



Welkom in de Therapeutische Gemeenschap

Informatie voor de familieleden



Inhoud

Inleiding.....	4
De Therapeutische Gemeenschap	5
Rol van de familie.....	10
Bezoekdagen	11
Telefonisch contact	13
Familiegesprekken	13
Infodagen voor familieleden	15
Meedraai-dag	16
Bewoners met partners	16
Bewoners met kinderen	17
Met vragen kan je terecht bij de familiebegeleider	19
Wat bij ontslag tegen advies?	20
Betrokkenheid familie.....	21
Als je niet tevreden bent.....	22
Zelfhulpgroepen	23

Inleiding

Jouw kind, partner, broer, zus of ander familielid is opgenomen in de Therapeutische Gemeenschap van De Spiegel. Wanneer iemand een ernstig drugprobleem heeft en hiervoor opgenomen dient te worden is dat voor de familie een ingrijpende gebeurtenis. Wij proberen daarom familieleden zo goed mogelijk te informeren en te betrekken bij de behandeling. Wij zien dat de slaagkansen van de behandeling toenemen door het betrekken van de familie. De hulpverleners van TG De Spiegel, de familie en de bewoners hebben elkaar nodig.

De Therapeutische Gemeenschap (TG)

In de Therapeutische Gemeenschap zal je opgenomen familielid samenleven met een vijftiental lotgenoten - allen mensen met een verslavingsgeschiedenis - en dit onder begeleiding van een professioneel team. De TG is een **groepsbehandeling**: je opgenomen familielid woont, leeft en werkt in groep. Daarnaast werkt hij of zij samen met de groep aan de vaardigheden en de veranderingen in levensstijl die nodig zijn voor een clean leven. Omdat het verblijf anderhalf jaar zal duren, noemen we de mensen die bij ons verblijven 'bewoners'.

De kracht van de groepsbehandeling bestaat eruit dat bewoners elkaar **steunen** tijdens de opname. Daarnaast wordt er ook verwacht dat zij confrontaties over elkaars gedrag en houding niet uit de weg gaan en elkaar confronteren om verandering te bereiken. Mensen die verslaafd geweest zijn, helpen elkaar dus om te veranderen. Naast het concept van **zelfhulp** staan de waarden verantwoordelijkheid, eerlijkheid, solidariteit en respect centraal. De leefgroepbegeleiders superviseren en begeleiden de bewonersgroep hierin.



De TG functioneert als een mini-samenleving met een **hiërarchische structuur**. Alle bewoners hebben een plaats in de structuur die bepaalt welke taken iemand heeft en hoeveel verantwoordelijkheid hij draagt. Er is een keukenploeg, een huishoudploeg en een ploeg voor de klussen en het onderhoud van de tuin; elke ploeg heeft een verantwoordelijke met medewerkers.

Het hoogste bewonersniveau is de coördinator die verantwoordelijk is voor het sturen van de werkzaamheden binnen de groep. De plaats in de structuur wisselt regelmatig, waardoor iedereen de kans krijgt om met de verschillende rollen om te gaan. Op deze manier zijn de bewoners (onder supervisie van de leefgroepbegeleiding) zelf verantwoordelijk voor het reilen en zeilen in de TG.



Onderlinge spanningen, frustraties en persoonlijke problemen kunnen worden besproken in **groepsessies**, die begeleid worden door professionelen.

Daarnaast heeft de TG ook een aanbod op het vlak van psycho-educatie, vaardigheidstraining, terugvalpreventie en psychotherapie. Het psychotherapeutisch aanbod gebeurt vooral in groep; individuele therapie gebeurt enkel op vraag of op indicatie.



Het therapeutisch programma bestaat uit verschillende modules. De eerste drie modules vinden plaats in de leefgroep en duren elk drie maanden. Tijdens de eerste module staat het loskomen van de drugs en de drugwereld centraal. Het voorbeeld en de steun van de 'oudere' bewoners spelen hierbij een belangrijke rol. De nieuwe bewoner probeert zich te integreren in de leefgroep en zich de therapeutische middelen eigen te maken. Hij maakt een inventaris op van zijn situatie en begint 'puin te ruimen' door de aanpak van zijn eventuele schuldenlast en justitieel dossier. De therapeutische correcties gebeuren vooral op gedragsvlak: het leren hulp vragen en rechtstreeks communiceren in plaats van af te reageren. De bewoners gaan tijdens deze module niet alleen naar buiten vanwege het risico op herval.

Vanaf de tweede module wordt er zelfstandig naar buiten gegaan en is de uitdaging om zich op een cleane wijze buiten de TG te begeven. Van dan af gaat men op vrije avond of vrije weekenddag om nieuwe vormen van ontspanning en genieten te ontdekken. Om hen te ondersteunen en te zorgen voor veiligheid worden ze begeleid door een medebewoner. Op therapievlak wordt naast de gedragscorrectie het emotioneel werk tijdens de psychotherapeutische groepen intensiever gestimuleerd.

In de derde module krijgt men meer mogelijkheden om het leven buiten de TG uit te bouwen: sport- en vrijetijdsactiviteiten kunnen wekelijks in clubverband bezocht worden. De uitdaging ligt in cleane contacten te leggen met mensen buiten de TG: familie, oude en nieuwe cleane vrienden. Binnen de leefgroep krijgt de bewoner de grootste verantwoordingen binnen de bewonersstructuur. Via terugvalpreventie-sessies krijgen ze inzicht in hun valkuilen voor mogelijk herval in gebruik.

Het uiteindelijke doel van de TG is **re-integratie**: het vinden van een plek in de maatschappij zonder dat het druggebruik hun leven beheerst. Daarom volgt er na de fase in de leefgroep een periode in het tussenhuis. Daar bereiden bewoners zich gedurende een zestal maanden voor op hun terugkeer in de maatschappij. Ze wonen samen met enkele andere bewoners in een door de TG gehuurd huis te Lovenjoel en bouwen daar steeds meer een zelfstandig leven uit. Via arbeidstraject-begeleiding zoeken ze uit wat hun wensen en mogelijkheden zijn op het vlak van tewerkstelling en/of opleiding. Ze zoeken een zinvolle dagbesteding (vrijwilligerswerk, opleiding of werk) en vullen hun vrije tijd zinvol in – liefst in clubverband. Ze bouwen geleidelijk aan een nieuwe vriendenkring uit of gaan een relatie aan. Uiteindelijk gaan ze op zoek naar een woonst.



Na de opname in de TG en het tussenhuis is er wekelijks **nazorg** voorzien, en dit gedurende één jaar na afronding van het programma. Deze nazorg bestaat uit individuele psychotherapie en groepssessies met (ex)bewoners.

Ook de omgeving, de familie van de bewoner, wordt in de behandeling maximaal meegenomen. In hetgeen volgt, wordt daar dieper op ingegaan.

Rol van de familie

Wij gaan ervan uit dat je aanwezigheid en steun de kans op een succesvolle behandeling van je opgenomen familielid zal vergroten. Ook na het programma is je steun essentieel. Zich opnieuw integreren in de maatschappij zal beter lukken als er thuis een netwerk is dat de ex-bewoner opvangt en steunt.

Je kan je opgenomen familielid ondersteunen door langs te komen op de bezoekdagen en infodagen, waar je meer informatie krijgt over de organisatie en werking van het therapeutisch programma. Hier krijg je ook de gelegenheid om met andere ouders en familieleden te praten.

Wanneer de bewoner het ermee eens is dat je betrokken wordt bij het programma, word je kort na de opname uitgenodigd voor een kennismakingsgesprek waar je je verhaal kan brengen. Jij kent je opgenomen familielid immers het best, waardoor je inbreng en informatie belangrijk is in het therapeutisch proces. Indien je ermee instemt, wensen wij graag met jou een samenwerkingsrelatie op te bouwen tijdens het verloop van de opname.



Gedurende de opname kan je met al je vragen terecht bij de familiebegeleider, die je samen met de bewoner doorheen het programma begeleidt.

Bezoekdagen

Tweewekelijks wordt er een familiebezoekdag georganiseerd op zondagnamiddag. Bij opname ontvang je een lijst met de exacte data en uren. Het is aan de bewoner om zelf te beslissen wie er op bezoek komt. Sommige bewoners verkiezen hun familie pas in een later stadium van hun therapie terug te zien; het is dan belangrijk dat je hiervoor begrip kan opbrengen.

Bewoners met een partner of kinderen kunnen wekelijks bezoek ontvangen; dit gebeurt op afspraak.

Omdat wij een drugvrije TG zijn, vragen we uiteraard aan de bezoekers om clean op bezoek te komen. Indien familieleden niet clean of nuchter op bezoek kunnen komen, hebben zij de mogelijkheid om in een aparte ruimte en met stafbegeleiding de bewoner te bezoeken in De Spiegel; voor dit bezoek dient vooraf een afspraak gemaakt te worden met de familiebegeleider.

Op de bezoekdagen wordt iedereen ontvangen in de living. Omdat we de bewoners willen leren zorgzaam gedrag te tonen ten aanzien van hun familie, treden zij op als gastheer of gastvrouw. Dat wil zeggen dat ze samen met de andere bewoners de ontvangst van familie zo aangenaam mogelijk maken door te zorgen voor o.a. zelfgemaakt gebak.

Halfjaarlijks wordt er een 'grote familiedag' gepland, waar de familie 's middags wordt uitgenodigd voor een barbecue (in de zomerperiode) of kerstdiner (in de kerstperiode).

Aan de familie vragen we om geen geschenken, sigaretten of geld mee te brengen. De bewoners zijn immers geen 'zieke patiënten',

waarvoor bezoekers iets dienen mee te brengen. Ze zijn gezond en in staat om hun familie zorgzaam te ontvangen.

Kleding kan door de familie meegebracht worden tijdens de eerste weken van de eerste module. Je geeft de meegebrachte spullen dan af aan de coördinator op bewonersniveau of diegene die de eindverantwoordelijkheid heeft. Vanaf de tweede module kan er slechts één keer per module kleding meegebracht worden; de bewoners moeten leren sparen voor kleding die ze nodig hebben. Zelfredzaamheid is een belangrijk onderdeel van de therapie. De bewoners moeten terug leren met geld om te gaan in plaats van zich op hun familie te beroepen.

Als je opgenomen familielid jarig is, is er de mogelijkheid om op de dag van de verjaardag op bezoek te komen in De Spiegel. Wij voorzien hiervoor twee uur, waarvoor de familie best vooraf een afspraak met de familiebegeleider maakt teneinde het moment van het bezoek te kunnen vastleggen. Op verjaardagen wordt er wel toegestaan dat de familie een geschenk meebrengt.



Telefonisch contact

Wekelijks kunnen de bewoners, indien zij dit wensen, rechtstreeks telefonisch contact opnemen met voor hun belangrijke familieleden. Er kunnen maximum twee telefoongesprekken per week doorgaan. Met andere familieleden is briefcontact mogelijk.

Vanaf de tweede module kunnen bewoners frequenter telefoneren. Ze moeten immers afspreken wanneer ze thuis op bezoek kunnen komen en wat er die dag gepland wordt. Ook kunnen zij andere familieleden en vrienden, indien dit op voorhand werd overeengekomen, via deze weg bereiken.

Omgekeerd echter is het **niet mogelijk voor familieleden om te telefoneren naar de bewoner**. Bij problemen of vragen kan jij de familiebegeleider telefoneren; deze is elke dinsdag en donderdag bereikbaar (016 46 10 18). In geval van hoogdringendheid vraag je naar een ander staflid van de TG.

Familiegesprekken

Wanneer de bewoner het eens is dat jij wordt betrokken bij het programma, word je om de zes weken uitgenodigd voor een familiegesprek. Hier komt de bewoner en zijn familie samen met de familiebegeleider van De Spiegel om de evolutie in het programma te bespreken. In deze gesprekken worden eveneens allerlei afspraken gemaakt: het verloop van de vrije weekends, de behoeften bij ontslag tegen advies, wat te doen als de bewoner wegloopt en/of in crisis geraakt. Indien er zicht is op afronding van het programma worden de mogelijkheden voor nazorg besproken. Ook als je andere vragen hebt, wordt er tijd gemaakt om deze zorgvuldig te bespreken.

Doorgaans is het eerste familiegesprek zonder bewoner. Zo kunnen wij de familie wat leren kennen en jullie ons. Jullie krijgen dan infor-

matie over het verloop van het programma. Vanaf het tweede gesprek wordt de bewoner mee betrokken.

In de gesprekken met ouders kunnen ook onderwerpen uit het verleden aan bod komen, die je kind al heel lang met jou had willen bespreken. Want hoe oud men ook is, op elk moment van het leven kunnen die oude kind-ervaringen weer de kop opsteken en pijnlijk de aandacht opeisen. Als je hier als ouder voor openstaat, kan dat verhelderend zijn en kan het je kind een hulp bieden bij die verwerking. Soms kan dit betekenen dat je zelf wordt geconfronteerd met moeilijke eigen gevoelens en ervaringen. Dat is vaak onvermijdelijk als nare of moeilijke dingen het onderwerp zijn van het familiegesprek. Maar uiteindelijk moeten jullie er allemaal beter van worden.

Ook vanuit het standpunt van de ouders kan het zijn dat de onderlinge relatie, nu het kind volwassen is, niet wordt wat je ervan hoopte of verwachtte en kan dit bespreekbaar gesteld worden. We beseffen immers dat als je kind een verslavingsprobleem heeft, dat ook invloed heeft op zijn familie. Het omgaan met iemand met een verslavingsprobleem is voor veel mensen dan ook zwaar en ingewikkeld. En andersom: het gezin heeft invloed op hoe het met de bewoner gaat.

In de familiegesprekken gaan bewoners samen met hun ouders, partner en vaak ook met broers en zussen, aan het werk. Jullie als gezin beschikken immers over krachtbronnen en zijn in staat om naar oplossingen te zoeken en verandering te brengen. Wij willen deze bronnen mobiliseren zodat jullie er als gezin sterker van worden. Zo kunnen jullie er samen voor zorgen dat het ook thuis beter gaat.

Infodagen voor familieleden

Om je familielid goed te kunnen ondersteunen tijdens het verblijf in de TG is het nodig dat je voldoende kennis hebt over de werking van de TG. Daarom worden er regelmatig infodagen voor familieleden

georganiseerd waar je uitleg krijgt over de verschillende modules van het programma en thema's die daarbij komen kijken. Je hoeft hiervoor niet extra naar De Spiegel te komen. Deze infodagen worden gekoppeld aan de bezoekdagen op zondag en starten telkens om 11 uur.

Indien je opgenomen familielid ermee instemt dat jij hier naartoe komt, zal je hiervoor een schriftelijke uitnodiging krijgen.



Tijdens deze momenten krijg je de gelegenheid om met andere familieleden te praten. Voor velen onder jullie is het vaak niet mogelijk om in je omgeving je verhaal te doen omdat niet iedereen begrijpt wat jij doormaakt met je opgenomen familielid. In onze praatgroep kan je je verhaal delen in een sfeer van vertrouwen en begrip, zonder de angst om beoordeeld te worden. Je kan er luisteren naar het verhaal van anderen en begrip ervaren door mensen die 'echt' begrijpen omdat zij in dezelfde situatie verkeren.

Meedraai-dag

Eén keer per jaar wordt er aan de familieleden de mogelijkheid gegeven om het leven in de TG aan den lijve te ondervinden. Je kan dan gedurende één dag meedraaien als bewoner in de structuur en proeven van de therapie die ze hier doorlopen. Deze meedraai-dag wordt meestal gepland in de maand maart of april. Nadat je een uitnodiging hebt ontvangen, kan je je hiervoor inschrijven.

Bewoners met partner

Indien je een partner hebt die is opgenomen in de TG kan je extra op bezoek komen, zodat jullie elkaar wekelijks kunnen zien. Als je, als partner, clean bent, vindt dit bezoek plaats in de gemeenschappelijke ruimtes van de TG. Tussendoor is er regelmatig telefonisch contact mogelijk. Je bent ook welkom op onze infodagen. Vanaf de tweede module kunnen jullie elkaar ontmoeten buiten De Spiegel tijdens vrije weekends; weliswaar steeds onder begeleiding van een medebewoner. Er bestaat ook de mogelijkheid om het privilege aan te vragen voor meer privacy; jullie kunnen elkaar dan alleen op de kamer in de TG zien. Een weekend(dag) doorbrengen alleen met z'n tweeën kan pas vanaf de derde module.

Als jij, als partner, niet clean op bezoek kunt komen, is er bezoekmogelijkheid in een aparte ruimte en onder stafbegeleiding.

We beseffen dat een opname in een TG een enorm zware druk legt op een partnerrelatie. Het contact met elkaar, maar vooral de privacy, wordt sterk ingeperkt. Toch zijn veel koppels bereid dit offer te brengen, omdat ze elkaar vaak al jaren 'verloren' hebben omwille van het gebruik. In partnergesprekken - onder begeleiding van de familiebegeleider - kan je je specifieke behoeften naar je partner en zijn of haar opname bespreken. Jullie worden ook begeleid in het vinden van een nieuwe afstemming op elkaar in het proces van je partner om een cleane toekomst uit te bouwen.

Bewoners met kinderen

Kinderen kunnen wekelijks op bezoek komen indien er vóór de opname ook regelmatig contact was met zijn of haar ouder die is opgenomen. Tussendoor kan er regelmatig telefonisch contact zijn. Als er meerdere bewoners met een kind in de TG verblijven, worden er gemeenschappelijke kinderweekends georganiseerd waar het kind in het weekend kan komen logeren in de TG; deze weekends gaan meestal door tijdens de schoolvakantieperiodes.

Vanaf de tweede module kunnen er extra vrije weekends aangevraagd worden voor bezoek aan kind(eren). Alle afgesproken contacten tussen het kind en de bewoner verlopen in samenspraak met de andere ouder, pleegouder of pleeggezinnendienst.

Het verloop van de bezoeken, vrije weekends en kinderweekends wordt door de bewoner besproken in groepen en in familiegesprekken. In de oudergroep kan de bewoner terecht met specifiekere vragen met betrekking tot het kind en wordt er opvoedingsondersteuning aangeboden.



Voor het kind zal het van belang zijn dat die voldoende begrijpt waarom zijn of haar ouder opgenomen is en waar deze verblijft. Hoe dit aan een kind wordt uitgelegd, kan samen met de familiebegeleider bekeken worden.



Met vragen kan je terecht bij de familiebegeleider

Gedurende de volledige duur van de opname van je familielid, kan je terecht voor je vragen bij de familiebegeleider. Deze maakt deel uit van het team en heeft de bewoner als cliënt, maar is niet rechtstreeks betrokken bij de leefgroepbegeleiding en psychotherapie van de bewoner. De familiebegeleider begeleidt de bewoners op het vlak van hun context, begeleidt de familiegesprekken en praatgroepen. Voor familieleden is de familiebegeleider de link met de TG.

In het begin van de opname zal aan je opgenomen familielid gevraagd worden of de familiebegeleider de toestemming krijgt om je vragen te beantwoorden en/of jou te ondersteunen. Er worden dan ook afspraken gemaakt over welke informatie aan welke familieleden kan worden gegeven, rekening houdend met de privacy van de bewoner. Ons uitgangspunt is uiteraard dat de bewoner zelf de familie informeert, maar soms kan het zijn dat er bij de familie nog onduidelijkheden zijn of dat je met bepaalde gevoelens kampt. In dat geval kan je bij de familiebegeleider terecht.

Als je vertrouwelijke informatie aan de familiebegeleider geeft, zal deze niet zonder je toestemming aan de bewoner doorgegeven worden. De familiebegeleider zal je wel stimuleren om hierover in dialoog te gaan met je familielid.

Wat bij ontslag tegen advies?

Het kan gebeuren dat een bewoner tegen advies vertrekt of wordt geschorst. In geval van vroegtijdig ontslag proberen wij tegemoet te komen aan de behoeften van zowel de bewoner als de familie. In de eerste familiegesprekken kunnen jij en de bewoner deze behoeften kenbaar maken. Jullie kunnen ook samen afspreken wat te doen als de bewoner in crisis geraakt of dreigt te geraken en/of wordt geschorst tijdens de opname.

Indien je als familielid actief hebt meegewerkt aan het programma, zal de familiebegeleider de familie verwittigen in het geval van ontslag of schorsing. De bewoner wordt van deze algemene regel op de hoogte gesteld tijdens zijn verblijf en bij zijn vertrek.

Bij impulsief vertrek kan een bewoner zich binnen 24 uur terug aanmelden in de TG. Belangrijk is echter wel dat de bewoner clean bleef tijdens deze 24 uur. Indien een bewoner verkiest om niet terug te komen, kan hij gebruik maken van nazorggesprekken. In deze gesprekken zal een hulpverlener van de TG samen met de bewoner een 'plan' opstellen. Eventuele doorverwijzingen kunnen ook besproken worden. Deze nazorggesprekken gelden niet enkel voor de bewoner, ook de familieleden kunnen nog op gesprek komen bij de familiebegeleider.

Indien de opname in de TG ontoereikend is en de TG beslist om over te gaan tot een doorverwijzing, wordt de familie hierbij betrokken. Dit kan alleen mits instemming van de bewoner.

Wanneer de bewoner niet wil dat de familie wordt betrokken

In het opnamecontract wordt er voor iedere bewoner een contactpersoon uit de familiekring vastgelegd. Meestal is de bewoner het er ook mee eens dat de familie geïnformeerd en betrokken wordt bij de behandeling en maakt hij hierover zelf een afspraak met zijn familie. Maar dat is niet altijd het geval.

Sommige bewoners verkiezen bepaalde familieleden pas in een later stadium van hun therapie terug te zien. Soms willen ze (tijdelijk) niets te maken hebben met de familie. Hier kunnen allerlei redenen voor zijn: schaamte en schuldgevoelens, angst of andere moeilijkheden vanuit het verleden. Het is dan belangrijk dat je hiervoor begrip kan opbrengen. Deze thema's zullen aan bod komen in de therapie van de bewoner. Ook de familiebegeleider zal bekijken of de familie geïnformeerd mag worden en/of het contact hersteld kan worden.

Zonder de toestemming van de bewoner is de informatie die de hulpverleners aan familie mogen geven echter beperkt (d.i. algemene informatie over het behandel aanbod) omwille van de wet op bescherming van de persoonlijke levenssfeer van de patiënt.

Als je niet tevreden bent

Wij hopen natuurlijk dat je tevreden bent over de contacten met de hulpverleners van TG De Spiegel en de zorg die je familielid krijgt. Maar het kan zijn dat je vragen niet naar tevredenheid beantwoord worden of dat er een verschil van mening is met de hulpverlener over de wijze waarop je als familielid bij de behandeling betrokken wordt. Ook kan je klachten hebben over de omgang van hulpverleners van TG De Spiegel met jou.

We vinden het belangrijk om ongenoegen en klachten van familie zo vroeg mogelijk te horen. Hierdoor kunnen deze meestal snel worden opgelost.

Het is vaak het beste om je klacht eerst te bespreken met degene tegen wie je klacht zich richt, of met de familiebegeleider of met de leidinggevende van de TG. Indien dit niet volstaat, kan je terecht bij de algemene directie van De Spiegel. Misschien kun je tot een oplossing komen.

Zelfhulpgroepen

Heb je nog meer behoefte aan ondersteuning en gesprek, dan kan je terecht bij verschillende soorten familieorganisaties:

- www.similes.be (Similes is een vereniging voor gezinsleden van personen met psychiatrische problemen)
- www.bubbelsbabbels.be (Bubbels en Babbels biedt hulp voor gezinnen met jonge kinderen van ouders met een afhankelijkheidsproblematiek)
- www.zelfhulp.be (Biedt een overzicht van bestaande zelfhulpgroepen voor familieleden van verslaafden per regio)

Contactgegevens



Therapeutische Gemeenschap

Pellenbergstraat 160

3010 Kessel-Lo

☎ 016 46 10 18

☎ 016 46 40 15

www.despiegel.org

Familiebegeleider TG De Spiegel

Bereikbaar op dinsdag en donderdag

016 46 10 18 (algemeen nummer De Spiegel)

Katty.debremaeker@despiegel.org