



INGRID VAN DEN BERKMORTEL, LOCATIEHOOFD VAN AFDELING DE PAUW VAN LISTER, NIEUWEGEIN.

# Hoop en perspectief

Lister biedt begeleiding en huisvesting aan mensen met psychiatrische en/of verslavingsproblemen in de regio Utrecht-Nieuwegein-Houten. Lister heeft drie gespecialiseerde autismeteams, en is sinds 2012 franchisepartner van Leo Kannerhuis Nederland.

## Leren omgaan met datgene waar je last van hebt

Ingrid van den Berkmortel, locatiehoofd van afdeling De Pauw in Nieuwegein, is enthousiast over de herstelvisie. “Herstel is niet hetzelfde als genezen”, legt Ingrid uit. “Herstel is dat je leert omgaan met de dingen waar je last van hebt. Dat je je meer bewust wordt van de dingen die je doet en daarin keuzes kunt maken. Dat geldt zowel voor de cliënten als voor hulpverleners.”

“Werken volgens de herstelvisie is continu reflecteren”, gaat Ingrid verder. “Niet alleen: doe ik de dingen goed, maar ook: doe ik de goede dingen. Is het nodig wat ik doe? Als hulpverlener kun je de neiging hebben om te gaan redden. Maar help je iemand daadwerkelijk door dingen over te nemen? Vaak niet.”

“Herstel gaat over ondersteunen van de ontwikkeling en zingeving”

## Gelijkwaardigheid in de hulpverlening

Ingrid vervolgt: “Doordat iemand hulp nodig heeft, zit je al in een ongelijke positie. Dat triggert mij. Hoe kan ik als hulpverlener gelijkwaardig aan de ander blijven? En hoe kan ik blijven zien dat die ander het wel kan?”

## Zinvol leven

Jim Clewell kreeg op zijn 6<sup>e</sup> een autismediagnose. “Ik beet mezelf en anderen”, vertelt hij. “Ik gromde en bonkte met mijn hoofd. Sommige mensen dachten dat ik een idioot was”. Dat bleek allesbehalve waar te zijn. Hij rondde succesvol de HBO-opleiding tot verpleegkundige af en werkt nu als persoonlijk begeleider bij Lister De Pauw. Zijn cliëntervaring wordt gezien als een pluspunt.

“Herstel gaat over het oppakken van maatschappelijk betekenisvolle rollen en zinvol leven. In die zin is het juist van toepassing bij autisme”, zegt Jim, “alleen ik vind de term herstel zo’n rotwoord. Herstel gaat uit van een toestand voor de stoornis, maar ik had

geen toestand voor de stoornis. Ik had als baby al een gedragsstoornis en ik was non-verbaal tot mijn 6<sup>e</sup>. Daarom kreeg ik toen een autismediagnose. Het lijdend wat daar voor mij bij hoort heb ik mijn hele leven gehad. Dus herstellen...wat herstellen? Ontwikkelen, dat wel. Ik ben niet meer non-verbaal.”

“Als kind met autisme kreeg ik steeds te horen: “Dat kan je niet, dat kan je niet. Je wordt nooit opvoeder, je wordt nooit partner, je wordt nooit een volwaardige medeburger of werknemer”. Eén van de grootste punten uit mijn eigen herstel is dat ik vader ben geworden”, gaat Jim verder.

“Bij herstelondersteunende zorg gaat het om het ondersteunen van de ontwikkeling van mensen. Wij vragen mensen waar ze met hun leven heen willen. Wat is je droom? Die droom kunnen we niet altijd bereiken, maar we kunnen er wel naar op weg gaan. En op die weg naar die droom kunnen we ontdekken wat voor jou betekenis geeft aan jouw leven. Niet aan jouw autisme, maar aan jouw leven. Dat is herstelondersteuning”, zegt Jim.

## Ontdekken dat er méér mogelijk is

Wim\*, een jongvolwassen man met de diagnose Asperger, woont in een woonvorm van Lister. Zijn droom was om zelfstandig te kunnen wonen, maar daarvoor miste hij de benodigde vaardigheden. “De gemiddelde student kan ook niet alles als hij pas op kamers gaat, maar ik zat daar qua niveau nog wel onder”, zegt hij over zichzelf. “Ik wist niet hoe ik een was moest draaien. Om diverse redenen kon ik dit niet van mijn moeder leren. Dat werkte gewoon niet”. De begeleiders van Lister hebben hem deze vaardigheden geleerd. “Nu heb ik niet zoveel meer aan begeleiding”, zegt Wim, “vandaar dat ik binnenkort echt op mezelf ga wonen”.

Van herstel heeft hij nog nooit gehoord. Ik noem dat Lister “Samen werken aan herstel” als motto bij de voorkeur heeft staan. Op de website van Lister valt meermaals te lezen dat ze herstelondersteunende begeleiding bieden. “Dat zegt me niks”, zegt Wim. Die term is nog nooit gevallen. Wel merkt hij dat de begeleiding op ontwikkeling gericht is. “Mijn begeleider suggereert dat er meer in mij zit, dan ik zelf zou zeggen. Hij laat me zien dat er meer mogelijk is, en helpt me om verder te komen in mijn leven.”

## Hulpvragen over zingeving, seks en suïcide

“De cliënten van De Pauw zitten niet in zorg sec vanwege hun autisme”, zegt Jim. “Ze twijfelen over de zin van hun bestaan. Ik zie heel veel jonge mensen met autisme die voortdurend de balans over hun leven aan het opmaken zijn. Ga ik door met leven of niet? Als je van jongsaf aan voortdurend degene bent die raar is, die anders is, die faalt, dan is het logisch dat je gaat twijfelen of je mag bestaan. Als het je niet lukt om een partner te krijgen, terwijl anderen dat ogenschijnlijk gemakkelijk wel lukt. Of als het niet lukt om diploma’s te halen, terwijl een ander die veel dommer lijkt, dat wel lukt, dan ga je twijfelen of je door moet gaan met leven. Zelf heb ik tot mijn 39<sup>e</sup> regelmatig gedacht: “Hoeveel dagen moet ik nog wakker worden?”. Daar ben ik heel open over, ook naar mijn cliënten. Uiteindelijk heb ik ontdekt dat ik toch wilde vechten.”

“Zingeving, seks en suïcide zijn nog steeds taboe in de psychiatrie”, gaat Jim verder. “Er wordt niet over gepraat, terwijl onze cliënten hier wel mee zitten. Ze zien geen perspectief. Ze denken: “ik ben autist en ik kan niks”, want dat is tegen hen verteld.”

## Hoop en perspectief

Ik begeleid vooral jonge mannen. Voor hen ben ik een rolmodel. Iemand die laat zien ‘het kan wel’. Met heel veel vallen en opstaan, maar er kan wat. Dat biedt hoop en perspectief.

Voor Jim is zingeving het belangrijkste van HOZ. “Wat maakt het de moeite waard dat je morgen nog ademhaalt?” Je kunt een ander geen perspectief bieden, maar wel iemand ondersteunen om dit zelf te vinden. Wij proberen iemand te laten zien dat zijn leven er toe doet.”

\* VAN WEGE PRIVACYREDELEN WIL WIM NIET DAT ZIJN ACHTERNAAM IN DE TEKST

GENOEMD WORDT.

Meer informatie: [www.lister.nl](http://www.lister.nl)



“Wat maakt het de moeite waard dat je morgen nog ademhaalt?”