

In gesprek met psychose Jules Tielens

Nieuwe standaard voor hulpverlener en familie

Werkelijke interesse in de ander, een open deur, maar zelden standaard

Het grote obstakel bij mensen met psychosen is hun gebrek aan ziektebesef. Psychothische mensen zien hun wanen en hallucinaties als waarheid, voelen zich niet ziek en al helemaal geen patiënt. Hoe kun je als hulpverlener en naaste de patiënt toch zover krijgen dat deze gemotiveerd raakt om zich te laten behandelen? Hoe praat je met mensen in een psychose?

Door 'verbindende gesprekstechniek', de door psychiater Jules Tielens zo genoemde set aan regels en voorwaarden voor een gesprek met de patiënt, waarbij contact, verbinding en interesse in de patiënt voorop staan. In zijn boek zet Tielens de techniek nauwkeurig uiteen.



In gesprek met psychose - Jules Tielens
Verbindende gesprekstechniek: praktische handleiding om in contact te komen en te blijven met psychotische mensen.

Uitgever: De Tijdstroom
ISBN 9789058982179
Prijs: € 25,-

www.ypsilon.org

Tielens deelt zijn boek 'In gesprek met psychose' in twee delen in. In het eerste deel beschrijft hij de uitgangspunten voor verbindende gesprekstechniek, in het tweede deel de concrete stappen die bij zo'n gesprek gezet moeten worden. Belangrijk voor een goed gesprek is werkelijke interesse in de ander. Dat geldt voor iedere situatie en lijkt een open deur. Toch is dit in de psychiatrie bijna nooit de standaard.

De psychotische patiënt heeft wanen, leeft niet in onze werkelijkheid, en heeft geen ziektebesef, dus kan hij ook geen juiste beslissing nemen over zijn gezondheid. Maar over de patiënt heen praten en onder dwang medicijnen toedienen, hebben vaak een averechts effect: iemand met wanen en paranoia zal zijn angsten bevestigd zien. Tielens betoogt op heldere wijze in welke gevallen en op welke manieren een patiënt zelf betrokken kan worden bij zijn eigen behandeling. Door oprecht te luisteren naar de patiënt en zo veel mogelijk mee te gaan in zijn wensen, bereikt hij dat de patiënt gemotiveerd raakt om zijn situatie te verbeteren.

Wie het vertrouwen wint van de patiënt, weet zich verzekerd van een goede basis waarop de verdere behandeling kan worden voortgebouwd.

Vertrouwen

In deel twee neemt Tielens de stappen door op basis waarvan een verbindend gesprek kan plaatsvinden. Een belangrijk punt dat Tielens steevast aanhaalt is dat een hulpverlener of familielid niets te willen heeft als er geen acuut gevaar dreigt. Je moet als hulpverlener je agenda thuis laten en de patiënt zijn gang laten gaan. Doe je dat niet, dan zal er geen vertrouwen ontstaan. Hij stelt dat mensen die geen ziektebesef hebben, dat ook niet zullen krijgen als je hen ervan wilt overtuigen. Probeer dat dus ook niet. Het is zinloos en schadelijk voor de vertrouwensband.

Wat je wel kan en moet doen: luister goed, toon empathie en stel samen met de patiënt een plan op om het lijden te bestrijden. Kijk niet naar de ziekte, maar naar de symptomen en probeer die samen te verhelpen.

Al met al komt het er in Tielens' boek op neer dat wie wil praten met mensen in een psychose niet moet betuttelen, niet overhaast oordelen en goed moet luisteren naar wat er aan de hand is, waar de patiënt behoefte aan heeft en wat er in samenspraak voor hem gedaan kan worden.

Als dit onmogelijk is en een gedwongen opname noodzakelijk, kan door middel van duidelijke communicatie naar de patiënt toe, ook veel worden bereikt. Een patiënt kan dan weliswaar niet zelf over zijn behandeling beslissen, maar weet wel waar hij aan toe is. Door goed uit te leggen wat er gaat gebeuren en door regelmatig contact te houden, verminderen angst en verwijten achteraf en kan een patiënt beter begrijpen waarom dwangopname nodig is.

Spreektaal

Tielens boek heeft een kek, rood uiterlijk, oogt speels en niet als een streng psychiatisch handboek. Inhoudelijk klopt dat ook: Tielens hanteert een luchtige toon voor een zwaar onderwerp. Hij schrijft duidelijk, in spreektaal en in de geest van

zijn eigen regels: niet betuttelend maar open en eerlijk. Dat het boek is opgedeeld in korte hoofdstukken, komt de leesbaarheid eveneens ten goede. De illustraties vind ik niets bijdragen aan Tielens' uitzetting en soms zijn ze ronduit flauw.

Ik vraag mij af in hoeverre ik als familielid baat kan hebben bij de verbindende gesprekstechniek. Ik vind het moeilijk om 'niets te willen' te hebben. Hoe laat ik mijn gevoelens achterwege als mijn familielid weigert medicatie te nemen of zich te laten behandelen? De voortdurende spanning trekt een grote wissel op het leven van de naasten. Is het wel reëel om te verwachten dat familieleden zich op de achtergrond houden? Hoe goed en logisch het ook klinkt, ik weet uit eigen ervaring dat je alleen maar zo snel mogelijk een oplossing wilt. Familieleden hebben immers nog lange tijd veel puin te ruimen en hulp te bieden, alvorens ze toekomen aan rust en verwerking.

Optimisme

Nog een punt van scepsis: in hoeverre is het realistisch wat Tielens betoegt?

Hij komt op mij over als een zeer bekwaam psychiater die begaan is met zijn patiënten en zeer benaderbaar. Hij houdt contact en blijft hen volgen. Is het voor zo'n psychiater niet heel erg logisch om uit te komen op de verbindende gesprekstechniek? En is het niet te optimistisch om dat ook van anderen te verwachten? Er zijn ook psychiaters die zich maar zelden laten zien en zich door verpleegkundigen op de hoogte laten stellen van de toestand en medicijngebruik van hun patiënten. En ook de ambulante hulpverleners zijn soms moeilijk te overtuigen tot ingrijpen, houden onvoldoende contact of nemen klachten niet serieus.

Verbindende gesprekstechniek is mooi. Laten we hopen dat Tielens' boek en methode de dagelijkse praktijk in de psychiatrie veranderen en verbeteren. Dat er meer betrokken en luisterende psychiaters en hulpverleners komen. 'In gesprek met psychose' zou een standaardwerk moeten worden in de opleiding tot psychiater.

Merel van den Meerendonk

100%

Op de kanariegele sticker op het boek staat: '100% praktijk'. Dat is honderd procent waar volgens Rita Loholter: 'Het boek geeft tips, herkenning en laat mij alles wat gebeurd is in een ander licht zien. Een aanrader.'

In de trein terug overdenk ik mijn bezoek aan mijn zoon vandaag. Hadden we contact? Was ik er echt voor hem? Tijdens zijn psychosen, lang geleden, sprak ik met mijn zoon vooral over praktische zaken (eten, financiën, medicatie, hygiëne), over hoe te overleven. We begrepen allebei niet wat er aan de hand was. Ik vond het moeilijk en beangstigend. Inmiddels ben ik een door de wol geleverde Ypsilonmoeder en zou ik, geholpen door het

boek, ook mét psychose met mijn zoon in gesprek gaan. Ik heb het geleerd!

'Eigenlijk hoeft je als hulpverlener voor psychotische mensen maar aan drie voorwaarden te voldoen: je moet bereikbaar zijn, alles kunnen en aan meer dingen tegelijk werken. Valt reuze mee toch?', meent de auteur op pagina 61. Tielens maakt met praktische voorbeelden duidelijk hoe je je eigen interpretaties en vooringenomenheid achterwege kunt laten en vertelt hoe het wel moet. 'Gelijk hebben is niet relevant' is een uitspraak die veel Ypsilonners zullen bevestigen.

Rita Loholter