

Nevenschade lockdown



Orthopedagoog Maaïke Godfriedt en relatie- en gezinstherapeut Jolanda van Tatenhove van de Opvoedpoli.

Foto's Harry Cock / de Volkskrant

REPORTAGE PSYCHISCHE PROBLEMDOOR CORONAMAATREGELEN

‘De beste oplossing, niet de leukste’

De 17-jarige Jay en zijn moeder wonen tijdelijk niet meer bij de rest van het gezin. Het ging thuis niet meer, mede doordat Jay geen stoom meer kan afblazen op school. De Opvoedpoli ziet veel gezinnen vastlopen en helpt jongeren én hun ouders.

Nick de Jager
Hoorn

Tot drie weken geleden leefde Jay (niet zijn echte naam) met zijn ouders en drie broers. Nu woont hij alleen met zijn moeder. Samenkomen met zijn zessen ziet hij op dit moment niet voor zich. ‘Ik zal dan eersteklas geïrriteerd raken.’

Jay (17) is ad rem, ‘zelf-reflectief’ en denkt constructief mee over oplossingen. Als zijn therapeuten zeggen dat twee dagen naar school gaan een prestatie is voor iemand met zijn achtergrond, vindt hij het zelf eigenlijk te weinig.

Tegelijkertijd heeft Jay een ultrakorte concentratieboog en is hij licht ontvlambaar. Dat heeft in zijn gezin geregeld tot ‘discussietjes’ geleid – niet voor niets krijgen zijn ouders en Jay al langer professionele hulp. Maar waar hij vroeger stoom kon afblazen met zijn vrienden, in het vrije, geliefde en grote ‘buiten’, zit hij nu door ‘de overheid’ vast in zijn eigen huis. Zo voelt dat tenminste.

Relatie- en gezinstherapeut Jolanda van Tatenhove en orthopedagoog-generalist Maaïke Godfriedt werken in de Hoornse vestiging van de Opvoedpoli, die specialistische jeugdhulp aanbiedt. Zij hopen te voorkomen dat jon-

geren zoals Jay naar een gesloten instelling gestuurd worden, als er nog ‘mogelijkheden zijn waarvan wij denken dat die meer helpen’, aldus Godfriedt, zoals het betrekken van de ouders bij de behandeling.

Van Tatenhove: ‘Bij jongeren, zeker zestien plus, zijn ouders vaak minder betrokken bij hulpverlening.’ Bij de Opvoedpoli volgt de jongere een individueel traject, maar neemt hij of zij ook deel aan sessies met de andere gezinsleden erbij. De Opvoedpoli maakt zich zorgen over de impact van de coronamaatregelen. Steeds meer gezinnen die de instantie behandelt, hebben het kookpunt bereikt. De gevolgen kunnen schrijnend zijn.

In het gezin van Jay begint het met ruzies over kleine dingetjes, zoals een jas die op de grond ligt. Dan vindt zijn oudere broer dat hij die moet ophangen. Dan vraagt Jay waar hij zich in hemelsnaam mee bemoeit. Dan reageert de broer daar weer op, enzovoort, tot de twee kempansen zo heetgebakerd zijn dat alweer een volgend incident is uitgelokt.

Woede-explosie

Normaal had Jay op zulke momenten een woede-explosie kunnen voorkomen door ‘zichzelf even af te zonderen’, weet hij zeker. Dan was hij met

vrienden gaan ‘klooien’ op straat. Maar: ‘Wat kun je nu nog met vrienden doen?’, vraagt Jay retorisch aan de therapeuten. ‘Niets!’

Dus wordt de sfeer in huis grimmer. De gezinsleden krijgen het te pas en te onpas met elkaar aan de stok. Uiteindelijk kan Jay het niet meer aan. Hij vlucht en is een paar uur van de aardbodem verdwenen. Eenmaal weer in het zicht wil hij het liefst in zijn eentje naar een ‘hutje op de hei’ om ‘tot rust

Scholen dicht en thuiswerkende ouders: een soms giftige mix die de familieharmonie op de proef kan stellen

te komen’. Niet heel realistisch, maar zo door kan ook niet. Een gesloten instelling ziet niemand zitten. De ouders komen na de gesprekken met de Opvoedpoli tot een ingrijpend voorstel: moeder verhuist tijdelijk met Jay mee naar een nieuwe plek; vader blijft met de drie broers achter.

Het ‘is de beste, maar niet de leukste’ keuze, reflecteert Jay’s moeder in het ge-

sprek op de eerste drie gescheiden weken. Vader is ‘eenzaam’ zonder zijn vrouw en kijkt met mededogen naar een van Jay’s jongere broertjes, die ‘het heel rot vindt dat mama hier niet woont’. Jay: ‘Om de meest nutteloze dingen belt hij.’ Het is ‘vreselijk’ en ‘niet leuk’, zegt Jay, maar de belangrijkste vraag beantwoordt hij positief: ‘Ja, ik heb wel meer rust nu ik weg ben.’

Sociaal netwerk

Normaal werkt het sociale netwerk van jongeren als buffer, zegt klinisch psycholoog Mustafa Uriakhel van de Opvoedpoli. Maar nu kunnen ze niet afspreken met vrienden, zijn middelbare scholen dicht en werken ouders ook nog eens thuis. Menig, ook niet-kwetsbaar gezin zal onderschrijven: dat is een giftige mix, die de familieharmonie flink op de proef kan stellen. ‘Op het moment dat de spanning toeneemt, kan het twee kanten op’, zegt Uriakhel. ‘Of jongeren trekken naar binnen toe en worden somberder, eenzamer. Of er ontstaan ruzies, escalaties en soms agressie.’

Natuurlijk is het onmogelijk om te beoordelen hoe het Jay was vergaan zonder de coronarestricties. Maar de zorgen over jongerenwelzijn worden breed gedeeld in de jeugdpsychiatrie. In een onderzoek van zorgplatform

OpenUp zei 70 procent van de onder-vraagde jongeren zich somber te voelen: niet eens door de avondklok, vooral door de beperking van sociale mogelijkheden. En voor ouders is het net zo goed een lastige periode, nu ze volgens Uriakhel ‘dubbele rollen’ hebben.

De klinisch psycholoog tipt ouders alert te zijn op vroege signalen. Let op gedragswijzigingen bij het kind en ga het gesprek aan. ‘Met praten kun je veel voorkomen. En vertel dan ook wat deze periode met jou als ouder doet. Dat ook jij gespannen bent.’

Hoewel een reünie nog ver weg lijkt, is therapeut Van Tatenhove hoopvol dat Jay, zijn ouders en zijn broers eens weer bij elkaar zullen wonen. Ze zag het aan de ‘sprankeling in de ogen van de ouders’, nadat was voorkomen dat Jay naar een gesloten instelling moest. Maar het wordt een hobbelige weg, met veel obstakels. Met zijn broers heeft Jay sinds zijn vertrek geen contact meer gehad. Op twee momentjes na.

Eén keer ontmoette hij zijn oudere broer. ‘Dat ging meteen hard tegen hard’, zucht de vader. ‘Ze snappen elkaar gewoon niet.’

Ook zijn andere broer zocht een keer contact. Hij stuurde een kerstkaart, waarin hij liet weten dat hij aan zijn broer dacht. Jay: ‘Dat is wel iets waarvan ik denk: hé, wat leuk.’