

Verslag week 27

Vooraf: De afbeelding voor deze week is een beeld (een gifje) uit de film Avatar. Dat heb ik gekozen omdat iemand tijdens een interview voor mijn E-Health project vertelde dat er momenteel onder meer een experiment is waarbij cliënten met hun eigen avatar in een groep bij elkaar komen: "Je ziet je beentjes en de tafel en je ziet de rest van de groep. In die groep kun je met elkaar 'in gesprek' gaan. Je kunt ook opstaan en elkaar de hand schudden." Ik moet het maar eens met eigen ogen gaan zien...

Maandag 1 juli

Schrijfgroep: verliep prima, geen bijzonderheden.

Aantal foto's gemaakt voor pitch Howie the Harp (HtH) op dinsdag.



Pitch voor HtH voorbereid; onderwerp: vertel in vijf à tien minuten over je werkplek; wat voor organisatie is het, wat zijn de missie en de visie, hoe zie je dat terug in het gebouw, wat is jouw rol, hoe ben je binnengekomen, waar sta je nu? Dat in kaart gebracht en tekstinfo en beeld in PPP gezet.

Opzet: eerst wat saaie feiten, dan vooral plaatjes van de buitenkant van het gebouw, gevolgd door de gezonde (herstel bevorderende) appeltjes bij de balie, foto van de HWP, het vijf meter hoge behang met reusachtige appels, de wachtruimte annex kantine, een kleurrijke schildering, gemaakt door een

Eén van de afbeeldingen die is weggevallen door problemen met PPP

cliënt, en tenslotte de kliniek waar we de mensen ophalen die willen wandelen op woensdag. Een visuele rondleiding dus.

23:15 uur – Klaar! Ik zette mijn presentatie op een stick en klikte nog even om te zien of alles er goed op stond: NIET dus! De helft van mijn presentatie was weg, geëvaporeerd en verdwenen en ook foetsie... Naar de eeuwige jachtvelden... Ik heb overal gezocht, onvindbaar. Ik kreeg bij het openen van dat geamputeerde document wel een melding dat ik niet geautoriseerd was om het programma te gebruiken. Een programma dat ik GVD braaf gekocht en betaald heb mijn geld uit mijn eigen portemonnee, waarvoor ik zelf braaf en eerlijk heb gewerkt.

Maar wat ik ook verzou, ik kon er niet meer bij. Ik was woest en verbijsterd. Wie denken die (...) van Microsoft dat ze zijn dat ze mijn werk mogen kwijtmaken omdat ik zogenaamd *niet geautoriseerd* zou zijn om dat

prachtprogramma van ze te gebruiken? Wie zijn die lui dat ze alles maar mogen lam leggen en controleren op mijn computer? Voor wie is die software nou eigenlijk gemaakt? En waarom? Is die niet bedoeld om mijn werk juist te makkelijker te maken in plaats van moeilijker *slash* onmogelijk?



Ook deze foto, met links de entree naar onze HWP: foetsie!

Het is voor mij echt een reden om die bemoeizuchtige rotzooi van mijn computer te verwijderen. Ik heb die nacht hooguit twee uur geslagen, iets wat me gelukkig vrijwel nooit overkomt.

Dinsdag 2 juli

De volgende dag – vandaag dus - gemeld bij de hoofddocent van wat en hoe. Dan doe je het met wat je hebt, zei hij laconiek. De Howie-benadering. En dat had ik ook al bedacht, maar toch even melden. Uiteindelijk was mijn pitch okay, zeker niet broek scheurend maar okay. Ik had tevoren nog even wat punten genoteerd die ik me van mijn presentatie kon herinneren. Zoals hoe kwam je binnen en waar sta je nu? Mijn proces was: van meekijken > naar zelf groepen geven > nieuwe groepen starten. En: dat ik met een collega aan de slag ga met een filmpje van vijf minuten waarin we de HWP presenteren aan de buitenwereld. En 2: dat me is gevraagd om mee te werken aan het her-Nederlandsen van het Boek *De weg naar herstel*.

Woensdag 3 juli

Met collega I. me voorbereid op de groep Zingeving & Spiritualiteit (ZES). Hoe zetten we e.e.a. op, hoe geven we de groep concreet handen en voeten? Ik ben, er zoals gemeld, een voorstander van om de geestelijk ondersteuner (MvdG) in Schagen om medewerking te vragen. Dat bleek wel een punt om even bij stil te staan, want rond deze collega (MvdG) is een keer een moeilijke situatie ontstaan met emoties en ongelukkige getoonzette mailtjes. Collega I. had zoiets van, als we weten dat er goede ervaringen zijn met de geestelijk ondersteuner in Hoorn, waarom daar dan geen gebruik van maken? Maar dat incident was voor mij niet per se een reden om VdG te passeren; dat was wat mij betreft een momentopname en als we zelf iemand in huis hebben, dan moet je hem op zijn minst op de hoogte stellen van wat we van plan zijn (vond mijn collega overigens ook). Ik ging op zoek naar VdG, maar die bleek alleen donderdag bij ons te werken.

Ik voelde zijn pijn

Met collega H. de groep Dagbehandeling gedaan. Drie deelnemers, allen jong, rond de twintig, onder wie D., die eerder in deze groep zonder aanleiding begon over suïcide. De groep liep erg goed. Omdat ik niet iedereen kende, stelde ik me even voor en vertelde waar mijn ervaringsdeskundigheid lag: pillen, drank. Dit sloot behoorlijk naadloos aan bij de jongen, M., die vrijwel hetzelfde “pakket” heeft en daar nog middenin zit. Hij had een indringend verhaal, o.a. over de relatie met zijn ouders, de rol ten opzichte van zijn vrienden, de rol van middelen daarin. Het greep me aan, en het raakte me zozeer, dat ik de tranen in mijn ogen voelde. Ik heb toen gezegd, je raakt me echt man, ik voel je pijn; en dat was ook zo.

Ik zei dat ik grote bewondering en respect voor hem had, want hij was er voor zovelen en voor hem was er eigenlijk niemand; hij brak. Ik vond het bijzonder zo kwetsbaar als hij zich opstelde en hoe hij zijn tranen en zijn worsteling kon tonen. Maar ook de manier waarop hij reageerde op mijn vragen en opmerkingen, want hij wist alles wat hij deed of had gedaan ook uitstekend te analyseren en verwoorden; te jong wijs. Hij knikte met hangend hoofd.

D. was in goeden doen en dat was mooi om te zien. Ze deed actief mee, en had een opgeruimd gezicht. Geen woord over suïcide, of zelfs maar iets dat daarbij in de buurt kwam. De derde deelnemer N., een jonge vrouw, was erg in zichzelf, keek omlaag met gebalde vuisten en zat trillend op haar stoel, ik meen deels vanwege de medicatie die ze krijgt. Het was rot om haar zo te zien worstelen. Wat ik echter prachtig vond, was dat D. in een bijdrage N. op een mooie, subtiele manier een hart onder de riem stak en indirect uitnodigde om ook iets te zeggen - wat N. opdat moment helaas niet kon opbrengen. Na afloop stak ik mijn duim op naar D. en zei dat ik het mooi had gevonden wat ze deed. Ze begon te stralen van oor tot oor.

Ja, dacht ik, bevestiging, dat is zó belangrijk. *Ook voor mijzelf*. Nog altijd.

Leeghoofdig, lichtgewicht operettefiguur

Bij het slot van de sessie gaf M. ons ongevraagd feedback op hoe mijn collega H. en ik in zijn ogen werken; hij merkte op dat de reguliere psychiaters vooral uitgaan van diagnoses en vaste stramien en dat ze keurig opereren volgens een boekje, netje volgens de theorie en dat ze na afloop ook keurig meelopen naar de balie voor een nieuwe afspraak, maar ook dat het niet veel verder gaat. Hij kon het niet echt goed benoemen zei hij, maar hij ervoer bij ons meer betrokkenheid, echte aandacht voor de persoon, ik vertaal het even voor eigen rekening. D. die naast hem zat, knikte instemmend. Wat een prachtig compliment! Ik was er erg blij mee want ik heb zeker de laatste tijd nogal de neiging om weer te twijfelen aan alles wat ik doe, zoals ik ook altijd deed als journalist; dan dacht ik als ik een verhaal had ingeleverd: nu komt alles uit. Nu zal de wereld leren wat voor leeghoofdig, lichtgewicht operettefiguur ik ben, een monster zonder waarde.

Donderdag 4 juli

Na de ochtend-intake loop ik naar geestelijk begeleider MvdG om hem te vertellen dat ik en I. bij de HWP ZES willen introduceren, iets waar tot nu toe onvoldoende menskracht voor was, maar wat wel in ons basispakket hoort. Ik vroeg of hij ons daarbij kon ondersteunen. VdG vond het een goed idee en vroeg wat we van plan waren en welke werkvormen we wilden gebruiken. Ik zei: dat is precies waarvoor we jouw inbreng zoeken.

Hij was op dat moment echter bezig maar hij zou na vier langskomen. Dat deed hij en we bespraken zijn werkwijze. Met de werkvormen bedoelde hij manieren en hulpmiddelen om de deelnemers aan de praat te krijgen. Een katalysator die het gesprek op gang helpt te brengen. Dat kan een songtekst zijn, een gedachte of *gespreksstarterkaarten*. Hij gaf daarbij aan dat hij zijn cliënten altijd de regie geeft; als ze een bepaalde kaart onprettig vinden of confronterend, dan mogen ze een andere pakken. Hij had het er ook over dat je als gespreksleiders een bepaalde cultuur neer kunt zetten; niet alleen door tevoren een lijstje te maken met spelregels en groepsafspraken (bijv. laat elkaar uitspreken, wees respectvol) maar ook in je optreden.



Dit was precies waarop ik had gehoopt, die kaarten zijn een ideaal hulpmiddel om in gesprek te komen – en niet duur trouwens, want [voor € 9,95 heb je al een doosje met van die kaarten](#). Ik denk overigens dat er nog wel meer hulpmiddelen zijn; ik moet nu denken aan de leren koordjes die onze moderator in Alkmaar tevoorschijn haalde toen we aan de slag moesten met het thema verbinding. Ook daar wil ik wel meer van weten. En wat betreft dat vooroordeel over MvdG, niets van gezien dat het nu nog bevestigt.

Als laatste heb ik nog een mailtje gestuurd naar de collega's van Alkmaar: kunnen collega S. en ik volgende week donderdag 11 juli langskomen om te kijken hoe jullie de groep *Mijn leven voor de lens* in de praktijk vormgeven. Want de tijd begint te dringen.

Vrijdag 5 juli

Twee interviews voor mijn E-Health project. Onder meer over hoe er wordt geëxperimenteerd met avatars die in een groep bijeenkomen om hun problemen te bespreken. En over de wijze waarop digitale zorg inderdaad nieuwe competenties vereist. Ik krijg stukje bij beetje wat meer grip op het onderzoeksonderwerp. En ik krijg de medewerking van Arkin, waar ik misschien met de cliëntenraad in gesprek kan. Hangt een beetje van de datum af. [In deze diareeks legt Arkin uit: Waarom E-health?](#)