

## Verslag week 23

*Vooraf: Het beeld van deze week - de rozen met doornen - staat voor de geprikkeldheid die ik ervoer deze week. Het draaide niet lekker en ik zat niet goed in mijn vel. De weekfoto heb ik gemaakt op een*



*expositie van de Alkmaarse kunstenaar [herman de vries](#)<sup>1</sup>, die internationaal exposeert. De filosofie en werkwijze van de vries is: "het ordenen van wat is en daarmee de aandacht willen vestigen op zowel de eenheid als de diversiteit van wat er zich om ons heen bevindt".<sup>2</sup>*

*Ik vind dat prachtig; het is een heel spirituele benadering, die uitgaat van verbinding en gelijkwaardigheid. Het ene is niet beter dan het andere. Alles is één, meent de vries.*

*Voor mij zijn dit waarden en een zienswijze die horen bij ervaringsdeskundigheid; waar alles uit dezelfde bron afkomstig is en dus gelijkwaardig, is geen ruimte voor stigma. Datzelfde gevoel had ik in [The Museum of Humanity in Zaandam](#) (zie ook [verslag van week 20, 16 mei](#)) waar de fotograaf uitging van de overtuiging dat elk mens waard is om gefotografeerd te worden.*

### **Maandag 3 juni**

Een nieuw gezicht voor me in de groep; P., een jongen - nou ja jongeman - die naar ik begrijp al eerder bij de HWP heeft meegedraaid, stelt zich voor als stagiair. Ik merk dat de meesten van mijn collega's al kennen.

Ik vertel over mijn vierdaagse stiltecurcus. Het bracht me weer wat nieuws, d.w.z.: ik werd me weer bewust van zwakten en grenzen waarmee ik aan de slag wil. Onzekerheid is altijd een punt voor me.



*Voetselfie bij chillvijver tijdens stiltecurcus*

---

<sup>1</sup> Omdat hij vindt dat er geen hiërarchie is tussen de dingen, vermijdt de vries geen hoofdletters, ook in zijn naam; zijn stelling: alles is één.

<sup>2</sup> Meer achtergrond [lees je hier](#).

De schrijfgroep was verdubbeld naar twee personen. In de pauze kletsen we een beetje verder en we krijgen het over iets dat toevallig is en ergens ook weer niet; ik ga daar op in, en vertel over de onzichtbare hand die mij uiteindelijk naar de HWP in Schagen heeft geleid en ik noem het woord serendipiteit. Ik krijg later van collega M. terug, gebruik dat soort woorden liever niet. Ik snap het maar merk ook op dat de deelnemer aan wie ik daarover sprak de uitleg over serendipiteit wel interessant had gevonden en me zelfs had gevraagd om dat woord voor haar op schrijven.

Ik ervaar wat ik wel eerder heb opgemerkt; de mensen met wie ik werk vallen er harder over dan de mensen met wie ik werk. Maar hoe dan ook: ik zal er op letten. Overigens, soms weet ik ook niet hoe hoog ik die lat kan of mag leggen; in gesprek met een collega noemde ik het woord *discrepantie* en voor die persoon was dat toen nieuw.<sup>3</sup>

Dan schuif ik aan bij een voor mij nieuwe groep: Herstelwerk, geleid door collega S. Leuke groep! We doen zes korte maar overzichtelijke vragen rond thema's als: Wat kan ik? Wat kan ik goed? Of: Wat vind ik moeilijk? Dat leverde mooie en authentieke reactie op. S. gaf aan dat ze tevreden was over mijn inbreng, fijn om te horen. Ze merkte ook op dat ik er kalm en rustig bij zat en ook dat was positief bedoeld.

## Dinsdag 4 juni

Howie-dag. Over transactionele analyse. Overdracht en tegenoverdracht. Projecties. Redder <-> slachtoffer; Macht <-> afhankelijkheid. Let daarop als ervaringsdeskundige. Wat is je *eigen* rol?

Voor de les wordt me gevraagd of ik mee wil doen aan een kick-off bijeenkomst van *Amsterdams Netwerk Ervaringskennis*, in een buurthuis in West; een medestudent, die een echte Amsterdammer is dan ik en die het Amsterdamse netwerk en de sociale kaart honderd keer beter kent dan ik, kon niet. Ik zeg ja, want het is weer een nieuwe ervaring.

De bijeenkomst misschien zestig of meer mensen aanwezig. Goede opkomst! We worden in groepen verdeeld en krijgen thema's om over te discussiëren. Zoals: Is het überhaupt nodig om één visie op ervaringsdeskundigheid te hebben? Bij dit soort discussies weet ik nooit of ik gek ben of niet, er wordt zo verschillend over gedacht. Iemand zegt: nee natuurlijk! Want iedere cliënt is anders en heeft dus een behandeling op maat nodig.

Dat leek mij eerlijk gezegd nogal wiedes ([wat is wiedes eigenlijk?](#)) en ik had de vraag (dus?) heel anders geïnterpreteerd; Ik bekeek hem veel meer vanuit de gemeente Amsterdam; Als je met de gemeente in gesprek wilt en je wilt een verhaal vertellen over het nut, de relevantie en meerwaarde van ervaringsdeskundigen in het publieke domein, dan kan het geen kwaad om wel degelijk één visie te hebben. Zat ik maar wat te zwatelen? Ik had geen idee. Ik checkte het bij mijn buurman en die was het met me eens. Hij keek er ook zo naar.

Leerzame middag dus! En er volgen meer van dit soort bijeenkomsten, waar ik ook weer bij aanwezig zal zijn. Interessant en ook spannend want ook tijdens dit soort bijeenkomsten denk ik toch nog altijd: wat heb ik in vredesnaam te melden? En oh ja: iemand aan mijn tafel vroeg aan mij of ik een docent was, haha. Lessen in Zelfbeeld.

---

<sup>3</sup> Ik merk ook dat ik een ouwe lul begin te worden, want tijdens een of andere rondje zei ik dat ook Alexander Rinnooy Kan last had van paniekaanvallen. Ik zag daar een [bericht](#) over en dat heb ik opgenomen in de nieuwssectie van mijn website die bedoeld is als portfolio voor mijn HtH. Men begon te lachen en hadden zoiets van: wie is dat in vredesnaam? Niet zo raar, bedenk ik nu; dat was dertig jaar geleden de voorzitter van werkgeverorganisatie VNO/NCW. Mijn jongste collega was toen nog niet eens geboren, dus zo erg is het al met me.

## Woensdag 5 juni

Omdat we de vorige keer bij de kliniek een kwartier moest wachten voordat alle deelnemers voor de wandeling paraat stonden, ga ik een kwartier vóór de start naar de kliniek om te vragen of ze kunnen zorgen dat iedereen die mee wil al vast klaarstaat. Dat doen ze en we vertrekken op tijd. Een nieuwe deelnemer, een jongeman, zit er sinds een dag, trefwoorden bipolair en psychose, die in separatie had gezeten. We hebben een mooi goed gesprek waar hij me na afloop voor bedankt.

De Lotgenotengroep 's middags gaat een stuk minder goed; het thema is rust. We starten en als ik later één van de deelnemers uitnodig om daar iets te zeggen, heeft ze het al na één of twee minuten over haar behoefte om suïcide te plegen. Ik was daardoor overrompeld en probeerde het gesprek een andere wending te geven. Maar dat lukte niet echt en de groep werd onrustig en eentje verliet de groep zelfs. Ik voelde me daar erg ongelukkig onder en had het gevoel dat ik faalde. Na afloop hadden ik en collega L., die ook bij de groep zat, het er met iemand van de kliniek over, die een aantal van de deelnemers dagelijks meemaakt, onder wie de vrouw die over suïcide begon. Ik begreep dat de begeleider van de kliniek aan onze suïcidale deelnemster had gezegd dat ze niet meer over dat onderwerp mocht beginnen, omdat het ondermijnend is voor het herstel van andere cliënten. Ik had iets moeten zeggen als: "Ik weet dat een thema voor je is maar daar gaan we het nu niet over hebben. Als je wilt, kunnen we het er later in een persoonlijk gesprek bespreken."

Die informatie verzachtte mijn gevoel enigszins maar slecht een klein beetje. Ik begrijp dat ik het me niet te veel moet aantrekken omdat ik niet van die afspraak wist, en ook al had mijn collega ook kunnen ingrijpen, ik voelde me even goed verantwoordelijk voor het incident en daar voelde ik me dus nog steeds rot over.

Later heb ik een gesprek gehad met degene die was weggelopen; ik bood mijn excuses aan en legde e.e.a. uit. Van haar kreeg ik terug dat we er te inhoudelijk op in waren gegaan en dat het daardoor teveel de therapiekant op ging. Dat was een scherpe waarneming en ook: tussen de ogen. Voor mij een pijnlijke les, want ik ben bang om het fout te doen, en daardoor niet door mijn proeftijd heen te komen.

Ik bespreek het ook kort met onze coach L. Die snapt het en zegt dat het een goed onderwerp is voor intervisie.<sup>4</sup> En dat is het ook, al weet ik nu wel door schade en schande wat de *learnings* zijn... Het valt me intussen op dat collega L., met wie ik de groep draaide, er veel minder tot niet mee zit. Ook dat geeft stof tot nadenken. Voelt zij zich dan niet verantwoordelijk? Maak ik het groter dan het is?

## Donderdag 6 juni

Draai met collega S. de Zelfbeeldgroep. P., die meeloopt met de groepen, stelt zich voor als stagiair en geeft daarbij aan deze groep al vaker te hebben gegeven. Hij stelt zich echter bescheiden op en zegt dat hij zich dus zal gedragen als deelnemer aan de groep, omdat hij immers in opleiding is en wij de professionals zijn. Hij vertelt ook dat hij heel dominant kan zijn en later blijkt dat ook.

De groep start en op een bepaald moment begint een deelnemster over de overgang en ze vertelt dat ze daar en heel goed boek<sup>5</sup> over heeft gelezen dat haar zeer heeft geholpen omdat ze alles wat er in stond volledig herkende. Daarmee wordt de overgang een gespreksthema en zonder dat ik er erg in heb, verdwijnt het thema van de bijeenkomst van de groep (zelfbeeld) naar de achtergrond. Zo sluipend gaat dat dus. Dan roert P. zich, en betreft een jongere, manlijke deelnemer is het gesprek.

---

<sup>4</sup> Heb ik ook gedaan, [kijk hier](#).

<sup>5</sup> *Schijthuis – Mijn leven met een angststoornis, 2018, uitgeverij Lucht, door Marjolein van Kooten.*

Dat was een goede *move*, want daarmee kwam deze deelnemer aan bod, terwijl hij er tot die tijd lijdzaam bij zat.

**Vrijdag 7 juni**

Afspraak met mijn Adviseur Werk van het UWV. Mijn voornaamste vraag aan hem: hoe kijk je nou terug op het hele traject? Zie ook deze korte reflectie (*volgt spoedig*).