

## Een schitterende ervaring

In gesprek met kwartiermaakster Jolanda de Bruijn

Jolanda de Bruijn is sinds 2001 preventiewerker bij wat nu Lentis heet. Van daaruit was zij sinds 2006 tot april 2012 verantwoordelijk voor het programma *Psychiatrie en maatschappij*. Kwartiermaken maakt daar deel van uit. Jolanda was ook initiatiefnemer van de Landelijke Werkgroep Kwartiermakers die drie maal per jaar op het Trimbosinstituut bijeenkomt.<sup>1</sup>

### Concentreren of spreiden

*Jolanda:* “GGz Groningen maakt al sinds de jaren negentig kwartier, onder andere met het project *‘Mijn buurman is gek’* en de gelijknamige film. Beïnvloeding van de beeldvorming rond ‘gekte’ speelde in de activiteiten steeds een belangrijke rol. Het in 2007 in de Week van de Psychiatrie gehouden kwartiermakersfestival staat in deze traditie. Het festival was groots opgezet: er vonden veel activiteiten plaats in veel verschillende gemeenten.<sup>2</sup> Het was een groot succes, maar het kostte wel héél véél tijd en energie.”

Dat is ook de ervaring van *Stan de Laat*, die vanaf het begin de communicatie verzorgt rond de kwartiermakersfestivals die sinds 2003 in Midden-Brabant werden georganiseerd, onder auspiciën van Zorgbelang Brabant, GGz-Midden-Brabant (intussen Breburg geheten), de RIBW, daklozenopvang Traverse, welzijnsorganisatie De Twern en de gemeente Tilburg.<sup>3</sup>

*Stan:* “Ik heb dat jaren met heel veel plezier gedaan. Ik vind het festival mooi omdat het mensen met een psychiatrische achtergrond uitnodigt hun talenten te ontdekken en die aan hun omgeving te laten zien. Neem nou de band met de dubbelzinnige naam *ReCover*. Via het spelen van covers werken ze aan hun *recovery* - aan hun herstel. Je ziet de mensen echt groeien. Dat zie je ook aan hun houding. Mensen die voorheen nog helemaal ineengedoken zaten, zie je nu letterlijk meer overeind komen.

Maar de laatste tijd was de *spirit* er een beetje uit. Sponsors trokken zich terug en intern sloeg ook de twijfel toe. We kregen steeds meer het idee dat we het over een andere boeg moesten gooien, meer de wijken in om daar burgers en professionals beter te bereiken. We hebben nu besloten om het hele jaar door, maar kleinschaliger en meer verspreid, activiteiten en evenementen te organiseren onder het motto: *‘Het kwartiermakersfestival presenteert’*.

Vorig jaar vond bijvoorbeeld in Tilburg-Noord op en rond de terreinen van *Switsj* (een werkproject voor cliënten van GGz-Breburg) een multiculturele middag plaats. Iemand omschreef dat als ‘kwartiermaken in het kwadraat’. Het ging erom meer begrip te kweken voor mensen met een psychiatrische achtergrond,

en voor andere culturen in deze multiculturele wijk. Er waren diverse kraampjes met creatieve en culinaire zaken en als blijk van de goede samenwerking tussen GGz en de buurt werd er deze middag tevens een *‘Benkske’* onthuld, een bank versierd met mozaïek waaraan eendrachtig was samengewerkt.”

Ook in Groningen werd besloten het voortaan anders aan te gaan pakken: meer verspreid in de tijd, op meerdere plekken en met verschillende invalshoeken. In de Week van de Psychiatrie eind maart, en rondom de Landelijke Dag Psychische Gezondheid op 10 oktober is er elk jaar een programma met lezingen, film, theater, dans, fotografie en een open podium. Ontmoetingen organiseren tussen het algemeen publiek en de psychiatrie is dan opnieuw de inzet.

### Kwartiermaken in de kerk

*Jolanda:* “Uit het festival zijn inmiddels andere initiatieven voortgekomen, zoals de *kwartiermakerspreek*. Een geestelijk verzorger van Lentis heeft tijdens het kwartiermakersfestival het initiatief genomen om mensen met een psychiatrische achtergrond te laten preken in de kerk. We hebben samen contact gezocht met een dominee van een protestantse kerk en later met voorgangers van nog andere kerken, ook buiten Groningen-stad. We hebben cliënten van Lentis geholpen om hun (levens)verhaal te doen in kerkdiensten. Voor zowel de cliënten als de kerkgangers is het een hele ervaring: ‘Ik stond daar. In een volle kerk, mijn eerste optreden. Ik trilde vreselijk. Ik had er geen rekening mee gehouden dat al die mensen in de kerk allemaal zouden reageren. Ik dacht: ik doe mijn verhaal en dat is het. Maar na de dienst wilde iedereen mij de hand schudden. Wat dapper, zeiden ze, wat goed dat je ook deze kant van de psychiatrie laat zien.’ De verhalen zijn gebundeld onder de naam *Een ervaring rijker*.<sup>4</sup>

### ...en op hogescholen

Sinds 2008 geven cliënten samen met psychiatrische verpleegkundigen gastlessen psychiatrie op hogescholen. Studenten kennen de wereld en het werkveld van de psychiatrie niet. Ze hebben stereotype denkbeelden van patiënten, denken dat patiënten overwegend in grote klinieken en op gesloten terreinen verblijven. Patiënten worden gezien als onvoorspelbaar en onberekenbaar. Ook hadden de studenten het idee dat patiënten vaak agressief, oud en dement zijn. De extra gastlessen worden ingezet om negatieve beeldvorming op een (positieve) manier te beïnvloeden en de praktijk van de GGz dichterbij de studenten te brengen.

In een onderzoek in 2011 geven studenten aan dat zij door de ervaringsverhalen en de ontmoeting met de cliënten een reëler beeld hebben gekregen van de verpleegkundige taken in de psychiatrie. De gastlessen hebben hun duidelijk gemaakt dat begeleiden een verpleegkundige interventie is. Ze hebben vaak

De Mensenzoo

**Tijdens het Groningse Bevrijdingsfestival van 2010 is de Mensenzoo georganiseerd. Met de Mensenzoo willen de kwartiermakers de bewustwording omtrent het denken in hokjes vergroten, en mensen laten nadenken over vooroordelen. De Mensenzoo is een soort die-rentuin van mensen, die binnen het kader van een festival of iets dergelijks opgezet wordt. Anders dan in de moderne die-rentuinen zitten de mensen in de Mensenzoo letterlijk en figuurlijk in een hokje: er zijn hokjes met een psychiatrische patiënt, een stokoude vrouw, een moslim, een hangjongere, een student, een politicus... De mensen in de hokjes spelen geen rol maar zijn geheel zichzelf.**

**Gangmakers leggen het contact tussen de mensen binnen en buiten de hokjes. Achterliggende gedachte is dat door het gesprek de hokjes vanzelf hun betekenis verliezen. Door het persoonlijke contact ontstaat er ruimte om over vooroordelen heen te stappen. Mensen wordt op een ludieke manier een spiegel van de samenleving voorgehouden, waardoor ze merken dat de stereotype beelden niet altijd kloppen. De ervaring is dat de meeste bezoekers de dialoog met een andere mensensoort verrijkend vinden.**

voor het eerst een patiënt gezien die hun een dapper levensverhaal vertelde voor een overvolle collegezaal! Studenten helpen ook mee met de organisatie van de *Mensenzoo*; zo'n gezamenlijke activiteit bevordert een realistische beeldvorming.

#### Weer bewegen

Een van de kleinere kwartiermakerprojecten was het maatjesproject *Nordic Walking* in Uithuizen. Vier cliënten met een psychiatrische achtergrond werden gekoppeld aan vier maatjes en kregen les in Nordic Walking. Het project was, en is een succes: de club blijft met elkaar wandelen ondanks dat de lessen zijn afgelopen. Het gezamenlijk bewegen leverde ook meer sociale contacten buiten de psychiatrie op, meer zelfvertrouwen. Een cliënt beschreef het treffend: 'Je kreeg mij met geen stok uit bed, maar met mijn Nordic Walking-stokken blijf ik uit bed!'

Dit verhaal was aanleiding voor een ambitieuzer project: meedoen aan de *Tocht om de Noord*, een tweedaags wandelevenement dat langs keukens, huizen, musea, kerken, boerderijen en molens voert. In overleg met de organisatoren konden cliënten met maatjes inschrijven voor 5 kilometer of 10 kilometer. De eerste keer, in 2010, was succesvol. Wat vooral indruk heeft gemaakt is het enthousiasme van de deelnemers; het gezamenlijk meedoen aan iets 'normaals' en het neerzetten van een prestatie. De activiteiten, de bezienswaardigheden onderweg en het enthousiaste onthaal in de dorpen werden zeer gewaardeerd. De sfeer van de tocht, het gezamenlijk buiten in beweging zijn en het contact met andere wandelaars, werkten aanstekelijk. Een echte succesfactor was de medaille die iedere deelnemer bij de finish ontving. Ze waren apentrots! Ook vanuit de familie van cliënten kregen de coördinatoren waardering: 'Ik heb met mijn zus weer iets gewoons meegemaakt!' Door te bewegen hebben cliënten en hun wandelmaatjes ondervonden dat zij zich fitter voelen; hun conditie is verbeterd, ze hebben meer zelfvertrouwen gekregen en meer sociale contacten. In 2011 is er wederom een succesvolle tocht georganiseerd en voor 2012 zijn we ook weer volop bezig.

#### Verbindingen leggen

In de provincie Groningen zetten we diverse kleinere kwartiermakersprojecten op, die vanuit de activiteitencentra georganiseerd worden. Deze zijn vooral gericht op het weer meedoen in de maatschappij, en wel zo normaal mogelijk. De kwartiermakers zijn woon- of activiteitenbegeleiders, of sociaal psychiatrische verpleegkundigen. Met de inzet van vaktherapeuten, en de dienst geestelijke verzorging hebben we de afgelopen jaren ook flink kwartier gemaakt.

We zijn sterker geworden in kwartiermaken doordat we ook contacten en verbindingen zijn aangegaan met voor de GGz onbekende organisaties. We hebben die steeds maar weer verteld waar onze doelgroep tegenaan loopt, en dat we hen nodig hebben in de weg naar weer meetellen en meedoen. Zo slaagden we er bijvoorbeeld in om met het *Huis voor de Sport* binnen een paar weken een gezamenlijk project te starten. Mensen met langdurige psychische klachten bewegen vaak te weinig. Daar komt bij dat de drempel naar een sportschool voor hen vaak te hoog is. De uitdaging is om mensen die heel lang minder tot niet hebben bewogen weer de kracht en de energie te laten ervaren van het *anders moe* zijn. En hen weer te laten voelen hoe het is om mee te doen en anderen te ontmoeten. Voor de deelnemers is er wekelijks een sport- en spelgroep gestart. In deze groep maken ze kennis met sporten en kunnen ze er achter komen welke sport ze leuk vinden om te doen. Na de workshops over bijvoorbeeld fitness, zumba, yoga, of badminton, kan een begeleider vanuit Lentis als 'beweegkwartiermaker' een aantal keer meegaan met cliënten naar een externe sportaanbieder. Op vijf locaties draaien inmiddels dergelijke projecten in samenwerking met de diverse gemeenten."

<sup>1</sup> De Landelijke Werkgroep Kwartiermakers wordt op het net gehost door het Trimbos-instituut [www.trimbos.nl/]

<sup>2</sup> [www.kwartiermaking groningen.nl]

<sup>3</sup> [www.kwartiermakersfestival-mb.nl]

<sup>4</sup> *Een ervaring rijker*, te downloaden via: [www.ruimtevooranderson.nl > achtergrondinfo > 'een ervaring rijker']