



Praktijk voor sociaal pedagogische hulpverlening en persoonlijkheidsontwikkeling

Woudrichem, -7-11-2004

Aan Sonja Nijon, Jonneke Ravenhorst, Marring van der Werf, Marcia Kroes
en andere betrokkenen.

Beste mensen,

Nogmaals betuig ik mijn dank dat ik zonder betaling mocht deelnemen aan het congres, “Een mespunt Compassie”, landelijk congres over zelfbeschadiging, Amsterdam, 2 nov.2004. Zoals toegezegd, lever ik bij deze mijn verslag van deelsessie 3, over lotgenotencontact.

De bijeenkomst stond in het teken van lotgenotencontact en werd geleid door de ervaringsdeskundigen Jonneke Ravenhorst en Marring van der Werf.

De circa 25 deelnemers waren nog onder de indruk van de indrukwekkende film “Onderhuids” die ze in de ochtend gezien hadden. Ze hadden zich opgesteld voor de indrukwekkende verhalen van de sprekers en hadden nog nauwelijks hun ervaringen met hun eerste deelsessie verwerkt.

Uit het korte kennismakingronde bleek dat de deelnemers uit alle hoeken van het land kwamen. Onder hen was een filosoof die actief is in de cliëntenbelangenbehartiging, contactfunctionarissen op het voortgezet onderwijs, hulpverleners uit de geestelijke gezondheidszorg en lotgenoten die bekend zijn met zelfbeschadiging. Allen stelden zich naar verwachting op als krachtige “bondgenoten”.

Jonneke en Marring leidden de bijeenkomst op goede manier waarbij al spoedig een veilige sfeer ontstond, waarin vrijwel alles gezegd kon worden. Ze lieten geduldig iedereen aan het woord die zinvolle vragen stelden of bijdragen dachten te kunnen leveren. Ze waren assertief genoeg om uitwijdingen op diplomatieke wijze te beperken en doeltreffend genoeg om de rode draad te blijven vasthouden en de goede sfeer in stand te houden.

Jonneke en Marring hebben zich op een indrukwekkende manier op eigen kracht uit de diepste ellende en eenzaamheid opgewerkt. Vanuit een langdurige periode waarin zelfbeschadiging voor hen noodzakelijk was om hun leed te kunnen hanteren bereikten zij hun huidige omstandigheden waarin zij deze eigenschap niet meer nodig hebben. Zij hebben hun ervaringsdeskundigheid aangevuld met erkende deskundigheden. Beide kwaliteiten zetten zij in bij de organisatie en uitbouw van het lotgenotencontact middels de “Steungroep Zelfbeschadiging”, onderdeel van de “Stichting wegwijs”. Beide organisaties zijn vanuit en door cliënten vormgegeven. De steungroep heeft niet de intentie zelf therapeutisch bezig te zijn. Ze maken een duidelijk onderscheid tussen steun bieden en hulpverlening dat elders dient te

gebeuren, door hulpverleners die inlevingsvermogen kunnen opbrengen. Wel hebben zij een vraagbaak opgezet en organiseren zij telefoonkringen en ontmoetingsgroepen. Ze weten dat ze voorzien in een grote behoefte aan onderling contact. Daarmee wordt eenzaamheid opgeheven, begrip geboden en uitwisseling van ervaringen en gevoelens van schaamte en onmacht uit te wisselen. Dat wordt door de cliënten als ongelooflijk belangrijk ervaren.

Hun ervaring is, dat het een veilig gevoel geeft wanneer de groepen uitsluitend uit vrouwen bestaan. Als er voldoende mannelijke cliënten gevonden worden zullen ook zij contactgroepen kunnen vormen. Ook kunnen zij onderling ervaringen uitwisselen met hulpverleningsmethoden en hulpverleners die goed, of juist slecht gewerkt hebben.

Die hulpverleners dienen zich niet domweg te richten op het ogenblikkelijk afstoppen van zelfbeschadigend gedrag. Nog erger is het, wanneer zij dwingend bezig zijn met regels, contracten en uitsluiting bij "in gebreke blijven". De lotgenoten zijn het er met elkaar over eens dat er wezenlijk contact en compassie met de cliënt nodig is bij hulpverleners. Cliënten hebben het nodig dat er echte belangstelling voor hen is, er echt wordt stilgestaan bij hen, dat er aandacht is voor hun eenzaamheid, onmacht en dat er samen gezocht wordt naar oorzaken en omstandigheden. Ze wensen ook dat er voldoende aandacht is, ook voor de verwondingen en verzorging daarvan. Er moet gewerkt worden aan de trauma's en niet aan de symptomen ervan. Jonneke en Marris waren ervan overtuigd dat deze hulpverleningsvoorwaarden belangrijker zijn, dan het geslacht van de hulpverlener.

Er wordt wel eens beweerd dat onderlinge contacten tussen lotgenoten de frequentie en ernst van zelfverwonding kan laten toenemen. Ook bepaald soort films en kunnen dat effect oproepen. Vooral onder de jeugd blijken deze gevaren te bestaan. Op schoolpleinen blijken op dat vlak ernstige gebeurtenissen te kunnen afspelen. Maar de hoofdconclusie is dat zelfbeschadiging wellicht niet vaker voorkomt dan vroeger, maar wel gemakkelijker aan het licht komt. Het gedrag komt langzaam uit het verborgene aan de oppervlakte. Het is vrijwel zeker dat mensen die zich laten verleiden topt zelfbeschadiging tevoren ook al niet lekker in hun vel zaten. Het is niet denkbeeldig dat zal blijken dat uiteindelijk ook het percentage jongens die aan zelfbeschadiging doet groter zal blijken te zijn dan eerder gedacht. Het gevaar is wel degelijk aanwezig, dat mensen die met zelfbeschadigend gedrag beginnen ervaren dat het helpt. Het geeft inderdaad een reductie van ondraaglijke spanning of schuldgevoel of kan inderdaad eindelijk een gevoelservaring terugbrengen. Daarmee is de verleiding groot er mee door te gaan en is ermee stoppen wel moeilijker. Het is goed dat zelfbeschadiging meer zichtbaar en bespreekbaar wordt, want daarmee nemen de kansen op goede hulpverlening sterk toe. Het is nodig dat op zo vroeg mogelijke leeftijd goede hulpverlening op gang komt om het welzijn tot stand te brengen en zoveel mogelijk blijvend letsel te voorkomen. Dit laatste is dan niet het doel op zichzelf, maar wel een prettige bijkomstigheid.

Voor inlichtingen: Bel 0183-302931, of mobiel: 06-28471993, j.a.m.korthout@planet.nl

Vraag de gratis folder aan of kijk op de website www.korthouthulp.nl



NEDERLANDSE VERENIGING VAN
SOCIAAL PEDAGOGISCHE HULPVERLENERS

www.nvsph.nl



www.brva.nl

