# Levenslijn

**Gespreksmethodiek voor mensen met een migratieachtergrond**

VAD

4

# LEVENSLIJN

**WAT** Je probeert in gesprek met de bewoner meer zicht te krijgen op het bredere verhaal rond het alcohol- of druggebruik. Je toont interesse in zijn afkomst, leefwereld en de persoon achter het gebruik. Door te vragen of hij de info op een levenslijn kan zetten, breng je het gebruik op een veilige manier ter sprake en hou je rekening met de grenzen van jullie groeiende vertrouwensband. Je leert hem er beter door kennen, je ontdekt welke bagage hij meedraagt, maar ook wat zijn sterktes zijn om met deze bagage toch vooruit te komen.

*Als de bewoner wantrouwig staat tegenover het uittekenen van zijn levenspad (te confronterend of te weinig interesse), kan je de levenslijn ook mondeling bevragen. Merk je dat de bewoner niet open staat om het te hebben over zijn verleden, probeer dit te respecteren en gebruik een andere methodiek.*

TIP

**DOEL** Gebruik bespreekbaar maken.

**WIE** Eén bewoner.

**MATERIAAL**

- Een wit blad papier
- Balpennen in verschillende kleurtjes

## AAN DE SLAG

STAP 1

Probeer op een vrijblijvende manier te peilen naar het alcohol- of druggebruik bij de bewoner. Tracht het gebruik te kaderen tussen de grote mijlpalen of gebeurtenissen in zijn leven: jeugd, school, werk, huwelijk, vertrek uit thuisland, ziekte, verlies. Stel vragen over de levensdomeinen die de bewoner niet spontaan ter sprake brengt en probeer daarbij oog te hebben voor zowel goede als moeilijkere momenten. Duid alles aan op een groot blad, gebruik kleuren, verbindingslijnen, symbolen of tekeningen.

*Wordt er ook alcohol gedronken in Afghanistan? In welke vorm komt het daar voor, wijn, bier, sterkedrank? Dronk je toen ook alcohol om de moeilijkheden die je daar had te vergeten? Op welke momenten had je er echt nood aan? Was dat voor of na het verlies van je vriend? Vind je het goed als we dat even op een levenslijn zetten?*

## AAN DE SLAG

**STAP 2**

Vraag naar beïnvloedende factoren. Bespreek de overgang van positieve naar negatieve periodes en omgekeerd. Vraag welke rol de alcohol of drug hierin speelde. Kantelmomenten uit het verleden kunnen een beeld schetsen van hoe de bewoner omgaat met problemen of wat hij nodig heeft om uit een dieptepunt te geraken. Ze geven inzicht in de probleemoplossende strategieën van de bewoner. Hou er ook rekening mee dat de bewoner niet altijd overal dieper wil op ingaan, probeer zijn grenzen te respecteren.

*Het was nadat de Taliban bij jullie huis kwam dat je meer alcohol begon te drinken? Waarom? Hielp dit om je zorgen te vergeten? Zag je dit ook bij je gezinsleden? Toen je zoon gevlucht was, voelde je je toen beter? Had je de alcohol nog steeds nodig om in slaap te raken?*

**STAP 3**

Probeer het gesprek achteraf positief af te sluiten, ook al is de levenslijn negatief gekleurd. Je kan zijn moed en kracht benadrukken om ondanks zijn moeilijk pad toch al zo ver te zijn geraakt. Probeer hem te bedanken voor het delen van zijn verhaal.

*Ik vind het echt moedig dat je, ondanks alles, toch de hoop niet opgeeft en je eigen leven in handen neemt, dat je op zoek gaat naar een toekomst.*

# Levenslijn

## Colofon

**Auteurs**
Jolien Vancoillie, projectmedewerker VAD
Kaatje Popelier, projectmedewerker VAD
Femke Decoster, projectmedewerker VAD

**Lay-out**
Mojoville [ www.mojoville.be ]

**Verantwoordelijke uitgever**
dr. H. Peuskens, Vanderlindenstraat 15, 1030 Brussel
© 2025

VAD, Vlaams expertisecentrum Alcohol en andere Drugs
Vanderlindenstraat 15, 1030 Brussel
T 02 423 03 33 | vad@vad.be | www.vad.be
Ondernemingsnummer: 0424.327.587.
RPR Brussel

Het gebruik van (delen van) deze publicatie is toegestaan mits behoud van visie en doelstellingen van de publicatie, met duidelijke bronvermelding en als er geen financiële winst mee beoogd wordt.