

'Jongeren zijn de experts van hun eigen leven'

- dinsdag 12 januari 2010

INTERVIEW: JONGERENPSYCHOLOOG HANS DE BAENE



Hans De Baene: 'Zelfdodingspogingen zijn soms een manier om iets te zeggen wat iemand met woorden niet gezegd krijgt.' Wouter Van Vooren © Wouter Van Vooren

Dan zit je tegen heug en meug tegenover een psychiater of een therapeut en je hebt niet veel zin om met een onbekende over je problemen te spreken. Hans De Baene, therapeut op de kinder- en jeugdpsychiatrische afdeling van het Sint-Lucas- ziekenhuis in Brugge, vertelt hoe hij dat aanpakt.

Hoe slaagt u erin om de muur te doorbreken die sommige jongeren ongetwijfeld optrekken, als ze voor het eerst tegenover u zitten?

'Ik begrijp dat het zeer moeilijk is om je toe te vertrouwen aan een volwassene die je niet kent. Ik vind het zeer normaal dat ze het daar lastig mee hebben en ik zeg hen dat ook. Wij vragen van die jongeren iets tegenstrijdigs: ze zitten in een levensfase waarin ze zich juist moeten losmaken van volwassenen. Als therapeut moet je het kunnen verdragen dat jongeren zich niet volledig geven. Een jongere die in het eerste contact heel veel prijsgeeft van zichzelf, doet iets zeer ongewoons.'

Er zijn vast ook jongeren met wie het niet klikt?

'Natuurlijk, soms klikt het niet met mij, maar wel met iemand van de groepsleiding in de leefgroep of met een andere hulpverlener. Zo iets kun je niet afdwingen. Uitzonderlijk sluit een jongere zich af voor iedereen. Maar ook zo'n jongere blijf ik elke week uitnodigen voor een gesprek. Omdat ik ervan uitga dat er achter elke nee ergens een ja zit, zoals er achter elke ja ook een beetje nee zit.'

Jongeren kunnen verbaal agressief uit de hoek komen. Ook tegenover u?

'Dat gebeurt. Het is mijn taak om zo'n storm te trotseren en te blijven staan. Als ik alleen maar positieve contacten zou nastreven, zou ik verkeerd bezig zijn. Een therapeut moet ook negativiteit kunnen verdragen.'

'Het voordeel van een gesprek met mij is dat ze me later niet terug hoeven te zien. Ze hoeven niet bang te zijn om mij te kwetsen, zoals dat bij hun ouders of vrienden wel het geval is. Ze mogen er hier alle "vuiligheid, uitgooien. De relatie tussen mij en die adolescent is op dat moment erg belangrijk, maar ze is per definitie tijdelijk.'

Hoe zou u uw taak omschrijven?

'Ik werp mezelf niet op als de expert die alles over hen weet. Ik ben een beetje expert in wat jongeren in het algemeen doen. Zij zijn expert in hun eigen leven. Ik probeer mee te denken over alles wat belangrijk is in hun leven. Adolescenten zijn doorgaans doeners in plaats van denkers. Ik hoop dat ik hen even tot stilstand kan brengen, zodat er ruimte vrijkomt in hun hoofd. Dat proces doen we samen, de jongere en ik. Ik denk actief mee, ik werp ballonnetjes op: zou het dit kunnen zijn, heb je daarover al eens nagedacht? Zij kunnen die ballonnen pakken of laten ontsnappen.'

Wanneer is een opname geslaagd?

'Wij leggen de lat niet te hoog. Ik ben al blij als een jongere hier wat heeft nagedacht. Of wat actiever is geworden: iemand die bijvoorbeeld niet meer uit zijn bed kwam en dat hier wel doet. Jongeren verblijven hier doorgaans zes weken. Dat is maar een korte etappe in iemands leven. We hebben liefst dat ze de draad van hun leven snel weer oppakken. In die zes weken planten we een zaadje, en we kunnen niet voorspellen wat daaruit zal groeien. Dat hangt ook af van wat er verder in het leven van die jongere gebeurt: het gezin, de school en de vriendenkring zijn ook belangrijk. Misschien wel veel belangrijker dan wat wij hier doen.'

'Ik let er ook op niet te vlug labels te plakken, omdat ik ervan uitga dat jongeren nog volop in ontwikkeling zijn. Ik wil ze nog alle groeikansen geven.'

Wat als jongeren die bij u in behandeling zijn een suicidepoging ondernemen?

'Ik zie dat niet als een persoonlijk falen van mijn kant. Dat idee heb ik losgelaten. Sommige pogingen zijn manieren om iets te zeggen wat iemand met woorden niet gezegd krijgt. Ik probeer vooral de boodschap te begrijpen die ze daarmee geven, om van daaruit weer verder te geraken. Het raakt mij natuurlijk altijd, als jongeren dood willen.'

Wordt er hier ook gelachen?

'Gelukkig wel. Ik lach graag. Ik probeer dat in het eerste gesprek te vermijden, want dan zouden ze denken dat ik hen niet serieus neem. Als je elkaar beter kent, kan het wel. Dan is lachen een ongelooflijke manier om lucht te brengen in een gesprek. Het mag natuurlijk nooit uitlachen worden.'

(vbr)