

Verslaving is een familieziekte



FOTO PATRICK VAN GEMERT/ZUTPHENS PERS

Omgeving cruciaal: voor eigen herstel maar ook voor herstel verslaving

Van WALTHER TIBOSCH

Op 20 februari hield Loek Kessels, bekend als Lieve Mona uit de Story, in deze krant een warm en persoonlijk pleidooi voor meer hulp aan naasten van mensen met verslavingsproblemen. Als dochter van een alcoholverslaafde moeder, maar ook in haar functie als Lieve Mona waarbij ze veel schrijvende brieven kreeg van partners en kinderen van verslaafde mensen, kent ze als geen ander het verwoestende effect van een verslaving op de naasten.

Bij Novadic-Kentron onderschrijven we haar boodschap volledig. Het netwerk van mensen met een verslaving verdient aandacht en steun. In de eerste plaats raakt een (ernstige) verslaving het hele gezin. De naaste heeft zelf ook hulp nodig om de negatieve gevolgen hiervan te boven te komen en ernstige psychische klachten te voorkomen. Maar daarnaast is het betrekken en steunen van de omgeving ook cruciaal voor het herstel van de verslaving. In de omgeving van personen met een (ernstige) verslaving is de communicatie vaak verziekt. Naasten zijn overbelast, zijn het vertrouwen kwijt en reageren soms te beschermend of juist cynisch en boos, wat weer reacties oproept bij de ander. De verslaafde en de naasten houden elkaar zo gevangen in een destructief patroon. Voor herstel van de verslaving – zowel bij de persoon met de verslaving zelf als bij de naasten – is het belangrijk dat de focus weer komt te liggen op het opbouwen van vertrouwen, op het belonen van goede en gezonde keuzes en op positieve communicatie.

Van een negatieve naar een positieve spiraal

Dat kunnen naasten vaak niet alleen. Daarom betrekken we binnen Novadic-Kentron bij de behandeling zo mogelijk ook de omgeving – het 'systeem' – van de cliënt. Ouders en partners hebben meestal veel behoefte om, naast erkenning van hun eigen ervaringen, ook concrete en effectieve handvatten te krijgen om op een andere manier om te gaan met de verslavingsproblemen. Onze behandelaars helpen daarbij. Soms kan het helpen om de focus eerst op iets anders te leggen. Betrek de partner, ouder of jongere bijvoorbeeld weer bij huishoudelijke taken, en beloon het goede gedrag. Geef complimenten voor kleine dingen, zoals een jongere die weer aan tafel mee-eet.

Dat soort kleine stappen kunnen bijdragen aan een andere sfeer. Samen werken we weer aan het vertrouwen, positieve communi-

catie en omgaan met 'uitglijders' en het onvermijdelijke proces van vallen en opstaan. Daardoor krijgt de naaste weer meer grip op de situatie en wordt het herstel bevorderd, zodat de negatieve spiraal wordt omgebogen naar een positieve.

Steun voor naasten binnen Novadic-Kentron

Naast het betrekken van naasten bij de behandeling, biedt Novadic-Kentron verschillende vormen van steun aan naasten zelf. Zo hebben we een online behandelmodule voor naasten van (ingeschreven) cliënten. In Eindhoven geven we bijeenkomsten voor naasten.

Hoewel de nadruk hier ligt op vragen over de behandeling, geven we ook informatie over hulp voor de omgeving. Ook onze ervaringsdeskundigen hebben veel aandacht voor familie, vrienden, kinderen en partners: zo zijn er in Roosendaal ervarings/ coachingsgroepen voor (en door) naasten gestart, die binnenkort ook op andere locaties worden aangeboden.

Uiteraard hebben we aandacht voor kinderen van ouders met een verslaving: binnen Novadic-Kentron zijn er aandachtsfunctionarissen voor deze kwetsbare groep en onze preventiewerkers organiseren (in samenwerking met andere organisaties) in heel Brabant praat- en doegroepen voor kinderen van ouders met verslavings- of psychische problemen. De afdelingen Preventie en Advies en Informatie bieden bovendien verschillende vormen van steun en advies aan ouders en naasten, waaronder voorlichting over verslaving, systeemondersteuning, motiveren tot behandeling en opvoedingstips.

Onze Cliëntenraad had altijd al aandacht voor naasten, maar om nog specifiekere oog te hebben voor deze groep, vindt binnenkort de startbijeenkomst plaats van de Naastbetrokkenenraad NK.

Bezuinigingen ook hier effect: meer hulp nodig

Een uitstekende methode om zowel naasten als via hen ook mensen met een verslaving handvatten te bieden, is de CRAFT-methode (Community Reinforcement Approach Family Training). De CRAFT-methode is ook beschikbaar voor groepen van naasten. Hiermee ondersteun je naasten via lotgenotencontact en voorkom je veel psychisch leed – en dus uiteindelijk ook be-

handeling van burn-out en andere psychische klachten - maar ook draagt het eraan bij dat de verslaafde persoon richting behandeling wordt geleid. We zijn wel bezig om een online module gebaseerd op CRAFT te ontwikkelen, maar training in groepen voegt veel toe. Helaas zijn juist veel initiatieven voor de omgeving wegbezuinigd en moeten we samen met de gemeenten kijken hoe we daar een nieuwe vorm voor kunnen vinden.

Dus Novadic-Kentron biedt ook naasten Nieuwe Kansen, maar er is zeker behoefte aan middelen om nog betere zorg te ontwikkelen. Verslaving is een familieziekte en voor succesvol herstel is dan ook aandacht en zorg voor de familie nodig. We nodigen naasten van harte uit om contact met ons op te nemen. Blijf niet met je problemen rondlopen, maar bel ons voor tips, advies of informatie over hulp voor naasten!

Walther Tibosch is bestuurder bij Novadic-Kentron (NK) in Vught. NK biedt verslavingszorg en verslavingskunde in Brabant.
