeft me wel *iets* gebracht, ik heb mijn emotionele triggers leren herkennen en het heeft me echt mijn bodem laten raken, maar de manier waarop was voor mij niet te doen. Ik ben vooral heel erg gebroken en moest daarna weer gaan opkrabbelen.” Dewi’s moeder kreeg door de behandeling het gevoel gefaald te hebben als ouder en ging, net als Dewi zelf, naar een psycholoog.



*“Yes We Can Clinics was niet de manier voor mij, het was te hard”*

De eerste weken nadat Dewi terug was van YWCC ging het heel slecht. Dat begon toen ze naar huis zou gaan. Ze wilde vooral rust en haar vriend zien. Hem mocht ze pas in de negende week van de behandeling spreken, want men vond dat ze meer los van hem moest komen. Toen Dewi thuiskwam, had haar moeder toch allerlei mensen uitgenodigd. Ze kreeg een paniekaanval. Kort daarna kreeg ze ruzie met haar zussen en moeder. Tijdens de Verbindingsdag dacht Dewi dat haar ouders haar eindelijk begrepen, maar thuis bleek dat niet zo te zijn. Ze voelde spanning tussen haar ouders, die blijkbaar relatietherapie hadden gevolgd in de tussentijd. Haar moeder lette op alles wat ze deed. Ze is het huis uitgegaan.

Dewi liep stage. Het ging niet goed. “Ik kreeg weer nachtmerries en paniekaanvallen en kwam huilend thuis.” Haar studiementor regelde dat ze eens per week les had en thuisstude, dus meer rust. Dewi ging naar haar psycholoog, op aanraden van de kliniek. “Ik besprak het met haar, dit is niet goed, al mijn trigger punten gaan weer af.” Met de psycholoog is ze verder gegaan met emotieregulatie. En ze volgde EMDR-therapie voor haar trauma's: het seksueel misbruik, het pesten en de YWCC-opname. De kliniek had de EMDR geadviseerd. “Niet voor hen zelf, maar mijn psycholoog zag al snel dat ik daar ook een trauma had opgelopen.”

Dewi vond de traumatherapie slopend, maar zeer helpend. Ze kan de gebeurtenissen nu een plek geven. Ze kwam daarna bij een coach van een meidenproject. Een counselor van de kliniek had haar op het project geweest. Gedurende vijf maanden gingen Dewi en de coach verder met onder meer grenzen stellen. Dewi is enorm gegroeid met deze coach, zegt ze. “Zij heeft mij echt veel verder gebracht. Door haar ben ik nu zover dat ik sterk kan zijn en dat ik mijn kwetsbaarheid kan omarmen. Het is oké als ik moet huilen, dat is hoe ik ben.”

Met haar huisarts heeft Dewi langzaam de antidepressiva afgebouwd en dat ging goed. “Ik kreeg weer energie en ik voelde me vrijer en vrolijker. Ik moet wel mijn best doen om de kilo's kwijt te raken. Maar ik kreeg zin om aan mezelf te werken en dingen te doen en dat had ik daarvoor (met de medicijnen) absoluut niet.”

Via een familielid kreeg Dewi een eigen woning en ook daardoor gaat het steeds beter met haar. De eerste periode ging met ups en downs, zegt ze. “Soms zat ik huilend aan de telefoon met mijn coach. “Maar ik heb nooit meer willen krassen. Eén keer sneed ik me per ongeluk aan een plank en toen vond ik dat eerder fijn dan naar. Ik wist niet goed wat ik met dat gevoel moest en heb gelijk mijn coach gebeld. Het naar haar uitspreken hielp.” Op zichzelf wonen geeft Dewi de ruimte die ze nodig had. “Niet meer mijn ouders zo krampachtig om me heen, vooral mijn moeder, maar vrijheid.” Ze vindt het heerlijk om voor zichzelf te koken en haar eigen zaken te regelen. “Soms ga ik op mijn bek. Maar ja, dat hoort erbij als ik iets wil leren. En dat kan ik nu.”

Zoals ze het nu ziet, is ze naar YWCC gegaan “om gebroken te worden, mijn mindset te laten breken en me leeg te laten zuigen, tot ik echt niets meer was en vanaf daar moest ik opstaan. Ik was na de opname niet heel zwaar depressief meer. Ik kwam binnen met ‘ik wil er niet meer zijn’ en ging weg met ‘het gaat niet.’ Ik wilde na Yes We Can wel weer leven.” Ze is gaan opbouwen met haar psycholoog en coach. “Ik ben nu een nieuwe persoon. Maar Yes We Can was niet de manier voor mij, het was te hard voor mij.”

Het gaat goed met Dewi, “door de therapie, de coach en het op mezelf wonen.” Ze gaat met plezier naar haar werk en studie. De relatie met haar vriend gaat goed. Haar vriend kent haar nu heel goed. Dewi heeft een aantal vriendinnen bij wie ze altijd terecht kan, dat vindt ze beter dan veel oppervlakkige vrienden. Ze spreekt heel af en toe nog drie mede-fellows, met de rest had ze sowieso geen klik. Ze zou wel een 8 of 8,5 voor haar leven geven. Ze heeft voor haar studie een lening afgesloten om nu te kunnen genieten van het leven, want dat vindt ze belangrijk. “Lekker op vakantie, winkelen. Een feestje maken en alles vieren wat je nu kan vieren.”



Onderzoek  
naar welzijn,  
zorg &  
verslaving

Rapportage

Ze kijkt de positief naar de toekomst. Ze ziet zichzelf gaan samenwonen met haar vriend en hopelijk kinderen krijgen. Ze gaat volgend jaar afstuderen. “Ik heb daar ook gewoon allemaal zin in. Ik heb echt zin in het leven, mezelf ontdekken en doen waar ik zin in heb.”

### 5.2.10 Herstelverhaal Rosalie

#### Rosalie: **“We kunnen nu gewoon met elkaar praten thuis.”**

Vier jaar geleden, toen zij veertien jaar was, ging Rosalie naar YWCC. Zij had een laag zelfbeeld, verkeerde vrienden en gedragsproblemen zoals spijbelen, liegen en stelen.

#### *“Ik had eigenlijk gewoon nergens zin in”*

Rosalie had veel ruzie thuis, vooral met haar moeder. Waarom weten ze allebei niet goed. Met haar vader heeft Rosalie altijd een goede band gehad. Hij stond altijd tussen haar en haar moeder in. Rosalie hield zich niet aan de regels thuis. Ze liep regelmatig weg van huis. Haar ouders hebben wel eens de politie gebeld omdat ze niet wisten waar ze was. Rosalie hing het liefst buiten rond met vrienden, samen blowen. Ze had verkeerde vrienden, ze waren ouder dan zij, gebruikten drugs en kwamen met de politie in aanraking. Rosalie vond het spannend om met hen om te gaan.

Vanaf dat Rosalie elf of twaalf jaar was, ging het de verkeerde kant op. Ze had een ouder vriendje die haar lichamelijk mishandelde. Rosalie dacht dat het normaal was. Haar ouders zagen wel blauwe plekken, maar vroegen niet echt door. Ze vertelde het aan een vriend, die haar zei dat het niet goed was. Rosalie werd gepest op school. Ze spijbelde veel. Ze is “afgezakt” van havo/vwo naar vmbo-kader, doordat ze geen zin meer in school had. “Ik had eigenlijk gewoon nergens zin in.” Ze werd een paar keer intern geschorst op school. Ze kon dan niet meedoen aan de lessen, maar moest wel de hele dag aanwezig zijn. Ze haalde op het vmbo-kader goede cijfers en hoefde er niets voor te doen.

Rosalie heeft een jongere broer. Altijd als zij thuis ruzie had, stuurden zijn ouders hem, uit bescherming, naar boven. Hij zat dan te huilen op zijn kamer. Achteraf heeft Rosalie medelijden met hem. Rosalie stal geld van haar ouders voor de drugs, maar merkte dat haar ouders op een gegeven moment geen geld meer in hun portemonnee lieten zitten. Daarom is ze zelf gestopt met blowen, zegt ze. Ze heeft ook geëxperimenteerd met harddrugs, zoals cocaïne. Haar ouders wisten er niet van.

Rosalie ging “van psycholoog naar psycholoog.” Ze wond ze allemaal om haar vinger, zegt ze. “Zodat ze precies zeiden wat ik wilde dat ze tegen mijn ouders zeiden.” De gesprekken werkten daardoor ook niet, zegt ze. Ze had sowieso weinig vertrouwen in psychologen. “Ze leren alles uit een boekje en dat is anders dan de werkelijkheid.” Haar moeder gaf haar op. “Die zei, voor mij besta je niet meer.” Haar vader zei altijd, we gaan het gewoon oplossen, zodat je een goede toekomst hebt.

Haar ouders meldden Rosalie op een gegeven moment aan voor YWCC. “Ze zeiden twee weken van tevoren tegen mij, je gaat daar heen en je gaat er het beste van maken. En daarna zien we je wel weer terug.” Rosalie had er helemaal geen zin in. Ze is toch naar de kliniek gegaan, omdat haar vader wilde dat ze erheen ging. Hij zei tegen haar, als je hier niet goed uitkomt, dan geef ik het op. “En eigenlijk vond ik het best wel leuk.”

#### *“Ik denk dat ik mezelf 180 graden omgegooid heb”*

De eerste week in de kliniek wilde Rosalie alleen maar naar huis en wilde ze niet praten. Ze merkte echter dat de medewerkers echt wilden helpen en de tijd namen om met haar te praten. Dat was nieuw voor Rosalie. Bij eerdere therapeuten voelde ze zich vaak een nummer. Ook de uitspraak van haar vader was voor haar belangrijk. Ze besloot er het beste van te maken.

Rosalie had vooral veel aan de individuele gesprekken. “Elke keer behandel je een klein stukje van jezelf.” In het begin vond ze dat heel eng. Maar doordat de medewerkers zelf ervaringsdeskundig waren, konden ze zich inleven in haar. Dat heeft haar geholpen. Ze werd zich bewuster van eerdere gebeurtenissen waarbij ze over haar grenzen liet gaan en van de gevolgen van haar eigen gedrag. “Hoe langer ik daar zat, hoe rotter ik me ging

voelen. Hoe ik mijn ouders heb laten voelen.” Rosalie’s drugsgebruik leek ook vooral samen te hangen met groepsdruk, ze wilde ermee stoppen. Ze was niet verslaafd aan middelen, zegt ze. Volgens YWCC zat ze “tegen een verslaving aan”.

De activiteiten in de kliniek vond Rosalie “heel tof,” zoals het *hiken* en het hoogte-parcours in de weekenden. Zulke dingen gaat ze nooit meer doen, denkt ze. Dan aten ze patat en andere lekkere dingen, dat vond ze ook leuk. Ze vond de omgeving in de Ardennen mooi, “ik zou er zo willen wonen”. Iedere week kwamen nieuwe fellows binnen. De eerste weken was iedereen dwars. Ze merkte dat iedereen elkaar wilde helpen. “Je hebt gewoon een band met zeventig mensen die daar zitten. Je kent iedereen, en je kent iedereen goed. Plus de coaches en de behandelaren.”

Rosalie vond het fijn tijdens de opname dat ze op elk moment dingen kon bespreken met de coaches, die waren daar ook voor. Ze wisselde ook dingen uit met mede-fellows en vroeg tips aan hen. Rosalie vond ook de ervarings sprekers, meestal medewerkers van de kliniek, die in het weekend hun verhaal kwamen vertellen, inspirerend. De herkenning in hun verhalen en zien waar zij nu stonden. Dat wilde ze later zelf ook gaan doen, om misschien weer anderen mee te kunnen helpen.

Tegen Verbindingsdag zag Rosalie op. Haar ouders wisten veel dingen nog niet en die moest ze nu vertellen. Het viel mee. Ze was blij haar ouders weer te zien, het was emotioneel. “Dan ga je tegenover ze zitten en ga je alles opbiechten wat je gedaan hebt. Wat best veel was. En dan is het eigenlijk gewoon klaar. Het is net alsof je een hele nieuwe start maakt na vijf weken.” Het gaf haar rust dat haar ouders nu alles wisten. Ze gingen ermee akkoord en nu gingen ze gewoon verder.

Er was één counselor die Rosalie niet mocht. Toen ze een confrontatiebrief van haar vader had gehad zei hij tegen haar dat ze niet van haar vader houdt. Ze liep kwaad weg en wilde naar huis. Ze heeft het hem niet kunnen vergeven, maar ze heeft hem ook niet meer gezien. Een ander minpunt vond ze dat de kliniek zo ver weg was. In de bus naar de kliniek wist niemand precies waar ze heen gingen. Het zou fijner geweest zijn als dat van tevoren uitgelegd was. Verder vond Rosalie dat de fellows die na vijf weken nog steeds geen zin hadden in de behandeling, negatieve energie aan de groep gaven. Die fellows zou je een officiële waarschuwing moeten geven of gewoon naar huis sturen, denkt ze.

De nazorg vond Rosalie eigenlijk zonde van de tijd. De locatie was ver weg, haar vader nam vrij om haar te brengen. “Dan zat je daar anderhalf uur, je vertelde hoe je week was geweest en je kon weer weg.” Ze vond het leuk om de andere fellows te zien, maar ze hadden ook elders kunnen afspreken. Yes We Do leek haar leuk, maar daarvoor kwam ze niet in aanmerking omdat ze naar school ging.

De opname heeft een positieve invloed gehad volgens Rosalie. “Ik denk dat ik mezelf 180 graden omgegooid heb. Dat komt ook door de woorden van mijn vader. Het is weer gezellig thuis.” Haar ouders vragen hoe het was op school, dat deden ze voorheen niet. “Ik ging ook niet naar school natuurlijk.” Ze houdt zich nu aan de regels die thuis gelden, bijvoorbeeld door de week voor twaalf uur ’s nachts thuis zijn. In de kliniek heeft ze het inzicht gekregen dat ze haar gedrag moest veranderen, zich aan de regels houden, want anders zou ze het contact met haar familie verliezen.

*“Ik heb het idee dat alles nu een beetje goed komt”*

Rosalie vond het eng om uit de kliniek te gaan. “Opeens is het afgelopen en moet je naar huis. Het was een veilige omgeving.” Ze maakte een dagplanning voor zichzelf. Rosalie ging weer naar school. Verder bleef ze in het begin vooral thuis, om te vermijden dat ze weer buiten rond ging hangen met verkeerde vrienden. Ze ging met haar vader een film kijken, met haar moeder wat drinken. Op een gegeven moment ging ze met haar beste vriend wat drinken op vrijdagavond. “Dat was wel spannend. Omdat je toch weer in de buitenwereld

terecht komt. Je weet niet wat er gebeurt en wie je tegenkomt." Ze wilde haar vader tevreden houden en niet weer de verkeerde kant op gaan.

Rosalie verbrak het contact met haar vroegere vrienden, behalve haar beste vriend. Dankzij hem heeft ze nieuwe, "normale" mensen leren kennen. Ze heeft geen behoefte meer aan drugs, zegt ze, ze is alleen verslaafd aan roken. Ze moest eraan wennen dat de behandeling na de nazorg echt stopte. "Je hoort nooit meer wat." In kleine besloten groepen werden soms nog wel dingen georganiseerd. Vanwege het grote aantal ex-fellows kan niet iedereen uitgenodigd worden. Dat vindt ze jammer. "Terwijl je in de kliniek altijd hoorde dat je geen onderscheid moest maken."

Het gezin communiceert beter sinds de opname. "We kunnen nu gewoon met elkaar praten." Vroeger eindigde het altijd in een ruzie, waarbij zij zelf wegliep. Nu is er nog wel eens ruzie, maar praten ze het uit. Rosalie is YWCC dankbaar dat ze heeft geleerd dat ze niet gelijk boos moet worden, weglopen, of met deuren smijten. "Dat je gewoon zegt, pap, mam, ik zit hiermee, niet boos worden – dat zeg ik wel erbij want mijn moeder kan nog steeds nogal uit haar slof schieten."

Rosalie houdt zich nu aan de regels. "Ik dacht altijd, regels, daar doe ik niet aan. Dat je je gedrag een beetje aan elkaar aanpast. Voorheen zei ik altijd gewoon, ik ga nu weg, doe. Nu zeg ik, ik ga naar een verjaardag, hoe laat wil je dat ik thuis ben, bij wijze van spreken." Haar ouders zijn wat gemakkelijker geworden, hoewel haar moeder zich nog wel eens zorgen maakt over wat ze aan het doen is. Haar broertje is veel aan het gamen, soms zegt ze tegen haar ouders, let op dat hij niet verslaafd wordt.

Na de opname maakte Rosalie de vmbo-kader af. Ze is naar het mbo gegaan om toerisme te studeren. Ze heeft nu een baan in de horeca. "Ik heb het idee dat alles nu een beetje goed komt. Het is niet zoals eerst, buiten hangen en zo. Ik heb hele leuke, lieve mensen om me heen, die er ook echt voor me zijn." Haar moeder is ernstig ziek geworden, ze heeft waarschijnlijk niet lang meer te leven. Rosalie doet nu meer in het huishouden thuis, naast haar school en werk. Ze heeft het druk. Ze blijft zoveel mogelijk thuis of in de buurt vanwege haar moeder. Ze probeert dingen met haar moeder te doen. Haar vader heeft onverklaarde hartproblemen en zit nu ook in de ziektewet.

Rosalie is tevreden met haar leven, hoewel ze tijd te kort komt voor haar gevoel. Ze probeert alles positief te zien, ook hoe het met haar moeder gaat. Ze is binnenkort klaar met haar opleiding. Eigenlijk wilde ze een paar jaar gaan werken op Lanzarote, waar zij eerder stage liep. Maar daar wacht ze mee, vanwege haar moeder. Ze wil gaan werken en sparen. Rosalie denkt niet te veel na over haar toekomst. Ze leeft met de dag. "Ik leef vandaag en morgen zie ik wel weer." Ze heeft wel dromen, maar ze ziet wel hoe het gaat. Drie maanden geleden dachten ze dat ze haar moeder al kwijt waren, zo slecht ging het, en nu opeens gaat het weer beter. Haar moeder gaat ondanks alles weer werken, vanuit huis. Voor de anderen in het gezin is dat positief, het geeft een sprankje hoop.

### 5.2.11 Herstelverhaal Kim

**Kim: “Al die tools die ze je geven waarmee je een leven voor jezelf kan maken.”**

Kim zat drie jaar geleden in de kliniek van YWCC. Zij was 19 jaar en had depressieve klachten en een alcoholverslaving. Kim leerde veel door de behandeling. Het gaat nu goed met haar.

*“Het liefst was ik niet nuchter”*

Kim was, zoals ze zelf zegt, “een probleemkind. Vanaf dat ik in de puberteit kwam, ging ik me steeds erger gedragen.” Op haar elfde begon Kim met roken en drinken, later met blowen. Op de basisschool werd Kim gepest. Ze ging naar de havo, terwijl ze eigenlijk naar het vwo kon. Op de middelbare school probeerde Kim tevergeefs erbij te horen. Ze spijbelde veel en werd van verschillende scholen gestuurd. Kim had faalangst: “Ik dacht, het heeft geen zin, ik ga het toch niet halen.” Ze had veel ruzie thuis met haar ouders en haar vrienden. “Ik deed altijd waar ik zelf zin in had en werd om het minste of geringste boos. Ik voelde me nooit begrepen.”

Thuis sloot Kim zich af en keek op haar kamer tv-series, 's avonds ging ze naar vrienden. Ze is altijd depressief geweest, zegt ze. Ze vroeg bij de huisarts om antidepressiva, maar deze wilde ze niet voorschrijven. Kim dronk veel. Gedurende een periode was ze suïcidaal en sneed ze zichzelf. Ze werd ontslagen bij bijbaantjes, onder andere vanwege haar alcoholgebruik. Ze mengde wijn met limonadesiroop en nam dat mee naar school in plastic melkflessen. Ze dronk het tijdens de les. Toen ze vijftien, zestien jaar was, liep het uit de hand. “Ik had totaal geen rem. Ik kon gemakkelijk een kratje bier op een avond drinken. Meerdere avonden in de week. Het liefst was ik niet nuchter.”

Bij leeftijdgenoten stond Kim erom bekend dat ze veel dronk. “Ik heb heel brave vrienden, die vonden het allemaal een beetje raar, dat drinken.” Haar moeder maakte zich zorgen. Diens vader had ook een alcoholprobleem: “Mijn opa was ook alcoholist.” Soms vond haar moeder haar slapend, op de grond of op de wc. Ze viel dronken van haar fiets en raakte een aantal tanden kwijt. Haar vader was vooral teleurgesteld in Kim en negeerde haar. Haar vader is waarschijnlijk autistisch, aldus Kim. Doordat daarnaast haar moeder uit het niets heel boos kon worden, liep Kim als kind al op haar tenen en was ze alert op hoe anderen zich voelden. Ze heeft nooit geleerd haar emoties te uiten.

Haar moeder nam haar mee naar psychologen. Het werkte niet, zegt Kim. De psychologen hadden altijd eerst een gesprek met haar moeder en gingen van daaruit met Kim zelf in gesprek. “Het beeld dat zij dan hadden klopte niet. Mijn moeder had totaal geen idee wat er in mij omging.” Kim had geen vertrouwen in psychologen. Sowieso voelde ze geen klik met hen, ze dacht: “Jij hebt een studie gedaan en dan moet jij mij nu begrijpen?” Ze zat een tijdje op een ZMOK-school. Ze werd getest op hoogbegaafdheid, maar was dronken tijdens de test. Haar moeder wilde steeds nieuwe dingen proberen. Er kwam nooit iets uit waar Kim iets mee kon. “Er werd altijd gekeken naar wat er mis met mij was, niet met de omgeving. Het lag nooit aan mijn moeder.”

*“De hele cultuur was super motiverend, een van de beste plekken waar ik ooit ben geweest”*

Kims moeder zag iets op tv over YWCC. Ze stelde Kim een ultimatum, je gaat daarheen of je gaat uit huis. Kim: “Ik had op dat moment helemaal niets. Ik was weer van school af gestuurd, ik had schulden. Mijn vrienden waren mij ook wel zat, dus daar kon ik ook niet op terugvallen. Ik wist zelf ook niet meer wat ik moest doen. Dit was een beetje mijn enige optie.” Het verraste Kim dat de kliniek haar alleen wilde spreken aan de telefoon. Bij de intake vond ze het indrukwekkend dat eerst een ervaringsdeskundige ging vertellen. Hij vertelde dingen waar zij ook mee zat

Kim besloot de behandeling te gaan doen, maar was niet gelijk heel gemotiveerd. Ze dacht, al zeg ik tien weken niets, dan ga ik in ieder geval tien weken sporten, dan val ik wat af.

Daarnaast zag ze het als mogelijkheid om bij haar ouders te kunnen blijven wonen. En om misschien terug naar school te kunnen gaan na de opname. Toch denkt Kim dat er onbewust ook een klik was, dat ze voelde dat hier mensen zaten die haar misschien wél zouden begrijpen.

Kim was er fysiek slecht aan toe toen ze naar de kliniek ging. Ze had lichamelijke klachten door haar alcoholgebruik. Ze had weinig weerstand, overgewicht, trilde continu en haar zicht was slecht. Ze kon geen eten binnen houden, alleen drank. Kim werd aangeraden eerst een detox te doen, maar zij zei dat ze niet verslaafd was en hield dat de eerste vier weken vol. “Ik dacht, als ik zeg dat ik verslaafd ben, dan kan ik nooit meer drinken.” Ze stopte wel drie dagen van tevoren met drinken. In de kliniek kreeg Kim vitamines en gezond eten. Het sporten was de eerste weken “niet te doen”. Na een tijdje kon Kim weer normaal eten en ging het fysiek beter. Alle klachten verdwenen tijdens de opname.

De eerste week praatte Kim met niemand en had ze ruzie met anderen. Iets dat ze ook zag bij mede-fellows. Bij nader inzien had ze haar intelligentie tegen, zegt ze. “Ik was heel goed in manipuleren en zeggen wat ze wilden horen.” De medewerkers hadden het allemaal door, maar het duurde lang voordat zij zelf door had dat ze niks opschoot met haar gedrag. Toen kwam de dag dat ze haar ouders weer ontmoette, de Verbindingsdag. Deze dag betekende weinig voor Kim. “We hebben gewoon gedaan wat verwacht wordt. Mijn moeder deed nog steeds geen toezeggingen en bij mijn vader kwam er weinig uit.” Zelf had Kim besloten er echt voor te gaan, zeker de laatste vijf weken.

Kim vond de behandeling “geweldig”. Het was de eerste plek waar ze kwam waar mensen ook dingen hadden meegemaakt en daar open over waren. “Dat daar mensen werken die zelf zoveel ervaring hebben, dat werkt heel inspirerend. Coaches van mijn leeftijd, met vergelijkbare ervaringen als ik, die wél hun leven hadden opgepakt. Daardoor kreeg ik het idee, dat kan ik ook.” Goed vond Kim ook dat ze niet als kind behandeld werd. “Je werd serieus genomen en niet veroordeeld. Wat je ook deed, je kreeg duizend nieuwe kansen en dat is bijzonder. Normaal werd je overal weggestuurd. De hele cultuur was super motiverend, een van de beste plekken waar ik ooit ben geweest.”

De eerlijkheid, daar heeft Kim vooral veel aan gehad, zegt ze. In de groepsessies, geleid door counselors. “Dat je ook door mede-fellows wordt aangesproken van, wat je nu zegt is gewoon bullshit. Dat iedereen elkaar probeert te helpen door eerlijk te zijn. Het werkt veel beter om het van iemand te horen die dezelfde ervaringen heeft dan van iemand die ervoor gestudeerd heeft.” En dat er mensen werken die hersteld zijn en je daarin begeleiden. De coaches vertelden ook veel over zichzelf. Kim vond de individuele sessies ook goed, ze had een fijne behandelaar. Maar de groepsessies waren het best. “Ik hou wel van hard en eerlijk. To the point.”

Het enige minpunt tijdens de opname was dat Kim met haar kin op een stenen trap viel. Achteraf hadden de medewerkers haar eerder naar het ziekenhuis moeten sturen. De wond aan haar kin ging ontsteken en moest later geopereerd worden. Maar het ongeluk moest zo zijn, dacht ze ook destijds. “Je zit dan helemaal in zo’n mentaliteit dat alles wat gebeurt een reden heeft. Ik dacht, doordat ik zoveel pijn had, was ik zo serieus bezig. Ik liep niet meer zo te kloten, daar had ik geen energie voor.”

Verder kan Kim niet zo snel iets negatiefs bedenken. Algemeen, dus niet specifiek voor YWCC, vindt ze het niet goed dat een diagnose gesteld moet worden voor de zorgverzekeraar. In de kliniek kreeg zij de diagnose PDD-NOS, kenmerken van autisme, maar zij herkent dit niet bij zichzelf.

Door de behandeling gehad heeft Kim heel veel geleerd, zegt ze. “Hoe je met je gevoelens om moet gaan, hoe je je kan uiten, dat je excuses aan moeten bieden aan mensen. Ik begreep mezelf ook totaal niet. Sowieso het herstel. Ik ben nu drie jaar nuchter.” Aan het eind van de opname wilde ze liever niet naar huis. “Het was gewoon een hele open en

eerlijke omgeving. Ik voelde me daar helemaal op mijn plek en ik wilde eigenlijk ook helemaal niet naar huis. Dat vond ik heel eng.”

*“Al deze dingen zou ik niet hebben als ik niet naar Yes We Can Clinics was geweest”*

Na de opname ging Kim naar de nazorg en Yes We Do. Het laatste gaat over praktische zaken, zoals, hoe maak je een afspraak bij de tandarts? Daar heeft ze veel aan gehad, ze vindt het een nuttig onderdeel voor jongeren. Een counselor in de kliniek had Kim aangeraden om naar meetings te gaan, AA en NA meetings, waardoor ze in contact kon blijven met ervaringsdeskundigen. In het begin ging Kim bijna iedere dag naar een meeting. Ze moest erg wennen aan het gewone leven. “Het is een veilige bubbel, bij Yes We Can. Als je daar ruzie hebt, ga je het gelijk uitspreken. In de normale wereld kijken mensen je aan, van, wat doe je? Bij de meetings zijn dat soort dingen meer bekend.”

Het bezoeken van de meetings heeft Kim veel geholpen. Omdat YWCC zich deels baseert op de stappen van deze meetings, kon Kim daar mee verder. “Zonder dat het een behandeling is. Na Yes We Can was ik helemaal klaar met behandelingen.” De meetings boden Kim structuur en steun. Veel mede-fellows van de kliniek woonden ver weg en waren ook jonger dan zij. “Op de meetings heb ik mensen die dichtbij wonen die de rol van Yes We Can kunnen overnemen.” Bij de meetings is eenzelfde opvangstructuur, waarbij iemand die al langer nuchter is, een ander die net binnenkomt opvangt. “Het handig is dat je iemand kan bellen, als je ruzie hebt gehad thuis of zo, die dan zegt, ik snap wat je nu wilt doen, maar dat gaan we dus niet doen. Denk zelf even na.”

Kim ging weer naar school. Ze had nog steeds weinig zelfvertrouwen, dacht nog altijd dat ze het niet kon. Ze haalde haar examen niet. Achteraf was het misschien teveel gevraagd om vanuit de kliniek het versneld vwo te doen. Ze heeft een jaar fulltime gewerkt en haalde alsnog haar examen. Het was zwaar, zegt Kim, om weer een ‘normaal leven’ te hebben. “Je krijgt het steeds drukker, meer verantwoordelijkheden. Dan is de druk wel hoog. Je weet niet precies hoe je met dingen om moet gaan als je een bepaalde ervaring niet in de kliniek hebt gehad.” Het ging met vallen en opstaan. Mensen vroegen wel eens of ze niet naar een psycholoog zou gaan. “Ik zei, nee, ik heb alles geleerd naar mijn idee wat ik zou kunnen leren. Ik moet het nu gewoon zelf gaan doen.”

Kim merkt dat het belangrijk is om mensen in je leven te houden met dezelfde achtergrond, die je kunnen ondersteunen, om “het herstel intact te houden”. Dat kan met mede-fellows, maar naar meetings gaan werkt voor Kim beter. Ze heeft via de meetings veel nieuwe vrienden gekregen en gaat er nog regelmatig heen. Een jaar na de opname kreeg ze een vriend, dat was een nieuwe ervaring. Ook toen vond ze het fijn om een vangnet te hebben via de meetings. Ze denkt dat veel mede-fellows zijn teruggevallen doordat ze niet dergelijke contacten onderhouden. Kim heeft sinds de behandeling geen druppel meer gedronken. Ze weet nu dat zij niet één drankje kan drinken.

Doordat Kim uit huis is gegaan, is de band met haar ouders verbeterd. Haar ouders zijn volgens haar helemaal niet veranderd door het ouderprogramma. Dat moet ze accepteren. Kim heeft een leuk leven, zegt ze, het gaat goed. “Ik heb mijn diploma gehaald, ik woon op mezelf, ik studeer aan de universiteit, ik ben bezig met mijn rijbewijs, ik heb een goede relatie met mijn ouders en met mijn vrienden. Ik heb geen schulden, daar heb ik een jaar voor moeten werken. Al die dingen zou ik niet hebben als ik niet naar YWCC was geweest. Ik weet ook niet of ik nog zou leven dan. Het is heel belangrijk geweest. Al die tools die ze je geven, waarmee je een leven voor jezelf kan maken.”

Er zijn verbeterpunten, zoals plannen. Ze moet wennen aan het zelfstandige leven. En over haar studie denkt ze nog regelmatig, ik kan het niet. Maar nu praat ze erover, ook met professoren, en dat helpt. Om zich goed te blijven voelen probeert ze contact te houden met mensen en dingen op te pakken, “al doe je maar één ding op een dag, dat is ook goed.” Ze vindt het lastig om iets te zeggen over de toekomst. Ze wil leuke dingen doen, afstuderen,





Onderzoek  
naar welzijn,  
zorg &  
verslaving

Rapportage

een baan vinden, veel reizen. Ze wil zich er in ieder geval voor inzetten. Ze heeft gemerkt dat een minimale inzet al veel oplevert.

### 5.2.12 Herstelverhaal Laura

**Laura: “Ik heb heel veel beginnetjes gemaakt bij Yes We Can, maar ik was er nog lang niet.”**

Laura was drie jaar geleden, toen zij 18 jaar was, opgenomen bij YWCC. Zij had trauma's, was verslaafd aan wiet en ze had wisselende, ongezonde relaties.

*“Ik dacht, ik ben nu zo ongelukkig, dit wordt mijn dood”*

Laura maakte veel nare dingen mee als puber. Gedurende haar jeugd werd zij gepest. Aan het begin van de middelbare school pleegde haar toenmalige vriend zelfmoord. Vanaf dat moment begon Laura zich anders te gedragen volgens haar ouders. Op haar dertiende begon ze veel te blowen en zich af te zetten tegen haar ouders en tegen school. “Ik trok gewoon mijn eigen plan. Ik voelde niet dat ik aan hun regels moest voldoen.” Laura werd seksueel misbruikt door een jongen uit haar klas. Ze ging een tijdje niet naar school en stapte over van havo/vwo naar de mavo. Ze was depressief en gebruikte dagelijks wiet. Ze had wisselende vriendjes waar zij emotioneel afhankelijk van was.

Laura vertelt over een “ongezonde” relatie die ze had met een jongen. “Hij was heel dominant en ging vreemd. Hij manipuleerde mij zo dat ik het gevoel kreeg dat ik niemand anders had. En dat mijn ouders de vijand waren. Ik had veel zelfhaat in de relatie.” Laura begon zichzelf te snijden. Ze ging nog meer blowen. Ze had foute vrienden, loog tegen haar ouders en stal geld voor de wiet. Met haar moeder had Laura een hechte band, maar haar vader trok zijn handen van haar af. Ook Laura's broer had veel moeite met haar gedrag. Laura maakte wederom seksueel misbruik mee. Twee van haar vriendinnen pleegden korte tijd na elkaar zelfmoord.

Laura werd erg ziek. Ze had een parasiet en kon geen eten verdragen. Ze moest op bed liggen, wat haar negatieve gedachten en eenzaamheid versterkte. Ze blowde veel om het zieke gevoel te onderdrukken, bij gebrek aan medicijnen. Toen het iets beter ging, rondde Laura de mavo in enkele weken af. Ze ging mbo maatschappelijk werk doen. Haar cijfers waren goed, maar ze miste te veel uren en moest een half jaar over doen. Laura werd ook hier gepest, dus ging naar een andere mbo.

Laura ging naar verschillende therapeuten. Bij haar werd PTSS vastgesteld. Ze was snel overprikkeld, had paniekaanvallen, lichamelijke klachten en dwangmatige eetpatronen. Laura had gesprekken met psychologen. Een sessie met haar ouders, waarbij gezinsleden boos wegliepen. Ze deed EMDR, wat niet aansloot bij haar meerdere trauma's, zegt ze. “Het was het allemaal niet voor mij.”

Op een gegeven moment wilde Laura intensievere hulp. “Ik dacht, ik ben nu zo ongelukkig, dit wordt mijn dood. Ik moet intern voor mijn eigen veiligheid.” Tijdens paniekaanvallen schreeuwde ze dat ze niet meer wilde leven. Online zocht ze naar mogelijkheden om een eind aan haar leven te maken en ze deed een poging daartoe. Toen ze na een intake bij een nieuwe therapie niks meer hoorde, meldde Laura zich aan bij YWCC. Ze wilde dat al vanaf haar veertiende, maar haar moeder was huiverig omdat ze dacht dat het te druk en niet passend zou zijn voor Laura.

*“Wat ik in het begin zag als hersenspoelen was eigenlijk een nieuwe basis creëren”*

Laura vond de opname zwaar. De eerste drie weken wilde ze naar huis. Ze had het gevoel dat ze in een sekte terecht was gekomen. Iedereen die er al wat langer zat, zei precies hetzelfde. Steeds dezelfde zinnen en woorden. Laura kreeg het idee dat iedereen geheerspoeld was en dat wilde ze niet. “Ik dacht, jullie zijn allemaal gek. Ik werd tegendraads. Achteraf snapte ik wel waarom het was.”

Laura had ontwenningverschijnselen doordat ze niet blowde. Maar ze blowde dan ook veel, zegt ze. "Ik blowde echt als een vent. Ik blowde net zoals je sigaretten rookt." Ze wilde er wel mee stoppen.

De psychiater bij YWCC stelde de diagnose borderline. Laura wist al dat zij dit had. De stoornis was tijdens haar opleiding aan de orde gekomen en ze herkende zichzelf in alle symptomen. Toch voelde het bevrijdend om officieel de diagnose te krijgen, zegt ze. Ze kon daardoor gevoelens en gedragingen van zichzelf, zoals de eenzaamheid, kwaadheid en suicidaliteit, beter plaatsen.

Goed in de behandeling vond Laura dat de fellows "back to basics" gingen in de kliniek. Laura zat met drie anderen in een kamer. Ze zaten in de natuur, zonder televisie, muziek en Netflix. "Daardoor kreeg je weer wat van je nederigheid terug", zegt Laura. En ze werd snel in dingen, zoals douchen. Dat moest wel, omdat alle kamergenoten tegelijk moesten douchen in weinig tijd.

Het concept van de coaches vond Laura goed, net als de aanwezigheid van counselors, de ervaringsdeskundigen. "Het waren niet van die jeugdzorgbitches, zoals ik het kende. Die met hun boekje zitten en daar niet van willen afwijken. Bij Yes We Can hadden ze zelf ervaring, of waren het creatieve mensen, waardoor het gemakkelijker klikte met elkaar." De medewerkers gaven inspiratie, zij waren het levende bewijs dat dit programma werkte. Bovendien vond Laura, zelf werkzaam in de zorg, het "kicken" om te zien dat ze haar ervaring zou kunnen inzetten om misschien nog beter mensen te helpen. En doordat je als medewerker continu bezig bent met de tien acties, blijf je zelf ook bezig met je herstel. Met haar behandelaar had Laura geen klik, zegt ze.

Een nadeel vond Laura de grote groep jongeren met te weinig begeleiding. "Ik voelde me te weinig gehoord. En ik merkte dat slecht gedrag beloond werd." Wie het hardst schreeuwde, kreeg het eerst aandacht. Laura ging ook agressief gedrag vertonen. "Ik was nooit een agressief persoon, ik was altijd meer van het huilen en zelfbeschadiging, maar in de kliniek heb ik dat (agressief gedrag) wel ontwikkeld." Het speelde mee dat ze geen drugs meer gebruikte en zichzelf niet meer beschadigde. Als Laura zich niet gezien voelde, ging ze, net als andere fellows, tegen spullen "rammen". Als je iets kapot maakte moest je betalen, dus fellows kozen spullen die niet snel kapot gingen, zoals de lampen en muren. "Als je dat deed, werd er met je gepraat. Dat hielp. En daarom doe je het weer."

Er waren enkele praktische kwesties. Zo had Laura aangegeven een tarwe-intolerantie te hebben, maar duurde het zes weken voordat zij ander brood kreeg en aten ze drie keer per week pasta. "Ik zat mezelf gewoon te vergiftigen. Elke dag ging ik naar de keuken om te kijken of er al iets geregeld was." Laura had sowieso al moeite met de avondmaaltijden vanwege haar dwangneurose voor eten dat gemengd was. Ook vervelend vond Laura dat "iedereen stonk". Je mocht alleen geurloze deo-rollers gebruiken en na de ochtendgymnastiek was geen tijd om te douchen. "Elke week als er nieuwe mensen kwamen, moesten deze wennen aan de stank."

Door de behandeling kreeg Laura een ritme, iets dat ze nooit had. Daardoor had ze veel meer energie. Ze was clean en ze heeft goed kunnen praten over dingen die haar bezighielden. Het belangrijkste wat ze geleerd heeft is het 'uitspreken'. En contact zoeken met lotgenoten. Laura heeft meer zelfvertrouwen gekregen. En ze is al iets meer gaan kiezen voor zichzelf. Ze was altijd vooral aan het *pleasen*. "Dat gaat niet helemaal weg in tien weken, maar ze hebben me wel op weg geholpen. In de kliniek heb ik geleerd, je bent het waard en je mag er zijn." Laura is gaan kijken naar de mensen wie ze omging, zoals haar vriend. "Voor het eerst voelde ik, wie ben jij om me zo te behandelen, ik mag er ook zijn." Ze is ook begonnen met het verkennen van haar grenzen. "Ik denk dat ik bij Yes We Can een aantal stappen in de goede richting heb gezet. Ik heb heel veel beginnetjes gemaakt, maar ik was er nog lang niet. Het was een basis om mee verder te gaan."

Het meest heeft Laura gehad aan de tools die ze heeft gekregen en de tien acties. Daar is ze zelf mee bezig gegaan. En in de groepssessie stelde je doelen voor de week, dat hielp. Wat achteraf ook heeft geholpen volgens Laura was “dat de coaches je continu aan het triggeren waren. Tot het punt dat ik dacht, jeezus, laat me nou even met rust. Als je een paar dagen gesloten was en je isoleerde, gingen ze je die tent uitlokken om emoties op te roepen bij jou.” Daardoor leerde ze ook voor zichzelf op te komen. Ze vond het vermoeiend om nieuw gedrag te leren. “Het voelt heel nep in het begin. Je moet het oefenen, oefenen en op een gegeven moment zit het erin en is het automatisme. Wat ik in het begin zag als hersenspoelen was eigenlijk een nieuwe basis creëren en dan als je uit de kliniek komt met die basis verder gaan en je eigen identiteit ervan maken. Alleen dat gaat niet in tien weken.”

*“De eerste stap is blijven zorgen voor mijn mentale gezondheid”*

Na de opname ging Laura naar de nazorg. Ze vond het vooral leuk om de mede-fellows weer te zien. Ze had nog geen school. Ze ging veel met andere fellows om en dat hielp haar de eerste maanden om clean te blijven, zegt ze. Ze gingen samen eten, naar een meeting, of “een frisse doen. Soms zat het hele terras vol met fellows en niemand dronk. Dat was hilarisch.” Op een gegeven moment verwaterde het contact een beetje. “In het begin was het zo, als het contact minder wordt, dan ga je toch weer neigen naar je oude leventje, je oude vrienden.”

Laura heeft nog steeds geen goed contact met haar vader. Bij het ouderprogramma betrok haar vader de dingen die verteld werden niet op zichzelf, hij wees alleen haar moeder op haar fouten. Hij had wel een lieve brief geschreven, zegt Laura. Maar ze stond niet open voor een verandering in de relatie met haar vader. Toen ze weer thuis was, kreeg ze het gevoel dat haar ouders een poppenkast opvoerden. Het was geforceerd gezellig, ze gingen bowlen en samen eten, wat ze nooit deden. Na twee weken barstte de bom. Achteraf waardeert Laura het wel, maar op dat moment was het teveel.

Laura is twee jaar lang naar NA-meetings (Narcotics Anonymous) gegaan. Ze heeft daar vaak haar levensverhaal verteld. Ze is ook wel eens naar SLAA-meetings (Sex Love Addicts Anonymous) gegaan. Het thema sloot aan bij haar, maar de groep niet. Er kwamen alleen oudere mannen met een pornoverslaving. Bij de NA kwamen eerst ook vooral oudere mensen, maar Laura nodigde fellows van YWCC uit. Het bezoeken van de meetings hielp Laura om van de drugs af te blijven. In de meetings kon ze blijven praten over hoe ze met problemen in het leven om kon gaan. En toen ze er al langer kwam, kon ze anderen helpen met het programma en dat hield haar zelf weer scherp.

Laura ging in therapie voor haar borderline. Ze heeft er niet zoveel aan gehad. Bij YWCC had ze inzicht gekregen in haar gedrag en gevoelens. Nu moest ze ernaar leren handelen. “Ik wist heel veel dingen, maar ik *kon* er nog niets mee.” De groepssessies gingen echter weer over het inzicht krijgen, dus boden niets nieuws. De individuele sessies waren wel zinvol. Laura had een keer een terugval toen haar vriend weer aan de drugs was. Ze rookte één joint. De hulpverlener confronteerde haar ermee. Daarna heeft Laura niet meer gebloed. Een jaar na de opname was Laura zo ver om de relatie met haar vriend te kunnen beëindigen. Voorheen was dat ondenkbaar.

Laura ging na de opname verder met haar opleiding. Ze was bijna klaar, maar miste door de therapie te veel uren, waardoor ze het niet af kon maken. Laura is nu weer in therapie, omdat ze wil leren omgaan met haar machteloosheid en frustraties. Ze heeft nog steeds momenten van paniek, vooral bij haar huidige vriend. En ze wil haar trauma's verwerken. Ze heeft nog elke nacht nachtmerries.

Op dit moment vraagt Laura zich af hoe ze verder moet met haar leven. Dat ze geen diploma heeft, frustreert haar. Ze wil haar opleiding afmaken, maar dat is lastig omdat ze weer in therapie is. Werk vinden gaat niet lukken, denkt ze: “Niemand wil me hebben. Ik heb geen werkervaring, ik ben te oud, ik heb geen diploma.” Ze gaat met haar therapeut overleggen wat ze wil en hoe verder.

Laura is verdeeld over haar leven van nu. Haar dagbesteding is niet hoe zij het zou willen. Maar zij zit meestal best goed in haar vel. Al blijven er dagen dat het moeilijk is. "Dat komt denk ik door de borderline. Mijn gevoelens blijven gewoon extreem." Ze slikt sinds de opname antidepressiva om haar emoties af te zwakken, maar ze weet niet wat voor effect ze op dit moment hebben.

Hoe ziet ze haar toekomst? Laura's therapeut had van de week gezegd, je durft niet te dromen. Laura heeft geantwoord: "Ik durf wel te dromen, maar ik wil hele normale dingen. "Ik hoop op huisje, boompje, beestje." Ze heeft een relatie met een lieve jongen, zegt ze, die ze ontmoette tijdens een meeting. Hij is ook in de kliniek geweest. Laura wil graag met hem samenwonen als ze er financieel klaar voor is. Een baan. En een kind, ze heeft altijd moeder willen worden. Ze wil de band met haar broer verbeteren. Ze durft niet te zeggen dat het allemaal gaat lukken. Soms ziet ze een wanscenario voor zich. "De eerste stap is blijven zorgen voor mijn mentale gezondheid. Daarna komt de rest."

### 5.2.13 Herstelverhaal Maxwell

#### **Maxwell: “Om hulp durven vragen.”**

Tot groep zes ging het met zijn leven eigenlijk best goed. Hij had leuke vriendjes, ging vaak op vakantie waarbij ook zijn vriendjes mee mochten. Hij was vaak bij zijn opa en oma waar hij at. Hij had eigenlijk alles wat zijn hartje begeerde. Maar toen bekend werd dat hij epilepsie had, hij zat toen in groep 6, ging het minder. Vooral op school. Niet zozeer vanwege de epilepsie, want hij kreeg nooit een aanval in de klas. Hij had wel concentratieproblemen en de leraar leek de pik op hem te hebben. Groep 7 en 8 waren voor Maxwell ook een “mindere periode”. Hij denkt dat hij door zijn epilepsie toch het “pispaaftje” werd. Thuis was het tegenovergesteld. Daar was alles koek en ei. Hij mocht vaak zijn beste vriendje mee op vakantie nemen. Er was altijd plek er was “genoeg vreugde”. “Ik had niets te klagen”, zo zegt hij.

In groep 8 kreeg hij niet, zoals de rest, een Cito-toets. Waarom niet is hem nooit duidelijk geworden. Maar hij kreeg wel een advies voor speciaal onderwijs, omdat hij moeite had met concentratie. En daar ging hij ook naartoe. Dat was wel raar omdat de vriendjes die hij had naar het regulier onderwijs gingen en hij niet.

Op zich had hij er een goeie tijd. De klassen waren kleiner, er was meer aandacht voor hem. Hij had ook een vriendje met wie hij heel veel optrok, ook naschooltijd. Hij begon op niveau ‘kader’ en werkte zich met sommige vakken op tot havoniveau. Maar ook hier was er een periode waarin hij werd gepest. Waarom weet hij nog steeds niet. Maar hij is daardoor wel “vrij agressief” geworden. Hij sloeg letterlijk van zich af. Het is in die tijd dat hij zich is gaan “verstoppen” in het gamen. Het was “vluchten uit de realiteit van gepest worden, anders zijn en er niet bij horen”, zegt hij terugkijkend.

Toen hij net in het 2<sup>e</sup> jaar zat scheiden zijn ouders. Het was heftig. Zijn moeder kreeg een nieuwe vriend. Zijn vader kon het niet verkroppen en is heel boos geworden, “het werd best wel een vechtscheiding”. Zijn vader vertelde allerlei slechte dingen over zijn moeder en achteraf denkt Maxwell dat het niet erg volwassen was om hem als kleine jongen daarmee te belasten. Door die verhalen begon hij negatief te doen tegen zijn moeder. Ik zag mijn moeder als de schuldige.

*“Ik heb gevoel dat het vanaf die tijd is misgegaan.”*

Het ging op school nog wel zo goed dat dat hij weer instroomde in het regulier onderwijs. Maar begon het opnieuw, weer werd hij gepest. Zijn niveau zakte weer naar “kader”. Hij trok zich steeds verder terug in het gamen. En geluk was dat hij bij zijn beste vriend op school kwam. Met hem kon hij alles delen, goede tijden, slechte tijden. Vooral slechte tijden.

Hij verbleef afwisselend een week bij zijn moeder en zijn vader. Op beide plekken voelde hij zich niet thuis. Zijn vader sprak slecht over zijn moeder en bij haar moest hij aan de nieuwe vriend wennen. Ik kon daar slecht mee omgaan. Hij gooide er met zijn pet naar, kreeg verkeerde vrienden en op zijn 15<sup>e</sup> begon hij ook met blowen. Dat werkte allemaal niet voor mij. Ik game veel. Hoelang weet ik niet ik ging door totdat mijn vader of moeder er iets van zei en dan pas nadat ze het zes of zeven keer hadden gezegd. Het was vluchtgedrag, weet ik nu. Ik haalde mezelf erg naar beneden in die tijd.

*“Bij mijn vader was ik agressief. Bij mijn moeder ook. Ik heb wel een paar keer dreigend voor haar gestaan. Het werd steeds intenser.”*

De middelbare school heeft Maxwell afgemaakt op niveau “basis”, “ik ben weer teruggeplaatst”. Hij had eigenlijk havo kunnen halen. Daarna heeft hij nog anderhalf jaar “aangemodderd” op het mbo, richting techniek. Hij vond het leuker om in de stad te hangen, vrienden te zien, nieuwe dingen mee te maken. Hij blowde ook, maar niet elke dag. Omdat hij helemaal niets deed. In het volgende schooljaar ging hij naar een andere mbo, maar dat was het ook “drama”. Hij ging alleen als het hem uitkwam vooral als hij bij zijn vader

verbleef. Zij moeder was streng en eiste dat hij naar school ging. Hij had daar veel ruzie over. Hij ging steeds vaker met verkeerde vrienden om. Alcohol en drugs kwamen steeds vaker in beeld. Hij vond het ook wel stoer en interessant. Toch had hij wel enigszins controle over zijn gebruik. Nooit had hij een black-out, bijvoorbeeld. Wel een keer ook in de klas gedronken, dat werd niet erg gewaardeerd. Een van zijn maatjes kreeg vlakbij school een eigen kamer van begeleid wonen. En ja, dat was "mooi makkelijk", ze gingen tot de middagpauze naar school en daarna bij die vriend "lekker zuipen". Hij blowde weinig maar experimenteerde met XTC, coke, paddo's en LSA. Toen het een keer fout ging, hij ging out van cocaïne, is hij gestopt met experimenteren. Thuis schopte hij overal tegenaan. Hij was echt vervelend en opstandig. Desondanks bleef zijn moeder hem altijd steunen.

Onder al dat stoere en opstandige gedrag ontwikkelde hij een depressie. Hij had geen zin om ergens zijn best voor te doen, zijn school zou hij toch niet halen, verkeerde vrienden, slechte thuissituatie, maakte al zijn geld op. Hij had nergens meer zin in, voelde zich minderwaardig. De ruzies met zijn vader escaleerde. Hij zat zo vol met woede en frustratie dat hij een keer probeerde zijn vader neer te steken. Dat is gelukkig niet gelukt maar toch... Hij is daarna weggelopen en heeft zijn vader een tijd niet gezien. Uiteindelijk heeft hij ook twee keer geprobeerd om zelfmoord te plegen.

Het was uiteindelijk zijn moeder die hem voor de keuze heeft gesteld. Of hij ging iets aan zijn problemen doen of hij moest het huis uit. Dat was een schok want als nu zelfs zijn moeder hem eruit zou gooien... Zij moeder die eigenlijk altijd met alles voor hem klaar stond, die hem waar mogelijk steunde... Zij kwam ook met het idee van YWCC. Ze had het op televisie gezien. Hij accepteerde. De datum dat hij binnenkwam weet hij nog precies.

Eigenlijk heeft hij bij YWCC een "fantastische tijd" gehad. Het was natuurlijk wel heel zwaar en confronterend maar "ik ben daar helemaal opgebloeid". Hij heeft eindelijk geleerd zich te uiten en zich kwetsbaar op te stellen in plaats van zich terug te trekken of juist de confrontatie aan te gaan en de macht te zoeken. Het was de aanpak van YWCC die helemaal uit zijn "comfort zone" trok. Heftig maar ook nodig. Hij kende eigenlijk alleen boosheid en drang naar macht. Bij YWCC leerde hij ook verdriet kennen. En de andere jongeren gaven hem dat gevoel van community, van erbij horen. Het was geen schade dat hij zich zo k\*t voelde. Als er iets niet goed ging werd hij niet afgekeurd maar werd er gezocht naar het waarom. Waarom deed je zo? En ook leerde hij opnieuw genieten van de kleine dingen.

Wat hem nog steeds emotioneert als hij terugdenkt aan "rock bottom" is dat hij met zijn suïcidepogingen zijn moeder en zijn beste vriend, twee mensen die hem altijd en door dik en dun hebben gesteund, in de steek heeft gelaten. De pijn die hij hen aandeed en zou hebben gedaan als de poging geslaagd was.

Maxwell heeft voordat hij naar YWCC ging twee of drie psychologen gezien, maar dat was niet genoeg. En zelfs nu, terugkijkend op zijn opname bij YWCC, denkt hij dat een ambulante behandeling met, bijvoorbeeld een keer per week een gesprek met een counselor en een keer per week met een behandelaar, toch niet genoeg zou zijn geweest. Er zouden in de tussentijd te veel dingen gebeuren die alles weer tenietdoen.

Het contact met de counselors was belangrijk voor Maxwell. Anders dan de psychologen met wie hij daarvoor had gesproken, wisten de counselors wat hij meemaakte. Zij waren er ook geweest. Terwijl psychologen toch meer uit de boekjes praten. Hij kijkt met gemengde gevoelens terug op zijn behandelaar. Hij had een heel goed contact met haar. Dat was echt fijn. Maar één keer heeft zij hem toch teleurgesteld. Toen hij zijn levensverhaal in de groep voorlas, zei ze dat ze hem niet geloofde. Dat was pijnlijk omdat hij oprecht dacht dat hij open en eerlijk was. Hij snapte het niet, voelde zich toch door haar verraden. Hij heeft het nooit met haar besproken. Ja, hij weet het, hij had het misschien wel moeten doen maar hij was te gekwetst en vertrouwde haar niet meer zoals daarvoor.

Na de kliniek heeft hij het nazorgprogramma gevolgd in Amstelveen. Het was belangrijk voor hem om met vertrouwde mensen te praten. Ook al kende hij ze niet het was toch vertrouwd.

Nadat de nazorg van YWCC was afgelopen is hij *meetings* van CA (*cocain anonymus*) gaan bezoeken in een naburige stad. Hij was weliswaar geen cocaïneverslaafde maar voor cocaïne kun je ook blowen of gamen invullen. Nog steeds bezoekt hij elke twee of drie weken een *meeting*. Het helpt hem het goede spoor vast te houden. Ook toen hij een keer bij een familielid in een ander deel van het land op bezoek ging, heeft hij daar een CA-meeting bezocht.

In september 2016 is hij teruggegaan naar school, mbo-dienstverlening. Het ging daar bijna weer mis. Door een misverstand over een stage die wel of niet in het eerste jaar had gedaan, moest hij een deel van weer over doen. Het kostte hem 1,5 jaar. Natuurlijk was hij pissig en er was zeker de neiging om het op te geven en alles maar te laten vallen. Maar hij wilde niet weer terug naar hoe hij het vroeger deed. Dus hoe pijnlijk ook, hij heeft zich erbij neergelegd en is opnieuw begonnen. Nu rondt hij zijn opleiding af en hoopt dat hij via een 21+ test komend schooljaar direct naar mbo-4 kan doorstromen. Lukt dat niet, dan gaat hij door met mbo-3.

Sinds twee maanden woont hij in bij twee vrienden. Samen betalen ze de huur en doen ze het huishouden. Het appartement staat op naam van de vrienden. Vaak, in het weekend, blijft Maxwell's vriendin bij hem slapen. Hij vindt het een goede plek en je zou het niet verwachten van drie jongens, maar met ze best gedisciplineerd en het huis is nooit smerig. Hij betaalt de huur van zijn studiebeurs voor uitwonenden. Hij leent er geen geld bij omdat hij nog spaargeld heeft. Hij heeft in supermarkten en bouwmarkten gewerkt en altijd zijn geld opzij gezet. Nu kan hij van dat potje de school betalen en geld van gebruiken voor extra uitgaven. Eigenlijk is hij best trots dat hij het zo aanpakt "ik kan toch wel wat" zegt hij af en toe tegen zichzelf.

Een van de belangrijkste dingen die hij heeft geleerd is hulp vragen. Hoewel hij de neiging heeft om alles alleen te willen doen om voor zichzelf of de ander te bewijzen dat hij niemand nodig heeft, is het belangrijk te erkennen dat het niet alleen hoeft en dat als je mensen vraagt ze vaak graag willen helpen.



#### 5.2.14 Herstelverhaal Ellen

**Ellen: “Als ik nog steeds zo gesloten zou zijn, zou het niet goed met me gaan.”**

Rond haar 14<sup>e</sup> ging Ellen met mensen om die geen goede invloed op haar hadden. Ze weet niet meer precies hoe het kwam maar in die periode is ze gaan blowen. Haar ouders merkten daar niets van, maar kregen wel door dat het op school niet goed ging. Ellen paste haar gedrag aan thuis uit angst voor meer conflicten, ze hield meer afstand en trok zich terug. Het leek alsof ze niets meer met haar gezin te maken wilde hebben: “Ik was een beetje een heel ander persoon geworden”, zegt ze. Na klein jaar kwamen haar ouders er achter dat het misschien iets met blowen te maken had. Ze heeft er toen met haar ouders over gesproken. Zij vroegen haar waarom ze blowde. Maar toen wist ze dat niet. Het was “gewoon met vrienden, beetje chillen, smoken...”.

In de daaropvolgende grote vakantie blowde ze nauwelijks omdat ze in het geboorteland van haar ouders was. Maar toen ze thuis was begon ze weer. Vanaf die tijd begon het uit de hand te lopen. Ze loog over haar schooltijden om naar haar vrienden te kunnen gaan en te blowen en haar gebruik liep op tot zo'n drie gram per dag. Ze had niet het gevoel dat ze stoned was dus ze bleef maar door roken. En eigenlijk rookte ze niet meer om lekker stoned te zijn, maar meer om niet het gedoe op school en het gezeur van haar ouders te hoeven voelen. Ze blowde ook onder schooltijd in de pauzes. Eigenlijk blowde ze waar en wanneer ze maar kon. Of het een verslaving was? “Ja, misschien wel.” Wiet kost ongeveer 10 euro per gram en bij drie gram per dag per loopt dat op. Daarom pikte ze wel eens uit de foienpot van haar werk “om te kunnen halen”. Ze stal ook wel eens van haar ouders. Het leidde tot veel ruzie met haar ouders en ze is in de periode ook geslagen. Voor haar broertje van 11 was het ook naar. De hele sfeer thuis was niet oké, “er was constant spanning.”

Haar moeder leed zo onder de situatie dat ze zich ziek meldde op haar werk. Ze kon zich niet meer concentreren. Ze kreeg ook huiduitslag van “de stress die ik haar gaf.” Ook haar vader had er op zijn werk last van. In die periode moest ze van haar moeder ‘naar de GGD’ waar ze om de week met een vrouw praatte over hoe de situatie op te lossen. De tip was om afstand van haar vrienden te nemen, bijvoorbeeld door ze uit haar telefoon te verwijderen. Ellen zei dat ze dat zou doen maar deed het niet. Ze stuurde op aandringen van deze vrouw ook haar schoolrooster naar haar moeder. Maar ze bewerkte het rooster met Photoshop voordat ze het stuurde. Na een paar weken kreeg de coach door dat ze in het ootje was genomen “en toen kon ze niets meer voor me doen.” Wat ze wel deed is met de moeder van Ellen onderzoeken wat er verder mogelijk was en zo kwamen ze op YWCC. Haar moeder was er zeer positief over en zij had haar dochter opgegeven voor de intake. Maar zei Ellen: “Ik ga niet.”

Ze gingen niet op vakantie die zomer. Ze moest van haar ouders binnen blijven. Maar als haar ouders slapen sloop zij het huis uit en ging naar het meertje in de buurt om te blowen. Na weer een ruzie zeiden haar ouders dat ze het huis uit moet. En dat deed ze. Ze ging naar een vriend met wie ze altijd blowde bleef daar die nacht slapen. Dat hadden haar ouders niet verwacht. Toen op een dag haar fiets bij het meertje gevonden werd schrokken haar ouders enorm. Ze vreesden het ergste. Toen ze weer thuis kwam was de politie nog in huis. Ellen herinnert zich de pijnlijke stilte toen ze binnenstapte.

*“Ik deed het voor mijn ouders”*

Uiteindelijk ging ze dan toch mee naar Eindhoven voor de intake. Het bleek dat ze “geschikt” was. Toen ze haar vroegen of ze er mee wilde doorgaan zei ze van wel, maar in haar hart wilde ze eigenlijk niet. Ze zei ja voor haar ouders. Dat haar ouders leden en dat het op school niet goed ging “boeide” haar niet. Haar ouders hilde bij het afscheid, ze gaven haar een knuffel die ze niet beantwoordde. “Ik was emotioneel.” Het eerste wat ze dacht toen ze in de bus zat was: “Eindelijk weg!”

In Hilvarenbeek wist ze niet wat te verwachten of wat ze er kwam doen. Ze werd rondgeleid door een "fellow". Ze bleef kritisch en afstandelijk en zich afvragen wat ze bij YWCC deed, behalve weg van haar ouders. Ze vond het wel "overweldigend" al die fellows die op je afkomen en ook leuk omdat ze zich voorstelden en vragen stelden. Ze waren belangstellend. Ellen voelde zich welkom, maar desalniettemin keek ze de kat uit de boom.

Ze had zich een kliniek als iets saais voorgesteld, maar het was leuk met een gevarieerd dagprogramma. Ze leerde ook de coaches kennen, wat ze heel leuk vond: "het zijn echt mensen met wie je kan opschieten, met wie je kan praten." Ze vond de coaches begripvol en geloofwaardig omdat ze zelf ook veel dingen hebben meegemaakt. Na een week of twee ontspande ze wat meer, maar gaf zich niet over aan het programma. Ze deed mee, zonder zich echt in te zetten: "Het was een beetje half half, ik liet mijn emoties niet zien."

Ze ging de Verbindingsdag in met gemengde gevoelens. Ze was blij maar vond het ook eng. Ze was bang om haar ouders onder ogen te komen. Ze las een brief van haar vader waarin hij vertelde dat hij vroeger ook had gebruikt. Een schokkende bekentenis omdat juist hij zo fel tegen was. En op de dag zelf zaten alle ouders met hun kinderen in een kring en de kinderen biechtten een voor een op wat ze hun ouders hadden aangedaan "Je moest vertellen dat het je spijt, tenminste als je dat ook echt zo voelde", zo verwoordt Ellen het. Maar zijzelf bleef tamelijk emotioneel, ze schakelde haar gevoel uit en somde droog op wat ze had gedaan. Behalve het verplichte rondje bekentnissen had ze haar ouders niet veel te vertellen. Dat kwam, analyseert ze achteraf, omdat ze in de eerste vijf weken ook niet veel had gedaan.

De brief die ze kort na de Verbindingsdag van haar broertje kreeg raakte haar. Maar alsof het niet genoeg was, zei de counselor tijdens de groepsessie dat ze niets om haar broertje gaf en verscheurde de brief voor haar ogen. Ze was er de hele dag kapot van. De counselor zocht haar later die dag op en liet de brief zien. Zij had een kopie verscheurd, niet de echte. In totaal kreeg ze drie interventies. Bij de tweede interventie probeerden twee coaches haar af te breken door te zeggen dat ze waardeloos was, "wie was ze eigenlijk!? Ze was niks". Dat raakte haar diep want inderdaad, ze had zichzelf helemaal niet ontwikkeld, niet op school, niet thuis en niet hier bij YWCC. Ze had het gevoel zichzelf helemaal kwijt te zijn. Ze hilde wel, ze voelde zich enorm kwetsbaar, maar ze wilde nog steeds niet toegeven maar waarom precies? Dat wist ze niet.

De derde interventie was bij het toegangshek van het terrein. De coach liet het hek dichtgaan en liet haar daarmee beseffen dat dat precies is was ze zelf ook doet: dichtgaan en niemand toelaten. 'Je bent alleen' zei de coach en hij liet haar daar minutenlang staan terwijl hij zelf een paar meter terugliep. 'Waarom blijf je hier staan?', vroeg hij op een gegeven moment. 'Ik weet niet wat ik moet doen' antwoordde ze. 'Waarom kom je niet om hulp vragen, waarom kom je niet naar mij toe?', waarop ze antwoordde: 'Ik durf niet'. 'Dus blijf je voor altijd zo staan?'. Het besef dat ze altijd alleen zou zijn als ze niemand zou toelaten drong toen pas goed tot haar door. Het gebeurde in de negende week van haar opname. In de laatste tien dagen van haar opname werd ze wel meer open, maar vooral naar de coaches. De fellows vertrouwde ze nog niet echt. "Ik heb tijd verspild daar", weet ze nu.

Nog tijdens de nazorgperiode is ze weer gaan blowen. Ook de spanning kwam weer terug in huis, er weer werd bedreigd haar uit huis te plaatsen. Toch is ze in die zomervakantie, na de vmbo-examens ermee gestopt.

En sindsdien is de relatie met haar ouders heel sterk verbeterd. Ze is beter in staat om ze toe te laten, dichtbij te laten komen. Dat is heel positief. Het gaat goed met haar. Ze kan beter grenzen aangeven, ze is feller geworden. Ze heeft ook nu niet het gevoel dat ze aan het "niet-blowen" is, maar "ik kan het gewoon, ik heb het niet meer nodig."

Veel meer dan vroeger durft ze mensen te vertrouwen. Ze is meer zelfbewust en weet beter wie ze is en wie ze (niet) wil zijn. Ze kleedt zich verzorgder en haar taalgebruik is anders. Ze vindt het fijn om dingen te vertellen, dat had ze daarvoor helemaal niet. Ze voelt zich sterker en minder kwetsbaar.

En met haar vriend, die ze in YWCC heeft ontmoet, kan ze heel veel delen en kunnen heel goed met elkaar praten. Met hem is het ook veel beter gegaan na YWCC. Pas geleden hebben ze samen een daginventarisatie gemaakt. Iets dat ze ook in de kliniek deden.

Ze denkt dat YWCC noodzakelijk was om te leren wat ze geleerd heeft. De gesprekken met de psycholoog die ze daarvoor had deden haar niet zoveel. Dat zag ook haar moeder. Er veranderde niets. Ze denkt dat haar angst om gekwetst te worden te maken had met gepest worden op de basisschool en de klappen die ze van haar vader kreeg "het is een soort trauma geworden". Het geweld dat haar vader gebruikte heeft hij weer meegenomen uit zijn harde Oost-Europese opvoeding. Het fysieke geweld is er niet meer, maar de discussies zijn er nog wel.

Ellen doet nu een MB04-opleiding voor maatschappelijk werk en dat gaat goed. Ook haar stage gaat goed. Ze heeft het naar haar zin. De keuze voor de opleiding maatschappelijk werk is ook geïnspireerd door wat ze van de coaches heeft gezien. Dat vindt ze toch heel mooi om andere mensen te helpen. Ze realiseert zich dat als ze andere mensen wil helpen zichzelf open moet staan voor de ander. En dat de ander alleen open gaat als zijzelf ook open is. Ook heeft ze pas haar rijbewijs gehaald (betaald door haar ouders).

Haar vriendenkring uit het dorp, met wie ze blowde, ziet ze niet meer. Ze heeft de contacten uit haar telefoon verwijderd. Ze ziet nu vriendinnen van haar nieuwe school en werk, die komen niet uit het dorp. En met de nieuwe vriendinnen is ze meer open. Ze laat meer zien wie ze is en wat er in haar omgaat. Toch is ze nog voorzichtig, zegt ze, maar veel minder dan vroeger.

### 5.2.15 Herstelverhaal Natasja

#### Natasja: “Het leek me een enorm hilarische ervaring.”

Als ik vraag waarom ze destijds bij YWCC is opgenomen antwoordt ze: “Het leek me een enorm hilarische ervaring.” Dat is uiteraard een grapje maar gedurende het interview dat ik met haar heb volgen nog een paar van dergelijke ontwijkende opmerkingen. Ze zijn kenmerkend voor de voorzichtigheid waarmee ze over zichzelf vertelt.

*“De reden van mijn opname is ingewikkeld...”*

Toen ze 15 jaar was werd ze ter observatie opgenomen. Ze had ernstige lichamelijke klachten maar zonder lichamelijke verklaring. Eigenlijk ging het al jaren niet goed maar nooit was duidelijk wat er precies aan de hand was. Er waren zogenaamde conversieklachten<sup>11</sup> en “heel behoorlijk”. Ze viel op de grond en kon zich urenlang niet bewegen. Kwam in een rolstoel terecht en ging nauwelijks naar school. Ze lag veel op bed. De situatie werd thuis onhoudbaar, er waren grote zorgen en ook onbegrip. Maar het was eigenlijk via school en de leerplichtambtenaar dat de hulpverlening opgang kwam. Tijdens de drie maanden dat ze in de observatie was moest ook duidelijk worden of ze haar klachten simuleerde want daarover was wantrouwen.

De observatieperiode leverde haar een diagnose ADHD op maar veel bleef onduidelijk. In een poging om haar somatische klachten onder controle te krijgen ontwikkelde ze een eetstoornis. Dat hielp, de conversieklachten namen af maar tegelijkertijd kreeg ze wel ondergewicht.

Na de observatie kon ze nog niet terug naar huis. Ze werd overgeplaatst naar een andere afdeling, een “sorry voor het woord, vergaarbak”. Er zaten allerlei soorten jongeren zaten met allerlei type problemen. Hoewel ze respect heeft voor de inzet van individuele behandelaren vond ze de behandeling als geheel maar niets. Dat kwam omdat de therapie die ze kreeg niet aansloot op de klachten die ze had. Haar verblijf in deze kliniek duurde zes maanden maar ze kwamen er niet tot de kern van de problematiek. “Ze groeven niet diep, ik weet het niet, je kunt ze zo makkelijk manipuleren, je kunt makkelijk dingen verborgen houden. Je moet je voorstellen, op die plek, gebruikte mensen gewoon harddrugs en dat werd niet gezien. Dus dat zegt wel iets, dan zijn ze ook niet scherp op andere dingen.”

Thuisgekomen werd er MDFT<sup>12</sup> ingezet en aansluitend een behandeling voor eetstoornis. Natasja kijkt met respect terug op haar MDFT-behandelaar. Die was straight, confronteerde haar met haar eetstoornis. In die periode ook kreeg ze lucht van YWCC en op haar eigen aangeven is ze daar aangemeld. Haar ouders stonden niet te juichen, vonden het eigenlijk maar niks. Maar ook zij stonden met de rug tegen de muur en gaven het een kans.

Ze had YWCC leren kennen via een *post* van een meisje op Facebook met wie ze eerder in de klinische behandeling had gezeten en dat meisje “was er heel goed uit gekomen”. Ze had ook YWCC gezien bij een programma op televisie<sup>13</sup>, althans, ze zag in de aftiteling dat YWCC eraan had meegewerkt. Ze googelde om meer te weten komen en het leek haar een passende behandeling. De behandelingen die ze tot dan toe had gevolgd waren gericht op “één ding” en ze had last van meerdere dingen tegelijkertijd en ze dacht dat de YWCC-aanpak daar geschikt voor was.

Zij deed haar opname in de kliniek in de Ardennen in 2015. Ze was 17 toen ze de intake deed en was net 18 jaar geworden toen de opname plaats vond.

Bij intake kreeg ik niet het gevoel dat de nadruk lag op de diagnose en ze durfde iets meer lost te laten “omdat ik wist dat er ervaringsdeskundigen werken.” Niettemin waren er zorgen

<sup>11</sup> <https://www.thuisarts.nl/conversiestoornis/ik-heb-conversiestoornis>

<sup>12</sup> Multi Dimensional Family Therapy™

<sup>13</sup> Van de Straat, NPO3, 2012-2015

over haar lage gewicht. Daarom moest ze zich een maand lang regelmatig laten wegen voordat ze daadwerkelijk bij YWCC werd toegelaten. Maar ze kende trucjes en zorgde ervoor dat haar gewicht constant bleef. Wat ze prettig vond bij haar feitelijke opname was het welkom, "Ik dacht, oké, zo kan het dus ook." Heel anders dan ze eerder had meegemaakt.

Hoe de behandeling eruitzag was voor Natasja geen verrassing. Ze had zich ingelezen. Zo wist ze dat ze confrontatiebrieven van thuis zou krijgen. Een groot verschil met de andere opnames was dat bij YWCC "niet wordt gestruikelend over diagnoses en stempels. Er werken mensen die zelf ook hun portie hebben gehad. Dus ze benaderen je gewoon heel anders." Hierdoor kon ze meer open zijn want ze werd niet direct in een hokje geplaatst. Een stempel vindt ze op zich niet erg maar in haar voorgaande ervaring klopten ze niet en daardoor kreeg ze de verkeerde therapie.

Ze realiseert zich dat ze gedurende de hele tijd in de kliniek controle over haar gevoelens wilde houden "dat zit gewoon in mijn systeem. Ik had nog wel ondergewicht, dus ik was veel gedempter dan ik nu ben." De regels en rituelen, waar ze nu misschien last van zou hebben, kon ze daarom enigszins van zich af laten glijden. Maar ook: "ik wist dat ik er voor mezelf was, ik had er zelf voor gekozen waardoor ik toch dingen makkelijker accepteerde. En wat ik fijn vond", gaat ze verder, "is dat die [10] acties voor iedereen gelden, niet de ene actie voor die en de andere actie voor een andere persoon of aandoening. De verschillende aandoeningen worden gezien als vormen van coping met alleen een andere uitingsvorm. Wat voor probleem je ook hebt, je bent op een gegeven moment allemaal machteloos om het probleem aan te pakken, zoals zij dat noemen. Je kunt er niets aan doen dat je het probleem hebt, maar je kunt er wel iets aan doen om er vanaf te komen. Bij mij ook, mijn conversieklachten, eetproblemen en drugsgebruik waren uitingsvormen van een onderliggend probleem, PTSS in mijn geval." Het is bij YWCC dat ze erachter kwamen dat Natasja een PTSS had. Ondanks deze goede diagnose kwamen ze ook bij YWCC niet tot de kern. Ze denkt dat sommigen wel een vermoeden hadden maar dat ze desondanks moeilijk te plaatsen was. "Ook de ervaringsdeskundigen prikten er niet helemaal door heen, wel meer dan ooit tevoren maar niet helemaal." Maar toch heeft ze niet het gevoel dat YWCC iets heeft laten liggen. Wat is bereikt was voor haar het hoogst haalbare. "Ik hield mezelf niet bewust weg van de boosheid over wat me is aangedaan. Maar ik was wel heel lastig te peilen: het was laag over laag over laag."

Toen ze een kleuter was, was Natasja een lastig kind voor haar ouders. Ze stak met haar kop boven het maaiveld uit, zoals ze het zelf uitdrukt. Ze kon haar gedrag niet goed reguleren, ergens had ze wel het besef dat het anders moest "maar ja, ik was een kind." Door deze "heftige gebeurtenissen" in haar jeugd, waarover zij verder niet wil uitweiden, ontwikkelde ze een PTSS, en daardoor gedragsproblemen en daardoor conversieklachten en daardoor een eetstoornis. "Dus er moest heel wat afgepeld worden voordat ik weer bij de bron van de klachten kwam."

Haar terugkeer naar Nederland, na de behandeling verliep niet vlekkeloos. De vervolginstelling wilde haar op het laatste moment toch niet opnemen: te complex. Dus bleef nog een tijdje in een soort 'safe house' in België. Daarna nog even bij haar ouders maar dat was ook geen goede plek. Na deze korte tussenstop woonde ze bij een "paar mensen" in en van daaruit ging ze via het jongerenteam van de gemeente naar een project voor begeleid wonen. Sinds twee jaar woont ze zelfstandig.

Nadat ze terugkwam in Nederland is ze een behandeling gaan volgen voor conversieklachten want die waren best wel heftig. Dat was ook weer een half jaar intern, in Zeist, specifiek voor mensen met een conversiestoornis. Gaandeweg die behandeling kwam de PTSS steeds meer op de voorgrond te staan. Wat voor Natasja ook belangrijk was is dat ze nu meerderjarig was en ze beter kon meepraten haar klachten en haar behandeling. Daardoor kon ze opener zijn en kon ze beter aan haar PTSS werken. Die PTSS is in Utrecht behandeld met een "in nature exposure therapy" 's ochtends werd je blootgesteld aan je

trauma's en 's middags EMDR. Het was een behandeling van twee keer drie dagen met een pauze ertussen. Ze heeft dat twee keer gedaan omdat ze nogal moeite heeft met zicht open te stellen en na de eerste keer kwamen er weer nieuwe thema's boven.

Nu gaat het "best wel goed" met Natasja. Ze heeft al ongeveer sinds haar 19<sup>e</sup> jaar een gezond gewicht en een normaal voedingspatroon en "ik heb geen rare gedachten meer over eten en zo". Eigenlijk vindt ze dat een eetstoornis helemaal niet bij haar past. Het gaat nu ook beter tussen Natasja en haar ouders. Het is ook goed dat er afstand tussen hen kwam en goed dat Natasja aan zichzelf kon werken.

Al met al is Natasja lang uit het schoolstelsel geweest. Ze doet nu een thuisstudie voor onderwijsassistent. Ze ziet het als een voorbereiding op de PABO. Daar wil ze graag naartoe. Ze ziet zich ook als ervaringsdeskundige. Daarom zou ze het liefste werken op een cluster-4 school (voor kinderen met ernstige gedragsproblemen of psychiatrische problemen). Maar ook een gewone basisschool sluit ze niet uit want daar zitten tegenwoordig ook vaak kinderen met 'rugzakjes'.

Het "jammere" van haar verhaal, zo redeneert ze achteraf, is dat het zo lang duurde voordat de PTSS werd "ontdekt". Als dat eerder was gezien had het haar de periode me eetproblemen bespaard, denkt ze. De hulpverleners zeiden dat ze niet van haar klachten af wilde maar dat was het voor haar niet: "Ik kwam gewoon niet op de goede plek en had niet de goede diagnose." En, weet ze nu, het verschil tussen willen en kunnen is ook ingewikkeld, dat is met elkaar verknoot.

### 5.2.16 Herstelverhaal Simon

#### **Simon: “Mijn verantwoordelijkheid pakken.”**

Een opstapeling van onverwerkte gebeurtenissen en het onvermogen daarover te praten zorgen ervoor dat Simon een forse cannabisverslaving opliep en depressieve klachten ontwikkelde. Toen Simon 5 of 6 jaar was pleegde een peetoom zelfmoord. Het was de eerste ingrijpende gebeurtenis die hij niet begreep en waarover hij piekerde. Niet veel later scheidden zijn ouders. Ook dat begreep hij niet. Het ging vaak zo in zijn gezin. Als er moeilijke of emotionele zaken zich aandien gingen hij naar boven, naar zijn kamer. Er was geen gewoonte om met de kinderen dingen uit te praten.

Hij ging afwisselend bij zijn vader (3 dagen) bij zijn moeder (4 dagen) wonen. Beide ouders kregen een nieuwe partner. Met de nieuwe vriendin van zijn vader ging het in begin nog wel goed maar steeds vaker eiste zij gehoorzaamheid alsof ze zijn echte moeder was. Het leidde tot conflicten met als dieptepunt dat ze eiste dat Simon en zijn zusje mee met haar op vakantie ging terwijl ze al een zomerkamp hadden geboekt. Ook zag hij een keer dat zijn vader mishandeld werd door zijn stiefmoeder. Dat was heftig, ook omdat zijn vader zich niet verzette.

Hij was inmiddels 10 jaar en ging na het conflict over de vakantie bij zijn moeder wonen. Zijn vader heeft hij toen twee jaar niet gezien. Zijn moeder had dus ook een nieuwe partner en die man was aardig. Zij kreeg een kind van hem en Simon kreeg er een broertje bij. Maar toen hij begon te puberen kwamen ook de conflicten en bleek die aardige man onbetrouwbaar. Bij conflicten dreigde hij Simon het huis door te schoppen en als Simon dat tegen zijn moeder zei, ontkende hij dat. Moeder geloofde liever haar partner dan Simon.

Met enige moeite heeft hij vmbo-basis afgemaakt. Bijna was hij zonder diploma van school gedaan, hij spijbelde veel en moest van school. Dankzij de bemiddeling van zijn moeder mocht hij alsnog examen doen. Toen kwam er een nieuwe scheiding. Zijn stiefvader bleek een dubbelleven te hebben met een andere partner en veel schulden.

#### *“Het interesseerde me niet meer”*

Vanaf zijn 15<sup>e</sup> begon Simon te blowen. Binnen een paar weken naar zijn eerste joint blowde hij dagelijks. Snel kwam daarbij ook XTC en later ook coke en speed, zij het niet dagelijks. “Het interesseerde me gewoon niet meer”, zegt hij daarover. Naar de buitenwereld speelde hij alsof alles goed ging, er niets aan de hand was. Hij ging naar de koksschool. Kreeg ook een vriendin. Hij stopte met zijn opleiding en ging werken in de horeca. Vooral het blowen, ging door. Tien jointjes per dag was normaal. Een vriend overleed door een bedrijfsongeval. Nog zo’n gebeurtenis waarover hij met niemand echt praatte. Hij modderde door met veel blowen, werken en feesten. Op zijn 20<sup>e</sup> begon hij onverklaarbare lichamelijke klachten te krijgen, hoofdpijn, buikpijn. Hij werd depressief en wilde niet meer naar zijn werk. Hij bleef op bed liggen, liet zijn moeder bellen dat hij ziek was.

#### *“Wegwezen hier”*

Maar zijn moeder wilde hierin niet steeds meegaan en troonde hem op een keer mee naar de huisarts. Die verwees hem door naar YWCC om “alles leeg te maken”. Hij was niet per se ongemotiveerd “ergens wist ik wel dat het goed voor me was” maar had er geen zin in. Hij was bang dat zijn vriendin het uit zou maken. En toen hij eenmaal opgenomen was (Hilvarenbeek) sloeg zijn motivatie om in weerszin. Het was veel te druk. Hij zag dat anderen plezier maakten. Het stond hem tegen. Hij dacht maar aan één ding: “wegwezen hier.” Hij probeerde hierover in gesprek te komen met zijn behandelaar maar die wilde niet praten over zijn eventuele vertrek. In de tweede of derde week lukte het eindelijk hierover een gesprek te hebben maar de behandelaar vond het geen goed idee. Gefrustreerd klom hij over het hek van het behandelsterrein naar het ontvangstterrein. Hij liep weg. Maar voordat hij de laan uitgelopen was en bij het toegangshek stond, stopte er al een auto naast hem. Als hij niet zou weggaan mocht hij zijn ouders bellen om hem op te halen. Hij ging terug en

belde zijn ouders. Maar die waren al ingeseind door YWCC en weigerden hem te komen halen. Toen hij de onmogelijkheid zag van een 'ontsnapping' en daarvoor ook niet zijn ouders meekreeg, legde hij zich neer bij zijn situatie en hij besloot te gaan meewerken. Wat daarbij ook hielp waren de confrontatiebrieven die hij kreeg van zijn ouders en zijn zusje.

Hij begon sommige coaches toe te laten. Ze begrepen hem, lieten hem praten en keurde hem niet af. Hij begon te ontdekken hoe goed het was zijn verhaal te doen en hoe fijn het was daar niet over werd geoordeeld. Tegen de Verbindingsdag zag hij erg op. Hij had er geen zin in. Was boos op zijn ouders voor alles wat ze hem hadden aangedaan. Maar het werd desondanks een mooie dag. Emotioneel ook. En hij heeft ook excuses van zijn ouders gekregen. Dat heeft hem goed gedaan.

Zo is hij gaan werken aan zijn herstel: te leren leven met zijn emoties. Leren praten en delen en zijn oude – verhullende – gedrag achter zich te laten. Hij leerde ook hulp te vragen en de dingen los te laten waarop je geen invloed hebt. In de loop van de weken trok hij naar een coach toe die net als hij ook van Ajax houdt. Hoewel er bij YWCC geen 'clubkleuren' bekend mogen worden vond hij het toch heel fijn dan er iemand was met wie hij zijn liefde voor club kon delen. Ze hielden het voor zich, betrokken er geen andere mensen bij. Omdat hij toch zijn reserves bleef houden ten aanzien van de behandeling, is overwogen hem een 'interventie' te geven. Maar Simon maakte de staf duidelijk dat ze dat niet moesten doen. "Het zou bij mij averechts werken", ik was ook al wat ouder (20 jaar). Ik ben blij dat ze het niet hebben gedaan. "Toch respectvol", oordeelt hij achteraf.

In de nazorgfase kwam de vraag 'wat wil ik?', 'Hoe ga ik verder?' centraal te staan. Een echt antwoord kwam er niet. Hij ging werken in een fabriek. Kort na de nazorgfase viel hij terug. Begon weer te blowen en net zoveel als voorheen. Zijn vriendin begon zijn blowen af te keuren, hun relatie verslechterde. Het werk in de fabriek was zwaar en eentonig. Langzaam drong het tot hem door dat hij alles weer aan het "verkloten" was. Zijn relatie liep stuk door zijn gebruik, zei zijn vriendin. Zo zat hij 11 maanden na YWCC emotioneel aan de grond. Hij kreeg weer suïcidale gedachten.

Gelukkig had hij niet alle lessen van YWCC verleerd. Hij moest om hulp vragen. En dat deed hij. Hij belde met YWCC en legde zijn situatie uit. Er werd goed naar hem geluisterd. Hij kon zijn verhaal kwijt. YWCC raadde hem toch eens naar een "meeting" te gaan. Gewoon om te kijken of het iets voor hem zou zijn. Ze stuurden hem een lijst met adressen en zo kwam hij bij de NA terecht in een stad verderop. Hij voelde zich daar direct op zijn gemak. En ook nu nog, als hij eens een slechte dag heeft, dan valt de last eigenlijk al van hem af nog voordat de meeting feitelijk is begonnen. Het is een soort thuiskomen. Je kunt je verhaal er kwijt, mensen luisteren, oordelen niet en geven tips vanuit hun eigen ervaring.

De NA waar hij naartoe gaat bestaat uit mensen van 20 tot 50 jaar. Hij is een van de jongste maar de leeftijd maakt niet uit, het gaat erom dat je een ervaring deelt. Wekelijks komen er zo'n 10 tot 12 mensen. Meest mannen maar ook een aantal vrouwen. Regelmatig organiseren ze ook uitjes. Dan gaan ze met z'n allen uit eten of een avondje bowlen. Het is een gemeenschap waar hij zich thuis voelt. Dat was 11 maanden geleden. Nu gaat hij wekelijks naar een meeting.

Hij koos ervoor om opnieuw naar school te gaan. Het CIOS, nu op niveau 3, sport- en bewegingsleider maar hij gaat waarschijnlijk een versnelde procedure in voor niveau 4, richting sociaal bewegingsagoog. Dankzij goede cijfers en een goede werkhouding wordt deze mogelijkheid nu onderzocht. De opleiding bevalt hem heel goed. Hij is altijd sportief geweest en mensen helpen doet hij graag. Niet alle vakken zijn leuk maar, anders dan vroeger, doet hij wat hij moet doen, "Ik pak nu mijn verantwoordelijkheid", licht hij toe. Het liefste zou hij later in een kliniek gaan werken, zoals YWCC. Hij vindt het mooi om te kunnen bijdragen aan het veranderproces van mensen. Hij denkt aan zoiets als de functie van coach bij YWCC. Door middel van sport mensen verder helpen. Dat is toch prachtig. Niet alleen natuurlijk maar in een team.



De relatie met zijn ouders is verbeterd. Hij woont bij zijn moeder en hoewel ze zich met enige regelmaat aan elkaar ergeren leidt het niet meer tot ruzies. "Het levert niets op", zegt hij. Oké, de leeftijd speelt een rol. Hij is ouder geworden maar hij heeft vooral geleerd "normaal te praten" en sommige dingen maar gewoon te laten voor wat ze zijn. Met zijn vader heeft hij een goede band. "Ik ben altijd een vaderskindje geweest." Zijn vader was in zijn kindertijd de grote afwezige, altijd maar werken, weinig tijd. Nu ziet hij zijn vader als zijn beste vriend.

Hij kijkt nu terug op zijn behandeling bij YWCC als een moeilijke maar ook mooie tijd waar hij veel heeft geleerd. Over de vraag of een gewone behandeling bij een psycholoog hem niet even ver had gebracht denkt hij even na. Dan zegt hij resoluut van niet. Met een gesprekje per week had hij het niet gered. "Dan kom je steeds terug in je oude omgeving en verandert er niets. Wat je leert wordt gelijk weer weggevaagd. Ik zou gewoon doorgaan met blowen. Nee, dat schiet niet op. Voor mij niet ieder geval. Ik heb geleerd om hulp te vragen, geleerd dat ik niet alles alleen hoeft te doen en dat delen van je gevoel beter is dan opkroppen. Daar ben ik blij om."

### 5.2.17 Herstelverhaal Roy

#### Roy: “Dat ik mezelf mag zijn.”

“Hoe lang hebben we?” vraagt Roy. Hij wil maar zeggen dat hij veel heeft meegemaakt, niet weet waar hij zijn verhaal moet beginnen en dat we wel uren kunnen praten.

Wanneer het precies begon, weet hij niet meer. Het was rondom zijn 16e jaar. Hij was zoekende, wist niet precies wie hij was. Hij ging op aandringen van zijn moeder naar “psychologen en zo” zodat dat hij tenminste zou praten. Want praten deed hij weinig. De gesprekken met de psychologen leverde weinig op. Hij nam ze niet serieus en hij voelde zichzelf ook niet serieus genomen. Hij praatte wel maar zei niets. Ze waren gemakkelijk om te tuin te leiden.

Hij vond aansluiting bij jongens in het dorp die van “hardcore” housemuziek houden. Het waren eigenlijk foute vrienden want al heel snel ging hij blowen en XTC gebruiken maar ook cocaïne en vaker nog: speed.

Na zijn vmbo ging hij een koksopleiding doen en ook al snel werken in de horeca. En zo gebeurde het dat als hij klaar was met werken en zijn vrienden opzocht, zij er al een halve avond hadden opzitten, terwijl het voor hem nog moest beginnen. Als zij naar huis gingen bleef hij achter. In plaats van ook naar huis gaan ging Roy door met gebruiken. En zo ontwikkelde hij een speedverslaving.

Het werken in de horeca voedde zijn gebruik. Het was heel normaal om daar te gebruiken. Het motto onder zijn collega's was: “Inkakken is bijpakken”. Hij gebruikte ook onder schooltijd. Ergens wist hij natuurlijk wel dat het niet goed was, maar hij dat dacht er vanzelf wel goed zou komen.

Het is lastig om de ontwikkeling van zijn gebruik helder te krijgen. Hij gebruikte gewoon. Jarenlang. Het contact met zijn vrienden was oppervlakkig. Er werd gekletst maar weinig gezegd. “Mijn vrienden waren mijn vrienden niet”, zo vat hij het samen. Het contact met zijn ouders hield hij af. Hij was vaak in de garage, dat was een beetje zijn territorium. Het kon gebeuren dat zijn moeder hem riep voor het eten en dat hij nog snel wat poeder naar binnen snoof en dan aan tafel ging. Een goed gesprek was niet mogelijk, hij was zeer op zichzelf en prikkelbaar als hij werd aangesproken. Op zich vindt hij zijn thuissituatie goed, hij komt uit een “happy family”.

Op een festival kreeg hij verkering met een meisje dat hij uit de vriendenkring kende. Het was fijn om met haar te praten en zij accepteerde zijn gebruik zonder problemen. Dat was belangrijk voor hem. Het meisje had zelf allerlei problemen een en toonde begrip en ze gebruikte zelf ook flink: “We gingen samen naar de klote.” Ze zijn anderhalf jaar bij elkaar geweest. Toen de relatie uitging raakte hij erg van slag. Hij kon er niet mee omgaan, praatte er niet over en het enige wat hij eigenlijk deed was snuiven, meer dan hij al deed. Verder reed hij hard op de snelweg, linkerbaan, 180 km p/u, kijken naar de vangrail en spelen met de gedachten radicaal zijn stuur om te gooien en weten dat alles dan afgelopen is. Hij was in die tijd 19 of 20 jaar. Hij deed een nieuwe mbo-opleiding maar die maakte hij niet af.

Gedurende een periode van een jaar ging het echt slecht met hem. Volop gebruiken, wakker blijven, auto van zijn ouders gecrasht, in slaap gevallen achter het stuur en onbereikbaar voor anderen. Zijn ouders probeerden wel contact met hem te krijgen en hem te ondersteunen maar hij wees het radicaal af. Het contact was er niet meer. Thuiskomen om te slapen deed hij niet, dat was niet nodig omdat hij wakker was van de speed. Hij werkte wel, in een hotel waar het gebruiken ‘normaal’ was. Hij woog net onder de 60 ruim 25 kilogram minder dan nu.

*“Ons mam”*

Op een gegeven moment zat hij thuis en toen zei “ons mam” dat hij iets moest kijken. Het was introductiefilmpje van YWCC. Het viel niet goed, de melodramatische muziek alleen al, of misschien juist die muziek, riep afkeer op. Maar toch heeft het wel iets in beweging gezet. Want het ging eigenlijk niet meer hoewel hij dat aan niemand, ook niet aan zichzelf, toegaf. En dat was precies, ook tijdens de opname in YWCC, het aller moeilijkste om toe te geven: dat hij het niet zelf meer kon en om hulp moest vragen.

Via de huisarts kwam hij bij de intake van YWCC terecht. Maar hoe het allemaal precies ging is vaag. Hij ging ‘strak van de speed’ naar de intake, had een paar nachten niet geslapen. Zijn gezicht kapot gekrabd. Hij had er geen zin in. Dat kwam ook door de eerdere ervaring met hulpverlening, die hem nooit begrepen maar wel wisten wat goed voor hem was. Bij de intake van YWCC ging het anders, in plaats van vragen stellen vertelde iemand hem haar levensverhaal. Dat zorgde voor een bruggetje waardoor hij ook zijn verhaal kon vertellen, zonder te liegen. “Dat was een goede binnenkomer. Toen wist ik dat het goed was, diep van binnen.” Maar vertrouwen was er nog niet. De weerstand bleef, hij had er geen zin in en bleef gebruiken. Het duwtje kwam van zijn moeder, die hem kort voor de opname bij haar riep om te vertellen dat ze kanker had. Ze vroeg hem om te gaan, voor haar en voor hemzelf.

Het heeft gedurende de opname nog zes weken geduurd voordat hij zich overgaf. Geen actief verzet maar meer passief. Ze hebben veel verschillende dingen geprobeerd. “Ik ben echt hard voor mezelf, op het belachelijke af, soms.” En dat heeft hij eigenlijk nog steeds. Echte interventies heeft hij niet gehad. Hij praatte wel maar kwam nooit tot de kern. Toen hij zijn levensverhaal moest doen, een lang verhaal waar hij echt zijn best op had gedaan, zeiden ze al snel “hou maar op, het is bullshit”. Toen ging die counselor vlak voor me zitten, neus aan neus, en keek me 5 minuten stak aan en ik keek strak terug. En na het nagesprek met die counselor ging de knop om. Toen ging het balletje rollen en ging het snel. Roy kwam toen pas bij zijn gevoel en kon het ook uiten. Lastig maar fijn en mooi, bijzonder. Bevrijdend. Vanaf dat moment, kon hij ook zichzelf zijn. Een haantje de voorste, dat wel, leiderschap ook “dat zit er wel in bij mij.”

Hij kreeg steeds beter in de gaten wanneer fellows mensen iets achter hielden en hij begon, net als “die irritante counselors” door te vragen. Misschien daardoor kreeg hij al in week 8 een nieuweling toevertrouwd. Ze zagen dat hij het kon en het ook leuk vond. “Ik was natuurlijk ook een van de ouders fellows”, relativeert hij.

Hij is nu alweer bijna anderhalf jaar weg bij YWCC. Nog steeds is hij geen prater. Als iets speciaals is zal hij het wel zeggen. De scherpe randjes zijn af maar nog steeds moet hij zijn moment hebben en zich goed voelen om echt persoonlijk te worden.

YWCC was belangrijk omdat hij dankzij de behandeling eindelijk zichzelf heeft gevonden. “Als ik niet was gegaan was ik dood geweest”, zegt hij stellig. Hij is ze dankbaar. Als herinnering heeft hij de datum van de opname in gotische cijfers op zijn onderarm laten tatoeëren. Ook de andere tatoeages op zijn arm hebben ermee te maken.

*“Gewoon werken”*

Het nazorgprogramma heeft hij maar een keer of drie bezocht. De nadruk lag sterk op de overgang van kliniek terug te maatschappij in. Roy had zo’n zachte overgang niet nodig, vond hij. Dat wil niet zeggen dat hij het niet fijn vond maar hij moest gewoon werk hebben en ging daarnaar op zoek.

Eerst heeft hij een tijd gewerkt in een laboratorium voor diergeneesmiddelen. Met zijn koksdiploma kon hij daar terecht omdat hij goed en precies met receptuur kan omgaan. Na een half jaar werd hij als gevolg van een ‘werkvloerreorganisatie’ ontslagen. Aansluitend heeft hij een tijd bij een stoffeerder gewerkt maar de sfeer in het bedrijf sprak hem niet aan. Hij had weinig aansluiting bij zijn collega’s en hij kon niet goed tegen de strikte hiërarchie in

het bedrijf. Nu werkt hij alweer een half jaar bij een grote meubelmakerij waar hij het enorm naar zijn zin heeft.

Wat hij heeft meegenomen van YWCC is dat hij best een risico mag nemen in de zin van iets uitproberen zonder dat je weet wat de uitkomst zal zijn. Bij de stoffeerderij viel het tegen, bij de meubelmaker was het raak. Hij heeft bij YWCC ook geleerd heeft zichzelf “te accepteren en te waarderen zoals ik ben”. Daar hoort bij dat hij zichzelf mag toestaan fouten te maken. Bijvoorbeeld, als er op het werk iets niet helemaal goed gaat, dat hij niet boos op zichzelf hoeft te worden, dat hij gewoon hulp van een collega kan vragen. Geen hulpvragen, doormodderen en boos worden was echt zijn valkuil. Het helpt als hij zijn emoties niet opkropt maar de ruimte geeft. Omdat hij nu het vertrouwen heeft dat hij zichzelf mag zijn kan hij dat ook.

Wat er dankzij YWCC ook anders is geworden is dat hij veel minder dan vroeger vermijdt te vertellen wat er aan de hand is. Hij draait er niet meer om heen. “Nu ben ik straight, soms wel te straight, ik moet daarin nog een balans vinden.” De basis om te leren en te reflecteren is wel bij YWCC gelegd maar hij heeft de tips en trucs “getwist” naar zichzelf. Toen hij net de kliniek uit was dat ook weer anders dan hoe dat nu is.

De vrienden van vroeger ziet hij nog steeds. Hij denkt dat zijn behandelaar het opzoeken van zijn oude vrienden slecht idee zou vinden. Zij snuiven, roken en drinken nog volop. Het is een risicosituatie, dat weet hij, “maar ik hou ervan om mezelf te pesten”. Dat is gewoon zo. Hij voelt ook de verleiding wel eens maar als hij thuiskomt kan hij zichzelf een schouderklopje geven. Hij zegt dan tegen zichzelf “Ik heb dat niet nodig”. Hij is laatst ook gestopt met roken. Het is ook wel anders geworden. Het gebruik van zijn vrienden is minder geworden, ze zijn ouder geworden. Ze vonden het destijds ook wel heftig dat hij naar de “afkickkliniek” ging. Het kwam toen ook voor hen wel dichtbij. Maar ook was hij wel de “ergste” van het groepje, hij gebruikte veel meer dan zij.

De afgelopen tijd is hij wel aan het daten. Dat is wel leuk maar hij heeft de neiging om op de verkeerde te vallen. Vrouwen die ook flink aanwezig zijn zoals hijzelf, vrouwen die ook een geschiedenis hebben van gebruiken. “Dat gaat niet werken, we lijken dan te veel op elkaar.”

### 5.2.18 Herstelverhaal Celine

#### **Celine: “Dat ik voor mezelf moet kiezen.”**

Celine is nu 18 jaar, bijna. Een kleine twee jaar geleden was ze bij YWCC. Ze weet de data van opname en ontslag nog precies. Celine woont samen met haar moeder en drie zusjes. Haar ouders zijn gescheiden en papa woont samen met een andere vrouw en nog twee van haar zusjes.

De omgangsregeling met haar vader en haar nieuwe stiefmoeder liep niet goed. De stiefmoeder was heel streng en ze kon eigenlijk nooit iets goed doen. Of het nu om haar gewicht ging, om de tafelmanieren of wat dan ook, het was nooit goed. Het was zo naar dat ze de omgangsregeling wilde veranderen en niet meer zo vaak naar papa toe wilde. Toen ze weer een weekend daar was en haar wens om niet meer te komen op tafel lag werd haar stiefmoeder zo boos dat ze gelijk het huis uit moest.

In 2015, ze was toen 14 jaar, was ze veel thuis. Ze had de ziekte van Pfeiffer, sliep veel, was moe, deed niets en bouwde zo depressieve klachten op. Er hing een vervelende sfeer. Ze zat niet goed in haar vel. Ze wilde dat ze niet meer te dik was. Ze had daardoor een slecht zelfbeeld dat door haar zusje er flink werd ingewreven (“vies zwijn”). Ze ging anorexiafilmpjes kijken. Ze ontwikkelde boulimia en deed na een half jaar een halfslachtige suïcidepoging. Ze vertelde dat aan haar beste vriend, die vertelde het aan haar moeder.

Zo kwam ze bij de huisarts terecht en bij een psycholoog. Eerst één keer per week en toen het slechter met haar ging, twee keer per week. Ook kwam er een gezinstherapeut aan huis. Maar het ging toch niet goed. Op zich waren de gesprekken met de psycholoog goed, “maar op een gegeven moment wist ze niet meer wat ze met me aan moest”. Ze maakte afspraken met haar behandelaar en wilde ook graag doen wat was afgesproken, maar het lukte niet. Op een gegeven moment dreigde ook een crisisopname omdat haar moeder en de behandelaar bang waren dat ze zichzelf iets zou aandoen. De behandelaar vond het beter dat ze naar een kliniek ging want zij kon niets meer voor haar doen. Er was sprake van dat ze naar de GGZ-instelling zou gaan in haar regio. Maar dat wilde ze niet want ze kende iemand die die er ook heen was gegaan met wie het alleen maar slechter ging.

Ze heeft antipsychotica gebruikt waardoor die nare stem wegging maar ze gebruikte haar medicatie niet goed. Ze maakte er misbruik van, door plotseling ermee te stoppen waardoor het weer “super slecht” met haar ging. De negatieve gedachten namen haar helemaal over. Dan begon ze weer te slikken en ging het weer wat beter. Maar ze bleef zo met haar negatieve gevoelens spelen en ook in haar “negativiteit” hangen.

Ze was zeer blij dat ze naar YWCC ging. Ze ervoer de busrit naar de kliniek als het begin van een schoolreisje. Ze was gemotiveerd. Toch had ze na vier weken een keer een terugval van zelfbeschadiging. De dag erna, toevallig, kwam het uit in de groepsessie, toen haar levensverhaal besproken werd. Ze vond het vroeger al “verschrikkelijk” als haar moeder zei ‘heb je je weer gesneden?’. En nu werd ze door de counselor voor het blok gezet toen hij vroeg wanneer ze zichzelf voor het laatst beschadigd had. Met veel schaamte zei ze “gisteren”. Ze heeft het daarna wel zelf verteld aan haar behandelaar. Haar scheermesje werd in beslag genomen. Toch heeft ze ze later teruggekregen. Het was een vrouwelijk coach die zei ‘Ik vertrouw je, ik zie dat het goed met je gaat’. Ze kreeg haar mesje terug. Dat was heel fijn om het vertrouwen te krijgen en het ging ook heel goed, de rest van haar verblijf.

Maar het zijn vooral de andere fellows die haar gemotiveerd hebben om te veranderen. Ze werd de eerste dag opgevangen door een meisje met een ernstige geschiedenis van zelfbeschadiging. Dat maakte indruk. Het was afschrikwekkend. Maar het meisje heeft Celine ook laten zien hoe je ermee om kunt gaan. Dat sommige dingen nu eenmaal niet te veranderen zijn. Het heeft haar heel erg gemotiveerd. Ook van het kijken naar andere

fellows en van de 'ervaringssprekers' heeft ze veel geleerd. Het was leerzaam om te zien hoe je het niet wil, dat mensen niet bij hun gevoel komen. Het was ook leerzaam om te zien dat mensen een positieve ontwikkeling doormaakte.

De individuele gesprekken leerde haar veel over zichzelf, dingen die ze niet eens wist. Het kwam door haar kamergenootje, die begon over seksuele ervaringen. En dankzij de individuele gesprekken met haar behandelaar kwam ze erachter dat zij seksueel misbruikt was. Ze had dat helemaal weggestopt.

Ze heeft bij YWCC geleerd zichzelf op de eerste plaats te zetten. Ze heeft veel opdrachten gehad waarbij ze 'nee' moest zeggen. Ze heeft een keer een opdracht gehad om twee weken lang (!) niemand te helpen, met niets. "Ik mocht nog niet een vork aangeven". Anderen helpen was "een soort mijn verslaving".

Haar vader heeft haar opname bij YWCC ondersteund. Hij heeft het ouderprogramma gevolgd en was er ook bij de verbindingsdag. Bij de minuut elkaar aankijken zonder iets te zeggen barste ze in tranen uit en ook haar vader begon te huilen. Dat had ze nog nooit gezien. Hij bood ook zijn excuses aan en zei dat hij niet wist hoeveel hij haar had aangedaan.

Het gaat nu goed met Celine. Ze zit lekkerder in haar vel. De sfeer thuis is verbeterd. Er is veel minder ruzie. Dat komt ook omdat ze haar moeder niet meer kwetst. De hele energie in huis is rustiger geworden. Ze kan nu beter praten, met haar moeder vooral, over wat haar dwars zit. Als er iets is neemt ze wel een dag de tijd om het op een rijtje te zetten en spreekt er dan over. Met haar moet bespreken ze de grote dingen.

Met haar zus, die een jaar jonger is, gaat het nu ook beter. Hun onderlinge relatie is verbeterd en met haar bespreken ze het 'kleine verdriet'.

Maar eerlijk gezegd vond ze de overgang van YWCC naar huis wel groot. Zij was veranderd maar de hele thuissituatie niet. Toen haar moeder en zusje ruzie hadden en tegen elkaar begonnen te schreeuwen, barste ze in tranen uit. Ze kon er niet tegen. Ze zou het wel een goed idee vinden wanneer de nazorg in de vorm van gezinstherapie zou zijn. Nu kreeg ze, aansluitend op YWCC, gelukkig ook gezinstherapie dat duurde ongeveer twee of drie maanden. De therapie stond op naam van haar zusje maar het hele gezin heeft er profijt van gehad.

Na YWCC heeft ze nog wel geprobeerd het contact met haar vader te herstellen. Maar die wilde dat alleen als Celine gewoon in zijn nieuwe gezin zou meedraaien. Dat was voor Celine geen optie. De relatie met haar stiefmoeder was te slecht. Ze heeft hem daarover een brief geschreven en haar gevoelens uitgelegd en waarom het niet ging. Hij schreef nooit terug. Wel kreeg ze een brief van haar stiefmoeder, die het niet begreep want ze had toch altijd haar best gedaan.

Aan het begin van de mbo-opleiding heeft ze haar vader gevraagd te helpen bij het betalen van haar studie. DUO (Dienst Uitvoering Onderwijs) had uitgerekend dat de vader kon bijdragen aan haar studie. Hij zou erop terugkomen maar liet nooit iets van zich horen. Dat vindt ze verdrietig voor hem maar vooral ook voor haar twee zusjes, die ze nu niet meer ziet. De brief aan de rechtbank om een omgangsregeling met haar zusjes te vragen ligt klaar maar heeft ze nog niet opgestuurd uit respect voor haar vader.

De opname bij YWCC vond plaats in haar examenjaar van het vmbo (T). Het ging niet goed met haar in dat jaar. Ze was veel afwezig en mocht daardoor haar examen niet doen. De school kende haar situatie en adviseerde haar het jaar niet af te maken om "op zichzelf te kunnen focussen". De opname bij YWCC was aan het begin van het nieuwe examenjaar waardoor ze begon met drie maanden achterstand. Ze mocht naar een zelfstudieklas. Dat paste haar beter omdat ze in de gewone klas concentratieproblemen had. De school hield

rekening met haar persoonlijke situatie en stond haar toe om om 10 uur in plaats van 9 uur te komen. Het hele jaar heeft ze hard gewerkt om haar achterstand in te halen en succesvol examen te doen.

Ze is begonnen met een opleiding popmuziek op het mbo (niveau 4). Ze is er blij mee. Ze heeft onlangs te horen gekregen dat ze door mag naar het tweede jaar. Bij de start van de opleiding was het nog moeilijk om op tijd te komen, haar aanwezigheid was op het randje. Er geldt een minimum aanwezigheid van 80% en dat haalde ze net niet. Nu gaat het beter, ze zit op 85% maar ervaart het als hard werken.

Op de opleiding leert ze optreden en alles wat ermee te maken heeft. Ze krijgt ook muziektheorie. Liedjes schrijven. Haar specialiteit is zang en ze leert ook zichzelf op piano te begeleiden. Het zingen van *ballads* ligt haar het beste. Ze leert er ook om als *performer* uit je *comfort zone* te stappen. Kwetsbaar te zijn. Haar ambitie is om door te stromen naar het hbo en daar een opleiding voor creatieve therapie te gaan doen. Muziektherapie in haar geval.

De groep vrienden die ze voor YWCC had, is flink uitgedund, deels door natuurlijke verwatering en deels doordat ze na YWCC veel tijd met haar verkering doorbracht. Dat ging eigenlijk ten koste van haar vriendenkring. Veel van haar vrienden gebruikten wiet, veel wiet. Haar beste vriendin was wietverslaafd en dat kon Celine eigenlijk niet hebben. Ze wilde haar 'redden', stak er veel tijd en energie in en toen die vriendin zich ondankbaar toonde was ze gekwetst. Celine begreep dat ze in haar oude valkuil was gestapt. Ze moet voor zichzelf kiezen! Zo merkte ze dat in veel van haar vriendschappen er iets niet goed zat, iets onevenwichtigs. Ze zag het wietgebruik van haar vrienden als haar probleem. Maar ze weet nu dat het hun probleem is en kan het meer loslaten waardoor de relaties meer in balans raken.

Het ontwikkelen van gezonde relaties gaat met vallen en opstaan. Bij de relatie met een nieuwe vriendin ging het toch weer fout. Het was natuurlijk een meisje met problemen, daar heeft Celine een zwak voor. Het meisje had (ook) eetproblemen en ze versterkten elkaar negatief. Celine kreeg een terugval in haar eetstoornis en heeft zichzelf in die periode ook een keer beschadigd. Beide zagen dat het niet goed was en hebben afstand van elkaar genomen.

### 5.2.19 Herstelverhaal Meike

#### **Meike: “Blijven praten.”**

We hebben afgesproken in een coffeeroom in het centrum van de stad. Ze zit al op het terras te wachten als ik aankom en we gaan binnen zitten voor wat meer privacy. Meike vertelt haar verhaal rustig en schijnbaar zonder schaamte.

Ze is nu 19 jaar en al bijna 10 jaar zijn er problemen waarvan de oorsprong ligt in een traumatische gebeurtenis toen ze 3 jaar was. Maar haar verhaal begint op de basisschool in groep zes. Ze werd gepest, zat niet lekker in haar vel en leerde toen de dempende werking van alcohol kennen. Het was met een vriendinnetje op de camping. De vader van die vriendin was alcoholist en er was altijd alcohol in de buurt. Na wat uitproberen merkte ze al snel de weldadige werking ervan. Ze begon regelmatig te drinken.

Op het vmbo ging het pesten door. Haar grootste ‘vijand’ van de basisschool ging naar dezelfde school als zij. Het leven werd ingewikkelder toen ze erachter kwam dat ze op meisjes viel.

Dankzij de film Spijt (2013) die op school werd vertoond, kwam ze erachter dat jezelf pijn doen ook een manier is om met nare gevoelens om te gaan. Sindsdien beschadigde ze zichzelf regelmatig. Niet veel later, ze was toen 14 jaar, leerde ze ook blowen. Niet dagelijks maar wel elk weekend en met ‘foute’ vrienden. Fout wil zeggen dat ze eigenlijk niets met deze mensen had behalve blowen. Ze heeft ook wel eens een wit poeder gesnoven op een feest. “Het is sterker dan coke” zei de jongen die het aanbood. Ze is met dat spul niet doorgestaan.

Thuis ging het ondertussen helemaal niet goed. Er waren vaak ruzies. Er werd niets uitgepraat. Soms liep het zo uit de hand dat ze met haar vader vocht. Zo erg dat ze wel eens op de Spoed Eisende Hulp is beland.

Via de huisarts kwam ze bij de GGZ terecht. Ze ging samen met haar ouders. De ruzies en haar moeilijke gedrag waren het onderwerp van gesprek. Zowel de behandelaar als haar ouders wisten niet dat ze dronk, zichzelf beschadigde en blowde. Meike is dan 16 jaar. Er wordt een “ADHD-test” gedaan waaruit komt dat ze inderdaad ADHD heeft. Ze krijgt medicatie. Op de bijsluiter leest ze dat ze er geen alcohol bij mag drinken. Hoewel het slecht met haar ging en hoewel ze soms dood wilde, was er ook iets in haar dat goed wilde doen. Vandaar dat ze haar behandelaar belde en om een individueel gesprek vroeg. Daar vertelde ze alles wat ze tot dan toe voor haar ouders verborgen had gehouden. Korte tijd later heeft ze, in bijzijn van haar behandelaar, ook haar ouders ingelicht. Toen werd ook duidelijk dat de wekelijkse gesprekken onvoldoende waren. Haar behandelaar stelde voor om of MDFT of YWCC in te schakelen. Meike mocht kiezen. Ze koos voor YWCC omdat ze weg wilde uit de ruzies.

Met haar ouders ging ze naar de intake in Eindhoven. Dat ging goed en aan het eind van de intake-ochtend kreeg ze de datum mee waarop ze kon worden opgenomen. Maar er werd ook een voorwaarde gesteld, ze moest eerst naar een detox om af te kicken van alcohol en wiet. Dat ging gelukkig goed want ze kreeg medicijnen tegen het delirium waar ze in raakte. In die periode dronk ze veel en elke dag, ze was echt afhankelijk van alcohol.

Na de detox in Den Haag ging ze naar YWCC. In het begin was ze gemotiveerd, maar eenmaal begonnen vroeg ze zich af waarom ze hieraan begon. Toch, na de 10 weken YWCC, wilde ze er niet weg. Ze voelde zich daar veilig en kon niet aan middelen komen. Het gekke was dat ze erachter kwam dat er ook twee jongens uit haar stad zaten. Wietdealers waren het. Ze had deze jongens nog nooit in het echt gezien omdat vrienden van haar altijd haalden, zij deed gewoon mee en zorgde voor de drank. Met één van hen gaat het nu goed en daar is ze nu beste vrienden mee.



Ze vond het veilig omdat in YWCC geen drugs en alcohol beschikbaar waren, maar ook omdat ze daar niet gepest werd. Ze heeft daar ook over haar trauma en dwangstoornis gesproken en door het aangaan van de confrontatie is ze het ook gaan verwerken. Ze vond het pijnlijk en moeilijk om de confrontatie met haar dwang aan te gaan door middel van een opdracht, maar ze wist ook dat het weer voorbij zou gaan. Haar doorbraak kwam toen ze bij haar behandelaar was en ze is ook van een paar andere dwangstoornissen afgekomen die gekoppeld waren aan het trauma. De coaches kregen de opdracht mee van haar behandelaar. Eerst snapte ze niet dat ze het beste met haar voor hadden, maar daar kwam ze na een tijdje achter. Ze voelde het eerst als verraad en was woedend, met name op haar lievelingscoach. Uiteindelijk benadrukt ze dat je je in de kliniek geen zorgen hoeft te maken, dat je er veilig bent en de coaches en behandelaars het beste met je voor hebben.

Ze vertelt dat ze graag gezien wilde worden in de kliniek. In de tweede week viel ze flauw en kreeg ze alle aandacht. Hoewel het negatieve aandacht was vond ze het toch fijn en zo zette ze meerdere keren in scène dat ze flauwviel. Ze noemt het een schreeuw om aandacht, maar ze vroeg niet letterlijk om hulp van de verplegers. Ze voelde zich tot op het eind hierom in de steek gelaten omdat ze het een verpleegkundige wel verteld had, maar deze er niks mee gedaan had. Ze vonden dat het klaar moest zijn en ze 'gewoon' hulp moest vragen. Ze had graag gehad dat iemand vroeg: waarom doe je dit nu eigenlijk? Dat heeft ze nooit gehad en dat mist ze toch, ondanks dat ze inziet dat het haar eigen schuld is dat ze dit gedrag vertoonde.

De nazorg is normaal 10 weken, maar Meike werd er na 8 of 9 weken weggestuurd. Een voorwaarde was dat ze een sponsor moest zoeken, maar ze was nogal koppig en geloofde dat ze het wel zelf kon. Ook ging ze niet meer naar meetings. Ze was bang dat de rest dacht "wat doet zij hier zo jong?", de termen die gebruikt werden vond ze te moeilijk en ze vond het niks voor haar. Tot op de dag van vandaag (2 jaar later) doet ze samen met een vriend uit de kliniek een telefonische dagsluiting, zoals in de kliniek en dat is haar houvast. De nazorg vond ze over het algemeen goed geregeld maar ze snapt niet dat ze per se een sponsor moest hebben, terwijl je wel mag terugkomen als je een terugval hebt gehad. Haar vriend uit de kliniek heeft zelf wel een sponsor en gaat naar meetings, maar ze ziet hem als haar sponsor en belt hem wanneer ze dreigt terug te vallen of trek krijgt.

Meike vertelt dat ze 1 keer een terugval met alcohol heeft gehad, daarna belde ze direct huilend haar vriend op. Sindsdien heeft ze nog wel eens trek gehad, maar geen terugval meer.

In de kliniek is het niet gelukt te stoppen met automutilatie, dat lukte haar 3 weken nadien. In de kliniek werden wel haar scheermesjes afgepakt, maar met het lipje van een frisdrankblikje kon ze zichzelf ook beschadigen. Blowen was nooit echt haar probleem, dus dat ging makkelijk om te stoppen.

Meike is het enige meisje in haar vriendengroep en ze vertelt dat zodra zij de kliniek inging, de vrienden met elkaar hebben afgesproken voortaan niet meer te blowen en te drinken in haar bijzijn. Ze vindt het heel tof en fijn dat ze rekening met haar houden, want de kliniek raadde haar aan om afstand van de groep te nemen. Haar vrienden kopen nu voor haar een 0.0 biertje, nadat ze heeft gezegd dat ze wel in haar bijzijn mogen drinken. Een andere vriendengroep waar ze voorheen mee omging, waardoor ze begon met gebruiken, bestond uit veel oudere mensen en daar heeft ze wel het contact mee verbroken.

Meike was nog leerplichtig toen ze uit de kliniek kwam en is in februari 2018 begonnen met een zorgopleiding mbo-2 nadat ze een paar maanden fulltime gewerkt had in een pretpark. Ze vindt het makkelijk en verwacht januari 2020 klaar te zijn met haar opleiding en gaat dan tot half mei *backpacken* in Australië. Een groot deel van haar familie woont daar, ze kan dan een tijdje bij haar oom werken en gaat daarna verder reizen. Ze hoopt daar weer meer tot zichzelf te komen, de dingen op een rijtje te zetten, minder te balen van haar overgewicht en een plan voor de toekomst te maken.

Het gaat goed met Meike. Ze vindt haar opleiding makkelijk en werkt nu nog in het pretpark als bijbaan. Ze woont bij haar ouders, wat goed ging tot haar terugval. Ze hebben nu helaas weer meer ruzies, maar dat komt ook door de verbouwing waar ze in zitten waardoor ze meer stress hebben. Meike heeft een broertje die 15 maanden jonger is en hun band wordt steeds hechter. Hij is naar de broertjes-zusjesdag in de kliniek geweest en zei dat hij haar miste, maar ook dat hij bang voor haar was. Meike schrok hiervan en dit was een keerpunt voor haar. Ze was soms fel en agressief naar haar vader omdat hij met haar broertje meer ondernam.

Op de Verbindingsdag mocht Meike als eerste haar verhaal houden, omdat ze veel maskers op had. Tijdens deze dag kwam ze dichterbij haar ouders en dat vond ze erg mooi, ze had haar vader nog nooit zien huilen. Het gaat nu wat minder tussen haar en haar ouders en ze vindt het vervelend dat confrontaties worden vermeden. Soms denkt ze dat het beter is als ze het huis uit is, zodat er voor allen weer rust terugkeert. Haar ouders hebben het ouderprogramma wel gevolgd, maar het zit niet in de familiecultuur om dingen te bespreken, hoewel Meike wel de tools heeft en er behoefte aan heeft. Ze is wel klaar met de ruzies. Mede door gesprekken op school en omdat ze in de kliniek hoorde dat ze trekjes van borderline heeft, heeft ze contact opgenomen met de GGZ. Hier staat ze nu op de wachtlijst voor een behandeling. Ze heeft het nog niet aan haar ouders verteld omdat ze het gevoel heeft dat ze haar hier niet in snappen. Ze is trots dat ze zelf verantwoordelijkheid neemt, denkt in oplossingen en in actie en komt voor zichzelf op. Het belangrijkste wat ze meeneemt van YWCC: blijven praten.

### 5.3 Bijlage 3: Herstelverhalen Ouders

#### 5.3.1 Herstelverhaal Noah

##### **Moeder Noah: “De behandeling was goed, maar voor Milan te kort.”**

Noahs zoon Milan was enkele jaren geleden, toen hij twintig was, in behandeling bij YWCC. Milan was verslaafd aan blowen en gamen, waardoor school en werk niet meer lukten. Thuis botste het regelmatig met de andere gezinsleden, zijn moeder en jongere zus.

##### *“Ik zag hem steeds verder wegzakken”*

Milan begon op zijn vijftiende met blowen, vertelt Noah. In het begin ging het om experimenteren, hij rookte af en toe een joint. Later, op zijn zestiende, kreeg hij een ‘foute’ vriendenkring en rookte hij dagelijks ongeveer tien joints. Hij zakte voor zijn examen van het vmbo en mocht het examenjaar niet overdoen. Milan ging naar het volwassenonderwijs om alleen de onvoldoende vakken over te doen. Dit onderwijs bood echter te weinig structuur voor hem om het vol te kunnen houden. “Dat was maar vijf uurtjes per week. Voor een jongen van zestien is dat te veel vrijheid. Dus hij ging steeds meer buiten hangen, met de verkeerde vrienden omgaan en blowen.”

Een tijdje woonde Milan begeleid op kamers bij een jeugdzorginstelling. Daar werd hij weggestuurd omdat hij enkele keren werd betrapt met wiet op de kamer, of met bezoek, wat niet was toegestaan. Noah: “Ik ben een werkende moeder dus ik kan niet in de gaten houden of hij wel of niet naar school is, of naar zijn dagbesteding. Het werd dus van kwaad tot erger en het blowen werd steeds meer.” Ook zat Milan bijna de hele tijd achter zijn computer te gamen.

Omdat Milan verbaal agressief kon reageren, is zijn jongere zus bij haar vader gaan wonen. Zij voelde zich niet veilig als ze met Milan alleen thuis was. Noah en Milan hadden in die tijd veel ruzie, schreeuwden vaak tegen elkaar. Noah voelde zich machteloos: “Je weet dat je kind niet zo is, maar je ziet hem steeds verder wegzakken.” Ze denkt dat het vele blowen van Milan te maken heeft met zijn lage zelfbeeld. Op zijn tiende is hem iets traumatisch overkomen. Wat ook meespeelt volgens Noah, is dat Milan zijn biologische vader nooit gekend heeft. En de vader van zijn zus had altijd meer aandacht voor zijn dochter, wat bij Milan weer negatief gedrag uitlokte.

Milan liet zich gebruiken door zijn ‘vrienden’, zegt Noah. “Hij had vrienden in die groep die wat jonger waren en dan kon hij weer komen opdraven om wiet te gaan kopen. Ik zei, daar moet je je niet voor lenen, dat je dat spul voor ze koopt. Dan word jij zo aangehouden door de politie. Ze doet haar zoon na, versuft: ‘Ja, ma.’ Dat was het enige wat eruit kwam.” Ze werd er gek van. Ze zag Milan steeds verder wegzakken in de verslaving aan blowen en zag dat hij ook andere (hard)drugs erbij ging gebruiken. Hij nodigde zijn verkeerde vrienden thuis uit, wat Noah niet wilde. Noah werd vaak boos, maar had daar vooral zelf last van. “Hij heeft een keer de ambulance moeten bellen, want ik had zo’n pijn op mijn borst. Daar schrok hij van. Toen was hij een tijdje rustig en steeds op tijd thuis.”

Noah hoorde via-via over YWCC. Ze legde Milan de keuze voor, of naar YWCC, of het huis uit. “Ik heb hem gezegd: Ik kan dit niet meer aan.” Milan reageerde nauwelijks. “Negen van de tien keer was hij zo stoned als het maar kan. Op een gegeven moment zei ik, nu het is gewoon klaar. Ik ga je aanmelden en je gaat er echt heen. Toen heeft hij erover nagedacht en toch maar besloten het te doen.” Bij de intake in de kliniek zei Milan dat hij dit zelf wilde: “Hij zei, dit komt van mijn moeder én van mij zelf, omdat ik niet wil dat mijn moeder zoveel verdriet heeft.”

*“Ik heb geleerd hem minder op zijn nek te zitten”*

Milan kreeg als diagnose ADD, een aandachtstoornis, en daarnaast een ontwikkelingsstoornis met autistische kenmerken, waarover Noah opmerkt: “Je moet dingen bij hem eruit trekken.”

Noah heeft de behandeling als positief ervaren. De ouders van de opgenomen kinderen werden goed begeleid. Zij hadden wekelijks een bijeenkomst. “Dan zat je met de hele groep. Er werden vragen beantwoord en je kon je verhaal kwijt. Er werd veel gejankt en gepraat. Soms hoorde je verhalen, dan dacht ik, goh, dan valt het met mijn kind eigenlijk wel mee.” Dat je met andere ouders kon praten was voor Noah één van de pluspunten van de behandeling bij YWCC. “Die anderen *begrepen* je ook. Omdat die in eenzelfde situatie zaten. Je kon er met lotgenoten over praten en je kreeg tips van elkaar.” Noah vond het daarnaast goed dat de medewerkers van Yes We Can zelf vroeger ook verslaafd waren geweest, want daardoor snapten ze wat zo’n jongere voelt.

In de oudergroep kregen ouders te horen wat zij konden doen om te zorgen dat hun kind niet steeds in hetzelfde patroon zou vervallen. Noah leerde bijvoorbeeld om geen dingen in huis te hebben die een verslaafd persoon in verleiding kunnen brengen, zoals drank. Toch is Noah ook sceptisch over de adviezen die ze kreeg. “Allemaal leuk gezegd, wat je er als ouder aan kan doen, maar als het kind naar buiten gaat (lacht), daar doe je niks aan. Of je moet 24/7 met je kind meelopen. Maar als het een volwassen kerel is... dat gaat hem niet worden.”

Tijdens de behandeling hadden de jongeren een druk programma dat hen afleidde van hun verslaving, “ze werden beziggehouden”. Milan heeft door de behandeling vooral meer over zichzelf geleerd, denkt Noah. “Dat hij zichzelf niet zo naar beneden moet halen. Als je telkens ‘nee’ te horen krijgt, bijvoorbeeld.” Bij sollicitaties kreeg Milan steeds weer het bericht dat de keuze niet op hem was gevallen. “Dan zeg ik tegen hem, heb je wel eens naar jezelf gekeken? Zo zit je er bij (ze trekt een afwezig gezicht en neemt een ingedoken houding aan). Ik zeg wel vaker, zorg nou dat je niet geblowd hebt. Want dan zit je er als een zombie bij. Dan gaat niemand je aannemen.” Door de behandeling heeft Milan volgens Noah ook geleerd meer voor zichzelf op te komen tegenover zijn vrienden.

Zelf heeft ze van de behandeling meegekregen om Milan meer los te laten. “Ik heb wel geleerd om niet te veel op zijn nek te zitten. Want iedere dag als ik thuiskwam vroeg ik: ben je naar school geweest? Heb je je huiswerk gemaakt? Nu doe ik dat ook nog, maar dan zeg ik, nou, dan niet.”

Noah vindt de totale duur van de behandeling, drie maanden, te kort om echt af te kicken van een verslaving. Ook is de nazorg volgens haar niet intensief genoeg. Twee of drie keer per week in plaats van één keer per week zou beter zijn geweest voor Milan. En hoewel ze het fijn vindt dat ze Yes We Can altijd kan bellen met vragen, zouden ze volgens haar veel meer moeten helpen met de vraag hoe je verder kan nadat de behandeling is afgelopen. Daarvoor is te weinig aandacht, vindt ze.

*“Je valt heel snel weer terug”*

Na de behandeling was Milan een tijdje van zijn verslaving aan blowen af en ging het goed met hem. Hij ging naar meetings van de nazorg, onder andere bij de AA. “Als je naar zo’n AA-meeting gaat en je bent ‘clean’, dan krijg je iedere keer een sleutelhanger. Hij was zo trots, hij had vier of vijf van die dingen. Maar van lieverlee sloop het er weer in dat hij naar die foute vrienden ging en ik merkte dat hij dan weer zo liep (trekt een versufte blik). Hij dacht dat ik het niet merkte. Hij zei: nee, ik heb niet geblowd. Ik zei dan, ik zie het aan je. Ik zei, waarom hebben we dan zoveel geld uitgegeven aan dat Yes We Can?” Milan wilde niet meer naar meetings gaan, want dat gaf hem een gevoel van falen. Hij was weer vaak stoned en hield zich zoals voorheen niet aan afspraken, zoals op tijd thuis zijn.

Sinds de behandeling gaat Noah anders om met Milan. “Ik neem meer afstand van hem, zodat ik niet meer zo op zijn lip zit. En ik behandel hem net zoals hij mij behandelt. Dus als hij weggaat en hij zegt niets, ga ik ook weg en zeg ik niets. Dan appt mij hij, waar ik ben, en dan vraag ik, hoezo? Daarna zeg ik, snap je mijn punt nou? ‘Ja, ma,’ zegt hij dan.” Ze vindt het belangrijk van elkaar te weten waar je bent. “Stel dat er wat gebeurt, ik weet niet waar je bent, ik weet niet wat je aan hebt. Dat is mijn grote angst, dat de politie aan de deur staat en mij slecht nieuws komt brengen.”

Voor Milan was de behandeling goed, zegt Noah, maar te kort. “Als het langer was geweest had hij er meer aan gehad dan nu, drie maanden en meteen weer de wijde wereld in. Want je valt heel snel weer terug.” Het blowen en gamen van Milan is wel minder geworden. Vorig jaar werd hij uit de foute vriendengroep gegooid. Hij was er verdrietig van, maar Noah was blij. “Ik dacht: yes! Ik heb hem vaak genoeg gewaarschuwd. Die gasten zijn er alleen maar als je hen wat kan geven en anders lig je eruit.” Milan zoekt nu meer zijn vroegere vrienden, die hij een tijd heeft verwaarloosd, op. De laatste tijd drinkt hij wel veel tijdens de weekenden, wat Noah zorgen baart.

Op advies van YWCC volgt Milan EMDR-therapie voor zijn vroeger opgelopen trauma en gaan Noah en Milan daarna samen in systeemtherapie. Volgens Noah werkt de EMDR goed. Van de systeemtherapie heeft ze nog geen beeld, maar verwacht ze dat ze weer zal horen dat ze Milan meer los moet laten.

Milan volgt een koksopleiding en loopt 4 dagen per week stage. “Dat gaat gelukkig goed”, zegt Noah. “Zijn coach op de opleiding is een vroegere lerares van hem, dus zij weet hoe hij is. Ze weet hoe ze hem aan moet pakken.” Ze houdt rekening met zijn korte aandachtspanne. Deze coach denkt ook dat het belangrijk is dat toekomstige werkgevers weten van zijn stoornissen. “Je ziet op het eerste gezicht niets bijzonders aan hem, maar (de stoornissen) maken dat hij vlak overkomt. Terwijl het best een gezellige en pientere jongen is.”

Het contact tussen Milan en zijn zus gaat beter, volgens Noah doordat hij tijdens de behandeling meer naar zichzelf is gaan kijken. Noah en Milan praten meer met elkaar. Noah weet nu dat ze door moet vragen als hij zegt dat het goed gaat. En dat ze met sommige dingen niet kan helpen en daar hulp voor moeten zoeken. Ze hoopt dat Milan zijn koksdiploma haalt en een leuke baan vindt. In de toekomst een vriendin en wie weet kinderen. Qua wonen kan Milan het best begeleid wonen. Zodat er mensen zijn die het blowen, de financiën, school of werk in de gaten kunnen houden.

### 5.3.2 Herstelverhaal Jasper

**Jasper: “Als Nick toen niet uit de maatschappij was gehaald, ik weet niet wat er dan was gebeurd.”**

Jaspers zoon Nick was enkele jaren geleden in behandeling bij YWCC, hij was toen zestien jaar. Nick was verslaafd aan wiet, agressief en hij had al zijn leven lang gedragsproblemen. De thuissituatie was onhoudbaar. De ouders zagen YWCC als mogelijke redding.

*“Een cocktail van een hoop ellende”*

Als jongetje van vier jaar had Nick al gedragsproblemen. Later bleek hij een zogenaamde opstandige gedragsstoornis met antisociale trekken te hebben. Over Nicks gedrag als jongetje zegt Jasper: “Hij reageerde raar. Niet zoals een kind hoort te reageren. Heel agressief, dwingend, geen gezag acceptierend, van jongs af aan niet. Er gebeurden altijd rare dingen. Op school hielden we ons hart vast, maar ook bij het voetbal stonden we met knikkende knieën langs de lijn, van, oh jee, wat gebeurt er vandaag weer?” Nick werd vanwege zijn gedrag van voetbal gestuurd. Als kind pijnigde hij dieren, onaangedaan. Jasper: “Dat was voor mij het eerste teken dat ik dacht, het is goed mis.”

“Onhoudbaar. Levensgevaarlijk. Vreselijk.” Zo omschrijft Jasper de periode voordat Nick in behandeling kwam bij YWCC. “Nick was heel erg verslaafd aan wiet. Wat wij begrepen rookte hij minimaal vijf joints per dag. Hij begon vroeg en eindigde laat. Verkeerde vrienden. En alles wat met ontspoorde jongeren te maken heeft. Alles ging kapot. Thuis, relaties, alles.” Nick werd erg agressief van het blowen, wat zorgde voor spanningen, ruzies en het kapotmaken van spullen. “Dat begon ’s ochtends al met schelden, ruzie maken en intimidatie. En zo eindigde de dag ook.”

Naast Nick waren er nog een jongere broer en zus in het gezin, die zijn gedrag niet accepteerden. “Dat was continu oorlog natuurlijk.” Nick stal geld en spullen. “Het was gewoon een junk in huis. Een junk met een gedragsstoornis, naar later bleek. Dat is een hele nare combi.” Nick zat een paar keer in detentie wegens vechten op straat of uitschelden van een politieagent. Ook deed Jasper enkele keren aangifte van huiselijk geweld tegen hem. “Dat ging wel zover dat Nick direct thuis werd opgehaald.” Nick werd van school gestuurd. “Dus een beetje hangen. Rond school, rond de pleintjes. Wiet, foute vrienden en een gedragsstoornis. Dat is een cocktail van een hoop ellende natuurlijk.”

De moeder van Nick, inmiddels ex-vrouw van Jasper, kan niet met Nicks gedrag omgaan, zegt Jasper. “Die liet alles maar gaan voor de goede vrede. Terwijl ik als vader duidelijke grenzen stelde. En op een gegeven moment zei, dit moet professioneel aangepakt worden.” Al zijn leven lang krijgt Nick hulpverlening. Jasper: “We hebben alle instanties gehad. Van overheid tot commercieel, alles.” De hulp leverde weinig op. Zo vertelt Jasper over systeemtherapie aan huis volgens de methode Geweldloos verzet. “Stel je voor, dan valt er een televisie van de trap, nog een televisie, telefoons, en je auto en alles wordt kapot gemaakt. En je mag niks zeggen. Ik vond het een krankzinnig advies en wij werden stapelgek.” Een psychiater schreef Nick Ritalin voor, een medicijn voor verbetering van de aandacht en stemming. Dit werkte goed, maar Nick stopte ermee omdat hij het onnodig vond.

Tegen de wil van de moeder werd Nick een jaar gesloten geplaatst. Jasper vond de uithuisplaatsing positief: “Het was een signaal, tot hier en niet verder. En het gaf rust in huis omdat hij weg was.” Nick kwam daarna weer thuis, waarna het al snel weer misging. “Hij had veel langer daar moeten blijven. En van daaruit had hij naar begeleid wonen moeten gaan en nooit naar huis moeten komen. Niet dat hij niet welkom was thuis, maar gewoon omdat, ja, thuis gaat het fout, en dat is ook gebeurd.” Nick en zijn moeder nemen het Jasper desondanks nog steeds kwalijk dat hij de uithuisplaatsing regelde.

*“Nick zat daar goed, maar er had nog veel meer moeten gebeuren”*

Een kennis raadde Jasper en zijn ex-vrouw YWCC aan voor Nick. Haar eigen zoon was er in behandeling. Jasper meldde Nick aan, die het “helemaal niks” vond, maar ook inzag dat hij hulp nodig had. Jasper: “Alles ging kapot. Er was geen houden meer aan. Wij dachten, misschien is dit de redding.” YWCC betekende voor Jasper bovenal rust thuis. Daarnaast vond hij het voor Nick een geschikte plek door de aanwezige ervaringsdeskundigheid. “Zo iemand die psychologie of zo gestudeerd heeft, weet niet wat er in zo’n jongen omgaat. Dan denk je als jongere, wat weet jij er nou vanaf? Bij Yes We Can zitten allemaal van dat soort gasten die vroeger ook fout zijn geweest, die vast hadden gezeten, verslaafd waren geweest, die weten precies hoe zo’n jongen denkt. Smoesjes gaan er daar niet in. Ze spreken elkaars taal, begrijpen elkaar. Dat vind ik het mooie van Yes We Can.”

Positief aan de behandeling vindt Jasper vooral dat Nick van de drugs af is. Dat komt volgens hem doordat YWCC jongeren erg bewust maakt van de gevolgen van drugs. Momenteel drinkt Nick wel veel alcohol, zegt Jasper: “Het verslavingsgevoelige blijft.” Goed vond Jasper ook de gesprekken die hij en zijn ex-vrouw hebben gehad met Nick. Het ouderprogramma, waarin ze andere ouders ontmoetten, vond hij indrukwekkend, en prettig vanwege de herkenning: “Je beseft dat je niet de enige bent die in de shit zit, voor wat het waard is natuurlijk. Het kan altijd erger, denk je dan.” Wel vindt hij het een belasting voor ouders om naar de bijeenkomsten te komen, hoewel hij en zijn voormalige vrouw gemakkelijk vrij konden nemen van hun werk. Jasper noemt de behandeling “goed verzorgd, goed geregeld, met goede informatie. Ik heb niks anders dan lof.”

Nick, noch Jasper en zijn ex-vrouw hebben de nazorg gevolgd. Nick zelf vond dat niet nodig. Achteraf gezien vindt Jasper het jammer. “Het had de betrokkenheid op elkaar misschien wat langer in stand gehouden. Toen (de behandeling was afgelopen) kon je de klok erop gelijkzetten dat het weer fout zou gaan.” Toch denkt Jasper dat de nazorg alleen nog niet genoeg was geweest. Als hij een minpunt van het behandeltraject moet noemen, vindt Jasper de intensieve behandeling te kort duren.

De belangrijkste opbrengst van de behandeling is voor Jasper dat Nick van de drugs af is. “Maar het heeft hem als mens niet zo veel geholpen, achteraf (gezien). Ik denk dat daar wel meer mogelijkheden in hadden gezeten, om het kind te ontwikkelen, van wie is hij en wat kan hij? En wat ga je doen als je hier weg bent?” De nazorg moet minder vrijblijvend zijn, denkt Jasper. En na een jaar zou er een verplichte terugkombijeenkomst moeten zijn. “Zodat de ouders van kinderen die zijn teruggevallen -die zullen zelf niet mee willen komen- anderen zien die het goed doen. Dat kan die ouders stimuleren. Dat zij wellicht zien, van, goh als ik het zo doe, komen we ook verder.”

Jasper denkt dat YWCC niet is toegerust om een zware gedragsstoornis als die van Nick te behandelen. “Nick zat daar zeker goed, maar er had nog veel meer moeten gebeuren. Maar dat vond ik, en dat vond jeugdzorg, maar de moeder niet. Dus Nick zelf zei ook, ik mankeer niets.”

Volgens Jasper zou het goed zijn als YWCC advies zou geven aan ouders of het verantwoord is dat het kind weer thuis komt wonen. “Zij kunnen gewoon zeggen, dat moet je niet doen. Dat zou ik wel heel tof gevonden hebben. Want ik wilde echt graag dat hij begeleid ging wonen. Het hoeft niet gesloten, maar gewoon begeleid met professionals om hem heen. Want wij konden het niet aan. Wij kunnen zo iemand niet helpen. Ook al is het je kind, dat gaat niet.”

*“Het kan of helemaal fout gaan, of hij wordt een succesvolle ondernemer”*

Na de behandeling was Jasper blij dat Nick terug naar huis kwam. “Hij was clean, hij zag er beter uit. Je had even het gevoel dat je je kind weer terug had.” Jasper ging weer naar school en met hulp van een mentor daar behaalde hij zijn vmbo-diploma. Daarna ging hij naar het mbo, wat goed ging totdat hij stage ging lopen. “Toen kreeg hij natuurlijk met gezag te maken. En toen zei ie, bekijk het maar, ik stop.” Daarna ging het vrij snel weer fout. Nick

had geen dagbesteding en lag zich de hele dag op zijn bed te vervelen, aldus Jasper. Zijn moeder ging hem extra verwennen, net als oma, die min of meer onderdeel van het gezin uitmaakte. "Hij mocht alles en alles kon, want hij was zo zielig." Oma ondermijnde het gezag van de ouders en gaf Nick geld en spullen, vaak achter de rug van Jasper om.

Voor zover Jasper weet gebruikte Nick geen drugs meer, maar er kwam wel een waterpijp in huis. Jaspers ex-vrouw zag er geen probleem in. Nick leek zelf niet te roken, maar kreeg verkeerde vrienden: "Toen kwam hij wel in aanraking met hele foute jongens. Hij ging ook dealen. In één keer had hij heel veel geld. Dus hij zoekt altijd de grens op en hij gaat er zwaar overheen."

Jasper was zelf inmiddels het huis uit en gescheiden van zijn vrouw. Een periode had hij geen contact met Nick, maar deze zoekt nu weer contact. Jaspers dochter heeft tijdelijk bij hem ingewoond, om niet met Nick in huis te wonen. Ze volgde traumatherapie vanwege haar ervaringen met hem. Nu woont ze weer met Nick in één huis. De middelste zoon is een stabiel persoon en gaat zijn eigen gang. Behalve dat het gezin uit elkaar viel, gingen vriendenrelaties ten onder, vertelt Jasper. De beste vrienden van Jasper en zijn vrouw namen afstand. Zij konden niet aanzien hoe de moeder van Nick niet aan het opvoeden was en alles bedekte met de mantel der liefde.

Jasper ziet Nick niet zo vaak. Nick is aan het werk tegenwoordig. Het is eenvoudig, parttime werk, maar, zegt Jasper: "Het is werk, dus ik moet het maar positief zien." Jasper ziet dat Nick ambitieus is en voor zichzelf wil beginnen. Dat lijkt hem ook het enige mogelijke, want werken in loondienst is niets voor Nick. "Alleen zijn valkuil is dat hij zo gek is op geld en materiaal", aldus Jasper. "Dus het werken gaat misschien niet snel genoeg voor hem en dat is eng." Het baart hem zorgen dat Nick niet leert omgaan met geld, omdat hij thuis bij zijn moeder nergens voor hoeft mee te betalen. Verder was Nick recent "weer gepakt met alcohol, in de auto van zijn moeder die hij had meegekregen." Hij hoort van zijn dochter dat Nick haar intimideert en zijn moeder bedreigt en manipuleert.

De toekomst ziet hij voorzichtig positief tegemoet. "Het kan of helemaal fout gaan, of hij wordt een succesvolle ondernemer, denk ik. Ik neig meer naar het positieve. Als ik hem zie, meestal overdag, dan is hij nuchter, dan vind ik hem positief. Het probleem is dat hij veel drinkt. Hij zegt, ik moet niet zoveel drinken en dat vind ik al heel wijs." Nicks gedragsstoornis is volgens Jasper niet te veranderen. "Het enige wat helpt is kort houden en hele duidelijke regels. En niet thuis wonen."

Jasper blijft YWCC met interesse volgen. Hij is de kliniek dankbaar. "Het heeft Nick wel ergens toe gezet. Stel dat hij toen niet eruit was gehaald, uit de maatschappij, *Jesus*, ik zou niet weten wat er dan gebeurd was. Daar moet ik niet aan denken."



### 5.3.3 Herstelverhaal Sandra

**Sandra: “Ik ben echt blij dat we het gedaan hebben.”**

Sandra's zoon Daan was twee jaar geleden, op zijn zeventiende, bij YWCC in behandeling voor zijn gedragsproblemen en wiet- en drankgebruik. Sindsdien gaat het goed met Daan.

*“Op een gegeven moment houdt het gewoon op”*

Sandra en de vader van Daan zijn gescheiden toen Daan 14 was. Daan heeft ADHD en autistische trekken en heeft nooit goed kunnen omgaan met de scheiding van zijn ouders, vertelt Sandra. Hij had gedragsproblemen, blowde en dronk veel alcohol. Daan begon met blowen rond zijn twaalfde. Sandra had het toen nog niet door. “Je wilt niet weten wat voor figuren er rond zo'n school hangen, die zien nieuwe (drugs)klanten. Als ouder ben je super naïef, zeker in deze (landelijke) omgeving.”

Daan werd op school erg gepest. Na de basisschool ging hij naar de havo, waarna hij “is afgezakt naar vmbo”, aldus Sandra. “Dat heeft hij afgemaakt op niveau nihil, zeg maar, met veel horten en stoten. Hij had vooral last van zijn ADHD.” Sandra was aan het werk overdag en continu op haar hoede, bang dat ze gebeld zou worden door bijvoorbeeld de politie. Of door school, om te melden dat Daan er niet was of gevochten had. Sandra is blij dat de jongere broer van Daan een interne opleiding ging doen, zodat hij veel dingen rond Daan niet heeft meegekregen.

Daan was bezig met “gamen, blowen, hangen, lekker uitslapen”. Sandra moest 's ochtends vroeg opstaan, maar dat was lastig omdat Daan 's nachts tot laat nog zat te gamen. Dat leidde tot ruzies. “Het wordt een vicieuze cirkel.” Omdat de relatie tussen Sandra en Daan moeilijk verliep, heeft Daan een half jaar bij zijn vader gewoond. “Toen is het snel bergafwaarts gegaan, heb ik achteraf gehoord. Hij zou een opleiding gaan doen, maar hij ging vrijwel nooit. Daarna was het spijbelen, blowen, dealen. Die stad heeft veel drugsproblematiek. Dus hij viel daar met zijn neus in de boter.”

Na een jaar ging Daan weer bij zijn moeder wonen. Daar ging het niet veel beter. “Daan loog, bedroog, jatte. Zijn broertje moest een slot op de kast doen, want anders was hij zijn horloges en alles waar hij hard voor werkte kwijt. Daan was agressief, vooral naar mij toe. Op een gegeven moment houdt het gewoon op.” Het gezin besloot dat Daan uit huis moest gaan. Hij kon begeleid in een studentenhuis wonen. Sandra: “Daar was het hetzelfde verhaal. Heel veel blowen, hij zou naar school gaan, weer een nieuwe opleiding starten. Maar hij was gefocust op hele andere dingen.”

Sandra zag dat het niet goed ging met Daan. Hij kreeg begeleiding van de organisatie. “Maar ja”, zegt Sandra, “Je krijgt dan zo'n meisje toegewezen als begeleider, net van de opleiding, nul levenservaring. Nou, Daan lacht zich dood. Hij moest iemand hebben die hem even aanpakte. Toen kreeg hij een 'zwaargewicht', een man die zelf verslaafd was geweest en later zijn hbo was gaan doen. Die zei, Daan, zou jij niet gaan afkicken. Want hij zag potentie in Daan.” Deze man stelde YWCC voor. Het duurde een tijdje, maar uiteindelijk stemde Daan in.

Daan krijgt vanaf de basisschool medicijnen voor ADHD en die helpen. Hij heeft wel eens hulp via de GGZ gehad, maar daar hadden ze niets aan, zegt Sandra. “Die gesprekken kan ik zelf ook wel voeren.” Bovendien wisselden de medewerkers steeds. “Dus je bouwt ook niets op met iemand. Daan vond het ook niks, bij een afspraak zei hij, moet ik weer naar dat gelul?”

*“Het ‘samen’ is mooi”*

Sandra vond de behandeling van YWCC goed. Bij de intake kreeg ze al een positieve indruk. “Ik merkte dat ze gelijk door hem heen prikten, dat vond ik mooi om te zien.” De behandeling kon gelukkig vergoed worden door de verzekering. Jammer was de wachttijd

van enkele maanden. Verder was Sandra verrast door de lijst die Daan kreeg met wat hij wel en niet mee mocht nemen. "Ik dacht, het lijkt wel een strafdorp." Later snapte ze dat bepaalde dingen verboden waren, omdat ze misbruikt konden worden door verslaafde jongeren.

Toen Daan terecht kon bij de kliniek, vond Sandra het fijn dat Daan zin in had de behandeling. "Hij zag het als een soort schoolreis. Hij was helemaal opgetogen. De andere jongeren die in die bus stapten (naar de kliniek) waren helemaal depri." De manier waarop de ouders daarna werden opgevangen in de kliniek vond ze minder. "Dan staat daar zo'n kind (een medewerker van de kliniek) mij te vertellen wat ik op dat moment moet denken. 'U denkt nu...'. Nou, daar houd ik niet van. Ik vind dat je dat in het midden moet laten, iedereen beleeft het op zijn manier."

Sandra heeft het ouderprogramma gevolgd met haar nieuwe partner. Ze vond het goed kennis te maken met de andere ouders. Ze vond het pittig om alle verhalen van andere ouders te horen over hun zoon of dochter. "Dan was Daan nog een watje. Dan denk je, het kan nog veel erger. Jongeren die mensen bedreigd hebben, met een mes gestoken, misbruikt, weet ik wat." Bij de sessies zat een systeempycholoog die ze erg goed vond. "Daar had je echt wat aan. Ze liet je jouw eigen rol zien, maar zorgde ook voor verbinding in de groep, zodat je je durfde uit te spreken."

Op de Verbindingsdag, na vijf weken behandeling, herkende Sandra Daan nauwelijks. Hij was erg mager toen hij de kliniek in ging, maar zag er nu goed uit. "Het was natuurlijk goed eten, sporten, buiten, en hij had een bruine kop. Dat had ik al heel lang niet gezien." Daan vertelde enthousiast aan zijn ouders over de behandeling. Alle ouders en kinderen die elkaar openlijk mochten vertellen wat hen over elkaar dwars zat, vond Sandra heftig om mee te maken.

Positief aan de behandeling vindt Sandra vooral dat de ouders erbij betrokken zijn. "Het is een totaalprogramma. Je volgt als ouder eenzelfde soort programma met dezelfde stappen en je weet daardoor wat je kind doormaakt." Ze vindt ook de locatie mooi en alles is goed georganiseerd. Minder vond ze dat de kliniek ver weg was. Om die reden is zij zelf niet naar de nazorg gegaan. Ze heeft Daan wel naar nazorgbijeenkomsten gebracht. Het zou fijn zijn als er een vestiging van de kliniek dichterbij zou zijn. Verder vond ze dat sommige jongere medewerkers te snel naar ouders wezen. Niet een minpunt, maar iets waar ze niet zo van houdt, is "dat Amerikaanse gedoe eromheen, het is allemaal tof, en yes, dan denk ik, doe even normaal. Maar goed, zo gaan ze met elkaar om."

Sandra zegt vooral inzicht te hebben gekregen door de behandeling. In haar rol als ouder, maar ook in verslaving. "Je kan wel tegen hem zeggen, ophouden met die zoi, maar ik ben niet verslaafd. Dus wat weet ik ervan? En daar leer je wat verslaafd zijn betekent. Je snapt beter hoe het werkt in het hoofd van je kind." De behandeling heeft haar ook Daan teruggegeven, zegt Sandra. Sinds hij bij YWCC was, gaat het beter met hem. Sandra denkt dat vooral het samen in een groep zijn Daan geholpen heeft. "Daan vindt het altijd gezellig in een groep. Daarom had hij er ook zo'n zin in. Niet alles was leuk natuurlijk, maar het 'samen' is mooi."

#### *"Daan is veel toegankelijker en praat over dingen"*

Sandra kreeg een compleet andere jongen thuis na de behandeling, zegt ze. Het gaat "hartstikke goed". Daan krijgt ook geen hulp meer. In het begin ging Daan trouw naar meetings, dat was geadviseerd. Maar op een gegeven moment had hij genoeg van de verhalen van anderen. Daan doet een opleiding waarbij hij werken en leren combineert. Hij is met zijn rijbewijs bezig en heeft een vaste relatie. Sandra heeft contact gehouden met andere ouders. "Je bent ook benieuwd hoe het gaat met de kinderen natuurlijk. En je kan andere ouders steunen. Alleen voel je je bijna bezwaard als het goed gaat." Ze hoort regelmatig dat het niet goed gaat met andere jongeren.

Daan heeft twee keer gebloed sinds hij terug is uit de kliniek, vertelt Sandra. “De eerste keer dat hij gebloed had, was hij helemaal overstuur. Maar de tweede keer was hij al een stuk minder onder de indruk en dat is wel jammer. Dus wat ik bij hem zie, als de stress toeneemt, ligt dat (de verslaving) wel weer op de loer. Dat hebben ze ook gezegd, eens verslaafd, altijd verslaafd. Maar Daan is echt veel veranderd in zijn gedrag. Veel toegankelijker. Hij praat over dingen. Hoewel het nooit een prater zal worden. Ik ben echt blij dat we het gedaan hebben.” De behandeling is voor Daan een eyeopener geweest en betekende een ommekeer. “Het had ook heel anders kunnen aflopen.”

Sandra verwacht dat het Daan zal lukken om zijn gebruik binnen de perken te houden. “Hij heeft alle dingen wel op een rij. Hij gaat naar school, dat gaat goed. En succesmomenten zijn belangrijk voor hem en die heeft hij nu. Hij had heel erge faalangst, ook door het pesten op school. Hij kon nooit wat goed doen, geen school afgemaakt, (zodat hij dacht), zie je wel, ik ben een lul. En nu wordt hij gewaardeerd op zijn werk, hij heeft een salaris, hij kan leuke dingen doen, op vakantie met zijn vriendin. Het zijn allemaal kleine dingen om er zelf van overtuigd te raken dat hij ertoe doet.”

Door de behandeling is Sandra veel meer over Daan te weten gekomen. “Dat komt doordat hij in de kliniek min of meer gedwongen werd om het achterste van zijn tong te laten zien.” Daarnaast kan ze zich beter voorstellen hoe het is om verslaafd te zijn. Ze weet beter hoe ze Daans verslaving zelf in stand heeft gehouden, maar ze blijft het lastig vinden om te weten wat zij het best kan doen. In haar werk heeft ze soms contact met een verslavingsinstelling. Terwijl YWCC zegt dat ouders een ultimatum moeten stellen aan het gedrag van hun kind, zegt deze instelling dat je er altijd moet zijn voor je kind. Zelf probeert Sandra tussen deze uitersten in te zitten richting Daan.

Als Sandra nu een cijfer voor haar leven zou moeten geven als moeder van Daan zou het een 8 zijn. Voorafgaand aan de behandeling zou ze het een 5 gegeven hebben, omdat Daan bepaalde hoe haar dag eruitzag. Ze heeft nog een anekdote over haar andere zoon, de jongere broer van Daan. Hem lukt altijd alles, tot frustratie van Daan. Laatst werd Sandra in het weekend 's nachts gebeld, toen beide zoons aan het uitgaan waren en tot haar stomme verbazing ging het dit keer om haar jongste. Hij had iemand voor zijn hoofd geslagen. Op zich was het geen leuk nieuws, maar Sandra vond het wel goed voor Daan, dat deze kon zien dat bij zijn broertje ook niet altijd alles goed gaat.

#### 5.3.4 Herstelverhaal Maaïke en Vincent

##### **Maaïke en Vincent: “Het wordt steeds beter.”**

Vier jaar geleden zat Sophie in de kliniek van YWCC. Zij was achttien jaar, zocht online contact met vreemden, was agressief en gesloten.

##### *“Ze veranderde ineens van een lief prinsesje in een boze heks”*

Toen Sophie dertien jaar was, overleed haar vader door zelfdoding. Ze werd ermee gepest op school. Sophie vertelde dat niet aan Maaïke, haar moeder. Ze isoleerde zich. Om aandacht te krijgen zocht ze online contact met onbekende jongens en sprak stiekem met hen af. Sophie begon zich anders te gedragen, vertelt Maaïke. Ze werd thuis onhandelbaar. Ze begon zichzelf te snijden en was agressief. Maaïke herkende het gedrag niet van Sophie. “Ze veranderde ineens van een lief prinsesje in een boze heks.” Sophie’s jongere zus is autistisch. Volgens Maaïke was Sophie mede erg gesloten omdat zij niet ook tot last wilde zijn. Maaïke ontmoette ondertussen haar huidige partner Vincent.

Maaïke en Vincent stelden Sophie voor om dingen die ze wilde, maar niet kon zeggen, op papier te schrijven en het te laten liggen, zodat zij het konden lezen. Zo kwamen ze achter het pesten op school. De zelfbeschadiging ontdekte Maaïke toen Sophie zich vlak voor een bezoek aan het graf van haar vader in een vinger knipte, als excuus om niet mee te hoeven.

Omdat het thuis botste met Maaïke, liep Sophie weg van huis. Ze ging naar een oom en tante. Deze hebben dat niet laten weten aan Maaïke. Volgens haar hebben ze Sophie weggehouden van haar: “Ze hebben mijn dochter helemaal gehersenspoeld, waardoor ze een half jaar niet thuis was. En er was geen contact.” Maaïke en Vincent schakelden maatschappelijk werk in, maar dat willen ze nooit meer. De maatschappelijk werker hielp niet in het zoeken naar een oplossing.

Op een gegeven moment wisten Maaïke en Vincent dat Sophie een kamer had in een verzorgingshuis, geregeld door haar tante. De helft van de tijd zat ze bij haar vriend. Vincent: “Sophie is een heel gevoelig meisje en ze loopt emotioneel achter, maar daar hielden ze geen rekening mee.” Volgens Maaïke en Vincent was ze niet eraan toe om op zichzelf te wonen. Sophie ging intussen wel gewoon naar school en haalde haar diploma.

##### *“We zijn alleen maar vol lof, het heeft ons zeker geholpen”*

Via-via hoorden Maaïke en Vincent over YWCC. De kliniek leek hen geschikt voor Sophie vanwege haar aandacht vragende gedrag. Vincent: “Wij zagen het als een relatieverslaving. Loverboys-gedrag eigenlijk.” Maaïke: “Gelukkig was het niet zo dat Sophie geld moest afgeven of allerlei smerige dingen doen voor de jongens die ze ontmoette, maar die kans zat er wel in. Zo gevoelig was ze.” Sophie belde af en toe kort met Maaïke. Maaïke heeft haar voorgelegd dat er een informatieavond zou zijn bij de kliniek en dat ze haar op een bepaalde plek kon afhalen met de auto. “Tot op de dag zelf wisten we niet of ze zou komen. En ze stapte wel uit de trein”, vertelt Maaïke.

Maaïke herkende op de informatieavond dingen over zichzelf. Bijvoorbeeld dat ze wel knuffelde met haar kinderen, maar de liefde niet kon overbrengen. Ze zei dit tegen Sophie en deze zei, ja, dat klopt mam. Over de dingen die Maaïke van Sophie herkende, wilde ze echter niets weten. Maaïke vroeg haar erover na te denken om naar de kliniek te gaan. “Ik hoorde al die tijd niets en wonder boven wonder, vlak voor de intake zei ze dat ze zich ging aanmelden. Daar waren we heel blij mee.” Sophie mocht eerst haar eindexamen doen, omdat zij voldoende motivatie toonde bij de intake.

Maaïke en Vincent zijn erg te spreken over de kliniek. Goed in de behandeling vond Vincent de confrontatie met het eigen gedrag. “Dat ze gaan inzien, het draait niet alleen om mij, nee, ik neem de hele familie mee.” Maaïke vond het schrijven van de confronterende brieven wel lastig. De jongeren kregen deze brieven te lezen voordat ze de ouders zouden zien op de

Verbindingsdag, die Maaïke en Vincent “intensief en emotioneel” vonden. Ze vonden het goed dat Sophie op die dag de dingen noemde waarmee zij hen pijn had gedaan en excuses aanbod. Ze hoorden voor hen nieuwe dingen. Ook vonden ze het goed, hoewel lastig, om een grens te stellen aan het gedrag van Sophie. Vincent: “Op de Verbindingsdag werd gewoon keihard gezegd, als je zo doorgaat ben je bij ons niet meer welkom. Dan is het klaar. Dan laat je hen toch inzien, ik ben te ver gegaan en moet er iets aan doen.”

Maaïke en Vincent vinden dat het programma voor de jongeren goed in elkaar zit. “Ze krijgen structuur, zitten met mede-fellows. Ze sporten, ook buiten. Ze gaan over hun grenzen en praten met coaches.” Maaïke: “Op een gegeven moment had Sophie geen zin meer om te gaan mountainbiken, ze wilde haar bed in. Maar ze hebben haar toch eruit getrokken, van, fietsen jij. Tot ze echt niet meer kunnen, he. Doorgaan, fietsen, fietsen, fietsen. Toen was ze gebroken. Daarna is ze bij een coach gaan vertellen.” Het was die dag Vaderdag. Sophie mocht een kaarsje branden en heeft gepraat over het verlies van haar vader. “Dat was het stukje dat ze moest verwerken.” Ze zat in een groep om emoties te leren uiten en ingrijpende gebeurtenissen te leren verwerken.

Dat de ouders erbij worden betrokken, vinden Maaïke en Vincent positief. De serieuze, intensieve benadering, alle gesprekken, dat alles op papier worden gezet. Dat ouders zelf hun verhaal kwijt kunnen en dat je als ouder zo nodig naar een psychiater kunt gaan. De ervaringsdeskundigheid vinden ze goed. “Ze weten precies hoe het werkt. Ze (de jongeren) breken allemaal op een gegeven moment. Een psychiater die alles uit een boekje heeft geleerd, krijgt dat niet voor elkaar.” Voor Sophie was vooral de steun van en herkenning bij de andere fellows belangrijk, volgens Maaïke.

In het ouderprogramma hoorden ze de ervaringen van andere ouders en hoe die met dingen omgingen. Ouders met kinderen met verschillende problematiek zaten bij elkaar in een groep. Maaïke: “Wij dachten wel, oeh, er is ons veel ellende bespaard gebleven.” Ze leerden er wel wat zij zelf als ouders konden veranderen. In de sessies werd hen een spiegel voorgehouden. Maaïke: “Dan werd er gezegd, hoor je nou wat je zegt? Weet je hoe dat overkomt bij zo’n jongere?” Maaïke heeft moeten leren om meer los te laten en is daar nog steeds mee bezig. Na het overlijden van haar man klampte zij zich meer vast aan de kinderen. “Sophie zei het zelf ook, mam, ik kon geen ademhalen.”

Sophie heeft volgens hen vooral zelfinzicht gekregen. Maaïke en Vincent hebben met Sophie’s gedrag leren omgaan. Maaïke: “Als we niet naar die kliniek waren gegaan, waren we er nooit zo (goed) uitgekomen.” De behandeling was voor hen allen een ommekeer. Vincent: “Ik vind Yes We Can een noodzaak, zeker in de maatschappij van nu. Vroeger hoorde ik nooit van ADHD of gokverslaving. Laat ze die jongeren in godsnaam daarmee helpen. Het is tien weken zweten, maar dan zitten ze weer de goede kant op. We zijn alleen maar vol lof, het heeft ons zeker geholpen.”

Maaïke en Vincent kunnen eigenlijk geen minpunten opnoemen van de kliniek. Ze vinden het wel jammer dat het programma voor broers en zussen er nog niet was destijds. Het zou volgens hen goed geweest zijn als de jongere zus erbij betrokken was geweest. Het contact tussen haar en Sophie is altijd moeizaam geweest. Inmiddels is zij zelf aan het puberen.

*“Het komt er nu pas uit van, we zien nu eindelijk de Sophie die we graag zien”*

Sophie woonde na de opname in de kliniek weer thuis. Ze ging naar de nazorg. Maaïke en Vincent ook. Ze konden met andere ouders bespreken hoe het thuis ging nadat de jongeren uit de kliniek waren gegaan. Vincent: “Als het goed ging, dan vertelde je dat, maar negen van de tien keer moest je vertellen dat het niet goed was gegaan.” Maaïke vond het vooral moeilijk om Sophie weer te vertrouwen. “Dat liegen en bedriegen zat er zo ingeweven.”

In het begin na de behandeling was het onwennig voor Sophie. De structuur viel weg. “Ze viel wel in een gat”, zegt Maaïke. Na de opname had Sophie een terugval. Ze besefte zelf, dit is niet goed. De terugval hing samen met problemen met haar vriend. Ze stopte de relatie

met hem, want ze zag in dat deze haar geen goed deed. Af en toe ging ze naar bijeenkomsten waar ze mede-fellows tegen kwam. Vincent en Maaïke merkten dat dit haar hielp. Ze werkte tijdelijk bij de Blokker, maar dat was te hectisch voor haar. “Ze moest nog leren op de goede manier voor zichzelf op te komen”, zegt Vincent. Hij en Maaïke hebben aan de thuisbegeleiding voor de jongste dochter gevraagd om ook Sophie te begeleiden. Met deze begeleiding is Sophie dingen gaan bespreken en oefenen. Later verwezen zij Sophie door voor emotieregulatie, wat ook was aangeraden door de kliniek.

Een periode had Sophie geen werk en kreeg ze bijstand. Nu werkt ze bij de Starbucks en dat gaat goed. Sophie lijkt er op haar plek te zitten. Op het werk krijgt ze bevestiging en constructieve feedback, waardoor haar minderwaardigheidsgevoel verdwijnt. De structuur werkt ook goed voor Sophie. Ze klaagt niet meer zoals voorheen, bijvoorbeeld bij het opstaan. Maaïke en Vincent merken dat ze ook mondiger wordt. Ze vraagt hen bijvoorbeeld rekening met haar te houden als ze vroeg moet opstaan. En ze vertelt over het werk, wat zij eerst nooit deed. “Ze is opener geworden”, zegt Vincent. “Het was niet ineens zo na de behandeling, dat moest groeien. En het wordt steeds beter.”

Sophie heeft een nieuwe vriend, die bij haar past. Ze is gelukkig met hem en dat straalt ze uit naar hen, zegt Vincent. Ze is positiever. “Dus ze vindt haar weg. Maar het komt er nu pas uit van, we zien nu eindelijk de Sophie die we graag zien.” Zoals ze altijd was voorheen, zegt Maaïke. Sophie heeft ook weer contact met een oude schoolvriendin. Ze is veel sociaal geworden, minder onzeker. “Voorheen zat ze thuis en dacht, ze willen me niet”, aldus Maaïke. Het enige mindere is dat Sophie geen goede band heeft met haar zus. Ze irriteert zich aan diens gedrag, waarbij ze zichzelf herkent. Maaïke: “Ze wil niet terugvallen in haar oude gedrag. Dat durft ze nu ook uit te spreken.”

Voor Maaïke en Vincent heeft de opname van Sophie bij YWCC een positieve wending gegeven aan hun leven. Vincent: “Het is echt een keerpunt geweest. Zeker in die leeftijd zijn ze allemaal onzeker, ze zitten in de pubertijd, die hormonen gaan tekeer. Dan is het goed dat er een instelling is die daar voor hen op in wil springen.” Sophie zelf wil graag ook andere jongeren helpen door haar goede ervaring met YWCC te laten zien. Ze is er trots op. Maaïke zegt: “Ik vind het geweldig dat ik toen van Yes We Can heb gehoord. Je promoot het aan anderen, je wilt zoveel mogelijk jongeren laten helpen.” Vincent: “Absoluut een zeer positieve ervaring. Doorgaan.”

Ze overwegen met de jongere zus ook met de kliniek te gaan praten. Deze is net als Sophie gevoelig voor aandacht en gaat ook om met jongens die niet goed zijn voor haar. Haar laatste vriend was agressief, gebruikte drugs en zij kopieerde zijn gedrag. Ze heeft gelukkig geen zelfdestructief gedrag.

Wat betreft hun leven met Sophie zijn Vincent en Maaïke heel positief. De laatste tijd zien ze veel progressie. Dat Sophie bijvoorbeeld openlijk met hen erbij met haar vriend via FaceTime communiceert, zoiets was voorheen ondenkbaar. Ze hebben de ouders van Sophie's vriend ontmoet, dat vinden ze ook fijn. Sophie is nu meer met haar toekomst bezig en praat erover. Ze wil op zichzelf gaan wonen. “Puur omdat ze eraan toe is”, voegt Maaïke toe. De thuisbegeleiding stopt deze maand. Maaïke: “Ze heeft alles op de rit.” Vincent: “Als het zo doorgaat, gaat het zeker lukken met haar.” En mocht het toch niet lukken, dan is ze altijd thuis welkom.

### 5.3.5 Herstelverhaal Nora en Paul

#### **Nora en Paul: “Wij hebben echt weer een rottijd gehad. Sven hoort gewoon niet meer thuis.”**

De zoon van Nora en Paul was twee jaar geleden opgenomen bij YWCC. Sven was vijftien, verslaafd en agressief. De opname bracht verbetering, maar de kliniek schoot ook tekort.

*“Ik was echt bang. Ik wilde niet meer dat hij hier woonde.”*

Sven heeft vanaf zijn geboorte gedragsproblemen, vertellen Paul en Nora. Nora: “Sven heeft ongrijpbaar gedrag. Hij snapt dingen gewoon niet. Hij heeft een hele andere blik op de wereld.” Sven was al zeer agressief toen hij vier was, zegt Paul. “Het was niet normaal. Hij maakte altijd zwarte tekeningen en had het over ‘hoofd afhakken’ of ‘armen afhakken’. Ik maakte wel eens een grapje: we hebben een psychopaat op de wereld gezet. Het is een lieve jongen, maar als hij agressief is, is hij onhandelbaar.” Ze hebben Sven meerdere malen laten onderzoeken, waarbij alleen ADHD werd vastgesteld. De medicijnen slikt Sven liever niet vanwege nare bijwerkingen. Volgens Paul en Nora heeft Sven meer dan ADHD, want hij kan manipulatief zijn en sociaal gewenst gedrag vertonen.

In de puberteit werd Sven down en trok hij zich meer terug. Hij ging naar de mavo, wat eigenlijk te gemakkelijk was voor hem. Achteraf bleek Sven cannabis te gebruiken en later ook andere drugs, soms harddrugs. Hij stal geld van iedereen. Op vakantie vonden ze bij toeval een zakje wiet in zijn spullen. Sven spijbelde vaak van school, dan zat hij in het park te blowen met vrienden. Ook 's avonds was hij vaak bij zijn vrienden. Paul: “Hij heeft altijd vluchtgedrag gehad. Hij wil altijd maar weg.” Op school en thuis golden regels, waar Sven moeite mee had. Thuis werd Sven vaak agressief. Als Paul en Nora hem uiteindelijk rustig hadden gekregen, werd Sven heel emotioneel. “Hij zei dan dingen als, ik ben niet goed bij mij hoofd. Heel sneu”, zegt Nora. Sven deed twee pogingen tot zelfdoding.

Sven heeft twee jongere broers. Deze hebben ook psychische stoornissen en zitten op het speciaal onderwijs. De broers waren bang voor Sven. “Hij was altijd onaardig tegen hen en sloeg hen”, zegt Paul. “Hij liep ook met messen rond, met boksbeugels. Op vakantie op de camping liep hij met een stiletto rond, want (hij dacht), je weet maar nooit. Maar het is ook zijn beleving, hij maakt dingen altijd groter dan ze zijn. Hij handelde in drugs, en nog steeds, en is bang dat hij geript zal worden.”

Paul lag regelmatig in bed met de gedachte dat Sven binnen zou komen met een mes. “Dat hij dan doodleuk zou vertellen dat hij zijn broers had vermoord. Hij zei heel vaak, ik haat ze, ik haat ze.” Nora en Paul hebben altijd zelf veel gepraat met de kinderen. Hoewel Sven aangaf dat hij van iedereen in het gezin hield, waren Nora en Paul bang dat hij in een opwelling iets gekks zou doen. Paul: “Ik heb mezelf altijd voorgehouden dat hij me nooit echt iets aan zou doen. Het is gelukkig niet zo geweest, maar het had ook anders kunnen zijn.” Nora was bang, omdat Sven met een mes onder zijn kussen sliep. “Ik was echt bang. Ik wilde niet meer dat hij hier woonde.”

Het gezin heeft vanaf het begin hulpverlening gehad. Deze heeft hen wel geholpen om met Sven om te gaan, zeggen Nora en Paul. Ze leerden technieken, zoals Sven met de kleuren groen, oranje en groen laten aangeven hoe hij zich voelde. “Rood betekende dat hij op ontploffen stond.” Ze hebben wel eens hulp gehad waarbij video-opnames in huis werden gemaakt. “Jullie zijn een heel normaal gezin, zei de hulpverlening. Maar wij weten ook zeker, het ligt niet aan ons”, zegt Nora. “Het ligt aan Sven zelf.” Op een gegeven moment waren ze de hulpverlening gericht op het gezin helemaal zat.

*“Yes We Can had beter naar ons moeten luisteren”*

Voordat Sven naar YWCC ging, verbleef Nora met haar jongste zoon bij haar ouders, omdat het thuis niet ging. Sven richtte zijn agressie vooral naar haar. Via een collega hoorde Nora over de kliniek. Ze meldde Sven aan en vanwege de situatie konden ze snel terecht voor

een intake. Daar is Nora dankbaar voor. Zij en Paul keken ook naar verslavingszorg, maar die zou therapie aan huis bieden en daar waren ze wel klaar mee. De bij de intake aanwezige psycholoog vonden ze heel goed, die prikte snel door Sven heen. Sven stemde in met de behandeling.

Wat Paul en Nora aansprak in YWCC was de opname. Voor Sven zelf, maar ook zij zelf hadden "heel hard" rust nodig. Nora: "Ik vind het bewonderenswaardig dat wij dit allemaal hebben overleefd zonder ernstige psychische klachten en dat ons huwelijk er nog is." Ook het programma sprak hen aan, onder meer vanwege het sporten. Een paar dagen na opname in de kliniek, werden Paul en Nora gebeld dat Sven was weggelopen met een paar andere jongens. Hij zou niet meer welkom zijn als hij in de tussentijd gebruikt zou hebben. Sven werd gevonden en bleek gelukkig niets gebruikt te hebben. Daarna hoorden Nora en Paul een tijd niets meer. Dat vonden ze heel moeilijk.

Het ouderprogramma vonden Nora en Paul positief. Het was fijn om dingen te delen met andere ouders en te herkennen bij elkaar. Nora: "En het heeft voor mij positief bevestigd dat wij het al die jaren goed hebben gedaan." De informatie die ze kregen bood weinig nieuws voor hen. "We waren ook hulpverleningsmoe", zegt Paul. Ze zijn positief over het team. Nora: "Ik merkte dat ze om mijn kind gaven en hem serieus namen. Hij werd goed opgevangen daar." De Yes Me Too-dag voor zussen en broers vonden ze ook goed. De broers van Sven hadden er veel aan om met anderen te praten.

De Verbindingsdag vonden Paul en Nora bijzonder. "Het was vreselijk emotioneel", zegt Nora. Eerst moesten de ouders en het kind die aan de beurt waren, elkaar vijf minuten aankijken. Nora: "Dat aankijken vond ik heel goed, want je maakt echt contact met elkaar op dat moment. Ik voelde me niet ongemakkelijk, de sfeer was echt oké. We hadden al de hele tijd zitten huilen bij anderen, iedereen zit te huilen. Toen zei Sven de dingen die hij ons wilde zeggen." Paul: "De meeste jongeren gaven hun ouders wel *ergens* de schuld van. Sven was de enige die zei, nee, het ligt niet aan mijn jullie, het ligt aan mij. Hij bood excuses aan voor zijn agressiviteit. Het was heftig, maar ook mooi."

Nora en Paul vonden het goed dat zij, de broers en vrienden van Sven een brief aan hem konden schrijven. Zelf stelden ze voorwaarden aan Sven. Als hij zoals voorheen weer zou liegen, bedriegen, stelen en drugs gebruiken, kwam hij nooit meer thuis wonen. Vooral de brieven van zijn broers hebben Sven geraakt. Positief aan de behandeling vinden Nora en Paul dat Sven goed heeft leren praten. "Hij heeft echt geleerd te vertellen wat er in hem om gaat. En dat doet hij nog steeds." Sven heeft vooral veel aan de individuele sessies gehad, door het vertrouwen dat de behandelaar bij hem won, zegt Nora. In een groep uit hij zich minder snel en in de kliniek was hij bovendien de jongste.

Nora en Paul hebben ook de nodige kritiek op de behandeling. Het verraste hen bijvoorbeeld dat Sven in de kliniek sigaretten rookte, terwijl hij had getekend dat hij niet zou roken. Hij bleek een handeltje te runnen, waardoor hij aan sigaretten kwam. Dat het kon in de kliniek, vinden Paul en Nora slecht. Ook mocht Sven geen kleding met een capuchon aan, maar zagen ze later veel jongeren lopen met capuchons. Verder merkten ze dat Sven ook in de kliniek manipuleerde. Achteraf bleek hij bijvoorbeeld bepaalde dingen die hij op Verbindingsdag vertelde, verzonnen te hebben, omdat hij zich gepusht voelde iets negatiefs over zijn ouders te vertellen.

Ernstiger vinden ze dat YWCC volgens hen niet de juiste diagnose heeft gesteld bij Sven. De kliniek ontkende dat Sven kenmerken van andere stoornissen zou hebben, zoals autistisch spectrum. Steeds wezen Paul en Nora op Svens gedragsproblemen, maar de kliniek luisterde niet naar hen. "Ze hebben het te weinig over zijn gedrag gehad, het ging meer over de verslaving." Paul denkt dat Sven in de kliniek gewoon door is gegaan met manipuleren en gewenst gedrag vertonen. "Ik denk niet dat ze Sven gebroken hebben. Ik denk dat hij gewoon gedacht heeft, ik zit mijn tijd wel uit." Omdat Sven goed kan manipuleren, wist de buitenwereld nooit van het vreemde gedrag van Sven, zegt Paul. "Zelfs



Nora's moeder zei altijd, ach, hij is een beetje druk, maar het is een kind. Daarin stonden wij altijd alleen. Yes We Can had beter naar ons moeten luisteren."

Volgens YWCC kon Sven na de opname weer terug naar huis, met gezinstherapie. Paul en Nora wilden niet dat Sven weer thuis zou komen wonen en noch zij, noch Sven, wilden weer gezinstherapie. Nora: "Ik heb tegen hen gezegd, Sven kan niet meer thuis wonen, dat *gaat* gewoon niet. Wij kunnen ook niet meer, wij zijn gewoon op. Daar hebben ze niet naar geluisterd. Dat neem ik ze ten zeerste kwalijk." Paul en Nora hadden gewild dat Sven naar een safe house was gegaan.

Hoewel de opname hen enerzijds "rust en veel goeds" heeft gebracht, zeggen Nora en Paul: "Maar wij hadden iets anders gewild." Nora: "De slogan van Yes We Can, die staat ook op hun website, is 'waar je bij alle hulpverleners tegenaan loopt en niemand naar je luistert...' Dus ik had gehoopt dat ze beter naar me zouden luisteren en me serieus zouden nemen." De kliniek volgt een standaard programma, maar zou meer naar het individu moeten kijken, vinden zij en Paul.

*"Het is dat Sven bij Nora's ouders terecht kon, anders had hij op straat gewoond nu."*

Na thuiskomst van de opname ging het al snel fout. Sven begon weer met blowen. Hij ging niet naar school en game de veel. Met tegenzin ging hij naar de nazorg, Paul en Nora gingen niet. De eerste dag was op zich goed, zegt Nora. "Het ging over hoe het met iedereen ging. Maar om de hoek stond een neefje van een van die jongens wiet te verkopen." Verder was de nazorg meer op oudere kinderen gericht, want het ging bijvoorbeeld over solliciteren. Daar was Sven nog niet aan toe als vijftienjarige.

Nora en Paul zochten naar een woonplek voor Sven. Op een locatie voor begeleid wonen kon Sven niet terecht, want hij zou zich niet aan de regels kunnen houden: geen drugs en geen agressie. Het gezin ging op vakantie en de eerste dag escaleerde het. Sven werd heel agressief, bonkte met zijn hoofd tegen een boom en schreeuwde dat hij een mes in zijn keel ging steken. Hij greep Paul naar zijn keel. De twee jongere broers waren helemaal ontdaan. Later tijdens de vakantie wilde hij naar huis, Nora en Paul kochten een ticket voor hem. Bij thuiskomst bleek Sven behoorlijk gefeest te hebben met vrienden. Nora: "Overal lag wiet, drank en kots. Daar was ik natuurlijk heel pissig om."

Nora's ouders zeiden dat Sven wel bij hen kon wonen. Nora: "Zij zagen hoe wij eraan onderdoor gingen." De bedoeling was dat het tijdelijk was, maar na enkele maanden kreeg Sven een eigen slaapkamer. Een van de broers kreeg de kamer van Sven. De situatie geeft Paul en Nora veel rust, maar het blijft moeilijk. Als Sven niet weer thuis was gaan wonen, had hen deze periode bespaard gebleven. Nora: "Wij hebben echt weer een rottijs gehad. Sven hoort gewoon niet meer thuis. Hoezeer ik hem ook mis, elke dag. Maar het gaat nu wel goed." Paul: "Het is dat Sven bij haar ouders terecht kon, anders had hij op straat gewoond nu. Dan was hij ten dode opgeschreven geweest."

Laatst zei Sven tegen Nora dat hij graag bij zijn opa en oma wil blijven wonen. Het is rustig bij hen en hij krijgt er veel liefde en aandacht. Van zijn opa en oma mag Sven bij hen wonen zolang hij wil. In het weekend gaat hij vaak naar huis. De regel is dat hij dan niet geblowd heeft. Het contact met de gezinsleden gaat goed. Nora en Paul kunnen nu met Sven praten over hij zich voelt. "Daar zijn we heel blij mee," zegt Nora. Sven gaat serieuzer met school om. Hij probeert nogmaals de mavo af te ronden. Hij blowt en drinkt soms, maar minder dan eerst. Ze vinden het fijn dat Sven er open over is. Sven is actiever dan voorheen. Hij voetbalt, zit in de selectie. En hij werkt enkele avonden in de week.

Sven krijgt nog hulpverlening. Hij zei tegen Nora en Paul dat hij wil weten wat er aan de hand is met hem. Paul: "Sven zei tegen mij, het enige dat ik wil, is normaal zijn." Sven heeft een jeugdbegeleider bij de GGZ. Een vriendin van Nora treedt op als coach, omdat Nora en Paul niet bezig willen zijn met hulpverlening. Ze hoorden dat Sven nu een agressietraining gaat volgen in plaats van eerst een goede diagnose stellen. Maar ze bemoeien zich er niet

mee. Voor Sven lijkt de hulp goed en dat vinden zij het meest belangrijk. “Wij zijn gewoon heel blij dat hij normaal naar school gaat, dat we contact hebben met hem en dat hij niet elke dag laveloos op zijn bed ligt. Je verlegt natuurlijk je grenzen.”

Een tijdje geleden verkocht Sven Xtc-pillen. Nora heeft hem gewezen op zijn verantwoordelijkheid. Ze vindt het fijn dat ze er nu over kan praten met hem zonder dat hij boos wordt. Ze merkt dat Sven verstandiger aan het worden is. Laats was er een ruzie in het park en hij was weggegaan, terwijl hij zich voorheen erin gemengd zou hebben. Ook weet Sven nu dat hij zonder blowen kan, als hij wil. Nora: “Hij weet dat het de eerste twee dagen kut is en daarna is het ook een bevrijding.” Sven loopt veel, omdat dat hem goed doet, zegt Paul. “Hij loopt de hele dag door, om zijn hoofd te legen. Dat is zijn nieuwe therapie.” Nora: “Er blijven momenten dat het niet goed gaat, maar dat hoort bij hem.”

Nora en Paul vinden het nu redelijk goed gaan. Sven heeft nog steeds gedragsproblemen en is nog steeds verslaafd. Ze hebben zelf een oplossing gevonden. Over de toekomst denken ze niet echt na. Ze hebben een positieve instelling. “Sven zal nooit een leven van huisje-boompje-beestje leiden. Maar het komt met hem uiteindelijk wel goed.”

### 5.3.6 Herstelverhaal Suzan

**Suzan: “Ik heb door Yes We Can Clinics mijn kind weer teruggevonden.”**

Vier jaar geleden was Jeremy, de zoon van Suzan, in behandeling bij YWCC. Hij was toen achttien, had ADHD en gebruikte drugs. De opname heeft een positieve invloed gehad in hun leven.

*“Hij heeft me heel veel pijn gedaan”*

Suzan vertelt dat Jeremy toen hij drie, vier jaar was, al druk en snel afgeleid was. Hij bleek ADHD te hebben en zij zelf ook. Op zijn vijfde stak Jeremy met een vriendje een auto in brand. “Hij overziet dingen niet, kan de gevolgen van zijn gedrag niet inschatten. Het is echt een hele lieve jongen, hij is heel lief voor zijn oma en ouderen en zo. Maar aan de andere kant was hij agressief en vervelend.”

Jeremy zat op de havo, maar ging vanwege zijn ADHD naar het vmbo Basis. “Met heel veel moeite” haalde hij zijn diploma. Hij spijbelde vaak en kwam soms met de politie in aanraking. Op zijn dertiende ging hij naar de bakkersschool. Daar spijbelde hij vaak en werd na enkele maanden weggestuurd. Hij ging een opleiding tot beveiliging doen, maar ook daar ging het mis. Suzan: “Op een gegeven moment was ik hem kwijt ’s nachts. Hij lag niet in bed.” Ze belde de politie. Jeremy bleek een nacht vast te zitten vanwege een poging tot inbraak met vrienden. Het kostte hem zijn opleiding.

Jeremy was vaak betrokken bij vechtpartijen. Thuis hadden ze geen ruzie, maar Jeremy loog wel heel veel, zegt Suzan. Ze wist niet dat hij drugs gebruikte. “Naïef als ik was. Al die agressie had ook met die drugs te maken.” Pas bij YWCC kwamen Suzan en haar partner achter Jeremy’s drugsgebruik. Hetzelfde geldt voor de groeps mishandelingen waaraan hij had meegedaan. Hij loog er over. “Achteraf was het eigenlijk gewoon een rotjoch. Hij heeft me echt besodemieterd. Hij heeft me heel veel pijn gedaan. Je wordt zo vaak op je hart getrapt en elke keer zet je die deur weer open.”

De oudere zus van Jeremy heeft het syndroom van Down. Met haar heeft Jeremy geen band. Hij heeft het wel geprobeerd, zegt Suzan. “Maar zij wijst hem altijd af. Hij is te druk en onvoorspelbaar voor haar.” Suzan is gescheiden van de vader van Jeremy, die vaak schold en met wie ze vaak ruzie had. Ze heeft sinds Jeremy’s veertiende een nieuwe partner. Jeremy heeft geen hele hechte band met zijn vader, die wat afstandelijk is. Met haar huidige partner heeft hij een beter contact. Volgens Suzan is Jeremy mede gevormd door een nare ervaring met zijn eerste vriendinnetje. Zij heeft hem erg gekwetst door er opeens vandoor te gaan met zijn vriend. Hij lag twee weken op bed, ziek ervan.

Jeremy is wel eens bij een psychiater geweest, van wie hij medicijnen kreeg voorgeschreven. “Van een heel leuk, spontaan kind werd het een vlakke robot.” Verdere hulp heeft Jeremy niet gehad.

*“Ik denk dat Jeremy in een warm bad kwam, met jongens die allemaal problematiek hadden”*

Suzan hield het niet meer vol met Jeremy in huis. Via internet vond ze YWCC. Ze stelde Jeremy voor de keuze, of je gaat daarheen, of weg uit huis. Dat Jeremy tien weken uit huis zou gaan, was in eerste instantie de reden dat Suzan hem aanmeldde. “Ik wilde hem gewoon weg hebben. Ik wilde niet meer die sirenes (horen en denken), oh, mijn kind, en politie aan de deur. Ik dacht, wegwezen met dat joch. Ik hoef hem voorlopig niet te zien.” Toen hij opgenomen was, miste ze hem ontzettend, ze rook vaak aan zijn kussen, maar het heeft haar ook erg goed gedaan, zegt ze.

Suzan heeft de kliniek ervaren als “heel warm, heel fijn.” Als de kliniek op televisie komt, gaan ze er altijd even voor zitten. Door het horen van de verhalen over andere kinderen, dacht ze, het valt nog wel mee met mijn kind. “Kinderen die aan de crack zitten, kinderen die verslaafd zijn aan gokken of de drank op hun dertiende.” Ze vond het mooi dat ze mochten

zien wat de andere kinderen hun ouders vertelden op de Verbindingsdag. Hoewel ze de tijd samen met de kinderen op die dag te kort vond, was het fijn Jeremy weer te zien na zo'n lange tijd. "Hij zag er heel anders uit. Doordat hij geen drugs gebruikte en daar geaccepteerd werd om wie hij was. Ik had mijn eigen kind terug."

Op de Verbindingsdag kwamen Suzan en haar partner er pas achter dat Jeremy vanaf zijn zestiende drugs gebruikte. Ze vindt het erg naïef van zichzelf. "Coke, speed, XTC, hij heeft alles geprobeerd." Jeremy is heel beïnvloedbaar, zegt Suzan, hij wil er graag bij horen en hij had veel foute vrienden. Achteraf ziet ze dingen, zoals dat hij altijd om geld vroeg. "Jeremy en ik waren altijd heel close. Hij lijkt veel op mij, qua uiterlijk maar ook qua gedrag en karakter. Ik dacht echt dat hij eerlijk was." In de brief aan Jeremy schreef ze hoeveel pijn hij haar heeft gedaan. Haar brief was de laatste die hij kreeg en heeft hem erg geraakt. "Ik heb ook echt geprobeerd om hem te raken."

Suzan vindt de intensiteit van de behandeling en de betrokkenheid als ouder goed. "Dat je weet dat je kind in goede handen is." Ze vindt het verschil in leeftijd binnen de groep jongeren te groot. Al liep Jeremy emotioneel achter op zijn achttiende, het verschil met iemand van twaalf was erg groot. Het positieve eraan is dat de oudere jongeren meer verantwoordelijkheid krijgen. En degenen die langer in de kliniek zitten, vangen de nieuwelingen op, dat vindt ze een mooi systeem. Suzan vindt de ervaringsdeskundigheid in de kliniek zeker een meerwaarde. "Om de oorsprong van je problemen te vinden is het fijn als iemand het ook heeft meegemaakt, in plaats van iemand die het alleen op papier weet." Het enige nadeel van de behandeling vond Suzan dat de locatie zo ver weg lag.

Suzan heeft van de oudergroep meegekregen dat ze Jeremy iets minder op zijn nek moet zitten. Maar hij moest wel haar vertrouwen terugwinnen en dat heeft zij hem ook gezegd. Het vertrouwen is inmiddels terug, maar het heeft lang geduurd, zegt ze. "Zeker als je zo vaak gekwetst bent door je eigen kind." Ze zag tijdens de behandeling wel in dat ze Jeremy misschien iets te klein heeft gehouden, hem iets te vaak dingen uit handen heeft genomen. "Nu laat ik het hem zelf doen."

Jeremy was eigenlijk van plan zich de eerste week weg te laten sturen. "Ik denk dat hij toch in een warm bad kwam. Met jongens die allemaal problematiek hadden." Wat heeft Jeremy volgens Suzan vooral aan de behandeling gehad? "Bewustzijn. En dat hij heeft gezien hoeveel pijn hij ons als ouders gedaan heeft, dat heeft hem ook geraakt. En voor zover ik weet, heeft hij sindsdien geen drugs meer gebruikt." Volgens Suzan heeft Jeremy het meest gehad aan de ervaringsdeskundigheid in de kliniek en de hechte band met zijn groep. "Al is het weer verwaterd, voor Jeremy was die *bonding* met de groep op dat moment heel waardevol. Hij heeft nooit echt diepe vriendschappen gehad."

Suzan en haar partner hebben de nazorg niet gedaan. "Het kost gewoon veel tijd en energie." Ze gingen enkele keren naar een NA-meeting, tot Jeremy het genoeg vond. Hij heeft ook altijd ontkend dat hij verslaafd was.

*"Als ik dit niet had gevonden, weet ik niet hoe het met Jeremy was afgelopen."*

Jeremy volgde de nazorg. Suzan: "Hij probeerde heel erg in de flow te blijven van Yes We Can." Jeremy was meer open en eerlijk, de gesloten houding van voorheen was verdwenen. Zelf lette Suzan erop dat ze hem genoeg complimenten gaf, wat ze als advies van de kliniek had meegekregen. Jeremy had een WhatsAppgroep met mede-fellows. Ze zagen dat sommige jongeren snel terugvielen. Soms had Jeremy heimwee naar de kliniek. "Na een week kwam hij een beetje uit de Yes We Can-flow. Ik moest soms tegen hem zeggen, hé, oud gedrag", vertelt Suzan.

Jeremy had geen dagbesteding toen hij thuiskwam. Hij had zich aangemeld voor een opleiding tot loodgieter. Maar het duurde nog wel even voordat die begon. In de tussentijd kon hij vrijwilligerswerk doen bij Suzans broer. Maar dat was slechts drie dagen per week.

Suzan werkte veertig uur in de week. Jeremy zocht op een gegeven moment zijn oude vrienden weer op.

Jeremy raakte weer in vechtpartijen betrokken en was impulsief. Suzan nam contact op met YWCC, maar daar zeiden ze dat Jeremy uitbehandeld was. Ze zocht toen een psychiater die Jeremy Ritalin kon voorschrijven. Dat lukte niet. Suzan praatte met Jeremy over leren omgaan met ADHD. “Over ADHD groei je niet heen. Ik heb hem altijd voorgehouden, het belangrijkste is dat je je eigen tekortkomingen leert kennen en ernaar handelt. Ik weet van mezelf dat ik niet moet gokken of drugs gebruiken, want ik ben gevoelig voor verslaving. Je moet jezelf beschermen.”

Jeremy ging de opleiding tot loodgieter doen, maar het klikte niet met zijn leidinggevende, dus hij stopte. Hij haalde zijn rijbewijs en kreeg een baan als koerier. Het deed hem goed om regelmaat en verantwoordelijkheid te hebben. De baan ging hem echter vervelen en hij begon een opleiding tot timmerman. Suzan: “Op een gegeven moment werd ik gebeld door de opleiding met de vraag, gaat het wel goed in de familie, want Jeremy heeft wel heel veel begrafenissen. Hij spijbelde gewoon. Ik zei tegen hem, Jeremy, je bent nu twintig, je hoeft toch niet te liegen, je kan toch gewoon zeggen dat je het niet leuk vindt.” Een opleiding is niets voor Jeremy, zegt ze, want hij kan niet tegen autoriteit.

Het gaat nu, vier jaar na de behandeling, goed. Jeremy is fulltime stukadoor, hij werkt samen met de buurman. Hij leert het vak van de buurman en dat gaat goed. Het klikt tussen hen en Jeremy vindt het werk leuk. Hij heeft sinds vier jaar een vriendin, die hij heeft leren kennen vlak na de opname. “Ze kibbelen veel”, zegt Suzan, “maar ze zijn wel gek op elkaar. Zijn vriendin is anti-drugs, dus hij gaat geen drugs meer gebruiken.” Ze zijn een paar keer met zijn allen op vakantie geweest. Jeremy’s vroegere vrienden zijn nu uit beeld. Hij is volwassener geworden de laatste jaren, zegt Suzan. “Hij is wat ouder geworden en heeft meer verantwoordelijkheid gekregen. Ik ben trots op hem.”

Jeremy is wel weer gesloten, zoals voorheen, zegt Suzan, net als zichzelf. Hij krijgt geen hulp meer, maar volgens haar zou het wel goed zijn als hij een gesprekspartner zou hebben buiten zijn dagelijkse kring. Jeremy vindt het lastig om over gevoelens te praten en is voor naasten emotioneel moeilijk bereikbaar. Bij bijvoorbeeld een psycholoog zou hij af en toe kunnen ventileren. Het gaat niet zozeer meer om agressie of drugsgebruik voorkomen, maar “omdat Jeremy anderen in zijn omgeving afstoot. Hij zou zich meer kwetsbaar op moeten kunnen stellen.”

Terugkijkend naar de invloed die de opname bij YWCC heeft gehad, zegt Suzan: “Ik heb mijn kind weer teruggevonden. Zeker op de Verbindingsdag, die leuke, open, spontane jongen die ik daar zag.” Als Jeremy niet naar de kliniek was gegaan, waren ze elkaar kwijtgeraakt, denkt ze. “Het was pijnlijk dat ik hem gedwongen heb, maar wel nodig.” Jeremy heeft volgens haar geleerd hoe het is om gewaard te worden en om een hechte band met andere jongens te hebben.

Suzan kijkt heel positief naar de toekomst. “Ik ben overtuigd dat hij het prima gaat doen.” Ze denkt dat Jeremy kinderen gaat krijgen en dat hij een leuke vader wordt. Ze is mede dankzij YWCC zo positief. “Als ik dit niet had gevonden, weet ik niet hoe het met Jeremy was afgelopen.”

### 5.3.7 Herstelverhaal Loes

#### Loes: “Wat moeten we doen als de kinderen terugkomen?”

Loes vindt het nu goed gaan met haar zoon Bob: hij zit in een rustige flow, denkt beter na, is meer toekomstgericht en ziet nu wat belangrijk voor hem is. Bob is inmiddels 17 en heeft na YWCC, waar hij in december 2017 uitkwam, zijn vmbo-T afgerond in mei 2018. Hij begon op het vwo, ging uiteindelijk naar de havo en wil nu na het behalen van zijn vmbo-T diploma graag weer verder studeren. Zijn ouders zijn erg blij met deze opleving. Hij heeft een paar maanden een opleiding bij Defensie gevolgd waar hij onderofficier wilde worden, maar hij miste “het werken met zijn hoofd”, dus is hij gestopt. Hij is zich gaan oriënteren en in september 2019 begint hij met een mbo-opleiding in Marketing & Communicatie. Zijn doel is om deze 3-jarige studie in 2 jaar te doen, omdat hij graag naar het hbo wil.

Hij ging naar YWCC voornamelijk vanwege wietgebruik en het bijbehorende gedrag, zoals mentaal afwezig zijn, liegen, slechtere schoolresultaten en experimenteren met andere drugs. Ook vertelt Loes dat hij veel buiten ging “chillen”, niet gewoon op een bankje, maar hij zocht afgelegen gebouwen op en plekken die wat meer afgelegen lagen. Het blowen werd uiteindelijk dagelijks en zodra zij er wat van zei, reageerde hij steeds agressiever en hij werd erg gesloten. Loes vertelt dat tijdens de behandeling in YWCC er nog andere dingen naar voren kwamen waar zij zich eerder nog niet bewust van waren. De uiteindelijke diagnose was: middelengebruik, lichte vorm van autisme, soort trauma door een stiefvadermoeder effect en onzekerheid.

Destijds had Loes een vriend en zijn zoon zat ook bij YWCC en zij herkenden het gedrag dat Bob vertoonde. Samen met de vader van Bob besloot Loes hem aan te melden bij YWCC. Bob vond het eerst niks en zei dat ze “zijn leven kapot maakten”, maar na de intake gaf hij gelukkig zelf aan dat hij aan de behandeling wilde meedoen. Bob had nog niet eerder een behandeltraject doorlopen. Loes vond dat ze er op tijd bij waren en had er vertrouwen in. Ze kozen voor YWCC vanwege de ervaring en vanwege andere verhalen die Loes gehoord had waarbij jongeren één uurtje in de week een gesprek hadden en daarna weer naar hun eigen omgeving terug gingen. In zo’n aanpak had ze geen vertrouwen. Dit wantrouwen ten aanzien van de reguliere hulpverlening is ontstaan door wat Loes in haar omgeving zag. Bij haar vorige stiefzoon zag ze dat hij een patroon van liegen en bedriegen had en in haar beleving kon je dat niet doorbreken met maar één uurtje hulpverlening per week. Haar ex vond het overigens wat lastiger, die zag altijd het goede van Bob, maar Loes prikte er sneller doorheen en was ook consequenter in het stellen van grenzen en regels. Uiteindelijk wilde Bob graag hulp en heeft Loes tegen haar ex gezegd dat zijn emoties en gedachten over de opname (dat het te lang zou duren) ondergeschikt waren, want het ging om Bob.

Het intakegesprek was een gecombineerd gesprek met een psycholoog en de leidinggevende/fellow. Loes, Bob en zijn vader waren er met z’n drieën. Volgens Loes lag het er heel erg dik bovenop dat de fellow maatjes wilde worden met Bob, maar daar was hij niet zo gecharmeerd van en zijn vader al helemaal niet. Die ging in de weerstand. Loes had, door haar eigen professionele achtergrond, al gauw door dat dit een deel was van het proces en dat het nodig was. Bob heeft ook nog apart gesprekken gehad met een psycholoog en behandelaar en toen was hij wel om. Loes denkt dat als hij alleen een gesprek gehad zou hebben met een fellow dat hij er minder enthousiast over zou zijn geweest, omdat hij daar een klein beetje in de weerstand van ging omdat hij het idee had dat diegene te veel zijn best deed om maatjes te worden. Op zich zag hij wel wat in de positieve weg van de fellow. Dat wilde hij wel maar Bob heeft volgens haar meer gehad aan de andere gesprekken tijdens de intake.

In eerste instantie zag hij het nut niet in van het intakegesprek, maar naarmate het gesprek vorderde doorzag hij dat hij dit nodig had. Hij was begonnen met blowen om verschillende redenen. Volgens Loes wilde hij rust in zijn hoofd hebben, was hij bang om alleen te zijn,

had hij psychisch geleden onder het samenwonen met de vorige stiefvader en wilde hij graag vrienden hebben. Loes denkt dat hij het ook wel eerder doorhad dat er iets niet goed zat, maar er nog niet aan wilde. Hij zei dan bijvoorbeeld sorry en knuffelde zijn moeder, dat waren korte momentjes waarop Loes haar echte Bob weer even terugzag.

Bob ging naar YWCC en Loes ging met haar toenmalige vriend, haar ex en zijn nieuwe vrouw naar het ouderprogramma. Deze bijeenkomsten waren tweewekelijks. Loes vond het fijn dat dingen helder werden uiteengezet. Ook konden ze met andere ouders ervaringen delen en daarin kwam steeds het lange voortraject terug. Ouder tobben vaak al langere tijd met de problemen van hun kind. Er waren ook mogelijkheden om de ouders buiten de bijeenkomsten om te ontmoeten, maar Loes had daar niet zo'n behoefte aan. De gezamenlijke gesprekken vond ze fijn en waren voor haar voldoende.

Tijdens die bijeenkomsten was er ook altijd een fellow [casemanager] en een behandelaar aanwezig en konden ze ook echt inhoudelijke gesprekken voeren. Dat vond Loes prettig en ervaarde ze als positief. Loes vertelt dat zij en de andere ouders wel bleven zitten met de vraag: wat moeten we nu eigenlijk doen als de kinderen terugkomen, wat zijn de juiste handvatten? Het bleek dan toch best moeilijk te zijn, er is geen kant-en-klaar pakketje voor. De ouders kregen dan te horen dat ze wel grenzen konden blijven stellen, maar dat ze eigenlijk niet steeds terug moesten gaan naar het verleden. Dat vond Loes bij haar vorige stiefzoon al heel lastig en confronterend toen hij terugkwam uit YWCC, maar nu was ze er beter op voorbereid. Ze vond het ook fijn dat de bijeenkomsten haar de mogelijkheid gaven om met haar ex en nieuwe partners op één lijn te komen en dingen uit te praten. De acties die ze daar meekregen, hebben ze wel meegenomen en er een beetje een eigen draai aangegeven: "Sommige handvatten spreken je aan en andere wat minder, daar geef je dan je eigen twist aan."

Wat Loes zich verder herinnert, en wat ze nu nog wel eens gebruikt, zijn de bewuste één op één gesprekken met hun zoon. Bob werd hier op een gegeven moment wel een beetje wars van want Bob wilde niet iedere keer terug naar het verleden, hij wilde vooruit en zei: "Ik hoef niet steeds weer een weekafsluiting of dit en dat." Hij had het zelf over "het zweverige stuk" en de "tien spreuken die ze daar hebben". Die hebben hem tijdens de 10 weken opname geholpen en toen vond hij het acceptabel, maar daarna, in de nazorg, begon hij zich eraan te ergeren. Hij ging een tijdje naar de avondbijeenkomsten, eerst nog actief, maar daarna merkte Loes dat hij er wel klaar mee was.

Na YWCC ziet Loes dat haar zoon veranderd is, het gaat beter met hem. De combinatie van het fysieke en de gesprekken (het uitdiepen) werkte voor Bob heel goed. Hij is rustiger, gezelliger, wil intellectueel meer uitgedaagd worden en denkt aan de toekomst. Dat geeft Loes vertrouwen. Daarnaast is hij ook minder gesloten in de communicatie en zijn er minder discussies. Hij heeft goed geleerd om om hulp te vragen. Dit deed hij in het begin na YWCC vaker, maar nu is hij wat zelfstandiger geworden. Loes vertelt dat Bob nog wel tabak rookt en moeite heeft om daar mee te stoppen. Ook gaat het wel eens uit en drinkt soms een biertje te veel. Loes vindt het soms wel moeilijk als hij op pad gaat, omdat alcohol grenzen doet vervagen, maar ze wil hem ook als een gewone puber gecontroleerd los kunnen laten. In het begin na YWCC vond Bob het moeilijk om in de buurt te zijn van anderen die blowden, hij vond het belachelijk en "zij wisten toch dat hij gestopt was?". Inmiddels heeft hij daar zijn eigen omgangsvorm voor gevonden en loopt weg als dit soort momenten zich aandienen.

Loes is blij dat ze naar YWCC zijn gegaan en niet naar een gewone psycholoog, omdat ze toch het idee had dat hij in een neerwaartse spiraal terecht had kunnen komen. Na zijn terugkeer zat hij even in een dipje omdat hij met een aantal vrienden brak, examen moest doen en opnieuw zijn weg moest vinden. Zijn ouders hebben toen veel met hem ondernomen en hem geactiveerd, waardoor het steeds beter ging. Tijdens zijn vorige opleiding ontmoette hij een vriend die nog wel blowt, maar hij zegt het prima te kunnen *handelen* als hij dat doet. Tijdens YWCC heeft hij ook geleerd en ingezien dat hij een

'redder' is en zijn moeder zag ook dat hij voorheen wat meer vriendinnetjes had die problemen hadden. Hij kon die problemen dichtbij laten komen, maar heeft inmiddels geleerd dat hij dat niet hoeft te doen en dat die problemen niet van hem zijn. Dat gaat hem langzaam goed af, maar hij is nog in een beginstadium. Hij is volgens Loes volwassener geworden, kan beter reflecteren en zien wat hij zelf nodig heeft en wat hij beter niet meer kan doen. Hij zei een keertje na het stappen: "Ik ga niet meer zoveel drinken, je hebt er niks aan en je lacht je suf als je nuchter bent en iedereen zo gek ziet doen."

Bob heeft een stiefzus en een zusje dat 3 jaar jonger is. Loes merkte dat alles wat Bob 'fout' deed, zijn zusje juist goed wilde doen. Ze was braaf, stil en een goede student. Ook was zijn zusje op een gegeven moment heel beschermend richting Bob, omdat ze wist dat wanneer hij met een bepaalde vriend afspraak, hij ging blowen en er thuis weer discussies kwamen. Na YWCC is het voor zijn zusje ook beter geworden in huis en wordt de band tussen haar en Bob en tussen haar en Loes steeds hechter. Op alle fronten normaliseert het zich. De laatste driekwart jaar is het stabiel in het gezin.