

Centrum voor geestelijke gezondheidszorg Andante werkt post-corona-aanbod voor psychische hulp uit

“Er wordt te weinig stilgestaan bij hoe jongeren zich voelen”



MARIE LESY, MAMA VAN URAS

“Online therapie maakt hem rustig”



FOTO RR

Marie Lesy en haar 7-jarige zoon Uras zijn al een tijdje in begeleiding bij Andante. Kort na de lockdown kreeg ze van het team het verlossende telefoontje dat de begeleiding online zou worden verdergezet. “Ik ben alleenstaande mama van een bijzonder kindje”, vertelt ze. “Een echte diagnose is er nooit gesteld, Uras is gewoon zeer eigenzinnig en moeilijk te sturen. Het vraagt van mij veel concentratie om de dingen op de juiste manier te formuleren, zodat er geen conflicten ontstaan. Bij de aankondiging van de lockdown was ik even in paniek. Hoe zou ik dit alleen moeten doen? En wat als ik het niet meer zou aan kunnen? Dat de therapie online is verdergezet is fantastisch. Uras accepteert de maatregelen wel, maar verzet zich enorm tegen het schoolwerk. Omdat ik niet wil en kan toegeven, leidt dat snel tot conflicten. Gelukkig kan ik bij de psycholoog mijn bezorgdheden ventileren en krijg ik handige tips en tricks aangereikt. Voor Uras zijn de sessies bij de psycholoog rustgevend, hij kikkert er ongelooflijk van op.” (kvh)

Het team van Andante: directeur Frieke Van Zundert, adjunct-directeur Anne Germon, psychologe Kim Kennis en via het scherm teamcoördinator Marleen Geldof.

FOTO VIKTORIANO MORENO

Moeten we een tsunami verwachten of zal het aantal mensen met een psychische hulpvraag meevallen? Het Antwerpse centrum voor geestelijke gezondheidszorg Andante werkt aan een post-corona-aanbod om de verwachte toestroom van kinderen, jongeren en volwassenen met psychische problemen op te vangen. “We zijn als maatschappij zeer hard getroffen, iedereen staat onder grote druk. Zeker ook kinderen en jongeren, dat wordt weleens vergeten. Met ons team staan we klaar om snel te handelen en te voorkomen dat mensen vastlopen.”

Ondanks de coronamaatregelen heeft de hulpverlening van Andante nooit stilgelegen. Lopende therapieën zijn verdergezet, zowel voor volwassenen als voor jongeren en kinderen.

“Crisissituaties hebben we face-to-face opgevangen, maar de meeste cliënten spreken we telefonisch of via video-call”, zegt Marleen Geldof, teamcoördinator volwassenen bij Andante. “Niet ideaal, want vrijuit praten over vertrouwelijke dingen is moeilijk als je met het hele gezin in lockdown zit. Toch is het aantal contacten met onze cliënten toegenomen. In plaats van een keer in de maand is er nu soms wekelijks contact.”

Leren lukt niet

Iedereen staat onder druk door de coronamaatregelen, maar in gezinnen met kinderen met een ontwikkelingsproblematiek, ADHD, autisme of andere psychische klachten zijn de spanningen hoog opgelopen.

“Er wordt te weinig stilgestaan bij wat kinderen en jongeren doormaken en te veel gefocust op onderwijs en op het cognitieve”, zegt Kim Kennis, psychologe van het kinderteam. “Nochtans komen kinderen en jongeren die zich niet goed voelen niet tot leren. Om zich te ontwikkelen hebben ze nood aan sociaal en fysiek contact, en aan zelfstandigheid. Door corona hebben ze die ontwikkeling deels moeten stopzetten. Ik heb kinderen gesproken die nooit buiten mogen, of die door hun ouders niet worden aangeraakt. Goedbedoeld, maar zeer ongezond. Gelukkig kunnen we dat tijdens de therapie weer rechttrekken.”

Smetvrees

“Mensen zitten in hun reserves”, zegt Marleen Geldof. “Door angst en onzekerheid zijn er meer spanningen en dat uit zich in veel meer relationele conflicten. Bij sommigen roept het opgesloten zitten traumatische herinneringen op. De maatregelen triggeren bijvoorbeeld doodsangsten bij cliënten die gevluht zijn voor een oorlog en maanden in schuilkelders hebben

Marleen Geldof

Teamcoördinator Andante

“Vrijuit praten over vertrouwelijke dingen is moeilijk als je met het hele gezin in lockdown zit.”

doorgebracht. Anderen wier problematiek gestabiliseerd was, krijgen te maken met een herval. Of mensen met smetvrees of hypochondrische klachten zien hun angsten bevestigd in de realiteit. Het is moeilijk hen gerust te stellen, maar we proberen hun emoties tot gezonde proporties terug te brengen.”

Het team van Andante verwacht een grote toestroom van nieuwe cliënten. Sinds eind april gaat het aantal nieuwe meldingen in stijgende lijn. Om de verwachte toestroom aan te kunnen, werkt Andante een speciaal post-corona-aanbod waarmee cliënten snel kunnen worden geholpen. “Omdat onze sector structureel ondergefinancierd is, werken we normaal gezien met wachtlijsten van enkele maanden tot een jaar”, zeggen adjunct-directeur Anne Germon en directeur Frieke Van Zundert. “Vandaag kunnen we dat niet maken. Daarom stippelen we in samenwerking met het CAW een kortdurend aanbod uit, waarmee we zeer kort op de bal kunnen spelen. Binnen de twee weken wordt een eerste afspraak gemaakt. In vijf tot vijftien gesprekken focussen we in samenspraak met de cliënt op de dringendste thema's. We hopen zo te vermijden dat mensen vastlopen. Voor jongeren en kinderen bekijken we op maat wat we extra kunnen doen om ook bij een toename van vragen zo snel mogelijk met een begeleiding te kunnen starten.”

KARIN VANHEUSDEN
www.andante.be

#CHECK CHECK CHECK CHECK JEZELF

Gaat het nog? Zorg je wel goed voor jezelf?

Er staat hulp klaar.

Kijk op checkjezelf.be

Voor als het moeilijk is, of nog beter: vóór het moeilijk wordt.

 **Vlaamse
overheid**

CHECKJEZELF.BE
ACTIEPLAN ZORGEN VOOR MORGEN