

Omgaan met beperkingen door het coronavirus; aandacht voor verslaving en huiselijk geweld

Eric Blaauw, lector Verslavingskunde en forensische zorg Hanzehogeschool

Margreet van der Meer-Jansma, hogeschooldocent onderzoek Hanzehogeschool

Momenteel worden we allemaal getroffen door de maatregelen omtrent het coronavirus. Niet alleen wassen we vaker onze handen en houden we afstand tot elkaar, maar ook scholen zijn gesloten, samenscholingen zijn verboden en de meeste mensen verrichtten alleen nog thuis hun werk. Voor iedereen gaat dit gepaard met minder contacten met mensen buiten het gezin of met contacten via sociale media. Voor de meeste gezinnen is dit hinderlijk en vervelend. Voor gezinnen waarin een persoon een verslaving heeft, betekenen de maatregelen echter nog meer en kan er sprake zijn van grote problemen en dramatische omstandigheden.

Omgeving van een persoon met een verslaving

Bij een persoon met een verslaving worden gemiddeld vijf personen in de omgeving ook geraakt door de verslaving. Onderzoek laat zien:

1. dat partners meestal last hebben van psychische problemen, gezondheidsklachten, problemen in contacten met anderen en ook vaak van financiële problemen en zelfs contact met politie en justitie. Ook worden partners regelmatig het slachtoffer van huiselijk geweld bij iemand met een verslaving.
2. dat er een duidelijke relatie tussen alcohol- en drugsgebruik en huiselijk geweld. Het is zelfs zo dat bij meer dan de helft van de mensen in zorg bij een verslavingszorginstelling sprake is van huiselijk geweld in de gezinssituatie.
3. dat kinderen ook vaak kampen vaak met problemen door het middelengebruik van een ouder. Kinderen van verslaafde ouders hebben op jeugdige leeftijd vaker gedragsproblemen en in de puberteit ontstaan vaker problemen in de interactie met leeftijdgenoten.
4. dat de kans op kindermishandeling groter is als er sprake is van een verslaving bij een ouder.
5. dat kinderen die opgroeien bij ouders met verslavingsproblematiek een hoger risico lopen om op latere leeftijd zelf ook een verslaving en/of psychische problematiek te ontwikkelen. Risicofactoren hiervoor zijn blootstelling aan veelvuldige ruzies, vormen van huiselijk geweld en verminderde veiligheid in de thuissituatie door minder warme en affectieve geborgenheid. De gezinnen waarin verslaving speelt, kenmerken zich vaak door deze onrust, chaos en onvoorspelbaarheid.

Beperkingen vanwege coronavirus

Juist door de beperkingen vanwege het coronavirus kan binnen gezinnen waarin verslaving speelt, sprake zijn van sterk oplopende druk. De persoon met de verslaving kan door de beperkingen minder toegang hebben tot het middel (ook al speelt de drugshandel hierop momenteel in door meer dan voorheen drugs aan huis te leveren). Dit kan leiden tot stress en onthoudingsverschijnselen en tot nog meer problemen in de relatie met gezinsgenoten. Partners kunnen de deur niet meer uit om steun te krijgen bij familie of vrienden en worden momenteel bijna continu geconfronteerd met de verslaving van de partner. Bij kinderen is een belangrijke beschermende factor tegen het ontwikkelen van problematiek weggevallen: de veilige haven die een school biedt als afleiding. De plek waar de moeilijke thuissituatie even kan worden vergeten, is er tijdelijk niet. Ook kunnen kinderen minder makkelijk terugvallen op degenen bij wie zij anders steun vinden zoals vriendjes, opa en oma of mogelijk de coach van de sportclub. Het netwerk wordt voor zowel partners als kinderen moeilijker bereikbaar, terwijl juist het netwerk erg belangrijk is om te kunnen omgaan met de verslaving van een gezinslid en om deze verslaving te bestrijden. Nog meer dan anders kan er sprake zijn van huiselijk geweld en van kindermishandeling vanwege de hogedrukpan.

Lichtpuntje

Gelukkig is er ook een lichtpuntje vanuit de huidige situatie rond het coronavirus te bespeuren. Bij mensen met een verslaving bestaat, vanwege de belonende werking van het verslavende middel, vaak een sterke gerichtheid op het verslavende middel. Plezierige activiteiten met mensen die hem dierbaar zijn, zijn bij hen daardoor vaak op de achtergrond geraakt. Uit onderzoek is bekend dat verslaving goed kan worden tegengegaan door het meer verrichten van zingevende en plezierige activiteiten. Dit is de basis van de zogeheten *community reinforcement approach*, waarbij vooral de omgeving wordt ingeschakeld als bron voor zingevende en plezierige activiteiten. Het lectoraat Verslavingskunde en Forensische Zorg richt zich hierbij op de mogelijkheden om de omgeving te ondersteunen in de ondersteuning van en omgang met mensen met ernstige problematiek en grensoverschrijdende gedragingen door het doen van onderzoek en het verzorgen van onderwijs op dit gebied.

Vanuit de maatregelen rond het coronavirus hebben mensen met een verslaving waarschijnlijk weer meer contact met hun huisgenoten. Wanneer zij daarbij de zingeving van hun bestaan weer beter herkennen en meer plezierige activiteiten hebben met dierbaren, bestaat de kans dat de verslaving meer op de achtergrond wordt gedrongen en zelfs verdwijnt of dat iemand zich realiseert dat professionele hulp gewenst is.

Ook in deze tijden van maatregelen is de verslavingszorg nog steeds bereikbaar. De verslavingsklinieken draaien gewoon door met behulp van klasse hulpverleners en ook ambulante zorg wordt nog steeds geboden door geweldige professionals. Wanneer de gezinnen en de hulpverleners elkaar dan kunnen vinden en versterken, kan er toch nog iets goeds voortkomen uit het coronavirus. Samen staan we sterker!