

Psychiatrie vandaag:

Samenleven in een dragende gemeenschap werkt helend

Soteria is Grieks voor verlossing, redding, bescherming. Een Soteriahuis is een gewoon huis in het dorp of de stad waar een kleine groep van maximaal 8 jongvolwassenen die een psychotische crisis doormaken, samenleven. Er heerst een aangename, huiselijke sfeer in een veilige en rustgevende omgeving met de aanwezigheid – ook tijdens de nacht – van twee teamleden. Bewoners en teamleden dragen samen verantwoordelijkheid voor het reilen en zeilen van het huis. Ze nemen samen alle aspecten van het dagelijks leven op zich.

EEN WAARDEVOLLE AANVULLING BINNEN EEN DIVERS ZORGLANDSCHAP

Helaas, er zijn nog geen Soteriahuizen in Vlaanderen. De behoefte aan dergelijke initiatieven is er wel. De aanpak in een psychiatrisch ziekenhuis is niet op maat van iedere individuele vraag. Ook met de afdelingen 'psychose-zorg' komt men niet tegemoet aan de vraag naar een grotere diversiteit in het zorglandschap. Een opname gebeurt vaak in volle crisis en gaat soms gepaard met dwangmaatregelen. Voor de

persoon zelf, maar ook voor zijn of haar familie, is dat een traumatisch gebeuren. De breuk met het gewone leven, het terechtkomen in een bevreemde omgeving en het bijbehorend stigma worden door de persoon en diens familie als zeer ingrijpend ervaren. De crisisafdelingen voor 24 tot 32 personen zijn te groot en te druk waardoor de persoon niet de rust vindt die hij nodig heeft. Voor jonge mensen versterkt een opname in een onnatuurlijke omgeving, hoe

menselijk en laagdrempelig die ook wordt georganiseerd, de emotionele ontredde en de vervreemding van de psychotische ervaring. De huidige behandelingen zijn nog steeds biologisch-medisch gefundeerd, gericht op symptoomreductie, terwijl voor de wetenschap de inzichten over psychose nog niet zo duidelijk zijn.

Hoewel mobiele teams geleid hebben tot een grotere tevredenheid bij personen met een psychotische kwetsbaarheid en hun familieleden, ontstaat er een probleem wanneer zo'n mobiele interventie onvoldoende blijkt. Op dat moment blijft het enige alternatief meestal een opname. Men botst dan opnieuw op de nadelen verbonden aan een hospitalisatie.

Werkgroep Soteria op bezoek bij El Camino. Foto: Stefaan Huyghebaert



Een Soteriahuis kan voor de opvang van een acute psychotische episode een zinvol alternatief zijn. Gezien de huidige evolutie in de geestelijke gezondheidszorg, met nadruk op vermaatschappelijking van zorg en het belang van persoonlijk herstel, kunnen uit de Soteriabenadering ook elementen worden overgenomen. Dit kan zowel de ambulante als de residentiële behandeling van een psychotische episode en ook andere kwetsbaarheden ten goede komen.

EEN UNIEKE VISIE

Drie kernelementen zijn specifiek voor een Soteriahuis:

1. 'being with';
2. 'doing with';
3. geen of beperkt gebruik van antipsychotica.

'Being with' staat voor een continue aanwezigheid, nabijheid, van een rustgevende ander. Met 'doing with' gaat men ervan uit dat de persoon met psychotische ontredde het meest baat vindt bij het samen opnemen van de dagelijkse taken. Het uitgangspunt is dat het samenleven in de dragende, kleinschalige gemeenschap op zich helend werkt. Bewoners en teamleden delen maaltijden met elkaar zodat regelmatige ontmoetingen mogelijk zijn. Zaken uit het dagelijks leven worden niet bestempeld als therapie. Indien therapie nodig is, gebeurt dit buitenshuis.

Tevens wordt maximale integratie in de ruimere, lokale gemeenschap nagestreefd en gefaciliteerd. Een dergelijke 'gemeenschap in de gemeenschap' is nauw verwant met de visie en werking van de therapeutische gemeenschappen. Andere belangrijke elementen in een Soteriahuis zijn het behoud van de persoonlijke beslissingsvrijheid van de bewoners, een minimale roldefiniëring en hiërarchie en een nauwe samenwerking met familieleden en andere belangrijke personen.

VAN SAN FRANCISCO ... TOT MECHELEN?

Een eerste Soteria-pilootproject werd van 1971 tot 1983 ontwikkeld door Loren Mosher en Alma Menn nabij San Francisco. Centraal stond daar wat ze noemden 'being with' en 'doing with the patient'. In 1984 integreerde de Zwitserse psychiater en professor Ciompi enkele bijkomende aspecten in een gelijkaardig initiatief in Bern. Vanuit Bern verspreidden de Soteriahuizen zich over de rest van Zwitserland en Duitsland. In Duitsland spreekt men zelfs van de 'gouden standaard' voor psychosezorg. Ook in andere Europese landen treft men Soteriahuizen of gelijkaardige projecten – onder een andere naam – aan als alternatief voor het psychiatrisch ziekenhuis. Een internationale organisatie, het Soteria-Netwerk, werd opgericht. In België komt die beweging veel

trager op gang en is het nog een ontbrekende schakel in de psychosezorg. Het Mechelse stadsbestuur heeft zich in 2019 geëngageerd om op haar grondgebied tegen 2023 het eerste Vlaamse Soteriahuis mee te realiseren voor mensen met een beginnende psychose. Vanuit een preventieve visie wil de stad Mechelen het samenleven met burgers met een psychotische episode faciliteren.

INTUSSEN IN VLAANDEREN

Dankzij de mobiele crisisteamen – pas in het leven geroepen in 2011 – kan men personen met een acute psychotische episode ook aan huis behandelen. Tevens bestaan er in België een – weliswaar beperkt – aantal vroege interventieteamen – zoals het Vroeg Interventieteam (VRINT) Leuven-Kortenberg. Ze streven ernaar om in een vroeg stadium van psychose op een laagdrempelige manier jongvolwassenen in hun thuismilieu te bereiken zonder wachtlijsten. Meer recent nog werden bestaande en ooit met projectfinanciering opgerichte Vroeg Detectie en Interventieteamen voor Psychose (VDIP) door de Vlaamse overheid geïntegreerd in het nieuwe Connect-programma van de provinciale geestelijke gezondheidsnetwerken voor kinderen en jongeren.

Op enkele plaatsen in Vlaanderen probeert men de Soteriavisie al te introduceren. In het West-Vlaamse



Een vader aan het woord

De ene psychose is de andere niet. Het gaat dan ook niet om alle burgers met een eerste psychose op dezelfde manier te behandelen. Recent onderzoek wijst uit dat te veel stress stelselmatig kan leiden tot psychoses. Vanuit mijn eigen ervaringen als familielid ben ik er hoe langer hoe meer van overtuigd dat zich terugtrekken, reizen, druggebruik én psychose allemaal manieren zijn om het te veel aan stress te kanaliseren zodat men zich staande kan houden. Gebrek aan ziekte-inzicht krijgt dan ook een andere betekenis. Het maakt deel uit van de symptomen die horen bij het ziektebeeld. Is het dan niet aan de hulpverlening om een volgehouden poging te ondernemen om de persoon wel te bereiken? Geen 'zorgwekkende zorgmijders' meer, maar 'zorgvuldige zorgzoekers' zoals Peter Dierinck het zo mooi verwoordt in zijn boek *Hoop verlenen*.

Dat het voorschrijven van antipsychotica in een Soteriahuis wordt uitgesteld, druist in tegen de gangbare richtlijnen voor de behandeling van een psychose. Over de hele periode van een verblijf in een Soteriahuis gaat het over een lagere totale dosis van antipsychotica en alles gebeurt steeds in consensus met de patiënt. Uit eigen ervaring als familielid stel ik vast dat het ook zonder medicatie kan. De afwezigheid van de nadelige neveneffecten van medicatie en het beter aansluiten van de hulpverlener bij de noden van zowel de persoon als van diens familie, in een niet bevreemdende omgeving, leidt eveneens tot een grotere tevredenheid. De impact van de psychotische ervaringen is minder traumatisch. Gevoelens van persoonlijke waardigheid en identiteit blijven bewaard.

*Dirk De Caluwé, Familievertegenwoordiger
Similes lid van de Soteria-werkgroep*

landelijke Bekegem – gelegen tussen Oostende, Brugge en Torhout – zetten vrijwilligers hun schouders onder El Camino, een plek waar het onderweg zijn belangrijk is. Het is een plaats waar iedereen initiatief mag nemen en waar men 'samen' – hulpverlener, cliënt, familie, buurman, passant – aan herstel werkt. Het is een project dat perfect past binnen de ambulante benaderingsmogelijkheden om burgers op te vangen

buiten de muren van een psychiatrisch ziekenhuis. Die vrijwilligers vinden steun bij een aantal hulpverleners en teams van Sint-Amandus in Beernem en Onzelievevrouw in Brugge, die zorg op maat in 'open dialogue' met de familie en andere

Wil je meer weten over de filosofie achter Soteriahuizen en over de aanpak van de Soteria-werkgroep?

In het voorjaar van 2022 plannen we infoavonden in aanwezigheid van leden van de werkgroep. Hou onze activiteitenkalender goed in het oog!

betrokkenen – volgens het model van Seikkula – aanbieden. Ook in het Antwerpse – in Sint-Niklaas en Zoersel – vindt men een generatie psychiaters die probeert om het over een andere boeg te gooien. Ze zetten in op verbindende gesprekstechnieken en proberen 'being with' binnen de muren van een psychiatrisch ziekenhuis te realiseren. Niet zelden ontbreekt het aan middelen omdat de overheid het psychisch zorgaanbod te veel in een keurslijf wil steken. ■