

We stappen op de bus van Vejle naar Brandbjerg Højskole. We hebben geen Deense kronen bij en de chauffeur aanvaardt geen euro's. Een jonge vrouw komt van achter in de bus naar voren en zegt dat zij onze tickets wil betalen. Ze zegt het laconiek, zonder al te veel emoties. Ze wil er geen euro's voor terug, gaat zitten, steekt haar oortjes in en luistert naar muziek op haar smartphone. Als we dit later vertellen aan een hulpverlener, zegt ze met een grote en trotse glimlach "welcome to Denmark".

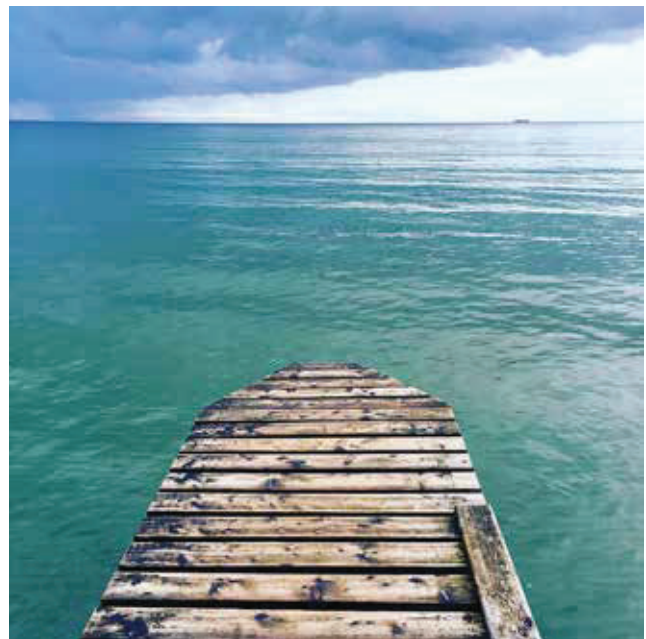
14

Open Dialogue en burgerschap in Aarhus, Denemarken

We zijn hier uitgenodigd voor een vijfdaagse en hebben beiden een andere insteek voor dit bezoek. Dag was al eerder in Aarhus met het gezin en ontdekte toevallig dat Open Dialogue hier al stevig in de hulpverlening wordt geïntegreerd. Intussen werd er al heel wat uitgewisseld met de Open Dialogue-ontwikkelingen in Noord-West-Vlaanderen. Patiënten worden in Aarhus steevast *borger* (burger) genoemd – iemand die ergens wil wonen (*bor* = woont in een huis, leeft in de buurt), werken, leren en samenleven, gewoon weer in echte verbinding met de mensen naast en rondom hen. Dat maakt het evident dat hulpverleners als medeburgers ook familie of andere naastbetrokkenen (*nabo* = naastbetrokkene, buur, naaste) mee ondersteunen. Deze link met burgerschap, medeburgerschap en kwartiermaken is de insteek voor Peter.

■ eerst een eigen Thuis

Dorte Elleby en Mie Leer ontvangen ons hartelijk met een ontbijt. Ze vertellen over de Open Dialogue ontwikkelingen in Aarhus. Naast zoveel mooie herstelkansen, zorgde dit ook voor een daling van geweldincidenten. Een man hoorde stemmen en gooide een glas door het raam. Iemand die het gras afreed, geraakte gekwetst. Men besliste om de politie er niet bij te halen maar een Open Dialogue bijeenkomst in te lassen. Daarin vertelde de man voor het eerst dat hij erg veel last heeft van stemmen en dat het glas gooien rust gaf in zijn hoofd. De man die gekwetst raakte, begreep hierdoor wat er in het hoofd van de ander omging maar kon tegelijk gezegd krijgen hoe gevaarlijk dit is. De stemmenhoorder schrok van wat hij veroorzaakte, het was nooit zijn bedoeling geweest om iemand te kwetsen.



In Aarhus werd Open Dialogue gestart in de sociale psychiatrie en men ontwikkelt het verder in de ruimere geestelijke gezondheidszorg. We zullen een negental plaatsen bezoeken, elk kleinschalige initiatieven die zeer gedifferentieerd zijn, met eigen klemtonen op woonst en/of behandeling. Hoe verschillend ook, bij elk van deze projecten fungeert Open Dialogue onmiskenbaar als basis voor communicatie, behandeling en verbinding. Terwijl de Open Dialoguepraktijk zich in Aarhus verder ontwikkelt, verspreidt dit zich ook doelgericht verder naar andere regio's in Denemarken. Zowel lokaal bestuur (de stadswebsite van Aarhus Kommune getuigt hiervan) als het Deense Ministerie van Sociale Zaken en Volksgezondheid spelen hierin een authentieke actieve rol.



We bezoeken een woongemeenschap van *Center for Bostotte i eget Hjem* (CBH, Centrum voor Woonondersteuning in eigen Thuis). Op dit terrein buiten het stadscentrum, met kleine aangepaste huisjes, wonen voormalige daklozen waarbij het druggebruik een essentieel deel van hun leven is geworden. Diagnose is voor de mensen die hier werken niet van belang, men wil vooral aandacht besteden aan de kwaliteit van leven van de bewoners. Druggebruik is toegelaten en er wordt ook methadonverstrekkt. Gastvrij wonen staat centraal, gaandeweg kunnen spontaan andere vragen of hindernissen volgen. Elk huisje heeft alle voorzieningen om zelfstandig te wonen. Velen hebben een eigen tuintje gebouwd. Er is een apart gebouw waar de bewoners kunnen binnenlopen om samen koffie te drinken, op de computer te werken of voor een gewone babbel met de begeleiders. De ruimte voor de begeleiders is klein en de deur staat altijd open.

We zijn al onder de indruk van deze locatie, maar Christian Degn Gerlings neemt ons mee naar nog een andere buurt, met meer comfortabel ingerichte huisjes. Hij vertelt over nog andere dergelijke terreinen rond de stad met individuele huisjes, telkens op maat van de zorg die de bewoners nodig hebben. Als iemands gezondheid slechter wordt, kan deze verhuizen naar een huisje met meer lichamelijke verzorging. De verhalen tonen dat begeleiding telkens heftig verbindend én creatief maatwerk is, net vanuit de hechte Open Dialogue met de bewoner en sociale diensten van de stad. Men wil mensen zo lang mogelijk zelfstandig laten wonen. Ze mogen blijven, wat er ook gebeurt – geen *housing first* maar resoluut *home first*, legt Henrik Lyngklip Kjeldgaard ons uit. Dichtbij de terreinen zijn bushaltes voorzien om gemakkelijk naar het stadscentrum te kunnen.

Sara Schultz Markvorsen vertelt ons enthousiast over *Følgeven* (Volgvriend), een bijzonder dynamische buddydienst voor mensen met psychische kwetsbaarheid. Een handige interactieve website (www.foelgeven.dk) helpt hierbij. Sara is aan-

spreekpunt voor mensen die graag een buddy willen en een andere coördinator geeft ondersteuning aan de buddy's. Door deze coördinatie te scheiden, is het mogelijk om info vertrouwelijk te behandelen en telkens een mooie match te vinden. Opvallend veel studenten tekenen in als buddy.

Met Christian en Henrik hebben we het over voorwaarden om aan Open Dialogue te kunnen doen. Als bottom-up-benadering met veel flexibiliteit, lukt het enkel als een directie dit faciliteert. Transparantie over macht is zeer belangrijk, op alle niveaus. *“Niemand weet meer over jezelf dan jijzelf”* is een houding die de deskundigheid van de hulpverlener relatieveert en steunt op de ervaring van elkeen. *“Alles wat ik leer over de problemen van iemand anders, is ook mij als mens niet vreemd”* is een motto voor hulpverleners. Open Dialogue is veel meer dan een methodiek, net omwille van de inzet van de eigen ervaring en dit leer je pas door het gewoon samen te doen. *“Eerst praktijk en dan nadenken of theoretiseren over wat je deed, dat zet mensen aan om te durven en te proberen, samen de mouwen op te stropen. Wat ik weet is slechts voorlopig, niet vaststaand en wordt aangepast vanuit elke nieuwe ervaring.”*

Kwartiermakers zijn voorlopers in het vinden en creëren van gastvrije plaatsen en omgevingen. ‘Vermaatschappelijking van de ggz’ betekent er voor zorgen dat mensen met psychische kwetsbaarheid vriendelijk en open ontvangen worden in hun eigen buurt en ook in organisaties buiten de geestelijke gezondheidszorg. Respect en openheid voor het verschillend zijn, is hierbij de basisgedachte. Hulpverleners zijn bereid om buurtbewoners en organisaties nabij te zijn, op dezelfde manier als ze de mensen nabij zijn die ze begeleiden. Als men de naaste en ruimere omgeving echt wil betrekken, dient men deze ook mee te ondersteunen.

Peter Dierinck schreef erover in *“Hoop verlenen”* (Witsand, 2017)

■ een proces en de tijd die daarvoor nodig is

Tegenover de haven is *Windsor*, vroeger een hotel waar nu mensen met eetproblemen worden opgevangen via Open Dialogue. *Windsor* is een onderdeel van *Center for Bo-området* (Centrum voor Woonomgeving), dat heel wat huizen heeft opgestart doorheen Aarhus. In tegenstelling tot de CBH-projecten, is het de bedoeling dat mensen weer leren om zelfstandiger te wonen en dus het huis zullen verlaten. Sune Kragelund, Trine Thyge Johansen en burger Nikolaj organiseren een Open Dialoguebijeenkomst samen met ons. In dit huis blijkt er bijzonder veel aandacht voor het bereiken van concrete, persoonlijke doelen. Vanuit het samen spreken en nadenken over de eigen persoonlijke ervaringen wordt ook in de keuken een ruimtelijke ordening gecreëerd zodat elk een hier kan eten, samen met meer of minder begeleiders of andere bewoners.

16

Vanuit de sociale psychiatrie vindt Open Dialogue ook geleidelijk zijn weg in de residentiële psychiatrie. Sommige ziekenhuizen in de regio willen nog vaak snelle en pasklare antwoorden, ook overheden verwachten dat. Dit is niet de bedoeling van Open Dialogue, het ondersteunt een proces en de tijd die daarvoor nodig is. Nikolaj vertelt ons dat hij in *Windsor* vooral gezien wordt vanuit zijn krachten en in het psychiatrisch ziekenhuis eerder vanuit datgene wat niet goed meer lukt.

We bezoeken *Tuestenhuse*, ook een huis van Center for Bo-området. In *Tuestenhuse* verblijven burgers met een ernstige psychotische kwetsbaarheid en gerelateerde drugproblematiek. Het is een sfeervolle omgeving met veel huisjes waar mensen individueel wonen, mooi geïntegreerd in de rest van de wijk. Velen van hen verbleven heel lang in een psychiatrisch ziekenhuis en leken vooraf sterk geïnstitutionaliseerd. Kenneth Sandell Henriksen gelooft dat Open Dialogue mensen terug meer verantwoordelijkheid en regie kan geven. Ook Kenneth heeft het net als iedereen hier consequent over borger als hij over de mensen spreekt.

Burgers van *Tuestenhuse* zorgen samen voor het middagmaal en we schuiven mee aan tafel. Kenneth praat over de werking van dit kleinschalige project – in dezelfde geest van kwartiermaken noemt hij het een voorlopige tussenstap, die zichzelf, op termijn, overbodig zou kunnen maken. Hij ziet Open Dialogue heel breed toegepast als het juiste middel om mensen samen te brengen, waardoor voor een aantal mensen geen aparte voorzieningen meer zouden nodig zijn. Niet enkel de persoonlijke netwerkbegeleidingen, ook de gezamenlijke huisbijeenkomsten verlopen volgens dezelfde Open Dialogueprincipes – telkens opnieuw op maat van het dagelijks leven, dat zich geleidelijk weer ontrolt. Kenneth heeft het opnieuw over een spectaculaire daling van het aantal conflicten (-75%). Hij schetst verder dat de geestelijke gezondheidszorg in Aarhus een eerste veranderingsgolf kende in 2007, bij de introductie van de herstelvisie. Ontwikkelingen rond visie en praktijk van herstelondersteunende zorg hadden op die manier al een belangrijke nieuwe basis gelegd, maar dit zorgde nog te weinig voor concrete veranderingen op grotere schaal. De tweede golf heeft zo'n vijf jaar geleden in Aarhus voor een échte boost gezorgd: met de introductie van Open Dialogue



werd de herstelvisie meer gericht doorvertaald naar de dagelijkse praktijk van vele innoverende projecten.

“*I’m an artist.*” Kirsten loopt trots op ons af en toont ons uitbundig haar eigen stekje, waar ze vooral ongestoord kan werken. Tussen haar vele schilderijen en tekeningen hangen foto’s van 15 kinderen uit Afrika die ze financieel en moreel steunt.

■ altijd nieuwe kansen

De teamleden van *Psykiatriens Hus* (Huis van de Psychiatrie) hadden dit nieuwe initiatief liever een andere naam gegeven die meer naar burgers verwijst. Dit huis bestaat nog maar enkele maanden en is een samenwerking tussen twee teams. We spreken met de twee teamleiders, Tanja Prlac Jessen en Dorthe Mikkelsen, die vroeger op een crisisafdeling dan wel mobiel werkten, en ze getuigen dat de aanpak in niets meer lijkt op een klassiek psychiatrisch ziekenhuis. Hier wil men vooral twee systemen integreren: de sociale omgeving en de behandeling – met 2x8 bedden voor opname, crisiszorg, outreaching, dag- en nachthospitaal onder één dak. Ook hier hebben Diana Østergaard en Peter Schulz het over *home first*: sommige mensen die zelfstandig willen wonen, moeten de kans krijgen om te wennen, bijvoorbeeld door een heen-en-weer beweging tussen thuis en een afdeling. Het is dus niet voldoende hen een woning te geven. Dit *huis voor de burgers*

wil daarom ook slaappleaatsen ter beschikking stellen. Andere mensen die ondersteuning zoeken, kunnen overdag binnenlopen. Hier huist ook een soort teleonthaaldienst, een wellness en een acupunctuur. En moet het nog gezegd, alle bijeenkomsten, ook het werkoverleg, zijn Open Dialogue-gestructureerd.

Het huis van *Ungetilbuddet* (Jongerenaanbod) *Malmøgade* kwam er op vraag van de lokale overheid. Van de 700 daklozen in Aarhus zijn de helft minder dan 40 jaar. De bewoners hier zijn tussen de 18 en 24 jaar. Ze hebben “*social challenges beyond homelessness*” (criminaliteit, psychische problemen, druggebruik), men moet bij de intake bijna bewijzen dat je problemen ernstig genoeg zijn. De visie is hier om jonge mensen altijd nieuwe kansen te geven, steeds weer opnieuw. Agressie wordt niet getolereerd, maar er is een tijdelijke timeout. Bij terugkomst houden Christen Bisgaard en Winni Søndergård Ravn een Open Dialogue bijeenkomst om na te gaan waar het de vorige keer moeilijk liep. De 14 appartementen zijn altijd volzet en tweemaal per week worden nabehandelingbijeenkomsten georganiseerd. Men werkt hier ook veel samen met studenten als vrijwilligers; jongeren willen graag leeftijdsgenoten als buddy.

We horen hier nog eens de visie van Aarhus “*iedereen moet een plaats hebben om te slapen*”. Opvallend is ook dat alle teamleden in al deze kleinschalige voorzieningen niet alleen gedifferentieerd en zeer aanvullend op elkaar werken, maar altijd samen op zoek gaan om iemand een slaapgelegenheid te kunnen geven.

■ een nieuwe open ggz

Helle Vase en Anette Hansen begeleiden Open Dialogue-trainingsdagen in Brandbjerg Højskole, waar we 's avonds ook op bezoek gaan. Deze opleidingen gaan gepaard met heel veel herbronning: nieuwe inzichten en verse skills, vaak via rollenspelen. In de gesprekken met Helle en Anette valt ons extra op hoe anders en meer verbindend hier wordt geluisterd. Ook de cursisten waarmee we informeel wat uitwisselen, getuigen spontaan hoe deze Open Dialogue-opleiding en -praktijk hen meer *open en flexibel* heeft gemaakt, zeker in het samen omgaan met onvoorspelbaarheid en het creëren van nieuwe kansen. Hoe complex of met vallen en opstaan ook, wat men op deze manier samen draagt en ondersteunt, heeft meer duurzame impact.

In alle ontmoetingen leerden we telkens mensen kennen die samen al een nieuwe open ggz hebben uitgebouwd, op enkele jaren tijd. Stevige ondersteuning vanuit een ander soort organisatie-management, gerichte opleiding en veel warme mensen hebben hier samen het verschil gemaakt. Het verhaal van de burger zelf met zijn omgeving, dat zet hier telkens opnieuw de toon. We praten tussen de bezoeken heel veel met elkaar over wat we hier horen, zien en meemaken. We proberen dit vast te houden. Na deze reis keren we terug met onze broekzakken volgesmokkeld met nieuwe ervaringen, ideeën en energie – om deze dan samen met de eigen compagnons verder te vertellen. We hebben nog een hele weg te gaan – maar een pad ontstaat door er samen op te lopen. Alles start met samen te leren en te ontdekken wat we nú al anders kunnen doen.

Open Dialogue is een methodiek die ontwikkeld werd door de Finse psycholoog en psychotherapeut Jaakko Seikkula en collega's, met sterke navolging in andere Europese regio's. Het is vooral een doelgericht systeem van psychiatrische zorg en behandeling, waarbij zo snel mogelijk verbinding en samenspraak met alle betrokkenen wordt georganiseerd, brede gesprekken waarin open naar de verschillende ervaringen en perspectieven wordt geluisterd. Op die manier kan ook samen naar mogelijke doelen, krachten, hulpbronnen en andere oplossingen worden gezocht – en kan tijd en toekomst worden gewonnen. Open Dialogue verloopt volgens een aantal inhoudelijke kernprincipes, waarmee men zich als hulpverleners ook organisatorisch telkens weer flexibel inpast aan de mensen en het moment zelf.

Zorgcircuit Psychose Noord-West-Vlaanderen is een samenwerking van voorzieningen, diensten en andere partners die werken met en voor mensen met een psychotische kwetsbaarheid. Naast andere gezamenlijke initiatieven engageert men zich rond de verdere ontwikkeling van vernieuwende praktijken - zoals Open Dialogue.

[www.verbindensprekenmetpsychose.com/
verder-met-open-dialogue.html](http://www.verbindensprekenmetpsychose.com/verder-met-open-dialogue.html)

Peter Dierinck

psycholoog bij Psychiatrisch Centrum Gent-Sleidinge

Dag Van Wetter

stafmedewerker zorg bij Psychiatrisch Centrum Sint-Amandus, Beernem