

“We helpen deze jongeren door onze krachten te bundelen”

Jongeren met een borderline persoonlijkheidsstoornis (BPS) kunnen door hun emoties en gedrag worstelen met zichzelf en hun omgeving. Toch is behandeling goed mogelijk, vertelt dr Christel Hessels, klinisch psycholoog en leidinggevende bij *Helping Young People Early* (HYPE), een programma voor de diagnostiek, behandeling en wetenschappelijk onderzoek bij jongeren (12 – 25 jaar) met BPS, dat sinds 2022 TOPGGz erkend is. Hoe eerder deze hulp geboden wordt, hoe beter. Hessels hoopt daarom dat sociale wijkteams niet schromen om gebruik te maken van de expertise van HYPE.

TEKST: MICHEL VAN DIJK BEELD: PIXABAY/ALEXAS_FOTOS

Sterk wisselende emoties, vriendschappen en relaties die van hecht en intens plotseling omslaan naar heftige conflicten of zelfs verbreking van het contact, zelfbeschadiging, suïcidale gedachten en soms ook suïcidale plannen, het is voor jongeren zelf en de mensen om hen heen soms zwaar om om te gaan met de problemen van een borderline persoonlijkheidsstoornis (BPS). Daarmee heeft BPS niet alleen een impact op de jongere zelf, maar vaak ook op diens omgeving, zoals familie, vrienden en school.

Zorgverleners zijn vaak terughoudend om de classificatie BPS bij jongeren vast te stellen, constateert Hessels. Ze snapt dat wel, want BPS kan voor jongeren een stigma betekenen waar ze langere tijd last van kunnen houden. Tegelijkertijd, benadrukt ze, weten we dat een BPS bij jongeren een krachtige voorspeller is voor forse problemen tot ver in de volwassenheid. “Juist daarom is het belangrijk dat we zo snel mogelijk de problemen van deze jongeren onderkennen, diagnosticeren en behandelen. Hoe eerder je erbij bent, hoe gunstiger de prognose. Juist als je er vroeg bij bent, blijken de persoonlijkheidsproblemen van de jongere best veranderbaar. Je kunt dan met een minder langdurige behandeling goede resultaten behalen.”

In je dagelijks leven toepassen

De behandeling bij HYPE is intensief en duurt plusminus een half jaar. Hessels: “Voornaamste doel is de gezonde ontwikkeling van de jongere te bevorderen. Dan gaat het over hoe de jongere school of opleiding, een baantje of het contact met vrienden goed kan volhouden. Kortom, zaken die voor iedere adolescent, dus ook voor deze jongeren, belangrijk zijn.”

De behandeling bestaat onder andere uit individuele psychotherapie. Jongeren krijgen daarin meer inzicht

in hun soms schadelijke gedragspatronen, die vaak al in hun vroege jeugd ontstaan zijn. “Daarnaast onderzoeken we samen met hen wat minder schadelijke of zelfs helpende gedragsalternatieven kunnen zijn. Die proberen ze uit. Want aan inzicht alleen heb je niet zoveel, je moet het kunnen toepassen in je dagelijks leven. We werken daarom veel met systeeminterventies waarbij we de naasten van de jongere, ouders, of soms een partner, betrekken bij de behandeling. Juist omdat veranderen moeilijk is, heb je alle steun nodig van de mensen om je heen.”

HYPE biedt verder psychosociale behandeling. “Of zoals een van mijn cliënten het noemt: ‘Mijn dagelijks-leven-therapie’. Hoe oefen je met de nieuw aangeleerde gedragspatronen op school, op je werk, met vrienden? Als je je hele leven al niet gezien of afgewezen voelt, kan het moeilijk zijn om in sociaal contact met anderen voor jezelf op te komen of compromissen te sluiten. Het kan dan misgaan als een docent je aanspreekt of je leidinggevende feedback geeft. Je hebt nooit geleerd hoe daarmee om te gaan. Het is daarom goed om dat te oefenen. Dat doen de jongeren niet alleen, ze worden daarbij geholpen door onze psychosociale behandelaren.”

Gemiste kans

HYPE is een jong programma, dat sinds 2016 in Nederland bestaat. Vandaar dat nog niet alle huisartsen of reguliere ggz-instellingen, de voornaamste verwijzers, het kennen. Datzelfde geldt voor de gemeentelijke (sociale) wijkteams die vanuit de Jeugdwet vaak eerste aanspreekpunt zijn voor jongeren onder achttien jaar met psychische problemen. Dus ook voor jongeren met borderline persoonlijkheidsproblematiek.

Hessels hoopt dat de zorgprofessionals in deze wijkteams de kenmerken van persoonlijkheidsproblemen bij deze



jongeren beter gaan herkennen en dat ze, als ze in het contact met deze jongeren vastlopen, bij HYPE aan de bel trekken voor consultatie en ondersteuning. “Dat gebeurt nog te weinig. We zien dat zorgverleners soms te lang wachten, de jongere vervolgens in crisis raakt, en dat de zorgverlener dan denkt: ‘De ggz moet dit oplossen’. Dat is een gemiste kans. Zeker wanneer een jongere op een ggz-wachlijst komt of behandeling niet of te laat op gang komt, betekent dit dat die een faalervaring rijker is. We horen helaas regelmatig terug van jongeren: ‘Ik ben toch niet te helpen. Ik heb van alles geprobeerd, maar het gaat nog steeds niet goed’. Het is dan ook belangrijk dat jongeren zo snel mogelijk de hulp krijgen die bij hen past.”

Ggz is te hoge drempel

Dat betekent niet, benadrukt Hessels, dat de sociale wijkteams jongeren met borderline kenmerken per se moeten doorverwijzen naar HYPE. “Dat is vaak helemaal niet nodig. Wat we wél graag willen is dat sociale wijkteams ons inschakelen voor advies of meedenken in de vorm van consultatie of een second opinion. Wij hebben veel inhoudelijke expertise. Die delen we graag met alle zorgverleners die met deze jongeren te maken krijgen. Dat kan bijvoorbeeld in een driegesprek met de jongere, de wijkteammedewerker en een behandelaar van

ons. Wij kunnen dan onderzoeken hoe de problemen te begrijpen zijn en hoe je daarmee kunt leren omgaan. De jongere en de wijkteammedewerker kunnen daarna vaak samen verder. De jongere is daarmee veelal beter af, want het is vooral belangrijk dat zij snelle en laagdrempelige hulp krijgen, liefst in hun eigen buurt. De sociale wijkteams kunnen daarbij een belangrijke rol spelen. Voor jongeren is dat prettiger dan de stap te zetten naar de ggz. Dat is voor veel van hen een te hoge drempel.”

Benader ons, schakel ons in, liefst zo vroeg mogelijk, dat is de boodschap van Hessels aan alle zorg- en welzijnsmedewerkers in het sociale domein. “Dat kan een eenmalig consult zijn, maar zorgverleners zijn ook van harte welkom bij de studiedagen of bijvoorbeeld themaochtenden voor onze ketenpartners over ‘Zin en onzin over borderline bij jongeren’. Wij hebben veel kennis, de professionals in het sociale domein, de wijkteams, de sportclubs, de scholen hebben dat eveneens. Als we onze krachten bundelen en alle expertise delen, kunnen we echt om deze jongeren heen staan. We helpen hen daar enorm mee.”

www.ggzcentraal.nl/hype