

Papa's beklimming naar herstel



**Wat betekent het als je papa in de
forensische psychiatrie zit?
En wat staat hem en jou te wachten?**

Tekst: Peggy en Ine

Tekeningen: Ine

Lay-out: Dienst Communicatie

Dit boekje is gemaakt door Peggy (opvoedster) en Ine (maatschappelijk assistent), twee enthousiaste zorgverleners op Forensische zorg 4. Peggy is een volwassen KOPP-kind en heeft haar ervaringen met veel liefde verwerkt in dit boekje.

De start: papa aan de voet van de berg

Papa zit in de forensische psychiatrie. Dat betekent dat hij dingen gedaan heeft die niet oké waren, op een moment dat het in zijn hoofd te veel werd.

In plaats van een straf in de gevangenis, besliste de rechter dat papa internering kreeg. Dat is geen straf, maar een beschermingsmaatregel. Voor papa én voor anderen.

Papa krijgt nu hulp om terug helder te denken en om opnieuw te leren hoe hij met zichzelf en met anderen kan omgaan.



Zijn herstel?

Dat lijkt op een lange bergtocht.



Klaarmaken voor de klim

Elke klimmer heeft spullen nodig: een rugzak, stevige schoenen en vooral: een goed team.

Papa staat nu onderaan een steile berg. In zijn rugzak zitten:

- verdriet, schuld, verwarring
- vragen over het verleden
- de wil om te veranderen



Gelukkig is hij niet alleen:

Hij wordt begeleid door een team van psychiaters, therapeuten, verpleegkundigen en begeleiders. Zij helpen hem bij elke stap omhoog.

Stap voor stap omhoog

Een berg beklim je niet in één keer. Onderweg kom je rustpunten en moeilijke stukken tegen.

Papa's behandeling is opgebouwd uit verschillende veiligheidslijnen:

- Een behandelplan
- Therapieën (gesprekken, groepstherapieën, inhoudelijke groepsgesprekken...)
- Medicatie als dat nodig is
- Begeleiding in dagelijkse routines



Als papa even uitglijdt, valt hij niet helemaal terug naar beneden.

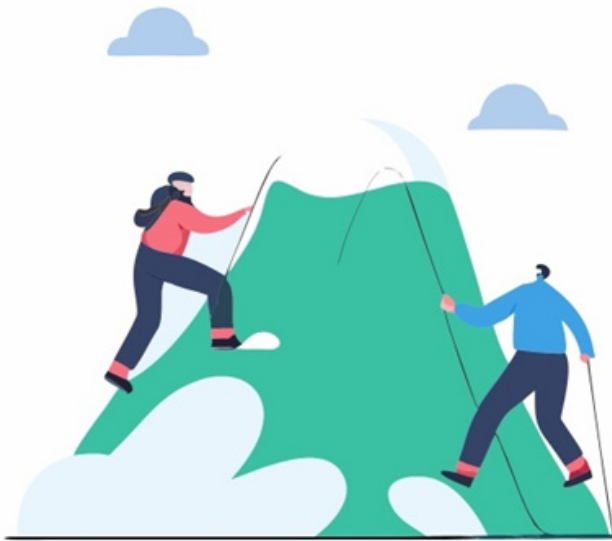
Hij hangt goed vast aan de touwen.

Zijn behandelend team begeleidt hem terug naar boven.



Tussenkampen: rust & vooruitgan

Zoals bergbeklimmers tussenkampen hebben, zijn er in het traject van papa ook momenten van rust en groei.



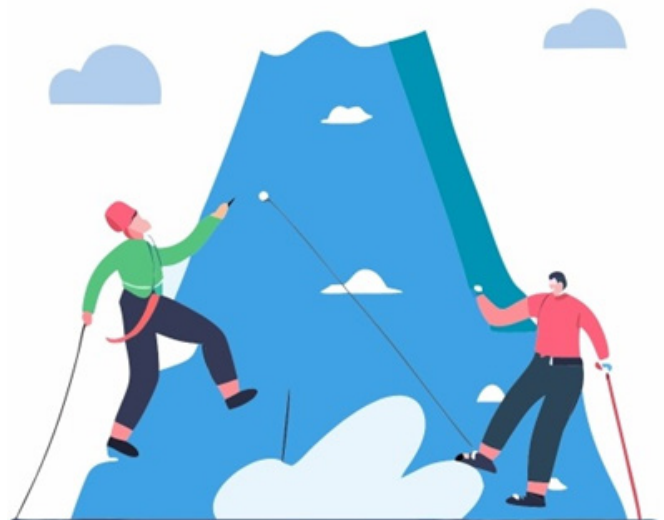
Startfase

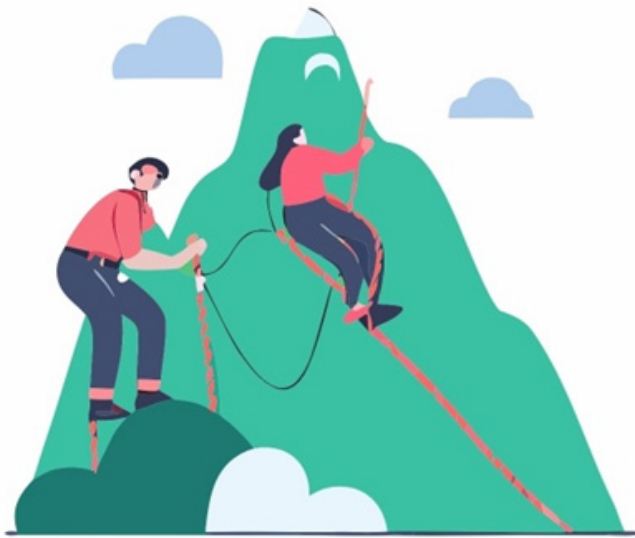
Alles is nog nieuw.

Papa blijft op de zorgeenheid en volgt therapieën.

Klimfase

Papa krijgt stapjes meer vrijheid: een wandeling op de campus, bezoek buiten de zorgeenheid, onder begeleiding buiten de campus.



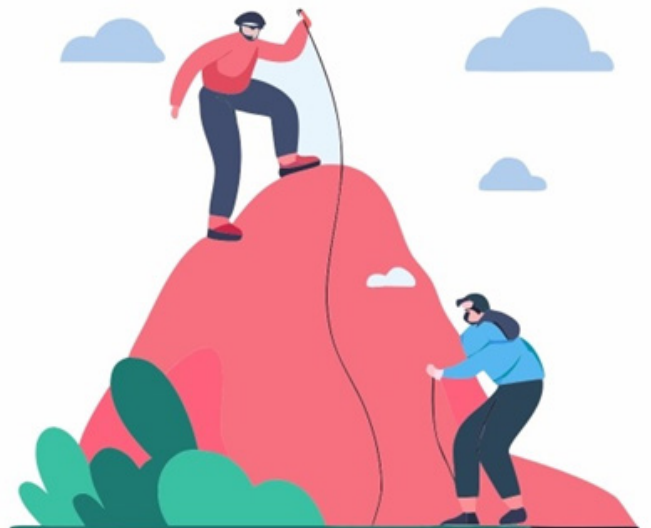


Verkenningfase

Papa oefent met echte situaties buiten het ziekenhuis (bijvoorbeeld werken, zelfstandig de buurt verkennen of op bezoek bij jou).

Topzicht

De bergtop komt in zicht. Papa is bijna klaar om het ziekenhuis te verlaten, maar blijft goed opgevolgd worden.



Elke fase vraagt kracht, inzicht en tijd. En soms is er een terugval. Dat hoort bij het traject.

En jij? Jij wandelt mee op je eigen pad

Jij staat misschien niet op papa's berg, maar je voelt de tocht zeker mee. Soms lijkt het alsof jij ook moet klimmen, met vragen zoals:

- “Waar is mijn papa?”
- “Wat zeg ik tegen anderen?”
- “Waarom voel ik me zo raar, boos of verdrietig?”



Jij hebt ook een rugzak...

Maar weet:

- Jij draagt niet de fouten van papa.
- Jij mag voelen wat je voelt. Alles mag er zijn: boosheid, liefde, verdriet, opluchting...
- Jij kiest zelf hoeveel je wil weten en delen.



Zeg je iets tegen anderen? Kies zinnen die goed voelen, bijvoorbeeld:

- “Papa krijgt hulp in een gesloten afdeling.”
- “Hij is ziek geweest en werkt aan zichzelf.”
- “Hij verblijft in een psychiatrisch centrum.”

Jij bent niet je papa. Jij bent jij. En jij doet het goed.

Wat komt er op het einde van de tocht?

Aan de top van de berg wacht niet 'alles zoals vroeger', maar een nieuw uitzicht. Papa heeft geleerd hoe hij het anders kan doen. Hij heeft meer inzicht in zichzelf. Maar ook:

- Hij weet wat zijn gedrag met anderen deed
- Hij heeft een plan voor de toekomst.
- Hij heeft geoefend om terug in het gewone leven te staan.



Waar papa zal wonen, hoeveel begeleiding hij nog zal nodig hebben, kunnen we niet op voorhand voorspellen maar dat zoeken we samen met papa uit tijdens de bergklim.

De eindbeslissing over zijn terugkeer ligt bij de rechter, in overleg met zijn behandelteam én met het netwerk rondom hem (waar jij deel van bent).



Nood aan steun of een luisterend oor?

Klimmen doe je niet alleen. Ook jij mag houvast zoeken:

Praat met iemand die je vertrouwt (thuis, school, familie)

Bel of chat anoniem met:

- [awel.be](https://www.awel.be) – voor jongeren (102 of chat)
- [tele-onthaal.be](https://www.tele-onthaal.be) – voor iedereen (106 of chat)
- [Familieplatform.be](https://www.familieplatform.be)

Of vraag of je zelf met een hulpverlener van papa mag praten. Dat kan gerust:

tel. 089 22 28 60 (zorgenheid van papa)

tel. 089 22 28 43 (sociale dienst)



Tot slot

Loyaliteit is soms verwarrend, je houdt van papa maar je bent ook teleurgesteld, bang, boos of alles tegelijkertijd.

Dat is normaal, maar onthoudt:

- Papa krijgt hulp en hij zet stappen
- Jij staat er niet alleen voor
- Jij bent belangrijk
- Jij bepaalt jouw eigen tempo, betrokkenheid en verhaal



**Elk traject is zwaar, maar ook hoopvol.
Met stevige schoenen, een veilig touw en
een goed team... geraakt papa stap voor stap
verder omhoog.**

Klimmen doen we samen.



Op de volgende pagina's kan je tekenen of schrijven hoe die nieuwe start eruit zal zien. Welke afspraken jullie maken, en wat jullie samen willen doen.

