

Jan Koning is sinds mei 2015 als vrijwilliger-psycholoog betrokken bij Vluchteling in de Knel. Hij legt uit wat het belang van het Manifest iedereen aan de slag is voor de geestelijke gezondheid van cliënten van Vluchteling in de Knel. "Niet mogen werken blijkt het risico op een psychische ziekte voor langverblijvende asielzoekers met 44% te verhogen!"

Sinds mei 2015 ben ik als vrijwilliger/psycholoog betrokken bij Vluchteling in de Knel. Blijkbaar was ik niet de enige psycholoog die tot zijn verbazing en ergernis constateerde dat er geen enkele mogelijkheid is dat ongedocumenteerde migranten van niet-westerse afkomst geen vrijwilligerswerk mogen doen, niet mogen deelnemen aan formele vormen van dagbesteding, en geen opleiding mogen volgen. Want, wat bleek: op de bijeenkomst die door het Nederlands Instituut voor Psychologen was belegd op 23 november rond het thema "Asielzoekers en Vluchtelingen" kwamen behoorlijk veel psychologen af. Een aantal daarvan heeft de werkgroep "Mensenrechten" opgericht. Ondergetekende maakt deel uit van deze groep. Deze werkgroep verenigt psychologen die betaald of vrijwillig werkzaam zijn voor asielzoekers en ongedocumenteerden, en hun deskundigheid willen bundelen en bevorderen ten behoeve van de cliënten. De werkgroep "Mensenrechten" heeft zich onmiddellijk kunnen vinden in het manifest "Iedereen aan de Slag", opgesteld door, ik meen, LOS.

Met het manifest willen de initiatiefnemers bereiken dat er een wettelijke basis komt opdat ook ongedocumenteerden een opleiding kunnen volgen en werkzaamheden kunnen verrichten. In het onderstaande stuk zal ik het verband laten zien tussen enerzijds de stressoren die voortkomen uit de situatie waarin asielzoekers zich bevinden (onder andere: het niet mogen volgen van een opleiding en het niet mogen werken) en anderzijds het verhoogde risico op psychische stoornissen, met name depressie en gegeneraliseerde angstklachten, maar ook (psycho-)somatische klachten als hoofdpijn en spijsverteringsstoornissen.

Factoren die een verhoogd risico geven op psychische stoornissen.

In het rapport van Pharos van februari 2016 wordt geschat dat er ongeveer 40.000 ongedocumenteerde migranten in Nederland verblijven.

Voor zover ik na heb kunnen gaan zijn er heel weinig onderzoeksresultaten bekend naar het vóórkomen van psychische stoornissen onder deze specifieke groep. In het rapport van Pharos wordt gesteld dat de gezondheid van deze groep mensen mede bepaald worden door factoren die met hun specifieke situatie samenhangen. Het gaat dan vooral om psychische problemen als depressie en stress, en (psycho-)somatische klachten als hoge bloeddruk, spijsverteringsziekten, hoofdpijn en rugklachten. Ook infectieziekten komen relatief vaak voor.

Er zijn enkele onderzoeken gedaan naar het vóórkomen van psychische ziekten onder grotere groepen asielzoekers (die nog in procedure zijn) en vluchtelingen (die al een verblijfsstatus hebben). Uit de resultaten van met name de onderzoeken onder asielzoekers kunnen we vermoeden wat het verband is tussen de specifieke situatie waarin cliënten van VidK zitten en hun risico op met name de psychische stoornissen: posttraumatische stressstoornis (ptss), depressie (welke vorm wordt helaas niet vermeld in de onderzoeken) en angststoornissen. Het vóórkomen van psychotische stoornissen en persoonlijkheidsstoornissen worden niet meegeteld in de onderzoeken. Het zelfde geldt voor verslaving aan alcohol, drugs, of anderszins.

Hieronder geef ik de verkorte (!) tabel weer van een onderzoek uit de periode juni 2003 tot maart 2004 onder vluchtelingen en asielzoekers uit Afganistan, Iran en Somalie in Nederland.

Gezondheidsproblemen	Vluchtelingen N = 178	Asielzoekers N = 232
Slechte algemene gezondheid	74; 42%	137; 59%
>1 chronische aandoening in voorafgaand jaar	79; 47%	104; 48%
PTSS-symptomen in voorafgaande week	18; 11%	63; 28%
Depressie- of angststoornissen in voorafgaande week	65; 39%	145; 68%

Keer op keer blijkt uit onderzoeken dat de psychische gezondheid van vluchtelingen omhoog schiet vanaf het moment dat zij een verblijfsvergunning hebben gekregen. De bovenstaande tabel wijst ook in die richting als je vóórkomen van PTSS en depressie (en angst) bij vluchtelingen (met status) en asielzoekers (nog geen status) naast elkaar legt.

Opvallend is dat uit alle onderzoeken naar voren komt dat depressie veel voorkomt onder asielzoekers. Percentages van rond de 65% van de onderzochte groep worden telkens genoemd. Ook het vóórkomen van angststoornissen, ik ga uit van gegeneraliseerde angst, is onder asielzoekers behoorlijk hoog, rond de 35%. Ik vermoed dat een onderzoek naar psychische stoornissen onder gedocumenteerden min of meer de dezelfde resultaten zouden laten zien.

Kijkend “achter” de cijfers naar factoren die een sterk verband laten zien met depressie en angststoornissen onder asielzoekers dan zien we dat met name onder de groep “langverblijvers” (> 6 maanden in een AZC) mensen veel last hebben van wat men noemt de postmigratie-stressoren, zoals de angst om teruggestuurd te worden, financiële problemen, ontbreken van werk, zorgen over de toekomst, en dergelijke. We kunnen drie clusters van stressoren onderscheiden die een sterk verband laten zien met psychische stoornissen. Dit zijn:

1. Zorgen over de asielprocedure, onzekerheid over de verblijfsvergunning, angst om teruggestuurd te worden, onzekerheid over de toekomst.
2. Zorgen over familie, gemis van familie, niet terug kunnen gaan naar familie in land van herkomst, eenzaamheid.
3. Werkgerelateerde stressoren. Een hoge score op het item “niet mogen werken” verhoogt het risico op een psychische ziekte met 44%! (Kees Laban, 2011).

Dit zijn duidelijke risicofactoren waarvan met name de laatste in het manifest “Iedereen aan de slag” onder de aandacht van de politiek wordt gebracht.

Ik vind het iedere keer als ik het in onderzoeken tegenkom opmerkelijk en hoopvol dat de aanwezigheid van sociale steun als een duidelijk beschermende factor naar voren komt. Sterker nog: het gebrek aan sociale steun blijkt een groter risico op psychische stoornissen te geven dan de aanwezigheid van traumatische ervaringen.

Binnen Vluchteling in de Knel wordt door medewerkers in alle geledingen veel sociale steun aan de cliënten geboden. De vrijwilligers en de beroepskrachten staan achter de cliënten, steunen hen, gaan voor hen op pad. Uiteraard trekken de medewerkers wel hun grenzen daar waar nodig. De steun en de warmte die de medewerkers bieden is een bescherming tegen het psychisch uit de bocht vliegen. Dat is hoopvol in mijn ogen.

Het is ook hoopvol, als eerste stap, dat er al veel mensen zijn die het manifest ondertekend hebben. Mocht het wettelijk worden toegestaan dat ongedocumenteerde mensen onderwijs mogen volgen waarmee zij een officieel erkend diploma kunnen verwerven, en dat deze mensen (vrijwilligers-)werk of dagbesteding kunnen krijgen dan worden belangrijke risicofactoren op het ontwikkelen van psychische stoornissen verminderd of zelfs weggenomen, zo blijkt keer op keer uit onderzoeken. Zeker zo belangrijk is dat door actief bezig te zijn en een bijdrage te leveren middels (vrijwilligers-)werk cliënten hun veerkracht en talenten in hun huidige levensfase kunnen ontwikkelen, talenten die zij hopelijk in een latere fase van hun leven zinvol kunnen inzetten in Nederland, hun land van herkomst of elders.

Ik hoop dat het manifest "Iedereen aan de slag" een stevige aanzet is om een wettelijke basis te bieden aan de mogelijkheid van cliënten om zich te kunnen ontwikkelen in werk en opleiding, zodat zij hun talenten kunnen ontwikkelen, en hun veerkracht kunnen versterken die een beschermende werking biedt tegen al te veel psychisch lijden.

Jan Koning, vrijwilliger Vluchteling in de Knel; psycholoog.