

6 Vuistregels voor herstel

In OBC Ter Wende zijn ze bezorgd om een goed en genuanceerd denkkader rond herstel: “We werken met zeer kwetsbare gasten en daarom wil ik een aantal bedenkingen formuleren. Anders bestaat het gevaar dat herstel een nieuwe lat is, die gasten niet halen. Waarop het weer verder misloopt en escaleert. Waardoor het vertrouwen in anderen verder afneemt” Aldus Lady van Landeghem van OBC Ter Wende.

Hij deelt 6 vuistregels rond herstel:

1. Herstel is geen eenheidsworst:

Wij werken individueel en stemmen af op wat best past voor:

- de gast
- het gezin
- de school, de leefgroep, sportvereniging, ...
- andere partij(en)
- de specifieke feiten

2. Niet iedereen is in staat tot herstel:

Om dit in te schatten kun je terugvallen op:

- SEO-R (link naar fiche SEO-R),
- ‘den draad’ (link naar fiche Vignero)
- het kader rond invloedsbesef (link naar fiche invloedsbesef)

Zeker voor kinderen met een trauma-achtergrond is deze inschatting erg belangrijk. Vanuit de SEO en den draad denken we dat het pas vanaf fase 3 zinnig is om te werken rond herstel met de jongere zelf.

3. Wie moet dit vastnemen?

Denk aan plaatsvervangend herstel, zeker bij de emotioneel zwakkere gasten. Een andere volwassene of begeleider neemt dit herstel dan in handen, doet het in de jongere zijn plaats en neemt hem hierin mee.

4. Een herstelcoach begeleidt het proces

Ook in de latere of verdere emotionele fasen van de ontwikkeling lijkt het ons steeds belangrijk dat er iemand het herstel mee begeleidt. Dit is een andere persoon dan diegene die het herstel verwacht en die dit herstel mee coacht.

Een team, collega's,... kunnen de coach helpen bij het bedenken van wat een goede herstelbeweging kan zijn voor een gast. Ook ouders/pleegouders, broers/zussen, vrienden, burens, ... kunnen herstelcoach zijn en ingezet worden of helpen meedenken. Ook de gasten zelf laten meedenken, kan verfrissend zijn.

5. Doseer herstelbewegingen

Deze coach kan dan ook de verschillende herstelbewegingen mee doseren. Verliest de jongere de pedalen en loopt het overal mis? Dan is het in de eerste plaats aangewezen dat de omgeving de eisen laat zakken. Herstel is dan zelfs helemaal niet aan de orde. Zet in op een minimale basisstructuur die voldoende veiligheid biedt voor de jongere.

Pas als de basisstructuur en veiligheid weer wat op punt staat, kan er gewerkt worden aan herstel. We kijken dan ook dikwijls welke relaties het meeste schade opliepen en essentieel zijn. Daar zetten we eerst op in. Of op feiten die snel hersteld moeten worden om het gewone leven opnieuw zijn gang te kunnen laten gaan. Bijvoorbeeld herstel op school.

We nemen soms ook verschillende feiten samen en werken hiervoor één gemeenschappelijk herstel uit. Vanuit het doseringsprincipe laten we ook dingen vallen. Teveel tegelijk werkt niet. Ook even wachten kan gerust op voorwaarde dat iemand dit vasthoudt. Let als team zelf ook op om voldoende te doseren. Kies je interventies, door voortdurend voor iedereen aan herstel te werken raak je uitgeput.

6. Stem je verwachtingen af

Het is niet de ontvanger die bepaalt welk herstel het moet worden en of dit voldoende is. Toch is dit is een vaak voorkomende gedachte! De beweging en de intentie van de gast telt, ook al is dit de honderdste keer. Dikwijls is de verwachting dat iemand bv. enkele keren sorry zegt, dat hij hier uit leert en het daarna niet meer doet. Voor veel gasten is dit te hoog gegrepen.

Verbaliteit is dikwijls ook zo'n verwachting: kunnen nadenken over wat er gebeurd is, er iets over schrijven of zeggen,.. dit is heel vaak te hoog gegrepen. Zet daarom beter in op een kleine taakje of standaardtaakje, doe-opdrachtjes:

- Eens afruimen
- Tas koffie geven
- De vaat doen

Bij een groter herstel:

- eens koekjes bakken
- cake maken
- een tekening maken

De herstelcoach doet vaak veel zelf, de gast helpt soms minimaal mee. Waarbij de coach de intentie dikwijls zelf verwoordt, zodat de boodschap aankomt. Door deze gezamenlijke activiteit krijgen de gasten het gevoel dat ondanks moeilijke conflicten ze toch samen verder kunnen.

Wanneer gasten sterker zijn en verder staan in hun invloedsbesef kan bv. een sit-in gebruikt worden. Dit is een onderdeel van de Geweldloos Verzet, een methode van Haim Omer . Of LSCI (Life Space Crisis Intervention) om stil te staan bij wat er gebeurd is en wat er kan ingezet worden om een herstelbeweging te maken.