

Stel je hebt honger en besluit in een restaurant te gaan eten. Nadat je een tijdje hebt gewacht wordt je uitgenodigd te gaan zitten en stelt de ober zich voor. Hij stelt je vragen over je honger: hoeveel honger heb je, hoe lang heb je al honger, had je vroeger ook vaak honger, welke rol speelde honger vroeger in je gezin of familie? Welke nadelen en misschien voordelen heeft honger voor je? Je vraagt daarna, nog hongeriger geworden, of je eindelijk iets kan eten. Maar de ober wil eerst dat je nog vragenlijsten invult over honger (en wellicht andere zaken die de ober belangrijk vindt). Nadat dit allemaal is gebeurd krijg je een maaltijd voorgeschoteld die je niet besteld hebt, maar waarvan de ober vindt dat deze goed voor je is en die andere hongerige mensen geholpen heeft. Hoe groot is de kans dat je tevreden uit dat restaurant vertrekt?

Positieve cognitieve gedragstherapie / Fredrike Bannik.
Pearson, Amsterdam (2014).

Inleiding

Antroposofisch centrum voor intuïtieve en cognitieve denkvermogens:

Cognitieve vaardigheden of vermogens hebben te maken met de mate waarin je in staat bent om kennis en informatie op te nemen en te verwerken. Bij het verwerken van informatie spelen allerlei mentale processen een rol. Je hebt je geheugen nodig, maar ook taal, oriëntatie, aandacht en het vermogen om problemen op te lossen, concepten te vormen en dingen

voor je te zien. Daarnaast zijn redeneren, rekenen, lezen en schrijven, plannen maken en initiatieven nemen cognitieve functies. Je gebruikt je cognitieve vaardigheden dus voortdurend. Cognitieve functies zijn verwant aan wat we 'intelligentie' noemen. Je ontwikkelt je cognitieve functies als kind. Hoe goed je deze ontwikkelt, is grotendeels genetisch bepaald.

De combinatie van cognitieve en gedragstherapeutische procedures wordt cognitieve gedragstherapie genoemd. In de ontwikkeling van beide therapievormen van de laatste 25 jaar bleken een aantal psychische klachten beter met cognitieve therapie te behandelen terwijl andere klachten weer beter met gedragstherapie te behandelen waren. De combinatie van beide therapieën leek een logische stap speciaal ook omdat cognitief therapeuten vaak in de traditie van de gedragstherapie werkten.

Cognitieve gedragstherapie blijkt (met de interpersoonlijke psychotherapie) de gunstigste effecten op te leveren in therapie effectstudies. De verdere ontwikkeling van zowel de cognitieve als de gedragstherapie na 1960 heeft dit mogelijk gemaakt en vooral ook het feit dat deze therapievormen werden uitgebreid naar andere psychische klachten zoals paranoïde wanen, depressies, posttraumatische stress en

persoonlijkheidsstoornissen.

De cognitieve gedragstherapie gaat ervan uit dat gedachten, gevoelens en gedrag op een bepaalde manier met elkaar verbonden zijn. Iemands gedachten beïnvloeden zijn of haar gevoelens en gedrag. Negatieve gedachten zoals 'ik ben niks waard' of 'ik kan dat toch niet' kunnen psychische problemen veroorzaken of versterken.

De cognitieve gedragstherapeut zal samen met de cliënt nagaan welke ideeën hij heeft over zichzelf en anderen, wat anderen van hem denken, wat hij zou moeten doen en/of kunnen, of dat de cliënt schuld heeft aan iets, enzovoorts. De therapeut zal vervolgens met de cliënt in gesprek gaan over de mate waarin zijn ideeën op realiteit berusten. Het accent ligt op het aanleren van andere, meer positieve gedachten. Via het beïnvloeden van denkbeelden kan de cliënt zijn gevoelstoestand in gunstige zin veranderen. Daardoor verandert zijn doen en laten in positieve zin en verminderen zijn klachten.

1.

Het buurtschap Wolfhagen was, zoals in vroegere tijden gebruikelijk, bebouwd aan de hoge zijde van de weg. De bebouwing bestaat in hoofdzaak uit grotere boerenhuizen of hoeven. Wolfhagen vormt met zijn oude gebouwen, beemden, akkers en fruitaanplant tegen de Putherberg, een uniek landschappelijk geheel.

Het dichtbij zijnde kerkdorp Oirsbeek bestond in het grijze verleden uit een drietal kernen; Gracht, Oirsbeek en Oppeven. Oirsbeek ontleent zijn naam aan een beek (de Oir of Oëre) die nu, opgesloten in een buis onder het dorp (Oirsbeek=Oerbeek), zijn weg vervolgt via Schinnen en daar de naam Kakkert draagt en uitmondt in de Geleenbeek. Oer betekent ijzerhoudende grond. In het beekmoerasdal te Wolfhagen komt deze ijzerhoudende grond nog duidelijk tevoorschijn.

Het betreffende gebied ligt ingeklemd tussen de Köllerweg, de Scholtissenholenweg en de grens van de bebouwde kom van Oirsbeek. Toponymisch heet het 'Op de Cölnstraat'. Het bosje boven op het plateau heet 'Ketelbuuske'. Het is daar waar het terrasgrind aan het oppervlak komt.

Het gebied behoort tot de zogenaamde kampenontginningen: kleine perceeltjes afgezet met

meidoornhagen in de buurt van een buurtschap of een boerderij.

Grenzend aan dit gebied ligt het natuurgebied van het dal van de al genoemde Kakkert en het buurtschap Wolfhagen met haar karakteristieke Fabritiushuis.

Dit monumentale Fabritiushuis uit de periode 1589 - 1615, met er omheen enkele zeer mooie aanpalende Limburgse hoeves (1754, 1891), vormen de historische kern van het gehucht Wolfhagen. Het Fabritiushuis, vroeger 'Daemenhof' genoemd, werd in 1615 gebouwd in opdracht van schout Hilger Fabritius voor zijn huwelijk met Catharina Gielen (1616). Het Fabritiushuis bestaat uit baksteen met muizentandversieringen rondom het huis, omschreven als: bakstenen lijst bestaande uit een laag koppen die onder een bepaalde hoek uitsteken waardoor een reeks spitse tanden ontstaat. Ze worden ook wel kraailaag genoemd. Een geliefde versiering in de renaissance-baksteen-architectuur. Opmerkelijk is de grote band- en rolwerkgevel uit mergel. In de zijgevel zit een aantal kleine ramen leunend op een band van een muizentandversiering. Het geheel wordt gecompleteerd door een trapgevel en muurankers (1615). Op de binnenplaats leunen de verschillende dakoverstekken zwaar op korbelen. Naast dit U-vormig hoofdgebouw is er nog de

aanbouw aan de zijgevel, (gedeeltelijk) opgetrokken uit vakwerk. Aan de voorkant afgezet met een boogpoort met een kalkstenen omlijsting. Deze poortvleugel heeft aan de binnenplaats een uitgekraagde vakwerkverdieping. Gecompileerd met aan beide zijden een klokgevel. In de tot kantoor omgebouwde schuur is het oorspronkelijke eikenhouten gebinte nog geheel aanwezig. Er wonen momenteel twee families in het enerzijds uit vakwerk opgetrokken gedeelte en anderzijds het bakstenen gedeelte van het woonhuis. Het familiewapen van de Fabritius staat op een schoorsteenmantel in een der vertrekken. Het gedeelte boven de unieke ingangspoort van kalksteen werd gebruikt als gebedsruimte.

Wolfhagen vormt met zijn oude gebouwen, beemden, akkers en fruitaanplant tegen de Putherberg, een uniek landschappelijk geheel. In dit landelijke buitengebied van de gemeente Schinnen met zijn mooie holle wegen ligt, zoals gezegd, het gehucht 'Wolfhagen'. Dit in de gemeente Schinnen gelegen gehucht Wolfhagen werd reeds in 1402 als *Woufhagen* vermeld. In de 16^e eeuw was er een Jan Wolffs 'halfter' (=pachtboer) op de Witzenhof te Wolfhagen. Toponymisch is de Witzenhof nog te vinden als 'in de Witzen', een plaats bij de Groenenborg grenzend aan de Cöllerstraat. Er zijn aanwijzingen dat

de hoeve was gelegen aan de bovenkant van de Groenenborg. Zijn verwanten moeten hier al rond 1500 hebben gewoond. De hierdoor verschaft suggestie dat het eerste lid van Wolfhagen de persoonsnaam Wolf bevat wordt door een parallelgeval versterkt.

Onder Schinnen kwam circa 1600 ook een plaats *aen die hage* voor, waar de familie Wolffs land bezat. Het werd *die (wolf) haege* genoemd. Dit illustreert hoe een toponiem uit een persoonsnaam zou kunnen ontstaan zijn. De naam *haag* of *hagen* is afgeleid van: 'ein Grundstück das vor einer wohl mest lebenden Hecke eingefriedigt war.' Dit suggereert dat we mogen uitgaan van *Wolveshagen* 'met een levende haag omheinde nederzetting van de persoon Wolf'.

De familie Fabritius was een echte magistratenfamilie. De meeste leden waren scholtis te Schinnen en in andere dorpen. Aan deze omstandigheid ontleent de Scholtissenholenweg zijn naam. Dit is de weg die bij Daemenhof een aanvang neemt en in de richting van Wintraak loopt.

Alexander Fabritius, pastoor te Schinnen 1556.

Voorouder van de familie Fabritius te Schinnen (vgl. het Fabritiushuis te Wolfhagen): Hilger Fabritius, schout en stadhouder te Schinnen 1623. 'Fabritius is de verlatijnste naam van de familie Timmers, die in oorsprong

afkomstig was uit Nuth en Wijnandsrade'. De familie telt nog vele andere schouten zoals J.G. Fabritius, abt van Kloosterrade (Rolduc).

Eén gedeelte van het Fabritiushuis hoorde toe aan het hostel en het RIBW (Regionale Instelling Beschermd Wonen). Er woonden vier patiënten allemaal met angstklachten. Ze stonden onder antroposofische therapie volgens de methoden van de heilpedagogie en sociaalpedagogie (het maken van bijenwaskaarsen, het bouwen van lieren en fluiten en het werken in de moestuin). Ze hadden in de psychiatrie gezeten en waren nu door middel van een resocialisatie-traject bezig om weer te integreren in de maatschappij. Zulke trajecten duurden meestal vrij lang. Er werd passend werk gezocht en een dito woning, gecombineerd met de juiste medicatie. Op zo'n manier moest het mogelijk zijn om op hun manier weer mee te draaien met de maatschappij. De Christengemeenschap vond dat ze zo'n sociale functie had en had derhalve een gedeelte van het Fabritiushuis afgestaan aan het RIBW.

2.

Het Hostel is een hoog opgaand pand aan de Stationsstraat in Sittard. Opgetrokken uit donkerbruine baksteen. Via een aluminium deur ga je beneden naar binnen. Eerst moet je een lift en een trappenhuis omzeilen om in de ruime woonkamer te komen. Op de grond ligt licht laminaat. Links staat een grote houten tafel met houten stoelen. Vervolgens komt er het aquarium waar de begeleiding in bivakkeert. Uiteindelijk kom je in het achtste gedeelte van de grote woonkamer waar weer een houten tafel staat waar de cliënten aan zitten te tekenen of kleuren. Links staan twee grote banken en een lcd-tv scherm. Er is uitkijk op de huizen van de Bergstraat. Boven zijn de slaapvertrekken en de overlegkamers. Het geheel is pas een paar jaar oud ter vervanging van het oude Hostel op de Wilhelminastraat 48.

Reinoud werkte hier als ervaringsdeskundige. Het is een relatief nieuw fenomeen: de inzet van ervaringsdeskundigen. Niet helemaal nieuw: in 1993 werkte de eerste (betaalde!) ervaringsdeskundige al in de GGZ. Zie onze rubriek 'oude kranten' van afgelopen december. Maar de laatste jaren groeit het inzicht dat de inzet van een opgeleide ervaringsdeskundige een

waardevolle toevoeging kan zijn op de behandeling en/of begeleiding van patiënten.

De inzet van ervaringsdeskundigen in de GGZ en de verslavingszorg heeft alles te maken met het vernieuwende concept 'herstel'. Daarmee treedt voor niet-ingewijden de nodige spraakverwarring op.

Natuurlijk is iedereen die iets bijzonders heeft meegemaakt, daarover ervaringsdeskundige. Binnen de GGZ geldt dus eigenlijk dat iedereen die psychische problemen heeft of heeft gehad, ervaringsdeskundige is. Maar de term 'ervaringsdeskundigheid' wordt binnen de GGZ alleen gereserveerd voor de beroepsmatige inzet ervan voor herstel en herstelondersteuning.

Daarmee is de spraakverwarring niet opgelost. Want ook het begrip 'herstel' leidt tot verwarring.

'Herstel', in het dagelijks leven 'genezen' of 'beter worden', is binnen de GGZ een apart concept. Het wordt omschreven als 'een proces waarin mensen (verloren gewaande) mogelijkheden (her)ontdekken voor een vervullend leven met of zonder de aandoening. Zij ontdekken dat zij alleen zelf de betekenis kunnen vinden van hun problemen en van de symptomen van de gestelde diagnose. Daardoor kunnen zij de symptomen een plaats en betekenis geven in het grotere geheel van hun leven, leren om over de rampzalige gevolgen van de aandoening heen te groeien en vaak ook een nieuwe