



ERICK VLOEBERGHES, EVERT BLOEMEN – Een nieuwe start maken in Nederland is geen sinecure en zeker niet voor hervestigde vluchtelingen. Daarom ontwikkelde Pharos in opdracht van VluchtelingenWerk Nederland ‘Gun ons de tijd...’ Werkboek psychosociale begeleiding voor hervestigde vluchtelingen. Met dit werkboek zijn begeleiders beter in staat om effectieve ondersteuning te bieden volgens een gericht stappenplan.

GUN ONS DE TIJD...

Psychosociale begeleiding van hervestigde vluchtelingen

Op de vlucht voor oorlog of geweld in eigen land, komen veel mensen terecht in vluchtelingenkampen in buurlanden. Een klein aantal hen krijgt de kans om zich te hervestigen in een derde land. Meestal gaat het om de meest kwetsbare vluchtelingen. De selectie ligt in handen van het Hoge Commissariaat voor de Vluchtelingen van de VN (UNHCR). De meeste vluchtelingen die voor hervestiging in aanmerking komen, gaan naar grote immigratielanden als de VS, Canada en Australië. Een klein deel gaat naar West-Europa. Nederland neemt per jaar vijfhonderd hervestigde (vroeger: uitgenodigde) vluchtelingen op.

Lange tijd verzorgde het Centraal Orgaan opvang asielzoekers (COA) de opvang van hervestigde vluchtelingen in een speciaal asielzoekerscentrum in Amersfoort. Sinds halverwege 2011 is deze opvang komen te vervallen. Vluchtelingen gaan nu vrijwel meteen naar de gemeente waar ze komen te wonen. Dit betekent dat zij direct voor de uitdaging staan om een nieuw leven

op te bouwen. Niet alleen een zware taak voor henzelf, maar ook voor de (vrijwillige) begeleiders van VluchtelingenWerk Nederland. Het gaat immers om kwetsbare mensen, zoals alleenstaande vrouwen, ouderen, slachtoffers van marteling of mensen met urgente medische problematiek. Terwijl asielzoekers toegang hebben tot speciaal voor hen opgezette opvangcentra en een zorgsysteem, moeten hervestigde vluchtelingen vanaf het begin gebruikmaken van de reguliere Nederlandse zorgvoorzieningen.

BEGELEIDING

Het werkboek ‘Gun ons de tijd...’ is ontwikkeld op basis van literatuuronderzoek, gesprekken met begeleiders van VluchtelingenWerk Nederland en met deskundi-

▲ Tegenwoordig gaan vluchtelingen meteen naar de gemeente en staan ze direct voor de uitdaging een nieuw leven op te bouwen.

Uitgangspunt voor de psychosociale begeleiding is het bevorderen van activering en participatie

ACHT STAPPEN IN DE BEGELEIDING

- 1 Sociale kaart
- 2 Benoemen van kwetsbaarheid en beschermende/belastende factoren
- 3 Eerste contacten
- 4 Signaleren
- 5 Contacten met professionele hulpverleners
- 6 Overleg en verwijzen
- 7 Samenwerking
- 8 Voorkomen van overbelasting bij (vrijwillige) begeleiders



'Gun ons de tijd...' Werkboek psychosociale begeleiding van hervestigde vluchtelingen is gratis te downloaden via www.pharos.nl.

Een belangrijk aspect bij het vinden van een nieuwe balans in het leven is de factor tijd

gen van UNHCR, COA, de International Organization for Migration (IOM) en de International Catholic Migration Commission (ICMC). Zowel uit de literatuur als uit de gesprekken bleek dat het begeleiden van hervestigde vluchtelingen in eerste instantie vraagt om inzicht in de achtergronden van deze mensen. Wat is er precies aan de hand? Welke zaken hebben te maken met ervaringen uit het verleden? Is er sprake van aanpassingsproblematiek? Welke mogelijkheden heeft iemand om controle over zijn of haar leven te houden?

Een vraag die steeds terugkeerde in de gesprekken met begeleiders was: hoe om te gaan met zorgorganisaties en -instanties? Wanneer trek je aan de bel en bij wie? Wat is de taak van een begeleider wanneer een vluchteling daadwerkelijk in de zorg belandt? Allemaal vragen die beantwoord dienen te worden om goed in te kunnen schatten welke begeleiding noodzakelijk is. In het werkboek zijn we uitvoerig ingegaan op deze en andere begeleidingsvragen.

DE FACTOR TIJD

Een belangrijke bouwsteen voor een nieuw leven is de factor tijd. Mensen hebben tijd nodig om wat ze allemaal hebben meegemaakt in het verleden, én hun huidige ontworteling, te verwerken. In Nederland zijn de banden met de eigen cultuur en tradities verbroken. Dit geeft een gevoel van verlies en rouw. Pas na dit rouwproces kan men zich openstellen voor de nieuwe samenleving. Uit onderzoeken in Canada en Australië blijkt dat hervestigde vluchtelingen zich pas na verloop van geruime tijd echt veilig gaan voelen. Eventuele klachten nemen de eerste één tot twee jaar vaak toe, om daarna af te nemen.

STAPPENPLAN

Uitgangspunt bij de psychosociale begeleiding zoals weergegeven in het werkboek is het bevorderen van activering en participatie in de samenleving. Hierdoor komen mensen in beweging en ervaren zij een betere gezondheid. Voor een goede begeleiding is het echter essentieel om gericht te werk te gaan. Dat wil zeggen

volgens een stappenplan. Het door ons gepresenteerde begeleidingsplan bestaat uit acht stappen (zie kader) die op verschillende momenten zijn te zetten.

Voor aankomst is het zaak om een sociale kaart op te stellen van lokale en regionale instellingen. Een tweede stap behelst het vooraf bepalen van de mate van kwetsbaarheid van een vluchteling. Bijvoorbeeld door alvast de basisgegevens door te nemen die zijn verstrekt door de UNHCR. Na aankomst staat contact leggen centraal. Zowel met de eigen begeleider als met andere relevante personen zoals de huisarts of burens. Ook voorlichting is in dit stadium onontbeerlijk. Hoe werkt de gezondheidszorg in Nederland, waarom en met wie of met welke instantie praat je over je problemen?

Naarmate het contact groeit en er een vertrouwensband ontstaat kan worden overgegaan tot signaleren van mogelijke psychosociale belemmeringen. Een hulpmiddel hierbij is de *Protect*-vragenlijst. Deze vragenlijst is speciaal ontwikkeld voor niet-medische professionals. Indien er professionele hulpverlening nodig lijkt, komt de huisarts in beeld. Als poortwachter heeft hij een centrale rol bij de inschatting van de ernst van de signalen.

VERWIJZEN

Het zal niet altijd makkelijk zijn om vluchtelingen ervan te overtuigen dat ze specialistische hulp nodig hebben. Vooral als het gaat om psychische thematiek. Om goed te kunnen overleggen met hulpverleners en te verwijzen naar de juiste instanties is een gedegen beeld van iemands klachten noodzakelijk. De *Protect-lijst* kan ook hierbij ondersteuning bieden. Verwijzen betekent niet dat de begeleider een vluchteling 'uit handen geeft'. De begeleiding gaat door nadat de hulpverlening is opgepakt door professionals. Juist in complexe situaties is samenwerking tussen begeleider en hulpverlener(s) onontbeerlijk. Geregeld zorgoverleg is dan ook aan te raden.

Tevens biedt dit de mogelijkheid om duidelijk te maken dat er grenzen zijn aan het werk van een niet-medisch geschoold begeleider. Dit laatste geldt trouwens niet alleen voor het werk zelf. Ook emotioneel gezien zijn er grenzen. Het werken met overlevenden van oorlog en geweld kan iemand kwetsbaar maken. Het is een risicofactor voor overbelasting en burn-out. Inzicht in hoe deze processen werken, kan begeleiders hiervoor behoeden.

GUN ONS DE TIJD

Hervestigde vluchtelingen hebben, zeker in het begin, begeleiding en extra hulp nodig in de nieuwe fase in hun leven. Het werkboek 'Gun ons de tijd...' stelt de begeleiders van VluchtelingenWerk Nederland in staat om de psychosociale begeleiding van deze vluchtelingen gericht en stapsgewijs vorm te geven. Een belangrijk aspect bij het hervinden van een nieuwe balans in het leven is de factor tijd. Veel nieuwe indrukken en een breuk met het verleden hebben een ontwortelende uitwerking. Vluchtelingen hebben de tijd nodig. Alleen zo kunnen zij het verleden verwerken en, als het juiste moment is gekomen, hun nieuwe leven oppakken. ●

Erick Vloeberghs is onderzoeker en senior adviseur bij Pharos. Evert Bloemen is arts en senior adviseur bij Pharos.