

Een roos wil bloeien

*Marije van der Wal / Community Support
In gesprek met Leonie*

Leonie groeit met haar ouders en twee oudere broers op in een klein dorp. In het leven van het gezin neemt de kerk een centrale plaats in. Leonie wordt op school veel geplaagd en heeft weinig vriendinnen. Zij voelt zich in de klas een buitenbeentje. In groep 7 wordt Leonie psychiatrisch onderzocht: zij heeft PDD-NOS. De ouders worden bevestigd in hun zorgen, Leonie in het buitenbeentje zijn. Als puber is haar gedrag opstandig naar haar ouders. Er ontstaan conflicten, waarbij de ouders herhalen dat dit aan Leonie ligt, omdat ze PDD-NOS heeft. Onbedoeld is met de diagnose ook gecommuniceerd dat Leonie een probleem is. De stoornis komt centraal te staan. Wat zullen anderen wel van mij denken, vraagt Leonie zich vaak af. De ouders oefenen druk uit op Leonie om zich zo normaal mogelijk te gedragen. Ze willen niet dat de omgeving merkt dat ze anders is. Leonie voelt zich vooral een probleem. Ze is thuis het onderwerp geworden van sombere gesprekken. Er is geen plaats voor het spontane vrije kind dat vreugdevol de toekomst tegemoet gaat. Er is geen aandacht voor haar talenten.

De kogel door de kerk

Vanuit de kerk heeft Leonie veel sociale contacten en zij ontmoet zo ook haar eerste vriend. Deze vriend wordt door de ouders ingesproken over haar diagnose en hoe hij het beste kan reageren op Leonie. Leonie denkt dat dit zo hoort in een relatie en wordt afhankelijk van hem. De vriend voelt zich steeds meer verantwoordelijk en hij gaat zich als hulpverlener opstellen. Hij gaat mee in het patroon van de ouders. Voor liefde is steeds minder plaats en natuurlijk mislukt deze relatie. Leonie gaat een vervolgopleiding doen. Ze wil de verzorging in, maar de opleiding geeft hierover een negatief advies, omdat het voor iemand met PDD-NOS niet verstandig zou zijn om de zorg in te gaan. Leonie begint zichzelf ook steeds meer als een verliezer te zien. Alle goedbedoelde bemoeienis van anderen zorgt ervoor dat de positieve kern van Leonie buiten beeld raakt. Niemand ziet meer de geweldige jonge vrouw die op zoek is naar een toekomst. Niemand ziet de roos die wil bloeien.

Het netwerk is van de kaart

De ouders en Leonie schakelen hulp in van Community support. De supportmedewerker start met het in kaart brengen van het sociale netwerk. Door middel van het plakken van groene, gele en rode stickers mag Leonie aangeven wie haar een goed gevoel bezorgt (groen), wie haar een rotgevoel (rood) bezorgt en bij wie het gevoel twijfelachtig is (geel). Leonie deelt veel gele stickers uit: aan haar klasgenoten, een paar vrienden en zelfs aan haar moeder.

Een volgende stap is het analyseren van de netwerkkaart. Hierbij maakt de supportmedewerker gebruik van de Interactiewijzer ontwikkeld door R. Verstegen en H.P.B. Lodewijks. De Interactiewijzer laat zien welke gedraging door welk gedrag wordt opgeroepen en hoe gedrag en gedragingen te beïnvloeden zijn. Het brengt interactiepatronen aan het licht. De ervaring wijst uit, dat gedrag bij anderen vaak juist weer die reacties uitlokt, die de moeilijkheden laten voortduren of zelfs verergeren. Het geeft ook aanwijzingen hoe je problematische en vastgeroeste interactiepatronen kunt doorbreken door het aanleren en gebruiken van specifieke interactievaardigheden.

Mijn ik is minder in tel

Bij de analyse van de interacties tussen de ouders en Leonie komt naar voren dat de ouders veelal reageren vanuit Boven-Samen gedrag. Zo uiten de ouders zich bezorgd en hebben per definitie de leiding. De ouders proberen Leonie met argumenten van hun gelijk te overtuigen. Leonie reageert op dit gedrag van haar ouders vaak teruggetrokken en afhankelijk. Soms reageert ze aanvallend. Ze is dan een en al opstandigheid, koppig en heeft een kort lontje. Haar ouders reageren hierop weer met

betuttelend en corrigerend gedrag. De balans in de interacties tussen de ouders en Leonie is meer dan verstoord.

Haar (ex)vriend reageert aanvankelijk afwachtend, luisterend en de ruimte gevend. Dit gedrag wordt Samen-Onder genoemd. Zowel de vriend als Leonie vermijden ruzie, zijn georiënteerd op het belang van de ander en laten het initiatief vaak over aan de ander. Hij is zachtaardig, bescheiden en invoelend. Mede doordat de ouders van Leonie deze vriend vertellen dat Leonie PDD- NOS heeft en dat hij dus beter anders met haar om kan gaan. Juist dat verandert de relatie. Haar (ex)vriend neemt het heft in handen en gaat meer leiden en zorgen. Hij vertoont nu ook het Boven-gedrag. Hij begint het gedrag van de ouders over te nemen. Leonie is dit soort interacties gewend is en stelt zich gemakkelijk afhankelijk op. Net als bij haar ouders gaat Leonie zich tegen haar vriend afzetten. Dat is het vertonen van Tegen-gedrag.

Ook op school ligt de nadruk op de beperkingen van Leonie. Het geeft Leonie weer dat het gevoel van anders zijn. Het bevestigt haar onzekerheid en negatieve zelfbeeld. Ziet niemand de roos die wil bloeien, maar alleen de doornen waaraan de buitenstaander zich bezeert?

De waarde gebiedt mij

Een belangrijk uitgangspunt van Community Support is het vinden van aansluiting bij de wensen en hulpvragen van de cliënt. De CS-medewerker loopt samen met Leonie 10 waardegebieden door. Waardegebieden zijn kompaspunten die richting geven aan je leven. Door met Leonie in dialoog te gaan, kan zij aangeven wat voor haar belangrijke waardegebieden zijn. Samengevat komt het volgende naar voren:

- Leonie wil graag een betaalde baan in de verzorging
- Leonie wil opleiding niveau 3 halen
- Leonie wil graag op zichzelf wonen
- Leonie wil graag een vaste vriend, nu haar vorige relatie is stuk gelopen
- Leonie wil over zichzelf kunnen denken als een leuke jonge vrouw
- Leonie wil zichzelf niet zien als een diagnose.

Vanuit deze waardegebieden zijn samen met Leonie hoofddoelen opgesteld. Deze zijn geformuleerd in een ondersteunings- en participatieplan. Enkele doelen uit het plan zijn:

- Ik wil sociale vaardigheden leren, zodat ik met anderen op allerlei manieren kan omgaan, zonder steeds in hetzelfde patroon terug te vallen.
- Ik wil weer positief kunnen denken over mezelf en mezelf niet in de eerste plaats als een diagnose zien
- Ik wil mensen om mij heen die me bevestigen in mijn talenten en mogelijkheden
- Ik wil mensen om mij heen met wie ik mij verbonden voel
- Ik wil mensen om mij heen die de roos zien en niet de doornen.

Roosje in de knop

Het zelfbeeld is niet aangeboren, maar aangeleerd. Wat belangrijke mensen in de omgeving van een kind vinden, bepaalt in grote mate hoe het kind over zichzelf gaat denken. Dat proces beïnvloedt hoe het kind zich gaat voelen en hoe het zich later zal gedragen.

Leonie heeft in de loop der jaren een negatief zelfbeeld ontwikkeld, waarin zij gelooft en waarnaar zij zich gedraagt. Piekeren over problemen, ergernissen, gevoelens van onmacht en onrecht. Deze negatieve gedachten geven haar een onzeker en machteloos gevoel. Dit leidt weer tot afhankelijk of juist opstandig gedrag.

Om hier inzicht en verandering in te kunnen aanbrengen, maakt de CS-medewerker gebruik van het G-krachten schema. Leonie houdt in een dagboek bij wat zij meemaakt. Zij maakt daarbij onderscheid tussen de

- Gebeurtenis
- Gedachten over die Gebeurtenis
- Gevoelens die daar een gevolg van zijn
- Gedrag dat daar aan gekoppeld is.

Gebeurtenissen die niet goed verlopen of juist wel, worden in het dagboek bijgehouden. Hierbij is specifieke aandacht voor de gedachten die aan de situaties gekoppeld zijn. Leonie ziet in, dat zij erg negatief denkt over zichzelf en dat zij door de negatieve gedachten ook negatief gevoel en gedrag

vertoont. Leonie leert haar gedachten te relativieren en heeft daardoor meer controle over haar gevoel en gedrag. Wekelijks spreekt de CS-medewerker deze situaties met Leonie door. Ook in de steungroep is er aandacht voor. Haar zelfbeeld verandert langzaam maar zeker in die van een bloeiende roos.

Licht in de duisternis

Na het analyseren van het sociale netwerk, de waardegebieden en het opstellen van het ondersteunings- en participatieplan kiest Leonie de mensen die zij in haar steungroep wil hebben. In een steungroep werken professionals en vrijwilligers samen om de gezamenlijk opgestelde doelen te realiseren. Uitgangspunt van een steungroep is, dat het gaat om de doelen van de hulpvrager, dat het plan gevolgd wordt en er alleen overleg is in aanwezigheid van de hulpvrager. De focus ligt op wat goed gaat.

Van de leden wordt verwacht dat ze positief betrokken zijn, van woorden daden maken, rolmodel zijn en meehelpen in het realiseren van de gestelde doelen. Mede daarom heeft Leonie drie vriendinnen in de steungroep gevraagd. De steungroep kiest als motto: "Leonie ziet een rooskleurige toekomst". De steungroep komt één keer per maand bij elkaar. De CS-medewerker legt in de steungroep uit, dat Leonie weliswaar een diagnose heeft, maar geen diagnose is. Leonie heeft net als iedereen een gebruiksaanwijzing. De steungroepleden helpen Leonie al flink op weg door over hun eigen gebruiksaanwijzing te vertellen. De steungroep is voor Leonie een veilige basis. Door met elkaar allerlei dagelijkse situaties te bespreken en ervaringen uit te wisselen, krijgt Leonie inzicht in diverse sociale situaties. Haar vriendinnen geven haar het gevoel van gelijkwaardigheid en het gevoel van verbondenheid neemt als vanzelf toe.

Wie zag waar een roosje staan?

Leonie behaalt het diploma verzorging niveau 3. Leonie zit nog in een fase, waarin zij nog niet voldoende in zichzelf en in haar eigen mogelijkheden gelooft om in het vrije bedrijf te werken. Zij vraagt een WA-jong uitkering aan. Deze wordt afgewezen. De functionaris van het UWV is van mening dat Leonie nooit in de zorg zou kunnen werken. Zij moet maar een baan zoeken in de productie.

Leonie is teleurgesteld. Zij heeft het gevoel weer een nederlaag te lijden, maar laat het er niet bij zitten. Zij heeft inmiddels geleerd om op te komen voor haar zelf en haar grenzen aan te geven. Zij gaat fanatiek solliciteren en met de hulp van de CS-medewerker oefent zij sollicitatiegesprekken. Als zij wordt uitgenodigd voor een gesprek, besluit zij om haar diagnose PDD-NOS niet te noemen. Zij wil als Leonie beoordeeld worden. Zij wordt aangenomen voor 28 uur.

Leonie is trots en het werken gaat haar goed af. Zij heeft geleerd om overzicht te houden en structuur aan te brengen. De CS-medewerker blijft haar ondersteunen bij het kiezen van de juiste interactievaardigheden. Binnen een half jaar ontvangt Leonie een vast contract. Inmiddels weet haar werkgever wel dat zij PDD-NOS heeft, maar Leonie wordt daar niet op beoordeeld.

Langzaam aan krijgt de roos de voeding die nodig is om op te bloeien. Leonie kan deze verandering bijna nog niet geloven. Zij blijft wankel in haar gedrag, omdat het denken vanuit de problematiek er zo ingesleten is.

De knop komt uit

Leonie is ondertussen op zichzelf gaan wonen. De ouders hebben leren zien dat hun dochter zelfstandiger en weerbaarder is geworden. Hierdoor kunnen zij hun overbezorgdheid loslaten. Leonie en haar vorige vriend hebben al eerder afscheid van elkaar genomen. De liefde hield niet langer stand. Het is een heftige periode geweest voor Leonie, omdat haar veilige basis ineens was weggevalen. Zij zag ineens wat een ongezonde verstandhouding het was geworden.

Via internet dating heeft Leonie een nieuwe vriend ontmoet. Een man die geen vooroordelen heeft. Leonie heeft pas later verteld dat ze PDD-NOS heeft. Haar vriend wordt er niet anders van. Je bent wie je bent en iedereen heeft een "gebruiksaanwijzing" is zijn opvatting. Leonie voelt zich erbij horen en ontwikkelt zich tot een prachtige roos. Volgende zomer zullen de rozenblaadjes over haar en haar vriend heen gestrooid worden als ze trouwen. Haar sociale netwerk heeft nu voornamelijk groene stickers. De sociale contacten geven haar een goed gevoel, ze voelt zich verbonden.

Marije van der Wal mede-oprichtster van OTwee, een organisatie de zorg verleent aan mensen met een beperking in horen én zien. De naam Leonie wordt gebruikt omdat de echte cliënte anoniem wil blijven. Omdat Leonie staat voor sterk en dapper.