

Donutpsychiatrie

In 5 stappen naar eerlijke en duurzame zorg voor kinderen

Bruining, H. (2024) • Boom, 120 pp.

Lore Gillis •

Bij het kijken naar de cover van het boek, voel ik mijn wenkbrauwen fronsen. *In 5 stappen naar eerlijke en duurzame zorg voor kinderen*. Ik heb altijd al een lichte allergie gehad voor stappenplannen in ons werkveld. Dat lijkt me wel heel simplistisch voor de complexe wateren waarin we ons begeven met kinderpsychiatrische zorg. Het feit dat de auteur zijn model baseerde op een economisch model, maakt me eerder sceptisch. Net dat zorgt er ook voor dat ik nieuwsgierig ben naar het boek.

Zelf werk ik al zes jaar in Twoape Ieper, een kinderpsychiatrische afdeling waar kinderen tussen 7 en 14 voor acht weken worden opgenomen in dagopname. We stellen zelf geen klassieke diagnoses, maar zijn wel getraind om toch ook vanuit die bril te kijken naar kinderen. Ik ben ondertussen ook systeemtherapeut en sinds ik ook die bril opgezet kreeg, voel ik die twee werelden vaak wringen.

De schrijver van het boek *Donutpsychiatrie*, Hilgo Bruining, is hoogleraar neurobiologische ontwikkelingsstoornissen én kinderpsychiater, werkzaam in het universitair medisch centrum in Amsterdam. Het boek is dus geschreven vanuit de Nederlandse zorgcontext. Daarnaast is hij hoofd aan de N=You

-
- Master in de klinische psychologie. Werkzaam bij Twoape, kinderpsychiatrische dagbehandeling voor minderjarigen te Ieper.
E-mail: lore.gillis@yperman.net

Neurodevelopmental Precision Center. De grote kennis en voorliefde voor neurobiologie is in het boek erg merkbaar. Bruining uit behoorlijk wat kritiek op de huidige manier van werken in de zorg voor kinderen, waarbij vooral gefocust wordt op diagnoses en er een grote versnippering van de zorg merkbaar is. Hij besloot dat het anders moest en werd geïnspireerd door een lezing van Kate Raworth, over de Donuteconomie.

We have an economy that needs to grow, whether or not it makes us thrive. We need an economy that makes us thrive, whether or not it grows. – Kate Raworth. (p. 13)

Groei (grow) versus bloei (thrive) dus, een idee dat Bruining ook toepast op de ontwikkeling van kinderen. We moeten kinderen laten bloeien, of ze nu groeien of niet. Nu ligt de focus nog al te veel op groeien, op meekunnen met de rest van de klas, zodat ze toch zeker niet ‘achterblijven’.

Huidig perspectief volgens Bruining

Bruining start met een stukje geschiedenis, waarmee hij de nood aan verandering naar het Donutmodel introduceert. Hij neemt hierbij het ontstaan van de DSM onder de loep, in oorsprong een instrument om gelijke groepen te creëren voor experimenteel onderzoek. Hij beschrijft hoe de DSM geëvolueerd is naar een ‘diagnostisch instrument’ dat weinig wetenschappelijk onderbouwd is en op eerder willekeurige wijze heel snel tot diagnoses leidt. Diagnoses worden meer en meer genoemd in de volksmond, waardoor onder anderen ouders vaak zelf al met diagnoses komen aandraven en daardoor niet meer op een andere manier kan worden gekeken naar ontwikkelingsvertraging of gevoeligheden bij kinderen. Zo ook in het onderwijs, waar diagnostische labels en bijbehorende medicatie tot reddingsboei worden gemaakt voor leerkrachten en voor kinderen die ‘niet mee kunnen’ in de klas op vlak van resultaten of gedrag.

Bruining neemt ook de invloed van de farmaceutische industrie en commerciële zorgaanbieders onder de loep. Medicatie voor psychiatrische stoornissen worden onder invloed van een stevige farmaceutische lobby steeds breder en laagdrempeliger ingezet. De auteur is bezorgd over het feit dat er te weinig

aandacht is voor nevenwerkingen en te weinig toezicht op gebruik en toepassing in de praktijk.

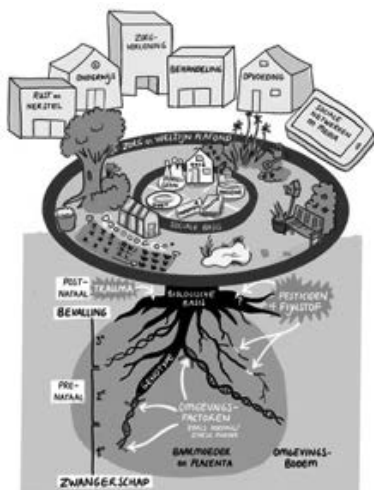
In het derde hoofdstuk bespreekt Bruining het ontstaan van de biologische psychiatrie, waarbij men ontwikkelingsstoornissen en andere psychiatrische stoornissen te lineair is gaan bekijken met weinig aandacht voor de context en omgeving. Bruining pleit voor meer onderzoek naar omgevingsfactoren, volgens hem onderbelicht ten opzichte van onderzoek naar genetische en neurologische verschillen. In plaats van het zoeken naar gedeelde diagnostische eigenschappen zou men net variatie als uitgangspunt moeten nemen. Er is te weinig oog geweest voor de interactie tussen aanleg en omgeving en net dit wil Bruining in het Donutmodel centraal stellen.

Eigenlijk wakkert Bruining een frustratie bij me aan waar ik al langer mee worstel. Moeten er niet meer zaken veranderen op samenlevingsniveau, op onderwijsniveau ... Moeten ouders niet beter ondersteund worden van bij de start, zodat ze weten wat bij een 'normale' ontwikkeling kan horen? Maar vooral, wat is mijn invloed als psycholoog binnen een kinderpsychiatrie? Het moment dat een kind wordt opgenomen zeggen we indirect 'jij hebt een serieus probleem' of 'jullie hebben als gezin een serieus probleem' en wordt daar al dan niet een diagnose aan vastgekleefd. Hoe kan men zich systeemtheoretisch blijven bewegen in een veld dat zo weinig oog heeft voor de bredere beïnvloedingen?

Boeiend dat Bruining het belang van omgevingsfactoren naar voor haalt, maar ik voel ook wat weerstand omdat veel van de door hem aangehaalde omgevingsfactoren moeilijk beïnvloedbaar zijn. Bruining verwijst naar blootstelling aan stress en toxische stoffen bij moeders tijdens de zwangerschap en de invloed op hun ongeboort kind, invloeden van pesticiden, luchtkwaliteit, fijnstof, weinig groen, sociale media, schermgebruik, context van twee werkende ouderen en dus minder ouderlijke beschikbaarheid, ... Meermaals heb ik tijdens het lezen overwogen om met mijn gezin naar een afgelegen bosrijk gebied te verhuizen, eigen geteelde groenten te eten en hele dagen buiten te spelen zonder schermen. Maar we leven natuurlijk in een andere realiteit. Bruining bekritiseert, beargumenteert en waarschuwt veelvuldig, maar je blijft wat achter met de vraag hoe je daar dan precies op kan inspelen.

Het Donutmodel

Als tegengewicht voor de huidige inrichting van de zorg introduceert Bruining het Donutmodel en de metafoor van de Tuin van Ontwikkeling. Hierin wil hij de interactie tussen aanleg en omgeving centraal stellen. Het Donutmodel probeert om alles wat van invloed is op de ontwikkeling van een kind in samenhang te bekijken. We moeten voldoen aan de behoeften van zich ontwikkelen- de kinderen binnen de mogelijkheden van opvoeding, zorg en onderwijs.



Illustratie uit het boek en via de site level-up.nl

De binnenring van de donut vormt de basiscondities, het biologisch fundament en de sociale voorwaarden voor de ontwikkeling. Hieronder zien we dus de sociale elementen zoals gezin, dieet, hygiëne, inkomen, educatie, maar ook de biologische basiscondities van epigenetica, zwangerschap, trauma, aandoeningen en leervermogen.

De buitenring is het zorgplafond. Wat is haalbaar, wat kunnen we daadwerkelijk bieden in termen van ouderlijke zorg, zorginstanties, sociale netwerken en media, onderwijs, herstel, behandeling, zorgverlening.

Daartussen heb je de donut als *sweet spot* die de ruimte voor optimale en duurzame ontwikkeling weergeeft. Voor deze ruimte gebruikt Bruining de tuinmetafoor. De tuinmetafoor helpt om de interacties en effecten van de elementen

in de binnen- en buitenring te kunnen bespreken en te visualiseren als een dynamisch systeem dat moet kunnen blijven bloeien. Bruining roept op om het grotere geheel te blijven zien en ons niet alleen op een klein stukje van de tuin te gaan focussen. Om psychisch functioneren niet te zien als een simpele keten van oorzaak-gevolgrelaties, zeker niet bij kinderen die nog volop in ontwikkeling zijn, maar als een voortdurend samenspel van elkaar steeds beïnvloedende elementen en factoren waarbij iedere verandering leidt tot een andere verandering. Net zoals dat in een tuin ook het geval is. We moeten het groter geheel samen dragen en onderhouden met de tuinmannen van opvoeding, zorg en onderwijs. Dit is echter niet gemakkelijk en vaak richten we ons in het werkveld slechts op losse stukken van de tuin. Hulpverleners hebben vaak het gevoel de heg met een nagelschaartje te moeten snoeien en ergeren zich omdat ze met beperkt gereedschap verantwoordelijk zijn voor een te groot stuk van de ontwikkelingsproblemen. We moeten aan schadebeperking doen of hier en daar wat onkruid uittrekken en strooien met psychiatrische bestrijdingsmiddelen als de problemen te groot worden of onacceptabel zijn. In plaats daarvan willen we als toegewijde hoveniers samen voor het grotere geheel kunnen zorgen.

In het laatste hoofdstuk gaat Bruining dieper in op de verschillende elementen van de binnen- en buitenring en hun mogelijke invloeden. Hij haalt ook verschillende voorbeelden aan die het model wat praktischer toelichten en aantonen wat een kijk vanuit dit model kan betekenen in het huidige dominante psychiatrisch denken. Zo gaat hij bij casussen zoveel mogelijk bovenstaande elementen mee naar de oppervlakte brengen, waardoor niet alleen het biologische op de voorgrond komt en verder wordt gedacht dan het toedienen van medicatie. Ook de invloed van medicatie op bepaalde van deze elementen (bijvoorbeeld Rilatine kan zorgen voor verminderde eetlust waardoor een kind minder gaat eten en minder energie heeft om de schooldag door te komen) wordt in rekening gebracht bij het afwegen van wat de juiste ondersteuning zou kunnen zijn.

Ik vind het een verademing dat Bruining oproept om breder te kijken. Nog te vaak merk ik dat er binnen jeugdhulp lineair wordt gedacht. Er wordt dan vanuit gegaan dat men systemisch werkt omdat 'we de context betrekken'. Maar over diezelfde context wordt ook heel lineair gedacht. De oorzaak wordt nogal

snel bij de interactie met de ouders gezocht, een lineair denken dat ondanks begrip voor ouders (want ook hun gedrag vindt ergens een ‘oorzaak’) vaak gepaard gaat met een zoektocht naar een lineaire oplossing. Er wordt nog te veel uitgegaan van één waarheid, waarbij we dreigen op zoek te gaan naar die ene waarheid en die ene oorzaak waardoor onze blik versmalt in plaats van te verbreden.

Tot slot

Kinderen moeten zich van jongs af aan meten aan de maatschappij en mogen niet uit de boot vallen. We willen bij achterstanden meteen ingrijpen, bij grote bezorgdheden komt het diagnostische zwaard uit de tas met alle gevolgen van dien. Bruining stelt zich de vraag hoe we zo ver verwijderd zijn geraakt van onze natuur, oftewel het accepteren van diversiteit in al haar facetten. Hij noemt het onze taak om te bewaken dat elk kind de leer- en opgroeimogelijkheden krijgt die het in staat stelt zichzelf te ontplooien. Hij wil wegstappen van economische opbrengst en kenniseconomie, naar bloeien in plaats van groeien. Daarnaast beschrijft Bruining nog een aantal concrete zaken die hij zelf toepast binnen het UMC Utrecht, zoals het wegblijven van de klassieke labels. Hij en zijn team spreken vooral over dagelijkse interacties en beslommingen en zo ook over omgevingsinvloeden. Dat geeft een hoop lucht, zowel bij de hulpverleners als bij de kinderen en hun ouders. Een hulphond of een konijn blijkt vaak een veel beter medicijn dan welke psychiatrische insteek ook ...

Ik kan me hier helemaal in vinden, maar stel me ook wel de vraag hoe we dat precies kunnen doen. We zijn nu eenmaal deel van de maatschappij waarin we leven. In het ziekenhuis waar ik werk komen kinderen acht weken op dagtherapie en kunnen we even alle schoolse verwachtingen wat op de achtergrond plaatsen. Maar uiteindelijk gaan deze kinderen terug naar hun school en moeten ze toch kunnen voldoen aan die verwachtingen.

Het boek roept een verlangen naar verandering op en tegelijk doet het beseffen dat we maar een klein deeltje zijn van een groter systeem. Misschien zijn kleine betekenisverschuivingen al heel wat en mag ik vooral dankbaar zijn dat

dit boek er is en hopen dat veel mensen vanuit verschillende invalshoeken het lezen.

Ik vind *Donutpsychiatrie* een boeiend en vlot te lezen boek en ben het vaak eens met wat Bruining zegt. Als hulpverlener voel je erkenning voor de beperkingen binnen de jeugdzorg en ook hoop voor een ander hulpverleningslandschap. Tegelijkertijd brengt dit model weinig nieuws voor een systeemtheoretisch geschoold iemand. Eigenlijk beschrijft Bruining deels waar systeemtherapeuten al jaren naar streven. Om een individu te bekijken vanuit een complex gegeven van beïnvloedingen. Om hiervan niet te simplistische oorzaak-gevolgverhalen te maken. Om te verbreden. Weinig nieuws dus, maar hij zet dit wel om in een begrijpbaar model én connecteert het met een neurologische insteek. De metaforen van de donut en de tuin zijn handige modellen, ook voor de niet-systeemtherapeut. Het feit dat een niet-systemisch maar neurobiologisch geschoolde psychiater tot deze inzichten is gekomen, doet me hopen dat er misschien een extra zaadje geplant is voor een andere kijk op kinderpsychiatrische zorg.

Ik raad het boek dus zeker aan, niet per se voor de systeemtherapeut, wél voor de mensen die al te vaak vervallen in resultaatgerichte zorg, vaak vanuit een medische achtergrond, en die graag hun blik willen verbreden. Het lijkt me ook boeiend dit boek met je team te lezen en samen na te denken hoe de ideeën vertaald kunnen worden naar de praktijk, iets wat minder naar voren komt in het boek. Als daar ooit tijd voor is natuurlijk, binnen ons zorgplafond.