

Achter een lange met bomen omgeven oprijlaan doemt de jeugdcliniek van Novadic Kentron op: Kentra24. Het voormalige seminarie biedt plaats aan Brabantse jongeren tussen de 12 en 24 jaar die kampen met een verslaving. De een komt hier voor een ambulante behandeling, de ander is klinisch opgenomen. Hier is het motto: 'Iedereen is uniek, dus dat geldt ook voor de behandelingen.'

TEKST: Linda van Doorn \ FOTOGRAFIE: Glenn Cornelisse

# Belonen is het toverwoord

Het eerste dat opvalt als je aan komt rijden is de zee van ruimte. Tegenover de hoofdingang ligt een enorme vijver vol waterlelies. Om de vijver heen ligt een wandelpad verscholen tussen hoge bomen en er staan her en der wat bankjes. Het contrast tussen historie en modern binnen in het klooster is groot. Glas-in-lood afbeeldingen met Latijnse onderschriften gedenken vroegere tijden, toen het klooster nog bevolkt werd door paters. De vele gangen met arcadebogen en marmeren tegeltjes zijn kenmerkend, maar de gangen zijn afgesloten met moderne glazen deuren die nog steeds een open sfeer uitademen.

In de enorme binnentuin ligt ook een vijver, sommige jongeren zitten op bankjes met elkaar te kletsen, anderen spelen een potje tafeltennis in de zon. Er is een grote sportzaal, waar op dit moment een groepje jongeren aan het volleyballen is. In de naastgelegen muziekrimte – prachtig ingericht in een ronde erker – is momenteel niets te doen. De instrumenten staan in standaarden te wachten om bespeeld te worden tijdens muziektherapie.

Het 'studielandschap' is een grote moderne ruimte, met lange eettafels, kasten vol boeken en spelletjes, computers en zithoekjes in de warme kleuren rood, oranje en paars tegen de muren. Hier wordt elke dag gezamenlijk

geluncht. Het avondeten wordt op de groepsafdelingen door de jongeren zelf klaargemaakt. Elke afdeling heeft een aparte woonkamer waar ze samen kunnen vertoeven. Alle slaapkamers zijn voorzien van hoge plafonds, wat ook een gevoel van ruimte oproept. En iedereen heeft een eigen badkamer.

## 100.000 MOGELIJKHEDEN

Je zou er zo een weekje op vakantie willen, ware het niet dat hier keihard gewerkt wordt door de 32 jongeren die klinisch zijn opgenomen en dan ook nog door al die anderen die dagbehandeling, avondbehandeling of weekendbehandeling volgen. Noem maar een dagdeel op en er wordt iemand behandeld. 'Alle behandelplannen worden per individu op maat gemaakt', vertelt manager Irene Dijkstra. 'Er zijn 100.000 mogelijkheden.' De een wordt ambulante behandeld en komt eens per week naar Kentra24, de ander komt meerdere dagen per week naar de dagbehandeling en kan dan ook overnachten als hij of zij te ver weg woont. De 32 bedden die bestemd zijn voor jongeren die klinisch worden opgenomen, zijn momenteel allemaal vol. ▶



Manager  
Irene Dijkstra

# ‘We behandelen ook dubbele diagnoses, of werken daarvoor samen met andere instellingen’



Behandel-coördinator  
Bibi Bressers

De grootste groep cliënten binnen Kentra24 is tussen de 18 en 23 jaar oud, maar het aantal minderjarigen begint te stijgen. ‘Gelukkig maar’, zegt Dijkstra. ‘Niet omdat het fijn is dat zulke jonge mensen verslaafd zijn, maar omdat ze nu beter in beeld komen. Sinds de transitie in de jeugdzorg werken specialisten nauwer samen en wordt er op verschillende afdelingen meer bekend over dit soort problematiek. Verslaving onder jongeren die te maken hebben met jeugdzorg wordt dus ook eerder signaleerd.’ In de jeugdzorg- en lvb-instellingen komt middelengebruik onder kwetsbare jongeren, met gedragsproblemen of met een licht verstandelijke beperking, vaker voor dan gemiddeld.

‘We behandelen ook dubbele diagnoses of werken daarvoor samen met andere jeugdzorginstellingen en jeugd-ggz’, vertelt Dijkstra. ‘Dat moet ook wel; je kunt niet alleen het gebruik weghalen en onderliggende aandoeningen ‘laten zitten’, of andersom. Het moet samen aangepakt worden.’

## ‘MET BLOWEN KON IK HET MISBRUIK HANDELEN’

Stefan (23) is zo’n jongen met een dubbele diagnose. Behalve voor zijn verslaving werd hij ook behandeld voor een posttraumatische stressstoornis. ‘Ik deed een BBL-opleiding en



blowde alleen op de dag dat ik niet werkte maar naar school ging. Dan sliep ik veel beter dan andere nachten waarin ik nachtmerries en herbelevingen had van misbruik in mijn jonge jaren. Met blowen kon ik dat *handelen*, dan sliep ik goed en zag de wereld er wat beter uit, dus ik ging vaker blowen. Toen ik in de ziektewet kwam door een blessure, ging het bergafwaarts. Ik ging nog meer blowen, kreeg financiële problemen, werd mijn huis uitgezet en trok bij gebruikersvrienden in. Daarna heb ik een hele tijd op straat en in mijn auto geleefd, tot ik een dag voor kerst werd gevonden door mijn vader. Een paar weken later werd ik opgenomen in een ggz-instelling, maar daar voelde ik me niet serieus genomen. Ik gebruikte ook gewoon, ondanks de urinecontroles. Toen dat uit kwam, werd ik weer weggestuurd, maar mijn psychiater wist me hier te plaatsen. Hier werd ik van het begin af aan serieus genomen; met EMDR kon ik het misbruik verwerken en daardoor stopten de herbelevingen.’ Inmiddels volgt Stefan de dagbehandeling. Op zondag komt hij om te acclimatiseren en de dagen daarna doet hij mee met verschillende projecten en groepen. In de nachten kan hij gebruik maken van de logeerbedden die bestemd zijn voor degenen die te ver weg wonen. Voordat hij op donderdag weer naar huis gaat, krijgt hij nog een les in terugvalpreventie. ‘Hoe zorg ik ervoor dat ik niet terugval? Hoe kan ik triggers vermijden? In het begin haat je de muren hier, maar na een tijdje keert dat om. Dan vind je de muren veilig en is buiten beangstigend. Er is een risico dat je terugvalt en dat het voelt alsof je weer terug bij af bent. Maar met die

terugvalpreventie gaat het best goed, hoewel het wennen is om weer thuis te zijn.'

## BELONEN WERKT BETER DAN STRAFFEN

De therapeuten, maar ook alle andere medewerkers bij Kentra24, werken volgens de behandeling Adolescent Community Reinforcement Approach (ACRA). Het wordt echter niet als een behandeling op zich beschouwd. Behandel-coördinator Bibi Bressers: 'Wij gebruiken ACRA als basis voor de behandeling, maar een belangrijk gedeelte daarvan is de bejegening. Gebruik en verslaving worden in stand gehouden door de beloning die iemand krijgt als hij gebruikt. Dit moet doorbroken worden en daarom gaan we samen met de jongere op zoek naar alternatieve beloningen.' Aan projecten die ze kunnen volgen (bijvoorbeeld in de keuken, de tuin, muzikaal, in het naaiatelier of een fietswerkplaats) zitten beloningen gekoppeld en de jongeren kunnen met beloningspunten sparen voor iets dat ze graag willen hebben. Daarnaast krijgen ze ook veel complimenten van de begeleiding. In de projecten leren ze op die manier ook competenties en talenten kennen én er is al werkend meer ruimte voor een goed gesprek. Bressers: 'Stel je eens zo'n stereotype puber voor die met zijn armen over elkaar geslagen en onderuit gezakt op een stoel aan een spreektafel hangt. Die heeft meteen een gesloten houding. Als je samen een boomstam in stukken zaagt, is er veel meer ruimte voor een open gesprek.'

## 'ZE BRUISEN ZO LEKKER'

Naast de belonende bejegening volgens ACRA, zitten de dagen natuurlijk ook vol met verschillende andere

soorten therapie. Therapeut Vivi Ament geeft onder andere cognitieve gedragstherapie bij middelengebruik en bij psychische klachten. Maar ze begeleidt ook het voortraject voor EMDR-therapie, die dan weer gegeven wordt door Bressers. 'Jongeren zijn echt ontzettend leuk om mee te werken. Het is veel dynamischer, ze zijn wat kneedbaarder en ze bruisen zo lekker. Je kunt er zo fijn mee levelen; ik ben 35 jaar en kan erg meegaan in de beleving van jongeren. Maar soms ben ik juist heel bleu en vind ik dingen die zij doodnormaal vinden, alleen maar raar. Ze laten zich ook heus niet zomaar alles voorkauwen. Dat merk je vooral tijdens groepstherapieën waar ze elkaar aanspreken op goed gedrag en juist oud gedrag. Ze reflecteren heel erg op zichzelf en op elkaar.' Behalve therapie krijgen de jongeren ook educatieve trainingen zoals leefstijltraining, sociale vaardigheidstraining en agressie- en emotieregulatietraining. Elke vier à vijf weken wordt het behandelplan besproken met de cliënt zelf, zijn of haar ouders of verzorgers en een multidisciplinair team. Tijdens dat gesprek worden doelen (bij)gesteld, er wordt gekeken of de jongere een fase hoger mag waardoor hij meer vrijheden krijgt en welke therapieën of trainingen nog nodig zijn. Robin (19) heeft laatst nog, vlak voor zijn verlof, zo'n gesprek gehad. Ook werd zijn weekendverlof besproken. 'Dat is niet per se ter controle, maar wel als houvast voor jezelf. We maken een verloflijs waar je je aan vast kunt ▶

Therapeut  
Vivi Ament



**Jongeren zijn ontzettend leuk om mee te werken. Ze zijn wat kneedbaarder en ze bruisen zo lekker,**





houden als je moeilijke momenten hebt en bespreken vooraf welke triggers er kunnen zijn. Ik heb de laatste keer helaas gebruikt tijdens mijn verlof, dus toen zat ik weer een tijdje in fase 0 waarin je de minste vrijheden hebt zoals alleen naar buiten gaan en je elektronica beheeren. Je mag ook even niet naar de groep omdat dat bij hen zucht kan veroorzaken.'

De eerste keer dat Robin blowde was als geintje op zijn dertiende, vertelt hij. Hij deed het ongeveer eens per maand en dat was prima, tot hij op zijn zestiende steeds vaker blowde en op zijn zeventiende zo'n 5 joints per dag rookte. 'Je staat op een soort lopende band: je gaat één richting op en verneukt je leven er mee. Ik stopte met school en stond al op de wachtlijst hier bij Kentra24. De vrijdag dat ik hoorde dat ik de maandag erop opgenomen zou worden, ging het mis. Ik heb zoveel gebruikt in dat weekend dat ik aan het eind niets liever dan dood wilde. Op zondag was mijn broertje jarig en ik zat boven in mijn kamer te schreeuwen en te janken. Ik zag een tunnel van licht en wilde dood. Gelukkig kon ik de ochtend er na hier terecht.'

### ABSTINENTIE

'Ik weet nu dat ik, hoewel ik verslaafd ben aan wiet en speed, ook nooit meer alcohol zal kunnen drinken', zegt de eveneens 19-jarige Niels. En dat is precies wat de jongeren bij Kentra24

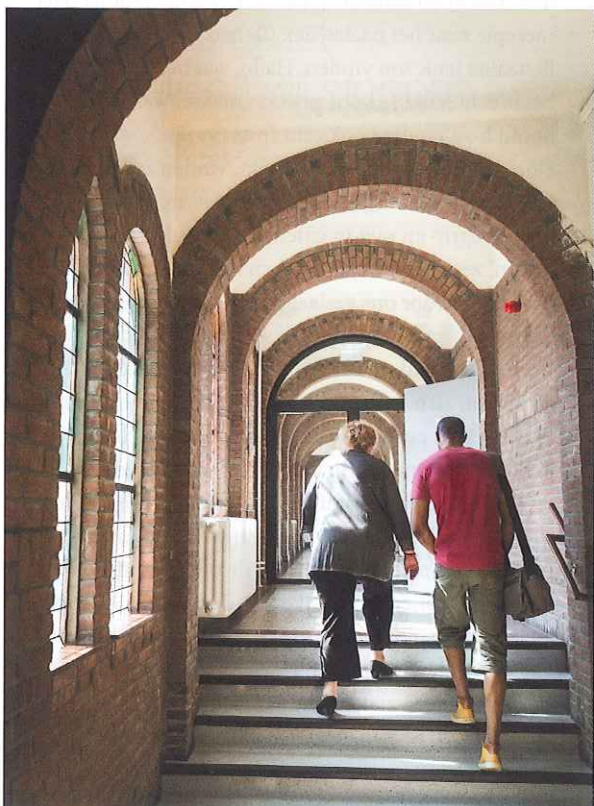
geleerd krijgen. 'Gecontroleerd gebruik blijkt voor de meeste jongeren in de praktijk geen haalbaar doel. Om deze reden wordt uitgebreid aandacht besteed aan de risico's van gematigd gebruik en wordt de jongere gestimuleerd om minimaal een afgebakende periode van abstinentie na te streven. Maar het is wel lastig om jongeren daarvoor te motiveren', aldus Irene Dijkstra. Daarom wordt aan de jongeren uitgelegd dat alcohol ervoor kan zorgen dat je makkelijker naar andere drugs grijpt, ook al is alcohol je drug of choice niet. Niels heeft het in ieder geval begrepen: 'Het zou mijn grenzen verleggen en dan wil ik toch weer meer dan dat en dan leef ik binnen no-time weer op straat.' Toen Niels' moeder speed had gevonden, heeft ze hem uit huis gezet. 'Ik volgde in die tijd wel dagbehandeling, maar gebruikte daarnaast gewoon. Ik nam het zelf totaal niet serieus.' 's Nachts gebruikte ik en liep ik wat rond, overdag werkte ik. Ik deed deur-aan-deurverkoop. Soms kon ik wel ergens een nachtje of twee slapen, maar als dat niet kon, ging ik dagen aan een stuk door. Toen ik anderhalve week op straat leefde, meldde ik me hier opnieuw aan, maar ik was geen crisisgeval dus kwam ik op een wachtlijst terecht. Maar de wetenschap dat ik zou worden opgenomen, hield me op de been. Ik ben nu bijna bij mijn ontslagdatum en daarna ga ik nog twee keer per week naar de dagbehandeling. Daarnaast heb ik een woonruimte bij een boerderij en kan ik daar een paar dagen per week werken. Bij mijn moeder hoef ik niet meer aan te komen. Ze heeft ook nooit samen systeemtherapie willen doen, ze gelooft niet dat ik het dit keer wel red. Ik geloof dat wel.'

### 'ALS ER MAAR PROCENTEN IN ZIT-TEN'

Jongeren volgen bij Kentra24 individuele therapie, maar er zijn ook verschillende groepen zoals coachingsgroepen, therapiegroepen en themagroepen. Ook is er een bandproject, waarin jongeren samen muziek maken en soms optredens buitenshuis verzorgen. De 23-jarige Mandy is nu voor de tweede keer opgenomen bij Kentra24. Waar ze de vorige keer veel groepen volgde, heeft ze nu vooral individuele therapie. Over een paar dagen is haar ontslagdatum. 'Het was tijd voor wat meer diepgang', vertelt ze terwijl ze in haar cappuccino roert. 'De eerste keer was ik 21 en mijn valkuil toen ik weer buiten stond, was de horeca. Koken is mijn lust en mijn leven, maar je hebt natuurlijk veel alcohol om je heen. Na werktijd hadden we altijd een nazit, maar ik verscheen meestal al dronken op mijn werk. Ik woonde in een samengesteld gezin, wat eigenlijk best goed ging tot ik in een depressie raakte. Ik voelde me niet begrepen;

alcohol was mijn begrip. Toen ik merkte dat ik niet meer zonder kon, ging ik het huis uit. Enerzijds om mezelf een vrijbrief te geven, maar ook om ervoor te zorgen dat mijn moeder nooit iets zou merken. Samen met een vriendin trok ik bij iemand in: een alcoholist. Er was dus altijd dronk in huis en mijn eigen gebruik ging van kwaad tot erger; ik begon 's morgens en het interesseerde me niet wát ik dronk, zolang er maar procenten in zaten.'

Mandy vroeg tijdens haar vorige opname -die normaal gesproken vier maanden duurt- verlenging aan, omdat ze bang was voor een terugval. 'Maar het ging best oké. Een half jaar stond ik droog. Tot mijn vader stierf. Toen vond ik dat een biertje wel mocht en ik dacht ook echt dat ik gecontroleerd zou kunnen drinken, maar binnen een maand zat ik weer op mijn oude gebruik en dronk ik zelfs meer dan dat. Nu, tijdens mijn tweede opname, heb ik geleerd dat ik nooit meer kan drinken. Gewoon niks, gaat niet meer. Ik heb van heel veel mensen afscheid genomen en moest een nieuwe sociale kring opbouwen. Dat was lastig, maar het waren gebruikersvrienden en het zou zonde zijn naar hen terug te gaan. Ik heb nu ook gevraagd om meer diagnostiek. Als daar iets uit komt, vind ik dat niet erg, ik krijg dan alleen maar handvatten om er mee om te gaan. Uiteindelijk wil ik wel weer in de horeca werken, maar voorlopig blijf ik daar ver weg van.'



‘Ik rookte zo'n 5 joints per dag. Je staat op een soort lopende band: je gaat één richting op en verneukt je leven.’

#### TEVREDENHEID VAN LEVEN

Aan het begin van hun opname of behandeling vullen de cliënten een tevredenheid van leven-lijst in. Er wordt samen gekeken naar zaken waarover iemand ontevreden is en die dus aangepakt moeten worden in het leven. Of waarover ze wel tevreden zijn, maar wat nog versterkt kan worden. Het thuisfront is daarbij heel hard nodig, vertelt behandel-coördinator Bibi Bressers. 'Er bestaan vaak conflicten, de communicatie is slecht en het vertrouwen moet opnieuw opgebouwd worden. Ja, er zijn ook schrijnende situaties, waarbij de ouders zelf ook verslaafd zijn. We voeren wel gezinsgesprekken en als een ouder onder invloed hier aankomt maken we duidelijk dat dat écht niet kan. Maar we kunnen zo iemand niet dwingen zelf ook hulp te zoeken, we kunnen hen alleen maar proberen te motiveren. Daarnaast kijken we verder voor het natraject: Kan het kind na de opname wel terug naar een veilig huis? Of moeten we op zoek naar een andere oplossing? Dat vervolgotraject en de nazorg zijn heel belangrijk, anders is het pappen en nathouden.'

#### ‘OVERAL SCHIJT AAN’

De 23-jarige Roel gaat sowieso terug naar huis na zijn opname, hij vindt zelf dat hij er nog niet klaar voor is om op zichzelf te wonen. Maar dan moet er wel wat gebeuren, want het contact ►

met vooral zijn jongste broertje is erg slecht. 'Ik pestte hem veel en sloeg hem, terwijl hem dat op school ook gebeurde. Ik had er juist voor hem moeten zijn en daar heb ik nu veel spijt van.' Hij begint zachtjes te huilen als hij zegt dat er nu toch echt iets moet gebeuren, omdat hij altijd het verkeerde voorbeeld heeft gegeven. 'En ik wil zo graag het goede voorbeeld geven. Ik heb meerdere keren een depressie gehad, at vrijwel niet omdat ik een eetstoornis heb. Of eigenlijk een eetfobie, vis of vlees bijvoorbeeld eet ik niet, dat durf ik niet. Als ik thuis was, at ik soms dagen helemaal niets. Hier gaat dat iets beter. Ik had overal schijt aan, had geen hobby's, deed niet aan sport en contact met vrienden liet ik ook verwateren omdat ik het liefst in mijn eentje op mijn kamer zat te gamen en te blowen. In december zat ik tegen de zoveelste depressie aan: ik blowde al mijn problemen weg, had weinig zelfvertrouwen en een heel slecht zelfbeeld. Daar moet ik nu aan werken, om mijn leven goed op de rit te krijgen. Later wil ik misschien de verslavingszorg in, maar ik heb eigenlijk niet zo'n zin om weer naar school te gaan. Nou ja, misschien komt die lust ook wel weer terug.'

## SLAGINGSPERCENTAGE NIET IN CIJFERS

De lunch is op, de tafels zijn opgeruimd (onder



‘Als de overheersing van de verslaving wegvalt en een jongere weer perspectief in het leven ziet, hebben we al heel veel bereikt’

wat gemopper, want 'hé... ik had gezegd dat hij de tafel moest schoonvegen en nu sta ik het alsnog zelf te doen!') en er moet even afval geprikt worden in de binnentuin. Daarna is het weer tijd voor therapie en dan is er nog ruimte voor leuke dingen. Sporten hoeft vandaag niet meer, daar beginnen de jongeren elke ochtend mee, om fit en wakker te worden. Mandy gaat na haar therapie naar het naaiatelier. 'Ik had nooit verwacht dat ik naaien leuk zou vinden. Hallo, wat burgerlijk. Maar het is echt leuk! Je kunt gewoon maken wat je zelf in je hoofd hebt en daar ook echt trots op zijn.'

Doel voor een groot deel bereikt, vinden ze dan bij Kenetra24, want een slagingspercentage is volgens hen een breed begrip en niet in cijfers uit te drukken. 'Tja, wat is slagen', zegt Irene Dijkstra. 'Een behandeling is voor een jongere en voor ons geslaagd zodra de jongeren en hun ouders of opvoeders vooruitgang op belangrijke doelen hebben behaald. Als ze het traject positief kunnen afronden, zich bewuster zijn geworden van eigen mogelijkheden en persoonlijke valkuilen. Als ze het gevoel hebben weer meer grip te hebben op het leven en de tevredenheid op verschillende vlakken is toegenomen. Met regelmaat wordt de voortgang dan ook geëvalueerd, samen met de jongere en de ouders. Juist om de voortgang concreet te maken en de belangrijke stappen en aandachtspunten te belichten. Als de overheersing van de verslaving wegvalt en een jongere weer perspectief in het leven ziet, hebben we al heel veel bereikt. Dan kunnen ze hun gebruik inwisselen voor gezonde, belonende alternatieven.'

*\*De naam van Robin is gefingeerd*