Jaarverslag 2018

Een verrijkend jaar

HerstelTalent

Jaarverslag 2018

Een verrijkend jaar

HerstelTalent

Inhoudsopgave

Belangrijke gegevens 7

Voorwoord 8

Interview Sven Roelse 10

1. Financieel 12

Interview Carla Baas 14

2. Inleiding 16
2.1 Geschiedenis 16
2.2 Doelstelling 17
2.3 Visie 17
2.4 Missie 18
2.5 Doelstellingen 2018 18

Interview Silvia Swarts 20

3. Resultaten doelstellingen 2018 22
3.1 HerstelTalent wil methodieken en werkvormen ontwikkelen gebaseerd op ervaringskennis 22
3.2 HerstelTalent wil de doorontwikkeling en professionalisering van de inzet van ervaringskennis in de praktijk bevorderen 24
3.3 HerstelTalent wil mensen laagdrempelig kennis laten maken met ervaringskennis 29

Interview Judith Koudijzer 34

4. Bijzonderheden 36
4.1 Prijzen 36
4.2 Wereldcongres voor Stemmenhoorders 36

Interview Klazine Tuinier 38

5. Activiteiten directeur 42

6. (Sociale) Media 44
6.1 Publiciteit 44
6.2 Website 45
6.3 Facebook 45
6.4 Twitter 45

Colofon 47

Belangrijke gegevens Stichting HerstelTalent

Hoofdvestiging
Verlengde Dishoekseweg 2
4371 NK KOUDEKERKE
06-22889296

Nevenvestiging | Zelfregiecentrum Middelburg
Oranjelaan 17-19
MIDDELBURG
06-22889296

www.hersteltalent.nl
KvK: 64718808

Bestuur
Frans Dieleman, voorzitter
Philippe Delespaul, secretaris
Willem van Staalen, penningmeester

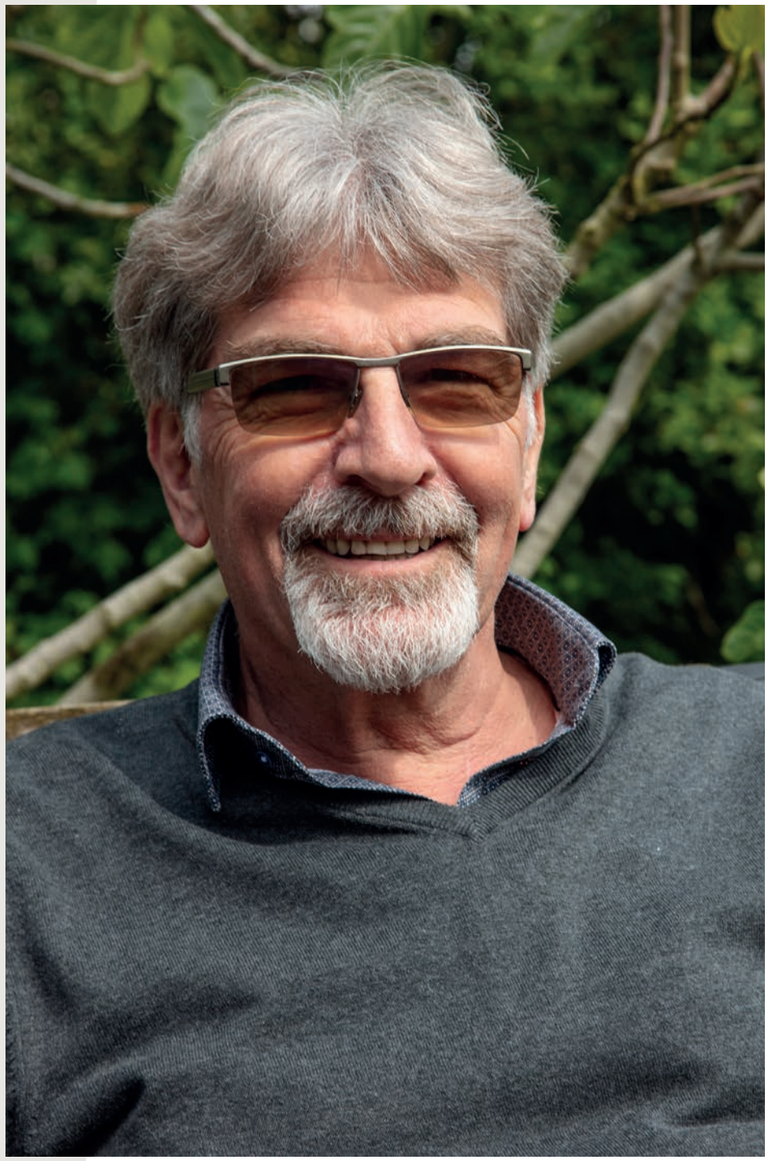
Directeur
Irene van de Giessen

Betaalde medewerkers
Carla Baas, senior ervaringsdeskundig begeleider
Judith Koudijzer, allround senior ervaringsdeskundige
Silvia Swarts, coördinator Zelfregiecentrum Middelburg

Vrijwillige medewerkers
Anita van Mierlo, stagiaire
Anne Mieke Vos, zelfregiemedewerker
Annie Swarts-Ovaa, gastvrouw
Carin Elve, zelfregiemedewerker
Ellen van der Made, begeleider cursus 'Adem in, adem uit'
Klazine Tuinier, projectleider Crisiskaart
Linda Verhage, stagiaire
Mirjam Akkerman, zelfregiemedewerker †
Petra Jobse, begeleider cursus 'Adem in, adem uit'
Roel Lastdrager, gastheer
Sabine van Zaltbommel, zelfregiemedewerker
Sven Roelse, stagiaire
André Hoek, zelfregiemedewerker
Eric Nortier, zelfregiemedewerker
Josseline Tolhoek, zelfregiemedewerker

Ingehuurd personeel
Pepijn van de Beemt, ROS Robuust
Niek Knol, Niek Knol Fysiocoaching aan Zee
Nico Landsman

Boekhouder
Aart Nijmeijer, Nijmeijer & Client



Het einde van 2017 en geheel 2018 hebben in het teken gestaan van rouw en verlies. Medewerkers van HerstelTalent werden individueel en collectief zwaar getroffen door het overlijden van:

- De kinderen van de partner van Silvia Swarts in de december 2017; en,
- Collega Mirjam Akkerman in september 2018.

Deze gebeurtenissen waren zeer ingrijpend. Bijzonder was het om te merken dat de eensgezindheid en aandacht voor elkaar groot bleek te zijn. Samen zijn we er doorheen gekomen.

Een positieve kleuring gaf het winnen van de VGZ Herstelspecial op 31 oktober 2018.

In het algemeen heeft HerstelTalent in 2018 een verrijkend jaar gehad. Wanneer je met elkaar in staat blijkt te zijn om de moeilijkste momenten in het leven, het afscheid nemen van geliefden, goed door te komen, wordt de moeilijke ervaring ook een rijke ervaring.

Elke ervaring mag je gebruiken om je deskundigheid te vergroten. Ja, die deskundigheid, waaruit bestaat die? Deze vraag leefde ook sterk in 2018. Wanneer is iemand deskundig te noemen? Deskundig in kwetsbaarheid? Gaandeweg komen we in de richting van een passend antwoord, waarop ook onderwijsinstellingen hun programma kunnen aanpassen.

HerstelTalent richt zich niet op een specifieke doelgroep. Iedereen is welkom. We maken kennis met elkaar en zoeken naar een manier om je te begeleiden in je herstelproces. Je bepaalt zelf of de aangeboden jas je past. Er zijn wel sociale en ethische grenzen, want veel gebeurt in groepsverband. Van jou uit is alles bespreekbaar, maar ook vanuit de medewerkers!

Het hanteren van Samen1PLan, als dossiervorm in eigen beheer van de zorgvrager, bevalt ons goed. Regie over je eigen dossier en de voortgang van de daarin beschreven doelen is een goede ‘begeleider’ van de voortgangsgesprekken.

Voorlopig ben ik heel trots op de vrijwilligers die zich dit jaar opnieuw hebben ingezet. Ik ben trots op de medewerkers die we een parttime baan konden aanbieden. Op de presentaties die zij gehouden hebben op de vele plekken waar dat gevraagd werd en op de mensen die aan cursussen hebben meegedaan en zich door ons lieten begeleiden.

Eerlijk is ook om daarbij op te merken dat het een hele uitdaging is om een bedrijf vorm te geven waarin medewerkers en mensen die van onze diensten gebruik maken vaak zo hard door levensontwrichtende omstandigheden worden getroffen. We worden er echter steeds beter in.

Kom maar op, 2019!

Frans Dieleman
Voorzitter Stichting HerstelTalent

Sven Roelse

Interview Nico Landsman, 20 december 2018

Sven werkt al wat langer als vrijwilliger bij HerstelTalent. Begin 2018 was hij gastheer in het ZelfRegieCentrum (ZRC), begeleidde een WMO-cliënt, deed mee aan de intervisie en volgde een opleiding bij Zadkine.

Wat zouden zijn belevingen dit jaar zijn?
Ik heb eind april de functiebeschrijving 'medewerker ZelfRegieCentrum' gekregen. Die rol vraagt wel meer van mij dan de rol van gastheer. Ik kan nu ook de kennis, die ik opdoe bij de opleiding, inzetten bij gesprekken. Mensen die hier komen vragen dan op zeker moment om mij apart even te spreken. Dan gaan we bijvoorbeeld in het café zitten - of ergens anders heen. Dat kan nu, omdat ik niet meer als gastheer aanwezig hoef te zijn. Ik ben er op woensdag en vrijdag.
In die gesprekken gaat het er vooral om, dat ik actief luister naar wat iemand vertelt. En dan doorvragen en samenvatten: terugkoppelen wat ik hoor en ook wat ik zie aan hoe iemand vertelt. Aansluiten bij de belevingswereld van de persoon. Proberen om achter diens normen en waarden en overtuigingen te komen. Dit kan heel verhelderend werken voor die persoon.

Wat is de relatie met zelfregie?
Ik probeer steeds om de bal terug te leggen bij de persoon zelf. Waar komt dat vandaan, waar je het over hebt? Hoe komt het dat je toen zo hebt gedaan?

De bezoekers in het ZelfRegieCentrum komen voor koffie en gezelligheid, voor het onderlinge contact en om te praten over hoe het met hen gaat. Verloopt dat altijd gemakkelijk?
Soms moet je ook wel iemand corrigeren. Ik moet zorgen voor de veiligheid van de bezoekers. Het komt wel voor dat iemand over een ander een oordeel uitspreekt. Die ander kan zich dan geraakt voelen. Dan kan ik dat gevoel bijvoorbeeld terugkaatsen naar de groep door te benoemen wat ik zie: 'Ik zie dat je je geraakt voelt. Klopt dat?' 'Hoe voelen anderen dat?' Sommigen voelen zich dan niet aangevallen. Ze worden niet meer geraakt door stigma bijvoorbeeld. Ik moet dan het gesprek faciliteren. Je hoort dan verschillende belevingen. Ik moet de groep dan bij elkaar houden, zodat iedereen betrokken blijft en zich veilig kan blijven voelen. Het kan ook voorkomen dat ik iemand apart moet nemen om wat indringender te praten.

Hoe voelde je je dit jaar?
Ik merk veel ontwikkeling bij mezelf, maar ik heb ook nog veel te leren. Komend jaar doe ik examen van mijn opleiding. Het was ook een moeilijk jaar, waarin het me allemaal wel eens teveel werd. Ik trek me er ook aan op dat ik weer mensen ontmoet en toekomstperspectief zie. Er zijn mensen met een psychose, die steeds meer gewoon mee kunnen doen in de maatschappij, zelfs een hypotheek kunnen krijgen. Zo hoop ik ook wel op een betaalde functie.

Waar droom je verder van?
Ik heb vanaf november op zaterdag drie vaste klanten in de herstel-computerclub in het ZelfRegieCentrum, die ik heb opgezet. Je bent met technische zaken bezig, maar het gesprek verschuift vanzelf naar meer persoonlijke inhouden. Er is een ontspannen sfeer, waarin technologie centraal staat. Dan ontstaat ruimte voor uitwisseling en voor het toepassen van ervaringsdeskundigheid. Die combinatie van bezig zijn met ICT voor HerstelTalent en met mensen werken aan hun persoonlijk herstel vind ik heel fijn en daar wil ik graag mee verder.

1. Financieel

	BALANS PER 31-12-2018	31-12-2017
ACTIVA	€	€
VASTE ACTIVA		
Materiële vaste activa		
Inventaris	350	1.231
VLOTTENDE ACTIVA		
Vorderingen		
Debiteuren	13.334	18.496
Overige vorderingen	9.411	0
	22.745	18.496
Liquide middelen		
Rabobank	92.894	78.359
	115.989	98.086

	BALANS PER 31-12-2018	31-12-2017
PASSIVA	€	€
EIGEN VERMOGEN		
Kapitaal	53.456	34.123
KORTLOPENDE SCHULDEN		
Voor uit ontvangen bedrage	34.265	37.962
Belastingen	5.260	11.886
Overige schulden en overlopende passiva	23.008	14.115
	62.533	63.963
	115.989	98.086

WINST- EN VERLIESREKENING OVER HET BOEKJAAR 2018

	2018	2017
	€	€
BATEN		
Omzet	171.309	152.033
Inkoopwaarde	56.343	48.613
Bruto bedrijfsresultaat	114.966	103.420
LASTEN		
Lonen en salarissen	15.206	10.977
Sociale lasten	2.718	1.931
Lonen uitzendbureau	25.445	0
Afschrijvingen vaste activa	881	881
Overige personeelskosten	22.904	33.829
Huisvestingskosten	3.113	2.400
Bedrijfskosten	0	16
Kosten transportmiddelen	2.175	102
Kantoorkosten	16.840	10.635
Verkoopkosten	3.322	1.767
Algemene kosten	2.895	2.522
SOM DER BEDRIJFSLASTEN	95.499	65.060
BEDRIJFSRESULTAAT	19.467	38.360
Uitkomst der financiële baten en lasten	177	203
	19.290	38.157
Bijzonder baten:		
Schenking	255	1.500
NETTO RESULTAAT	19.545	39.657

Carla Baas

Interview Nico Landsman, 20 december 2018

Hoe ben je dit jaar begonnen bij HerstelTalent?
Ik deed het ZelfRegieCentrum als medewerker, de gasten ontvangen, naast de gastheer en gastvrouw. De medewerkers volgen een opleiding en doen hier stage als ervaringsdeskundige of hebben al een opleiding af.

Als medewerker doe je meer gesprekken. De opzet in het ZelfRegieCentrum lag me niet zo. Eind april ben ik daarmee gestopt.

Wat is het belangrijkste werk, dat je voor HerstelTalent hebt gedaan?
Ik begeleid vier WMO-cliënten. Ik leg snel contact met cliënten. Ik voel heel snel hoe ik me moet gedragen bij hen. Dit vind ik leuk om te doen en daarmee komt het geld binnen.
Ik heb twee Socratische gespreksgroepen van zo'n acht bijeenkomsten begeleid met Judith. Ik vind dat een prachtige methode. We hadden allebei een andere aanpak. Judith doet het strakker en ik doe het losser. Beide kunnen binnen de methode. Volgend jaar ga ik weer een Socratische gespreksgroep begeleiden.

Hoe waarderen de cliënten jouw werk met hen?
Met de cliënten heb ik positieve ervaringen. Ze zien me graag komen, omdat ik naar hen luister. Ik was pas bij een cliënt om te evalueren. Mijn mond viel open over hoe positief hij over mij was. Ik vroeg ook wat hij niet prettig vond. Hij vond het niet fijn dat ik koppig ben; dat is hij ook. Af en toe moet ik er flink tegenin. En dat ik een betweter ben en dat ik hem soms niet laat uitspreken. De pluspunten waren dat ik er altijd voor hem ben, dat hij van mij op aan kan. Er stond een hele lijst doelen op zijn formulier, waaruit hechtingsproblematiek bleek. Dat herkende ik, omdat ik dat ook heb. Het eerste was dus ervoor zorgen dat hij mij ging vertrouwen. Dat is goed gelukt. Nu ervoor zorgen dat dat zo blijft. Dat lukt me niet altijd vanzelf.

Welke deskundigheid kon je inzetten bij cliënten?
Een cliënt had als doel gekregen dat hij moet sparen van zijn leefgeld van vijftig euro in de week. Hij zei dat dat niet kan. Ik confronteerde hem ermee dat hij tien euro per week aan blowen besteedt. Dat kan hij besparen. Uiteindelijk kwam hij zover, dat hij kon zeggen, dat hij daaraan wel wilde gaan werken, als hij volgend jaar is verhuisd en in betere omstandigheden zit.

Is er nog iets geweest waar je bijzonder blij mee bent?
Ik ben trots op de herstelwerkgroep. Dat is een droom die is uitgekomen. Toen ik vroeger mijn diagnose kreeg, miste ik een groep waarin ik mijn ervaring kon delen. Dat had ik bij mijn sollicitatie al tegen Irene gezegd. Ze zei: 'Ga zoiets maar opzetten. Maak maar een plannetje en regel financiering.' Ik kreeg het er benauwd van. Maar dit jaar gingen we ermee aan de slag. We werven bij HerstelTalent niet op diagnoses, maar op herkenbaar gedrag in begrijpelijke, gewone taal. Het is door de diversiteit in de groep anders gelopen dan ik had verwacht. Ik vind het fijn dat ik het heb gedaan en heb volgehouden. De deelnemer met wie ik de meeste moeite had, zei dat hij vond dat ik het goed deed en mij graag mag en dat hij de volgende herstelwerkgroep wel samen met mij wil begeleiden. Ik wil nu ook een cursus 'leiden van een herstelwerkgroep' gaan volgen.

Heb je dit jaar nog opleidingen gevolgd?
Ik deed de LEV (Leergang Ervaringsdeskundigheid Veerkracht) in Amsterdam en een cursus voor het begeleiden van mensen die stemmen horen. Volgend jaar wil ik de training in de Yucelmethode volgen.

2. Inleiding

In deze inleiding nemen we u mee in de geschiedenis van Stichting HerstelTalent. U maakt kennis met haar doelstelling, visie en missie. In dit verslag meer specifiek; de doelstelling voor 2018.

2.1 Geschiedenis

Stichting HerstelTalent is eind 2015 opgericht nadat haar oprichtster Irene van de Giessen de 'VGZ Hersteleuroprijs' won. In de drie jaren daarvoor werkte zij als ZZP-er onder de naam 'Convalescent Talent' stelselmatig naar dit moment toe.

Sinds 2016 is een vaste en enthousiaste groep deelnemers ontstaan die actief is voor de stichting. In dat jaar is nadrukkelijk geïnvesteerd in opleidingen. Er is een breed landelijk netwerk opgebouwd en met zorg gewerkt aan relaties met samenwerkingspartners in Zeeland. Ook werd een krachtig stichtingsbestuur gevormd en werd ondersteuning op financieel, juridisch, wetenschappelijk en organisatorisch vlak gezocht.

In 2017 zijn er onder de vlag van HerstelTalent twee Zelfregiecentra van start gegaan. Eén in Middelburg en één in Veere. Helaas moest het centrum in Veere vanwege gebrek aan belangstelling al binnen 6 maanden sluiten. Zelfregiecentrum Middelburg ontwikkelde zich gelukkig positief. In 2018 werd duidelijk dat het centrum nog drie jaar subsidie zal ontvangen van gemeente Middelburg.

Zelfregiecentrum Middelburg

Ook werden we als aanbieder van ambulante zorg toegelaten voor de WMO op Walcheren. Dit jaar ontvingen we een positieve accountantsverklaring voor de werkzaamheden die we op dit gebied in 2017 uitgevoerd hebben.

Eind 2017 is naar aanleiding van een opleidingstraject van de directeur bij het Oranje Fonds en de behaalde bedrijfsresultaten bewust besloten om het bedrijf in 2018 te stabiliseren. Om zo de voedingsbodem te leggen voor de gewenste stabiele groei in de jaren daarna. Dit heeft ertoe geleid dat we een externe adviseur van ROS-Robuust hebben aangenomen om ons hierbij te ondersteunen. Daarnaast is er iemand ingehuurd om een aantal bedrijfsprocessen vast te leggen.

Met ingang van 2018 zijn er naast de directeur Irene van de Giessen (sinds 2016), drie medewerkers in dienst van de stichting:

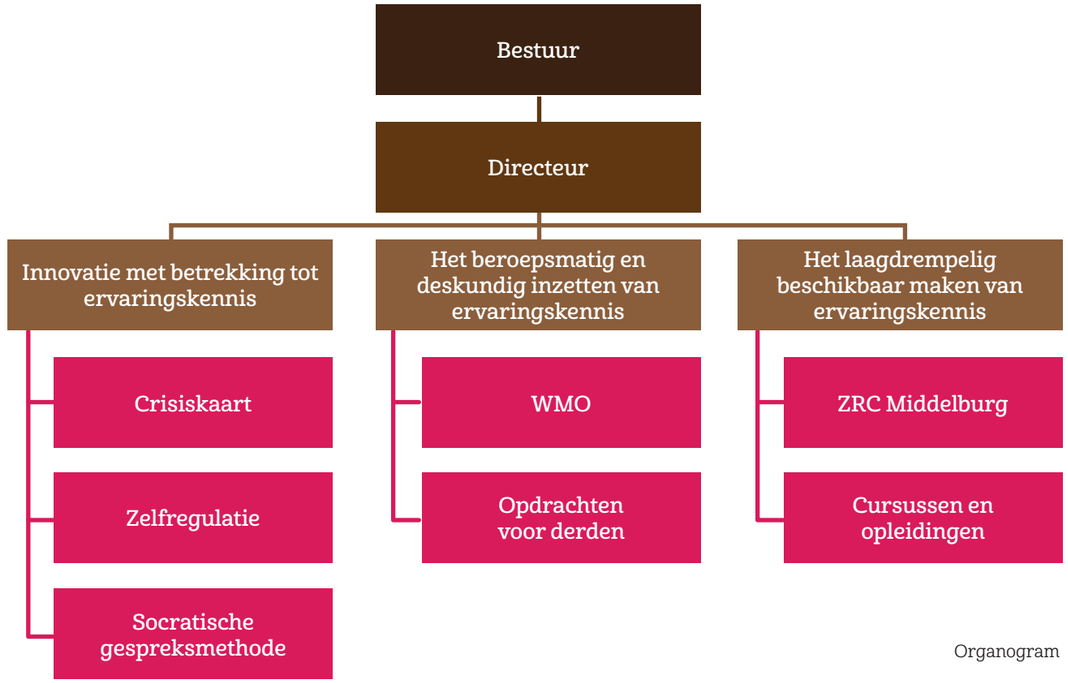
- Carla Baas, senior ervaringsdeskundig begeleider (1 mei 2018)
- Judith Koudijzer, allround senior ervaringsdeskundige (1 mei 2018)
- Silvia Swarts, coördinator Zelfregiecentrum Middelburg (1 oktober 2018)

2.2 Doelstelling

Stichting HerstelTalent heeft als doel om de (ervarings)kennis en vaardigheden die voortkomen uit het doormaken van ontwrichtende levensomstandigheden - en de zoektocht om daar betekenis aan te geven - zichtbaar te maken, te ontwikkelen en in te passen.

Eén en ander vertaalt zich in de volgende concrete doelstellingen:

- HerstelTalent wil methodieken en werkvormen ontwikkelen gebaseerd op ervaringskennis.
- HerstelTalent wil de doorontwikkeling en professionalisering van de inzet van ervaringskennis in de praktijk bevorderen.
- HerstelTalent wil mensen laagdrempelig kennis laten maken met ervaringskennis.



Organogram

2.3 Visie

HerstelTalent heeft als visie dat ervaringskennis als een waardevolle bron van kennis dient te worden gezien, die naast reguliere (medische, wetenschappelijke en professionele) kennis dient te worden toegepast om authentieke herstelprocessen te bevorderen.

2.4 Missie

Stichting HerstelTalent heeft als missie het verspreiden van ervaringskennis. Wij vinden dit zo belangrijk omdat ervaringskennis volgens ons - en vele anderen - een positieve bijdrage kan leveren aan het herstel van mensen. Met name van mensen die te maken hebben gehad met ernstige ontwrichting in hun leven. Ervaringskennis en ervaringsdeskundigheid geven ruimte en hoop aan mensen dat ook voor hen herstel mogelijk is. Sterker nog, dat mensen een herstelproces ingaan terwijl ze dat vaak niet meer verwacht hadden. Vanuit ervaringskennis staan wij ook voor het cliëntperspectief (in het volle bewustzijn dat dit twee verschillende zaken zijn). Dat is ons uitgangspunt. In Zeeland leveren wij daar een belangrijke bijdrage aan omdat er niet veel vertegenwoordigers van het cliëntperspectief en ervaringskennis in deze provincie zijn. Wij vinden het belangrijk dat iedereen toegang heeft tot ervaringskennis wanneer daar behoefte aan is, zowel binnen Zeeland als daarbuiten. Wij zijn ervan overtuigd dat iedereen de mogelijkheid heeft om te herstellen. Daar zijn wij zelf het voorbeeld van. Vanuit deze overtuiging doen wij ons werk.

2.5 Doelstellingen 2018

De doelstellingen voor 2018 beschrijven we aan de hand van de bedrijfsdoelstellingen:

A. Ontwikkeling van methodieken en werkvormen gebaseerd op ervaringskennis

- Een methodiek ontwikkelen met betrekking tot Zelfregie.
- Tevens wilden we met betrekking tot de crisiskaart:
  - Maandelijks intervisie aanbieden voor de mensen die begeleiding vormgeven in het kader van de crisiskaart.
  - Een functieomschrijving opstellen voor mensen die deze taak uitvoeren.
  - Een veiligheidsprotocol opstellen.
  - Een voorspelbare workflow en bijbehorende administratie opstellen.
  - Een administratief systeem aanleggen wat recht doet aan de gevoelige informatie waarmee we werken.
  - Wekelijkse groepsgewijze werkbegeleiding aanbieden.
  - Tweewekelijkse individuele werkbegeleiding aanbieden.
  - Bedrijfstelefoons aanschaffen.
  - Ons klantenbestand uitbreiden tot 50 in 2018, 70 in 2019 en 100 in 2020.
  - In 2018 willen we vijftien mensen extra opleiden tot crisiskaartconsulent.
- Met betrekking tot de Socratische gespreksmethode wilden we twee rondes van acht gesprekken organiseren rond een bepaald thema en onderzoeken of hier een boek over ervaringskennis van gemaakt kan worden.

B. Bevorderen van de doorontwikkeling en professionalisering van de inzet van ervaringskennis in de praktijk

- Drie mensen, die mensen begeleiden via de WMO, betaald in dienst nemen.
- De opgebouwde samenwerking met Schouwen-Duiveland verder uitbouwen en meerdere gemeenten van advies voorzien.
- Onze deelname aan de klankbordgroep beschermd wonen Zeeland voortzetten.
- Het leveren van de voorzitter en de secretaris voor de commissie 'Toekomstige Zorg Zeeland 2.0'.
- Voor de interne organisatie van Zeeland willen we:
  - Maandelijks intervisie organiseren voor de medewerkers van HerstelTalent die begeleiding doen (vormgeven) in het kader van de WMO.
  - Een functieomschrijving opstellen voor mensen die deze taak uitvoeren.
  - Een veiligheidsprotocol opstellen.
  - Taken van medewerkers herschikken/bijscholen/uitbreiden, zodat de directeur ontlast wordt en zij aan haar eigen taken toekomt.
  - Een planmatige workflow en bijbehorende agenda opstellen.
  - Een administratief systeem aanleggen wat recht doet aan de administratieve weerslag van wat we doen.
  - Zorgvuldige dossiervorming starten. Een digitaal systeem, waar de zorgvrager zelf de eigenaar en regievoerder is, heeft onze sterke voorkeur.
  - Wekelijkse groepsgewijze werkbegeleiding aanbieden.
  - Tweewekelijkse individuele werkbegeleiding aanbieden.
  - Bedrijfstelefoons aanschaffen.
  - Ons klantenbestand uitbreiden tot dertig klanten in 2018

C. Het bevorderen van het laagdrempelig beschikbaar maken van ervaringskennis

- Stabilisatie van gemeentelijke financiën voor een langere periode (tenminste drie jaar).
- Bij toezegging zou de nadruk liggen op:
  - Het bieden van goede (stage)begeleiding voor de mensen die het centrum draaiende houden.
  - Het maken van een (drie)ja(a)r(en)plan waar het de inzet en scholing van vrijwilligers aangaat.
  - Het maken van een (drie)ja(a)r(en)plan waar het inzet van activiteiten en cursussen betreft.
  - Het op orde brengen van de inrichting.
  - Het opstellen van minimale omgangsregels.
  - Het opstellen van een veiligheidsplan.
  - Meer bekendheid geven aan onze activiteiten door voorlichting.
  - Het maken van een functiebeschrijving van de verantwoordelijke medewerkers.
  - Het uitbreiden van ons bestand aan bezoekers met ongeveer tien per jaar. Dat zou betekenen dat we in 2018 streven naar 25 unieke bezoekers per dag.
- Twee WRAP-trainingen aanbieden (een in het voorjaar en een in het najaar) .
- Een training Basiscurriculum Ervaringsdeskundigheid aanbieden.
- Twee doorlopende herstelwerkgroep(en) aanbieden.
- Een training Cognitieve Fitness aanbieden.

Silvia Swarts

Interview Nico Landsman, 30 januari 2019

Wat was jouw meest opvallende ervaring bij HerstelTalent in 2018?
Ik ben per 1 oktober coördinator van het ZelfRegieCentrum geworden. Dat was een hele stap! Ik heb eerst drie maanden stage gelopen. Dat was toen ik in de ziektewet liep van mijn

vorige werk. Ik werd toen begeleid door Irene en heb met haar en mijn werkgever die afspraak kunnen maken. Daarna heb ik geprobeerd terug te gaan, maar dat lukte niet en Irene wilde mij graag in dienst nemen.

Was die stage jouw eerste kennismaking met HerstelTalent?
Nee, ik kende het al veel langer en heb de WRAP gevolgd. Ik kwam al vaker in het ZelfRegieCentrum om mee te doen met wat er gebeurt. Van daaruit groeide ik naar die rol toe. Door de stage wilde Irene mij een kans geven om meer te doen. Dat is goed bevallen. Ik vond het heel fijn om hier te zijn en Irene zag een talent in mij. Ze gaf me het gevoel dat ik ertoe deed. Die waardering was heel belangrijk. Bezoekers spraken uit dat ze in contact met mij getroffen worden door iets wat ze 'jouw liefde' noemen.

Wat houdt de rol van coördinator in?
De vrijwilligers komen om half tien en dan begeleid ik een rondje uitwisseling, voordat de inloop begint, die tussen tien en twee is. Ik ontvang nieuwe mensen en geef hen uitleg. Ook geef ik steun aan de vrijwilligers in hun contacten met mensen die komen. Ik vind het nog wel moeilijk om de boel in de hand te houden. Maar we mogen hier allemaal leren. Ik wil ervoor zorgen dat iedereen in het rondje aan bod kan komen.

Wat is jouw uitdaging nu?
Ik vind het vaak nog moeilijk om woorden te geven aan wat ik meemaak. Vaak is het nog achteraf dat ik bedenk wat ik had moeten doen. Zoals aan iemand vragen: 'Wat bedoel je hiermee?' Ik wil ook rekening houden met de kwetsbaarheid van de verschillende mensen. En dan houd ik me misschien teveel in.

Hoe werk je daaraan?
Ik zit nu in het tweede jaar van de Kleine Tiki, een cursus voor kunstzinnig dynamisch coachen. Daar leer ik ook om meer vertrouwen te hebben in mezelf.

Geef je ook zelf cursussen bij HerstelTalent?
Klazine vroeg mij om met haar de cursus Crisiskaartconsulent te geven. Van de zeven dagen heb ik er drie meegedaan. Zij deed meer het 'hersengedeelte' en ik het 'gevoelsgedeelte'. Ik heb de cursusmap doorgenomen en elke les met Klazine voorbesproken op de ochtend voor de cursus. Ik kreeg complimenten voor mijn empathie. Dat vind ik fijn.

Waardoor maakte je de cursus niet af?
Ik stopte met de cursus, omdat ik toen kon worden opgenomen bij Psytrec. Dat was twee keer vier dagen hard werken, exposure-therapie en EMDR. Tussendoor veel sporten. Elke dag kon ik werken aan een ander trauma uit mijn verleden. Ik had een intake gedaan naar aanleiding van mijn PTSS door het overlijden van de twee kinderen van mijn vriend bij een auto-ongeluk eind 2017. Bij mij kwamen die vroegere trauma's naar voren als iets waaraan ik door die opname goed kon werken. Die kans heb ik aangegrepen. Je kunt wel een baan hebben, maar dat wil niet zeggen dat je alles achter je hebt gelaten. Het blijft soms nodig om weer in jezelf te investeren.

Lukt het je vriend ook om ermee om te gaan?
We zitten nog in de rouwperiode. Hij heeft tijdens mijn opnameweken een 'knuffelmolen' gemaakt van de knuffels die mensen bij de uitvaart hadden neergelegd. Die staat nu bij de molen de Jonge Johannes (Serooskerke), waar ze graag kwamen. Dat helpt om te dragen wat er is gebeurd. Daarna zijn we een paar dagen op vakantie gegaan. Daar genieten we erg van.

3 Resultaten doelstellingen 2018

In dit hoofdstuk delen wij de resultaten van 2018 met u. Het is verdeeld over de drie verschillende doelen die wij hebben met ervaringskennis. Het belangrijkste overkoepelende doel van 2018 was de stabilisatie van het bedrijf. Op sommige onderdelen zijn de doelstellingen niet helemaal gehaald maar wij zijn blij met het resultaat. Op deze basis kunnen wij verder.

3.1 HerstelTalent wil methodieken en werkvormen ontwikkelen gebaseerd op ervaringskennis

Bij Stichting HerstelTalent verzamelen wij veel ervaringskennis. Het is ons doel om dit voor zoveel mogelijk mensen beschikbaar te maken zodat het ook hen mogelijk kan ondersteunen bij hun herstel. Eén van de manieren waarop wij dit doen is door methodieken en werkvormen te ontwikkelen of te verspreiden. De crisiskaart is bijvoorbeeld een bestaande methode die heel steunend en behulpzaam is gebleken bij het herstel van mensen. In Zeeland bieden wij deze aan, als eerste en enige organisatie, vanaf 2017. Andere werkvormen zijn door ons zelf ontwikkeld of aangepast voor mensen met levensontwrichtende ervaringen. Zoals bijvoorbeeld de socratische gespreksmethode. Ook hebben wij nog een aantal wensen op dit gebied. In dit gedeelte leest u hoe het ervoor staat met de verschillende projecten en wensen.

3.1.1 Crisiskaart/Hulpkaart

Begin 2018 liep de subsidie die we van ZonMW ontvingen om de crisiskaart in Zeeland te implementeren af. Een groot deel van 2018 hebben we uit eigen middelen geïnvesteerd om de crisiskaart voor de Zeeuwse bevolking te behouden. We stelden een vrijwillig projectleider Crisiskaart aan die carte blanche kreeg om het project zo op te zetten zoals zij dat wilde.

Actieprogramma lokale initiatieven mensen met verward gedrag

Omdat de crisiskaart bij crisiskaarthouders in een behoefte bleek te voorzien is besloten om op zoek te gaan naar (vervolg)financiering. Uiteindelijk resulteerde dit in een vervolg-subsidieaanvraag bij ZonMW. Het doel van de aanvraag was om de activiteiten van het crisiskaartproject te kunnen voortzetten om zo de reeds gedane investering in mensen en middelen, in de toekomst te kunnen bestendigen en verzilveren. Het doel was om in deze periode van tussentijdse financiering onder andere in overleg te gaan met gemeenten over permanente financiering en onderzoek te doen naar de effecten van de crisiskaart. Daarnaast was het doel om de doelgroep van het project verbreden met het aanbod van de hulpkaart.
Helaas heeft ZonMW aan het eind van het jaar besloten om de subsidie niet toe te kennen. Ondanks de teleurstelling waren de hartverwarmende toezeggingen tot samenwerking van de gemeente Schouwen-Duiveland, Emergis, gemeente Goes, de Zeeuwse politie, Ypsilon en Stichting Maatschappelijk Werk Oosterschelderegio een enorme steun in de rug.

Systeem

We kunnen met trots stellen dat het systeem waarin we de voortgang bijhouden van mensen die we begeleiden (www.samen1plan.nl) in het kader van de crisiskaart voldoet. Ook stelt het ons staat om ons werk beter te kunnen doen. De crisiskaartkaarthouder heeft zelf volledig zeggenschap over zijn dossier en heeft op elk gewenst moment inzicht. Dit is zeker voor de crisiskaart heel praktisch maar daarnaast past het volledig bij hoe wij als bedrijf met dossiervorming om willen gaan.

Proces en functiebeschrijving

In 2018 is een voorspelbare workflow beschreven met bijbehorende administratieve processen. Op deze manier is de basis waarop crisiskaartconsulenten hun werk doen voor iedereen hetzelfde. Daarnaast zijn er ook functiebeschrijving opgesteld.

Opleiding, intervisie en werkbegeleiding

Met het doel voor ogen dat het crisiskaartproject op grote schaal zou doorgaan zijn in 2018 zijn twee groepen nieuwe consulenten opgeleid. Stichting HerstelTalent kreeg vanuit Crisiskaart Nederland toestemming om zelf de nieuwe consulenten op te leiden. Om de consulenten in spé een stevige basis te bieden, met nadruk op herstel en ervaringsdeskundigheid, ontwikkelden wij een eigen cursus van zeven dagdelen. De cursus is hiermee uitgebreider dan de landelijke cursus van drie dagdelen. De eerste cursus werd gegeven in het voorjaar van 2018 door Irene en Klazine. Zeven consulenten haalden hun certificaat. In het najaar werd de cursus opnieuw gegeven door Klazine samen met Silvia en Carla. In december haalden vier mensen hun certificaat. De nieuwe crisiskaartconsulenten werden vervolgens begeleid in het opstarten van hun werk. Het vervolgtraject voor consulenten is individueel en afhankelijk van de behoefte aan ondersteuning. Elke nieuwe consulent loopt eerst een traject mee met een ervaren consulent. Wanneer een junior consulent zelf aan de slag gaat worden de gesprekken voor en na besproken in individuele werkbegeleiding. Daarnaast was er elke drie weken intervisie met alle crisiskaartconsulenten volgens de Balint-methode. De intervisie wordt gezien als zeer behulpzaam bij ontwikkelen van een professionele houding.

Crisiskaartconsulenten

In totaal zijn bij Stichting HerstelTalent nu veertien mensen gecertificeerd als crisiskaartconsulent. Een aantal hiervan heeft vooralsnog besloten om niet actief aan de slag te gaan. Zes consulenten maken zelfstandig kaarten. In 2018 is ook Mirjam opgeleid als consulent. Zij liep het eerste traject mee met iemand. Helaas heeft zij dit niet kunnen afronden vanwege haar overlijden.

Hoeveelheid gemaakte kaarten

Nadat het project in 2017 is gestart kwamen de aanmeldingen in 2018 voor het crisiskaarten goed op gang. In totaal waren er eind 2018 in Zeeland 45 mensen met een crisiskaart. Daarnaast lopen er ook nog een aantal trajecten door in 2019 en zijn er mensen die het traject hebben doorlopen maar afgesloten hebben zonder kaart. Wij zijn tevreden met dit resultaat omdat hiermee de doelstelling voor 2018, van 50 mensen met een crisiskaart, zo goed als behaald is.

3.1.2 Zelfregulatie

In 2013 verscheen het boek van Jaap van der Stel over zelfregulatie, ontwikkeling en herstel. Op basis van deze theorie heeft Irene een training ontwikkeld om het herstel van het 'zelf' te ondersteunen. Het doel van deze training is om mensen op een laagdrempelige manier en op hun eigen tempo te laten oefenen met herstel van het 'zelf'.

Voor Elkaar!

In 2018 hebben we ons tot doel gesteld om deze (informatieve) training voor een bredere doelgroep beschikbaar te stellen door middel van een e-learning (Voor Elkaar!) module inclusief, filmpjes die de theorie en oefeningen ondersteunen. Klazine Tuinier schreef een subsidie-aanvraag voor ZonMW om een en ander mogelijk te maken. In december kregen we de uitslag van onze aanvraag waardoor we de

hoop hadden ons project in 2019 te kunnen verwerkelijken. Onze subsidie werd helaas afgewezen. Door het winnen van de Herstelspecial (voorheen Hersteleuro) zullen we in 2019 alsnog dit doel trachten te behalen.

3.1.3 Socratische gespreksmethode

Een socratisch gesprek is een gemeenschappelijk denkgesprek waarin onderzocht wordt wat we denken en waarom. Deelnemers leren goed te luisteren en eerst te vragen naar feiten in plaats van beweringen. Het socratisch gesprek is erop gericht om op een gestructureerde manier ervaringskennis te verwerven, ontwikkelen en verzamelen. Het is geen discussie waarin wij onze mening verdedigen, maar een gezamenlijk onderzoek waarin we met elkaar op zoek zijn naar 'wat het geval is' en onze woorden en ideeën scherpen aan die van anderen. Daardoor scheppen we tevens de mogelijkheid om een gemeenschappelijke visie te creëren.

Cruciaal daarin is de vaardigheid om eigen ideeën en oordelen uit te stellen en je open te stellen voor de denkkaders en de betekenissen van anderen. Hoe paradoxaal het ook klinkt: 'je zult goed moeten kunnen luisteren om zelf goed te kunnen spreken.'

Gespreksregels die helpen om dit te realiseren zijn bijvoorbeeld: géén aannames hebben en het eigen oordeel uitstellen, zélf denken en je niet te baseren op wat je hebt gehoord/gelezen of op wat anderen denken en oprecht nieuwsgierig te zijn naar wat je gesprekspartner te zeggen heeft.

De filosoof Socrates constateerde 400 jaar voor Christus al dat er een discrepantie was tussen wat mensen zeiden en wat ze werkelijk dachten. Hij zette mensen aan tot het uitspreken en voor zichzelf denken op basis van feiten. Hij zette aan tot afstand nemen van heersende meningen, van al te emotionele reacties en van vastgeroeste denkpatronen.
De socratische gespreksmethode zoals wij die vandaag toepassen lijkt niet precies op de methode die Socrates toepaste. Maar het heeft wel hetzelfde vertrekpunt en hetzelfde doel: dat mensen elkaar écht verstaan en gezamenlijk op zoek gaan naar fundamentele principes achter hun handelen. De meerwaarde voor ons zit hem in het gegeven dat mensen door deze methode makkelijker toegang lijken te krijgen tot eigen en andermans ervaringskennis.

In 2018 stonden de gesprekken in het teken van medicatie en verslaving. Ieder onderwerp viel uiteen in acht gesprekken. Bij elke bijeenkomst kon een andere deelnemer zijn of haar vraagstuk over het onderwerp, medicatie of verslaving, inbrengen. Alle gesprekken werden beschreven door Nico Landsman met het doel om er uiteindelijk een boek van te maken. Ook zijn alle deelnemers afzonderlijk geïnterviewd over het onderwerp. Deze interviews worden ook meegenomen in het boek.

3.2 HerstelTalent wil de doorontwikkeling en professionalisering van de inzet van ervaringskennis in de praktijk bevorderen

Door de begeleiding die wij geven aan mensen die via de WMO een beroep op ons doen en de toespraken en adviezen die we geven, dragen wij direct bij aan de verspreiding van ervaringskennis. Om ervaringskennis effectief te kunnen verspreiden is het belangrijk om het 'goed' te doen. Dit lijkt een 'open deur' maar het beroep van ervaringsdeskundige is relatief nieuw en nog volop in ontwikkeling. Daarbij ligt het beroep onder een vergrootglas. Vandaar dat wij veel aandacht besteden aan het zorgvuldig vormgeven van ons beroep. Dit is een veelzijdig doel en er is dan ook veel gebeurd op dit gebied in 2018. Hieronder is per onderdeel te lezen wat er allemaal is gedaan.

3.2.1 WMO

In 2018 is een grote droom uitgekomen. Naast de directeur, hebben we nog twee medewerkers in dienst genomen die begeleiding geven in het kader van de WMO. De medewerkers zijn voorzien van een functieprofiel, een 'bedrijfstelefoon' en krijgen één keer per maand supervisie, twee keer per maand intervisie en één keer per week werkbegeleiding. Naast de betaalde medewerkers, hebben we ook twee medewerkers in dienst, die er niet voor kiezen om betaald in dienst te komen. Zij doen hun werk als vrijwilliger.

HerstelTalent wilde in 2018 graag inzetten op het begeleiden van meer mensen. De hoeveelheid mensen die om onze begeleiding vroeg bleef echter gelijk. We zullen in 2019, dan ook extra inzetten op naamsbekendheid en profilering. Hoewel we ook recht willen doen aan de natuurlijk weg die dit proces nodig heeft. Op dit moment hebben we een overzichtelijke caseload die past bij onze ambities en mogelijkheden.

Er is veel energie gaan zitten in het verkrijgen van een accountantsverklaring voor onze activiteiten in 2017. Inmiddels begrijpen we beter wat er van ons verwacht wordt.

We kunnen met trots stellen dat het systeem waarin we de voortgang bijhouden van mensen die we begeleiden (www.samen1plan.nl) voldoet en ons in de gelegenheid stelt om beter ons werk te kunnen doen. Het feit dat de mensen die we begeleiden volledig zeggenschap hebben over hun dossier en op elk gewenst moment inzicht kunnen hebben en zaken kunnen wijzigen past volledig bij hoe wij als bedrijf met dossiervorming om willen gaan.

Ook het financieel administratieve systeem dat gepaard gaat met mensen die via de WMO een beroep op ons doen heeft een belangrijke impuls gekregen. De workflow voor het declareren is vastgelegd. Daarnaast hebben we inmiddels een werkwijze ontwikkeld met betrekking tot de aanmelding en toewijzing van mensen die een beroep op ons doen.

Het is niet gelukt om een veiligheidsprotocol op te zetten. De vraag of zo'n protocol niet juist meewerkt aan een gevoel van onveiligheid willen we met enige regelmaat laten terugkomen. Net als de vraag: 'Wanneer voel jij je niet prettig als je je werk doet?'. In zijn algemeenheid geldt dat als het niet goed voelt, mensen worden aangemoedigd om dit te voelen, het serieus te nemen en hiermee aan de slag te gaan.

3.2.2 Opleidingen

Zoals ieder jaar, investeerde HerstelTalent ook dit jaar weer ruimschoots in opleidingen voor medewerkers en vrijwilligers. De opleidingen die werden/worden gevolgd dragen op de een of andere wijze bij aan het verwerven, inzetten of toepassen van ervaringskennis. In een enkel geval is het bevorderen van een individueel herstelproces als norm genomen voor het volgen van een opleiding.

- *Zadkine*
  Sven en Linda wisten hun eerste jaar van hun opleiding tot begeleider specifieke doelgroepen in de zorg goed af te ronden. Sven is doorgestroomd naar het tweede jaar en Linda heeft besloten het een jaartje rustig aan te doen en in 2019 in te stromen in het tweede jaar. In 2018 stroomden Anita en Josseline in het eerste jaar in. Josseline moest helaas pas op de plaats maken door ziekte. Zij zal om die reden volgend jaar instromen.

- *Scalda*
  Sabine startte haar opleiding tot begeleider specifieke doelgroepen maatschappelijk zorg. Carin ging met haar mee, maar moest tot de conclusie komen dat het voor haar niet de juiste weg was.

- *De Kleine Tiki*
  Judith en Silvia bleken in staat om het eerste jaar van hun opleiding Kunstzinnig Dynamisch Coachen aan de Kleine Tiki in Breda succesvol af te ronden en zijn inmiddels gestart met het tweede jaar.
  Ellen ronde het eerste jaar van 'Jezelf in beeld door Creatief Stemwerk' af, maar besloot zich niet in te schrijven voor het tweede jaar.

- *De Horeca Academie*
  Willem is dit jaar gestart met het Branchediploma Patisserie (specialisatie) aan de Horeca Academie in Den Haag.

- *Leergang Ervaringsdeskundigheid en Veerkracht (LEV)*
  Carla en Irene hebben deze post HBO-opleiding beiden succesvol afgerond.

- *Cursus stemmenhoren begrijpelijk maken*
  Josseline, Sven, Mirjam en Carla hebben deze cursus tot een goed einde gebracht.

- *Narratieve Therapie*
  Mirjam, Klazine en Irene volg(d)en deze opleiding die uit meerdere cursusdagen bestaat - verspreid over meerdere jaren. Het is de verwachting dat Klazine en Irene hun opleiding in 2019 zullen afronden. Mirjam is helaas overleden.

3.2.3 Bijeenkomsten

HerstelTalent draagt niet alleen met enige regelmaat bij aan bijeenkomsten in het land (het overdragen van ervaringskennis), maar moedigt haar medewerkers en vrijwilligers ook van harte aan om ze bij te wonen in het kader van hun eigen herstel- / leerproces (het verwerven van ervaringskennis). Hieronder zullen we alleen de bijeenkomsten noemen waar we een daadwerkelijke bijdrage aan leverden. Een veelvoud aan bijeenkomsten zijn bezocht door medewerkers van HerstelTalent.

- Op 1 februari 2018 droeg Irene met een toespraak bij aan de 'Werkconferentie Yucelmethode' in Utrecht.
- Op 9 maart 2018 droeg Irene met een toespraak bij aan de 'Masterclass NVP 2018: Stemming en slaap bij psychose' in Utrecht.
- Op 15 maart 2018 droeg Irene bij aan het nationale inclusiecongres door deel te nemen aan het plenaire debat.
- Op 11 april 2018 droeg Judith met een workshop bij aan een bijeenkomst van het Kennisplatform vrijwilligers van Stichting Welzijn Middelburg (SWM) onder de titel: 'In gesprek over psychische kwetsbaarheid'.
- Op 12 april 2018 droeg Irene bij aan het NVvP congres 2018 door deel te nemen aan het plenaire debat.
- Op 22 april 2018 draagt Irene met een pitch bij aan de presentatie van het tweede boek van Remke van Staveren in Utrecht.
- Op 31 mei 2018 droeg Irene als dagvoorzitter bij aan het minicongres van SWP over openheid van hulpverleners over eigen kwetsbaarheid' in Amsterdam.

- Op het Wereldcongres voor Stemmenhoorders (12-15 september 2018) droeg Klazine Tuinier bij met twee toespraken, Sabine met één toespraak en Irene was twee dagen dagvoorzitter.
- Op 24 september 2018 droeg Sabine bij aan de bijeenkomst 'VN Verdrag 'Rechten Gehandicapten' in het Vlissingse Stadhuis.
- Op 3 oktober 2018 droeg Irene met een toespraak bij aan de boekpresentatie 'Van Levenservaring naar Ervaringsdeskundigheid' in Rotterdam.
- Op 1 november 2018 droeg Judith met een pitch bij aan de 'VGZ Herstelspecial' in Arnhem.
- Op 15 november 2018 droeg Irene als voorzitter bij aan de 'Thema-avond Beschermd thuis en kwalitatief goed leven op Schouwen-Duiveland' in Zierikzee.
- Op 27 november 2018 droeg Irene met een toespraak bij aan een ledenavond van de Soroptimistenclub Walcheren.

3.2.4 Lessen

HerstelTalent hecht grote waarde aan het overdragen van ervaringskennis en het informeren van jonge professionals over de beroepsmatige inzet van ervaringskennis. Ook in 2018 droeg Irene hieraan bij door bijvoorbeeld Social Work studenten van de Hogeschool Zeeland les te geven over herstel en ervaringsdeskundigheid.

3.2.5 Externe opdrachten

Stichting HerstelTalent heeft diverse opdrachtgevers die met enige regelmaat een beroep op haar doen. Met name toespraken, dagvoorzitterschappen en workshops worden veel gevraagd. Er zijn echter een tweetal opdrachtgevers die dat meer structureel doen:

Stemmenhoorgroep Emergis
HerstelTalent biedt haar expertise aan bij het mede-faciliteren van een stemmenhoordersgroep bij Emergis. Dit doen we inmiddels al drie jaar. Tot de zomervakantie was hier een onderzoek aan verbonden van de onderzoeksafdeling van GGz Parnassia. We verwachten begin 2019 de uitkomsten van dit onderzoek. Na de zomervakantie heeft de stemmenhoorgroep een doorstart gehad en is deze een keer per week voortgezet bij het F-ACT team Goes.

Gemeente Schouwen-Duiveland
HerstelTalent is sinds 2017 door gemeente Schouwen-Duiveland gevraagd om input te geven waar het het ervaringsdeskundig perspectief betreft. Twee maal werkten we mee aan een grotere bijeenkomst. Een betrof het thema 'personen met verward gedrag' en de andere bijeenkomst betrof een bijeenkomst ter afronding van het thema personen met verward gedrag en ter inleiding van aandacht voor het thema beschermd wonen.
In 2018 is de nadrukkelijke intentie uitgesproken om samen te werken in het kader van de crisiskaart en onafhankelijke cliëntondersteuning. Na een zorgvuldig traject zullen in 2019 de formele contracten hieromtrent getekend worden.

3.2.6 Cliëntperspectief Zeeland

Voor goede zorg en begeleiding is het volgens ons belangrijk dat er ook wordt gekeken en geluisterd naar de mensen die de zorg ontvangen. Het zogenaamde cliëntperspectief is voor ons heel belangrijk. Wij zijn daarom blij dat we hier in 2018 opnieuw een bijdrage aan hebben geleverd. In deze paragraaf is te lezen wat er precies is gedaan, waar en door wie.

Stuurgroep GGz 2.0

Irene was de beoogd voorzitter van de nieuwe stuurgroep GGz 2.0; Klazine de beoogd secretaris. Zij is uiteindelijk niet betrokken geweest bij het traject. Irene heeft de vergaderingen bijgewoond, maar helaas moeten concluderen dat zij vooralsnog geen mogelijkheid ziet om het voorzitterschap op een voor haar bevredigende manier in te vullen. Zij zal zeker betrokken blijven bij de stuurgroep.

Klankbordgroep Beschermd wonen

Judith en André namen aanvankelijk enthousiast deel aan deze klankbordgroep, maar al gauw gaven zij aan te weinig concrete actie te ervaren en te veel beleid te verwerken te krijgen. Beiden zien geen ruimte om goed tot hun recht te komen in de Klankbordgroep. Irene heeft hun functie overgenomen en zal dat ook in 2019 doen.

3.2.7 Professionalisering medewerkers HerstelTalent

Stichting HerstelTalent groeit sinds 2015 ieder jaar een klein stukje groter. We zijn een jonge organisatie die zich nog helemaal moet ontwikkelen. Gezien de werkzaamheden die we verrichten in het kader van de WMO en ons nog jonge beroep zetten we hoog in als het gaat om professionalisering.

Samenwerking Robuust

De wens om te werken aan stabilisering in 2018 heeft gemaakt dat we Pepijn van de Beemt hebben ingehuurd. Hij is nadrukkelijk betrokken geweest bij het stroomlijnen van het factureringsproces en de werkwijze rond de stagiaires die we in dienst hebben. Verder zijn mede dankzij zijn inzet alle formulieren en werkwijzen rond de crisiskaart op papier gezet en is er door hem op diverse momenten gelobbyd voor onze belangen. Pepijn is ook betrokken geweest bij de aanbesteding voor hulpverlening WMO Walcheren (2019-2023).

Supervisie directeur

Irene heeft maandelijkse supervisie gehad van een externe supervisor Niek Knol (Niek Knol Fysio-coaching aan Zee, foto) gehad. De focus van deze supervisie ligt op het verder ontwikkelen van ervarings-kennis, de deskundige inzet hiervan en de reflectie op het eigen functioneren. Bovendien heeft zij ook nog een supervisietraject gevolgd tijdens haar opleiding Leergang Ervaringsdeskundigheid en Veerkracht.

Intervisie directeur

Drie keer per jaar heeft de directeur van Stichting HerstelTalent intervisie met collega's in het land. Samen met Sonja Visser, Toon Walravens en Marlie van den Berg organiseert zij al jarenlang haar eigen intervisie. Thema's die hierin besproken worden zijn met name overstijgende thema's die te maken hebben met het signaleren van trends en persoonlijke vraagstukken die meer op managementniveau liggen.

Intervisie WMO begeleiders

Twee keer per maand hebben alle medewerkers van Hersteltalent die mensen begeleiden in het kader van de Wet Maatschappelijke Ondersteuning op vrijdagmiddag van 14.00 - 17.00 uur intervisie gehad. Afwisselend was dit onder leiding van Carla of Irene. Bij deze intervisie werd van de Incidentmethode gebruik gemaakt. Nico Landsman beschreef alle intervisies.

Supervisie

Alle medewerkers van HerstelTalent die mensen begeleiden in het kader van de Wet Maatschappelijke Ondersteuning hebben maandelijkse supervisie van een externe supervisor (Niek Knol) gehad. De focus van deze supervisie ligt op het verder ontwikkelen van ervaringskennis, de deskundige inzet ervan en reflectie op het eigen functioneren.

Werkbegeleiding medewerkers Zelfregiecentrum

De medewerkers van het Zelfregiecentrum hebben één keer in de maand werkbegeleiding op vrijdagmiddag van 14.00 - 17.00 uur. TIjdens deze bijeenkomst is een gedeelte ingeruimd voor mededelingen en om te kijken hoe iedereen erbij zit. Er worden lopende vragen beantwoord en vraagstukken besproken met betrekking tot bezoekers van het centrum.

Inhuren externe ZZP-er

Voor het beschrijven van de Socratische gesprekken en het maken van een boek op basis daarvan hebben we Nico Landsman gevraagd. Nico is een Zelfstandige Zonder Personeel (ZZP). Bovendien hebben we hem gevraagd om onze intervisie te beschrijven aangaande begeleiding die wordt gegeven in het kader van de Wet Maatschappelijke Ondersteuning. In beide gevallen is Nico ingehuurd met de intentie om meer bekendheid te gaan geven aan ons vak en om het begrip ervaringskennis meer inhoud te geven. We hadden gehoopt al in 2018 twee boeken uit te kunnen brengen, maar 2019 lijkt qua planning reëler. We hebben nog geen besluit genomen over hoe - en of - we de informatie naar buiten gaan brengen die in de intervisie naar voren is gekomen.

Maandelijkse bijeenkomsten

Iedere maand hebben we een openbare bijeenkomst georganiseerd die voor iedereen toegankelijk was. Steeds kwam er een ander thema aan de orde. De maandelijkse bijeenkomsten trekken gemiddeld tussen de tien en twintig personen.

3.3 HerstelTalent wil mensen laagdrempelig kennis laten maken met ervaringskennis

Ons Zelfregiecentrum (ZRC) in Middelburg is een bijzondere plek waar mensen laagdrempelig en vrijblijvend kennis kunnen maken met ervaringskennis en met ons. Mensen komen binnen door de inloop maar ook door een breed aanbod aan cursussen. Ook hiervoor zijn eind 2017 mooie doelen opgesteld. Het resultaat van 2018 is in onderstaand gedeelte te lezen.

3.3.1 ZelfRegieCentrum Middelburg

Het is met medewerking van Pepijn van de Beemt (Robuust) gelukt om opnieuw drie jaar subsidie te verkrijgen voor ons Zelfregie Centrum. Dit heeft mogelijk gemaakt dat we in 2018 veel tijd en aandacht

hebben kunnen bieden aan onze stagiaires.
Voor iedere medewerker en vrijwilliger is er een plan waar het scholing aangaat. Ook is er een meerjarenplan waar het gaat om de inzet van activiteiten en cursussen.
Per 1 oktober is er een projectleider Zelfregiecentrum aangetreden die betaald in dienst is gekomen. Zij heeft samen met de medewerkers het centrum ingericht en meer huiselijkheid meegegeven. Voor alle medewerkers is een functieprofiel opgesteld. Er zijn verder minimale omgangsregels opgesteld in samenspraak met bezoekers en medewerkers. Er is uitgebreid aandacht geweest voor een veiligheidsprotocol. Desondanks is er niet voor gekozen om een 'dichtgetimmerd' protocol op te leveren. Tot op heden lukt het ons uitstekend om de sfeer goed te houden door met een 'open mind' te kijken naar situaties die zich voordoen. Mensen die niet bij ons willen komen hebben voldoende mogelijkheden om elders aan hun trekken te komen. Er is dus op geen enkele manier een verplichtend karakter aan bezoeken aan ons Zelfregiecentrum.

In samenwerking met Pepijn van de Beemt hebben Silvia en Pepijn veel energie gestoken in het meer bekendheid geven aan activiteiten door onze Stichting. Ons bezoekersaantal is in verhouding tot vorig jaar ongeveer gelijk gebleven. Het is dus niet gelukt om het volgens onze wens uit te breiden.

3.3.2 Cursussen

In 2018 hadden we onszelf voor het eerst een doel gesteld door bij voorbaat een planning te maken van een groot aantal cursussen die we wilden gaan geven. Voorgaande jaren waren we op dit vlak meer spontaan te werk gegaan. Aanvankelijk gaf deze planning bij het hele team veel spanning. Naarmate het jaar vorderde en steeds meer helder werd dat we de planning voor het grootste deel gingen halen sloeg deze spanning om in trots.

WRAP 2x

WRAP (Wellness Recovery Action Plan) is in feite een groot plan, dat iemand in stappen samenstelt en leert toepassen in zijn eigen leven. Het biedt een manier om meer grip op het leven te krijgen. Daarmee wordt iemand (weer) de baas over zijn eigen bestaan. In de cursus krijg je een steuntje in de rug om je eigen welbevinden te ontwikkelen en te behouden. Iemand doet dat op basis van ervaringen, waarvan hij heeft gemerkt dat ze een goed effect hebben. Er wordt gewerkt vanuit vijf kernbegrippen van herstel: hoop, persoonlijke verantwoordelijkheid, persoonlijke ontwikkeling, opkomen voor jezelf en steun. Het helpt onze blik te verleggen van 'klacht naar kracht'. Inmiddels leven wereldwijd duizenden mensen met hun WRAP en is ook uit onderzoek gebleken dat het mensen echt helpt bij het realiseren van hun wensen.

Van belang zijnde gegevens deelnemers aan de cursussen:

Bijeenkomst	Aantal deelnemers	Mannen	Vrouwen	Eiland	Gecertificeerd
4-daagse (juli)	9	2	7	W - 6 ZB - 1 ZV - 1 T - 1	8
8 bijeenkomsten (sept-nov)	7	1	6	W - 5 S - 1 ZB - 1	7

W = Walcheren | ZV = Zeeuws Vlaanderen | ZB = Zuid-Beveland | ZH = Zuid-Holland | T = Tholen | S = Schouwen-Duiveland

Socrates 2x

Een Socratisch gesprek is een denkgesprek- een gesprek over onze denkbeelden en opvattingen. Tijdens deze bijeenkomsten gaat men onder leiding van een ervaringsdeskundige in op wat voor iemand echt belangrijk is rond een bepaald thema. Er waren twee groepen die ieder acht keer bij elkaar kwamen voor een Socratisch gesprek rond een specifiek thema. Groep 1 sprak over medicatie en groep 2 over verslaving. De gesprekken zijn stuk voor stuk beschreven en alle deelnemers zijn afzonderlijk geïnterviewd. Het is onze intentie om in 2019 van deze gespreksbijeenkomsten 2 boeken uit te brengen.

Van belang zijnde gegevens deelnemers aan de cursussen:

Bijeenkomst	Aantal deelnemers	Mannen	Vrouwen	Eiland	Gecertificeerd
Socrates 1 (juni - juli)	9	2	7	W - 7 ZV - 1 T - 1	n.v.t.
Socrates 2 (aug - sept)	8	3	5	W - 7 ZV - 1	n.v.t.

Crisiskaart Consulent 2x

HerstelTalent gaf in 2018 twee keer de cursus 'Crisiskaart Consulent'. Mensen die graag hun ervaringskennis deskundig inzetten voor het maken van een crisiskaart - en het daarbij behorende crisisplan - kregen via deze training de noodzakelijke kennis en vaardigheden daartoe aangeboden. In zeven dagdelen werden zij opgeleid tot gecertificeerd crisiskaartconsulent. Dat betekent dat zij kunnen worden ingezet om mensen te ondersteunen bij het maken van een crisisplan en een crisiskaart. Ervaringsdeskundigheid is daarbij een belangrijke voorwaarde. We waren buitengewoon blij met de bijdragen van hoogleraar Rechten Pieter Ippel inzake het juridisch gedeelte.

Van belang zijnde gegevens deelnemers aan de cursussen:

Bijeenkomst	Aantal deelnemers	Mannen	Vrouwen	Eiland	Gecertificeerd
Cursus 1 (maart - april)	8	2	6	W - 6 ZB - 1 ZV - 1	6
Cursus 2 (okt - nov)	6	3	3	W - 2 ZB - 2 ZV - 1 T - 1	6

W = Walcheren | ZV = Zeeuws Vlaanderen | ZB = Zuid-Beveland | ZH = Zuid-Holland | T = Tholen | S = Schouwen-Duiveland

Adem in Adem uit 2x
In deze cursus gingen mensen in 8 sessies vanuit eigen ervaring aan de slag met ademhalingstechnieken, korte meditatie-oefeningen, verkennen van zintuigen, uitwisselen van ervaringen en schrijfopdrachten. De cursus werd zowel in het voorjaar als in het najaar aangeboden.

Van belang zijnde gegevens deelnemers aan de cursussen:

Bijeenkomst	Aantal deelnemers	Mannen	Vrouwen	Eiland	Gecertificeerd
Cursus 1 (maart - april)	11	1	10	W - 11	n.v.t.
Cursus 2 (okt - nov)	7	3	4	W - 6 ZH - 1	n.v.t.

W = Walcheren | ZV = Zeeuws Vlaanderen | ZB = Zuid-Beveland | ZH = Zuid-Holland | T = Tholen | S = Schouwen-Duiveland

Herstelwerkgroep
In het najaar startte de eerste herstelwerkgroep 'Samen op zoek naar beter evenwicht tussen denken, emoties en gedrag'. Het doel van deze groep was om met elkaar in gesprek te gaan over zwart-wit denken, moeilijk anderen vertrouwen, je niet serieus genomen voelen, je afhankelijk voelen, last hebben van perfectionisme en altijd in conflict met je omgeving zijn.

Van belang zijnde gegevens deelnemers aan de cursussen:

Bijeenkomst	Aantal deelnemers	Mannen	Vrouwen	Eiland	Gecertificeerd
Najaar	10	3	7	W - 9 ZV - 1	n.v.t.

W = Walcheren | ZV = Zeeuws Vlaanderen | ZB = Zuid-Beveland | ZH = Zuid-Holland | T = Tholen | S = Schouwen-Duiveland

Creatieve workshop haken
In augustus werd er een creatieve workshop haken georganiseerd. Deelnemers werden uitgedaagd om een hondje te haken. Bij evaluatie bleek dat de cursus voor veel deelnemers tekort was om het eindproduct te halen. Vrijwel alle deelnemers zijn individueel doorgegaan om hun product alsnog af te maken.

Van belang zijnde gegevens deelnemers aan de cursussen:

Bijeenkomst	Aantal deelnemers	Mannen	Vrouwen	Eiland	Gecertificeerd
Augustus	5	0	5	W - 5	n.v.t.

W = Walcheren | ZV = Zeeuws Vlaanderen | ZB = Zuid-Beveland | ZH = Zuid-Holland | T = Tholen | S = Schouwen-Duiveland

Creatieve workshop sleutelhanger maken
In maart werd een creatieve workshop sleutelhanger maken gehouden. De sleutelhangers werden voorzien van teksten die voor mensen van betekenis waren.

Van belang zijnde gegevens deelnemers aan de cursussen:

Bijeenkomst	Aantal deelnemers	Mannen	Vrouwen	Eiland	Gecertificeerd
Maart	8	0	8	W -8	n.v.t.

W = Walcheren | ZV = Zeeuws Vlaanderen | ZB = Zuid-Beveland | ZH = Zuid-Holland | T = Tholen | S = Schouwen-Duiveland

Cognitieve Fitness
In het najaar van 2018 hadden we de cursus Cognitieve Fitness gepland. Door het overlijden van een van onze collega's en de langdurige ziekte van een andere collega hebben we besloten deze cursus in meer afgeslankte vorm aan te bieden aan duo's of trio's die geïnteresseerd waren.

Van belang zijnde gegevens deelnemers aan de cursussen:

Bijeenkomst	Aantal deelnemers	Mannen	Vrouwen	Eiland	Gecertificeerd
1 Maart	3	1	2	W - 3	n.v.t.
2 Juli	2	0	2	W - 2	n.v.t.
3 Oktober	2	1	1	W - 2	n.v.t.

W = Walcheren | ZV = Zeeuws Vlaanderen | ZB = Zuid-Beveland | ZH = Zuid-Holland | T = Tholen | S = Schouwen-Duiveland

Judith Koudijzer

Interview Nico Landsman, 20 december 2018

Hoe zat jij erin aan het begin van het jaar?
Ik ben niet meer zo'n groepsmens en heb daarom activiteiten afgehouden, waarbij ik in een groep moest werken. Er kwam een ommekeer in juli. Toen gaf ik met Klazine de WRAP en ervaarde: 'Wow, dit kan ik (weer)!' Ik bleek goed met haar de

dingen te kunnen bespreken die zich voor deden tijdens de lessen. Vanaf 2005 had ik na een paniekaanval niet meer het idee dat ik nog kon functioneren in groepen of zelfs maar kon werken. Ik maakte veel dingen niet af. Mijn leven lukte niet. Door de jaren heen had ik mijn leven meer op de rit, maar groepen bleven lastig. Door deze cursus te geven, kreeg ik echt positieve ervaringen. Een vaardigheid die ik nu blijk te hebben is dat ik iemand directer kan aanspreken, als dat nodig is. Vroeger deed ik dat met zoveel omhaal van woorden, dat het onduidelijk was, of ik riep veel weerstand op, doordat ik teveel met het vingertje wees.

Was dat ook het hoogtepunt?
Eh, nee, ik denk dat dat toch de pitch over de Socratische gesprekken was, die ik in oktober in Arnhem gaf. In twee minuten moest ik mijn verhaal voordragen. Ik heb geprobeerd om het uit mijn hoofd te doen, maar bij het oefenen bleek dat het niet lukte. Ik heb ze nu grotendeels voorgelezen. Ik ben er wel trots op dat ik die presentatie heb gedaan! En ook dat de reis goed ging. Het was een hoogtepunt, omdat het belangrijk was voor HerstelTalent, en omdat ik daar stond als vertegenwoordiger van HerstelTalent, in plaats van Irene.

Zijn er nog meer belangrijk dingen gebeurd?
Het meest bijzondere wat ik heb meegemaakt is het overlijden van een van onze collega's en de ondersteuning die ik daarbij heb gegeven aan Irene als directeur. Dit proces startte laat in de avond en eindigde vroeg in de ochtend. Al die tijd was ik stand-by. En vervolgens konden we de volgende dag door omstandigheden dit nog niet delen met onze omgeving. Samen met Irene moest ik nog een hele dag gewoon mijn werk doen. Dat heeft diepe indruk op me gemaakt.

Had je voor jezelf een doel, waarin je verder zou willen komen in dit jaar?
De administratie. De WMO-declaraties doe ik nu grotendeels zelf. Ik zou graag ook het maken van facturen nog van Irene overnemen. Ik behandel nu een deel van de mail aan info@hersteltalent.nl zelfstandig. Verder wilde ik mijn opleiding aan de Kleine Tiki afronden. Dit is gelukt en ik ben inmiddels in het tweede jaar gestart. Ieder jaar wil ik eigenlijk beter worden in het ondersteunen van de directie. Dit vraagt voortdurende afstemming en elkaar door en door leren kennen. Zeker omdat er zich binnen HerstelTalent het nodige afspeelt en ik nog steeds lerende ben op dat gebied. Gelukkig zien we ieder jaar nog groei.

Heb je in de begeleiding van cliënten dit jaar vorderingen gemaakt?
Als ik iemand coach vind ik het best moeilijk om me aan een structuur te houden. Ik ga zitten en wacht af waar de cliënt mee komt. Waarschijnlijk heeft dit te maken met het feit dat ik geen hulpverlener ben van beroep. Ik ben dus nu in de werkbegeleiding bezig om in de coaching die ik geef meer structuur aan te brengen. Alhoewel ik er wel voor waak om mijn eigen stijl zoveel mogelijk te behouden. Ik denk ook dat ik ben gegroeid in het deskundig inzetten van mijn ervaringskennis.

4 Bijzonderheden

In ieder bestaansjaar van Stichting HerstelTalent zijn er gebeurtenissen die niet gemakkelijk zijn te plaatsen onder bestaande activiteiten, maar die zeer zeker het vermelden waard zijn.

4.1 Prijzen

Stichting HerstelTalent viel dit jaar drie keer in de prijzen. Soms onderneemt zij daar zelf actie toe, een andere keer zijn het anderen die HerstelTalent of een van haar medewerkers nomineren.

Inspiration Intervoice Award
Ieder jaar tijdens het Wereldcongres voor Stemmenhoorders worden prijzen uitgereikt in diverse categorien. Een van de prijzen is voor iemand die anderen inspireert met haar werk en verhaal. Irene ontving in 2018 op de Inspiration Intervoice Award op het Wereldcongres voor Stemmenhoorders in Den Haag.

Herstelspecial
VGZ en MIND zetten herstel, eigen regie en herstelondersteunende zorg in de GGZ op de kaart door het uitreiken van de GGZ Herstelspecial. Dit is een geldprijs waarmee ze herstelinitiatieven steunen zodat zij herstelondersteuning kunnen blijven bieden.
De geldprijs wordt bijeengebracht door GGZ-instellingen die van elke ingekochte DBC van Coöperatie VGZ één euro afdragen. Dat maakt samen een mooi bedrag wat wordt verdeeld onder de ingediende herstelinitiatieven.
HerstelTalent won 10.000 euro met het door haar ingediende project 'Socrates en Zelfregulatie'. Dit project zal in 2019 uitgevoerd worden.

Nominatie Frans Naereboutprijs
HerstelTalent werd genomineerd voor de Frans Naereboutprijs. Met de Frans Naereboutprijs zet de gemeente Vlissingen een (vrijwilligers)organisatie en een vrijwilliger in het zonnetje, die op een aansprekende en verdienstelijke wijze actief was binnen de Vlissingse samenleving. HerstelTalent viel niet in de prijzen, maar beleefde een prachtige avond tijdens de uitreiking van de prijs in de St. Jacobskerk te Vlissingen.

4.2 Wereldcongres voor Stemmenhoorders

HerstelTalent heeft als team bijgedragen aan het 4-daagse Wereldcongres voor Stemmenhoorders. Zij droeg onder andere bij aan het zoeken van sponsoren. Met elkaar hebben Lister, Gemeente Den Haag, MET GGZ, Stichting Anton Constance, Kwintes, RIBW Nijmegen & Rivierlanden, BuurtzorgT, Dela Goededoelenfonds, Hersteltalent, GGZ Ingeest, UMC Utrecht, Steunpunt Stemmen Horen Haaglanden, Zelfregiecentrum Leiden, Steunpunt Stemmen horen Nijmegen, Hart voor GGZ en Peter Oud Trainingen & Coaching maar liefst € 51.000,= euro bij elkaar gebracht.
De organisatie, bestond uit vrijwilligers, waarvan het merendeel zelf stemmen horen. Het lukte om de entreegelden voor stemmenhoorders laag te houden of om ze vrij te houden van entreegelden.

Het Wereldcongres trok 320 deelnemers uit 33 verschillende landen op een prachtige locatie in Den Haag. Stemmenhoorders uit alle delen van de wereld konden met elkaar praten over hun stemmen, hoe dat voor hen is en hoe zij hiermee omgaan.

De congresdagen startten steeds met drie ervaringsverhalen van stemmenhoorders die herstellend zijn en die met hun stemmen hebben leren omgaan. In elk verhaal kwam terug, hoe stemmen behulpzaam zijn geweest bij het herstel.

Plenair werd veel gesproken over het thema van het congres 'Leven met stemmen, een mensenrecht'. Danius Puras, UN Special Rapporteur on the right of everyone to the enjoyment of the highest attainable standard of physical and mental health was gedurende twee dagen aanwezig. De laatste drie dagen kregen stemmenhoorders tijdens de workshops verschillende herstelondersteunende werkvormen aangeboden met betrekking tot stemmen en hoe hiermee om te gaan.

Iedere dag van het congres droegen medewerkers van HerstelTalent als dagvoorzitter, spreker, begeleider van sprekers of workshops bij aan het slagen van dit bijzondere evenement.

Interview Nico Landsman, 20 december 2018

Waaruit blijkt jouw maatschappelijk herstel?
Uit heel veel dingen: ik ben aan het werk voor het ZelfRegieCentrum, ik train mensen als crisiskaartconsulent, ik begeleid WMO-cliënten in de thuissituatie. Het meest bijzonder is misschien wel dat ik mijn master heb gehaald.

Op 26 juni 2018 ben ik geslaagd voor mijn Master Verpleeg- en Vroedkunde aan de Universiteit van Antwerpen. Het is een beleidsmatige, onderzoeksgerichte vervolgopleiding na de Bachelor Verpleegkunde of Vroedkunde. Ik heb de hbo Verpleegkunde gedaan aan de Hogeschool Zeeland in Vlissingen, nadat ik twee keer was uitgeloot voor geneeskunde en ik had geprobeerd om biomedische wetenschappen te studeren. Dat was in Amsterdam. Ik ging dagelijks met de trein op en neer. Het ging al niet zo goed met mij, waardoor ik niet op kamers kon gaan wonen, maar bij mijn ouders thuis bleef. Dat reizen hield ik niet vol. Ik wilde toch iets medisch doen, maar dan meer met mensen, meer contact.

Hoe verliep je studie op het hbo?
Ik was nauwelijks in staat om op de HZ de lessen bij te wonen. Ik heb maar 25% van de lessen gevolgd. Ik volgde alleen de verplichte vakken. Mijn concentratie was slecht, ik was somber, ik zag beelden en ik hoorde stemmen. Ik was eigenlijk psychotisch, maar had nog geen diagnose. Als ik bijvoorbeeld les had van negen uur tot half elf. Om tien over negen kon ik alleen nog maar denken 'Ik trek dit niet, ik wil weg'. Ik kon de prikkels door de aanwezigheid van mensen niet verdragen. Ik zat achteraan, de tien andere mensen stelden vragen, de docent gaf antwoorden. Het was net alsof ik er niet bij was. Ik wist niet te onderscheiden tussen wat echt was en wat niet. Ik was en ben ook achterdochtig en vond alles beangstigend. Ik had een slecht zelfbeeld, ik betrok alles wat ze zeiden op mezelf op een negatieve manier. Het leven was een giftig mengsel voor mij. Ik kon alles theoretisch wel volgen uit de boeken. Ik ben zelfs cum laude geslaagd.

Dat zijn wel heftige verschijnselen. Heb je later wel een diagnose gekregen?
Na het HBO ben ik gaan werken in de wijkverpleging tot ik op was. Ik kon niet meer autorijden, niet meer denken en ik voelde niets meer. Ik heb een jaar lang thuis op de bank gezeten. Toen kreeg ik de diagnose schizofrenie, wat volgens mij toen wel klopte. Nu kijk ik er anders tegenaan: ik had wel die verschijnselen, maar als je ervan uitgaat dat je van schizofrenie niet geneest, dan had ik het niet, want ik heb steeds minder verschijnselen. Het ging toen heel slecht met mij. Toen ik de diagnose aan mijn psychiatrisch verpleegkundige vertelde, zei zij: 'Klazine, ik heb veel klinische ervaring, ik heb lang in het psychiatrisch ziekenhuis gewerkt. Jij zult echt de rest van je leven thuis zitten, misschien een beetje vrijwilligerswerk doen, maar dit is je lot. Maak er het beste van.' Haar wilde ik dus nooit meer zien. Die uitspraak was niet ondersteunend voor het gaan denken over mijn herstel, om het zacht uit te drukken.

Als je dat zo vertelt, dan lijkt het wel heel bijzonder dat je je Master bent kunnen gaan doen. Hoe is dat zo gekomen?
Ik had veel begeleiders in die tijd. Een van hen werkte met de Yucelmethode en toen ik de gebroken balk pakte, voelde ik dat mijn leven gebroken was. Dat was voor het eerst dat ik weer wat voelde. Op internet kwam ik toen psychosenet tegen en een blog van Irene van de Giessen. Ik benaderde haar omdat ik het blog zo herkenbaar vond. Na een gesprek vroeg ik haar of ze mij wilde begeleiden bij het leren voelen. Zij vroeg of ik echt weer wilde voelen. En dat wilde ik. Maar ik wist niet wat dat zou betekenen voor mij. Zo werd zij mijn coach. Ze heeft veel met me gesproken. De eerste keer dat ik met Irene naar een congres zou gaan, was zij plotseling verhinderd en ben ik alleen gegaan. Dat was een enorme overwinning. De erkenning die ik ervaarde van de mensen van HerstelTalent gaf me de kracht om dat te doen.

Je vertelde eerder dat je niet meer kon denken. Toen je alleen naar dat congres ging, was je toen inmiddels weer aan het denken?
Goeie vraag. Ja, dat begon weer op gang te komen, dat ik dingen wilde oppakken. Ik stuurde op de terugweg van dat congres een sms'je naar Irene: dat het gelukt was. Een paar weken later kreeg ik

een vrijwilligerscontract voor vier uur per week bij Stichting HerstelTalent. Ik kreeg het er benauwd van, want wat moest ik doen? En kon ik dat wel? Irene zei: dat komt wel goed... En ik mocht ook naar een cursus gaan. Mijn andere begeleiders zagen dat niet zitten, want ik kon niet reizen, ik kon niet denken. Ik maakte een schema om die vaardigheden te gaan opbouwen, zodat ik in september naar die cursus zou kunnen.

Als ik het goed begrijp ben je toen niet die cursus gaan doen?
Nee, want die cursus was 'maar' 10 keer. En ik werd steeds actiever en verveelde me als ik te weinig uitdaging had. Ik had ooit aan mijn coach Irene verteld dat ik nog eens een master wilde doen. Toen zei zij: Wat als je dat nu eens ging doen? Zoek maar eens uit wat de mogelijkheden zijn. Want ik geloof dat je het kan. Het was kort dag, maar ik kon in september beginnen in Antwerpen, elke dinsdag en donderdag.

Hoe was de eerste dag van je Masteropleiding? Ging je na tien minuten naar huis?
De eerste dag zaten we daar met 200 man, ik achteraan. Om kwart voor twee begon het. Om twee uur kon ik alleen nog maar denken: 'Ik wil hier weg'. Ik hoorde niets meer van wat er werd gezegd. Maar ik had één deal gemaakt met Irene: ik zou nooit eerder weggaan, ik zou altijd mijn tijd uitzitten. Ik mocht altijd stoppen met de opleiding, maar mocht er dan ook niet meer over beginnen dat ik het zou willen. Ik stuurde die eerste avond een sms'je naar Irene, dat ik het had volbracht. De volgende dag belde ze me om te vragen hoe het met me was. Ik vertelde dat ik me voelde of ik griep had, ik was geradbraakt. Ze zei dat dat door het trauma kwam, dat ik had opgebouwd door mijn eerdere ervaringen.

Durfde je die deal wel aan te gaan, terwijl je uit ervaring wist dat je het niet kon?
Ja, ik dacht ook dat ik het niet kon, maar Irene geloofde erin. Ze wist dat het moeilijk zou zijn, maar wist ook dat ik het zou kunnen. Ze bood me ook hulp aan; ik kon haar altijd bellen als het moeilijk zou zijn. 'Het belangrijkste is dat je je dagen uitzit. Wat je moet leren, kun je ook thuis leren.' Ze legde uit dat ik het moest verdragen: 'Elk gevoel gaat over. Je gaat er niet dood aan.' Pas na anderhalf jaar werd het gemakkelijker en dacht ik soms zelfs: 'Deze dag had nog wel langer mogen duren!'. Ze gaf me ook oefeningen om mijn aandacht op de andere mensen te richten: waarom zijn ze leuk of wat maakt dat ze zo saai overkomen? Ook leerde ze mij om af en toe time-outs te nemen zodat ik de dag beter kon volhouden.

Wat doe je in zo'n time-out?
Stil zijn, mijn mond houden. Terug in mijn persoonlijke ruimte. Iedereen wegsturen uit mijn gedachten. Reflecteren op wat ik tot nu toe heb gedaan die dag. Ik heb de neiging negatief te denken over mezelf. Ik voel vaak dat ik te weinig aandacht heb gehad en te weinig heb gedaan. Maar: Hoeveel aandacht heb ik werkelijk gehad? Dat valt dan vaak best mee. Wat is er goed gegaan? En er iets over opschrijven. Een compassie-momentje. Dat helpt enorm, om dat elke dag te doen. Het versloft wel eens, maar er komt dan altijd weer een keerpunt. Daarna pak ik het weer op.

Heeft de opleiding gebracht wat je ervan verwachtte?
Enerzijds wel. Het geeft voldoening om te weten dat ik het kan. Maar ik had ook verwacht dat ik me daardoor compleet zou voelen. En dat is niet gebeurd. Maar dat had ik nooit geweten als ik het niet had gedaan. Mijn basis was altijd 'Als ik maar presteer, dan zullen anderen mij leuk vinden'. Dat is nu andersom: eerst het met de mensen die belangrijk voor mij zijn goed op orde krijgen. Als ik er voor hen kan zijn, en goed voor mezelf zorg, dan kan ik ook echt nog wel presteren. De basis van mijn volgende project zal omgekeerd zijn.

Welke maatschappelijke activiteiten doe je nu?
Ik geef cursussen bij HerstelTalent, ik begeleid cliënten, ik overleg met gemeenten en andere subsidiegevers over subsidies. Ik schrijf aanvragen. Ik moet nu veel samenwerken, met mijn collega's en met die andere mensen. Daarvoor heb ik vertrouwen nodig, ook als het niet oplevert wat ik ervan verwacht. Tijdens de masterstudie heb ik geleerd om teleurstellingen daarin te hanteren. Dat ik niet meer zo ga twijfelen aan mezelf. Dat heb ik niet zozeer van de docenten geleerd, maar van de tips die Irene me gaf als ik weer eens wanhopig vertelde over mijn gevoelens tijdens een groepsbijeenkomst. Ik weet nu dat ik het ook alleen kan, zonder Irene. Maar ik weet ook dat ik het niet alleen wil: ik zal altijd mensen zoeken met wie ik mijn verhaal kan delen en voor wie ik dan ook belangrijk kan zijn.

5 Activiteiten directeur

Onze directeur, Irene, heeft naast haar taken als directeur van de Stichting een aantal functies die een belangrijke bijdrage leveren aan de visie en missie van Stichting HerstelTalent. Haar brede expertise wordt door verschillende organisaties en instanties gevraagd en gewaardeerd. In dit hoofdstuk leest u de belangrijkste activiteiten waar zij zich voor ingezet heeft in 2018 naast haar directe inzet voor Stichting HerstelTalent.

Bestuurder Kenniscentrum Phrenos
Kenniscentrum Phrenos beoogt het persoonlijk herstel en de maatschappelijke participatie van mensen met psychotische of andere ernstige en langdurige aandoeningen te bevorderen. Kenniscentrum Phrenos doet dat, conform de kenniscyclus, door kennis te ontwikkelen, te bundelen, te verspreiden, te delen en te doen toepassen. Vanuit deze kennis wil Kenniscentrum Phrenos het beleid ten aanzien van de zorg voor mensen met psychotische of andere ernstige psychische aandoeningen beïnvloeden. Kenniscentrum Phrenos biedt geen individuele hulp of behandeling en verricht ook geen diagnostiek.

Irene is op 1 januari 2018 aan haar tweede termijn als bestuurder begonnen van Kenniscentrum Phrenos. Door haar werkzaamheden voor dit Kenniscentrum beschikt ze over een uitgebreid netwerk. Tijdens de tweede termijn zal het bestuur van HerstelTalent om die reden dan ook vanuit strategische oogpunt nadenken over de consequenties van het verliezen van dit netwerk bij het aflopen van haar tweede termijn als bestuurder en het onvermijdelijke aftreden wat daar bij hoort.

Hoofdredacteur Participatie & Herstel
Tijdschrift Participatie en Herstel richt zich op ondersteuning van maatschappelijk herstel, sociale inclusie en het tegengaan van maatschappelijke uitsluiting van volwassenen, ouderen, jongeren en dak- en thuisloze mensen met psychische of verstandelijke beperkingen, met een verslaving of met forensische problematiek. Het bestrijkt het gebied waarin zorg en welzijn van deze doelgroepen elkaar overlappen. Het tijdschrift is bedoeld voor werkers in wijkteams, gemeentelijke Wmo-functies, beschermde woonvormen en maatschappelijke opvang, basispsychiatrie, klinische en ambulante psychiatrische tweedelijnszorg, dagactiviteitencentra, arbeidsrehabilitatie- en begeleid lerenprojecten en in projecten gericht op herstel, empowerment en ervaringsdeskundigheid van mensen met een beperking. De informatie wordt gericht zowel op het beroeps- als op het opleidingsveld, waarbij aandacht wordt gegeven aan praktische ervaringen en methodische handvatten.

Irene is hoofdredacteur van het tijdschrift Participatie & Herstel. De hoeveelheid werkzaamheden die zij in 2018 verrichtte voor het tijdschrift waren door (verklaarbare) omstandigheden disproportioneel. Het bestuur volgt met zorg de ontwikkelingen in deze, maar heeft gezien recente ontwikkelingen (nieuwe redactiesecretaris) het vertrouwen dat deze situatie weer meer in verhouding kan komen.

Voorzitter Stichting Weerklank
Weerklank is een stichting die zich richt op volwassenen en kinderen met bijzondere zintuiglijke ervaringen, zoals het horen van stemmen, het zien van beelden en het hebben van persoonseigen overtuigingen. Dit wordt in de GGZ vaak hallucinaties en wanen of zelfs een psychose genoemd. Weerklank is er voor mensen met deze ervaringen en voor een ieder die zich bij hen betrokken voelt. Dus ook familie, vrienden en hulpverleners.

Weerklank streeft drie doelen na:
- Dienstverlening aan de doelgroep
- Verbetering van de hulpverlening
- Beïnvloeding van de beeldvorming

Irene heeft als voorzitter van Stichting Weerklank een bijzonder jaar mogen doormaken waarin zij gastvrouw was van het Wereldcongres voor Stemmenhoorders in Den Haag. Het werd een buitengewone ervaring waarin een dertigtal landen acte de presence gaven. Het bestuur is akkoord gegaan met het voorzitterschap onder de voorwaarde dat dit slechts één jaar zou duren.

6 (Sociale) Media

Het doel van Stichting HerstelTalent, het verspreiden en beschikbaar stellen van ervaringskennis, bereiken wij op veel verschillende manieren. Ook (sociale)media zijn hierbij belangrijk. Het is goed om te merken dat onze activiteiten niet onopgemerkt bleven in 2018. Wij kregen de aandacht van verschillende regionale en zelfs nationale media. Daarnaast zochten wij ook zelf de publiciteit op sociale media. In dit hoofdstuk leest u meer over hoe dat klonk en eruit zag.

6.1 Publiciteit

HerstelTalent verwierf de nodige publiciteit in 2018. Het project Crisiskaart en het Wereldcongres voor Stemmenhoorders trokken in het bijzonder de aandacht.

Crisiskaart

- Crisiskaart Zeeland Stichting HerstelTalent. (interview: Klazine Tuinier)
  https://vng.nl/personen-met-verward-gedrag/crisiskaart-zeeland-stichting-hersteltalent

- Ik heb al anderhalf jaar geen erge crisis meer gehad. (interview: Sabine van Zaltbommel en Klazine Tuinier)
  https://www.omroepzeeland.nl/nieuws/105169/Ik-heb-al-anderhalf-jaar-geen-erge-crisis-meer-gehad

- Crisiskaart maakt verschil tussen leven en dood. (interview: Klazine Tuinier, bijdrage van anonieme crisiskaarthouder)
  https://www.pzc.nl/zeeuws-nieuws/crisiskaart-maakt-verschil-tussen-leven-en-dood~af303e28/

- Mensen kunnen zelf nadenken over hun emotie-wereld. (interview: Mirjam Akkerman)
  https://www.crisiskaart.nl/ervaringsverhalen/mensen-kunnen-zelf-nadenken-over-hun-emotie-wereld/

Wereldcongres Stemmenhoren

- Radio 1, NOS Met Het Oog Op Morgen, interview met Irene van de Giessen:
  https://www.nporadio1.nl/homepage/11823-vier-procent-hoort-stemmen-in-het-hoofd-maar-dat-maakt-je-geen-schizofreen

- NPO Radio 5, interview met Klazine Tuinier:
  https://www.nporadio5.nl/gemist/audio/328024/stemmen-in-je-hoofd

- RTL Nieuws, interview met Josseline Tolhoek (en Dirk Corstens):
  https://www.rtlnieuws.nl/node/4417146

- Dagblad Trouw, interview met (Roelof van Thiel), Sabine van Zaltbommel en Klazine Tuinier:
  https://www.trouw.nl/samenleving/mensen-die-stemmen-horen-komen-samen-op-een-wereldcongres-gewoon-erover-praten-helpt-~a99a83d2/

6.2 Website

Stichting HerstelTalent heeft haar eigen website. Vormgegeven door haar vaste vormgever Martien Luteijn uit Middelburg. De website wordt onderhouden door webdesign-bureau ZET TWEE (ook uit Middelburg). In 2018 deden we zoals ieder jaar aanpassingen aan de website om beter tegemoet te komen aan de nieuw ontstane omstandigheden binnen een groeiend klein bedrijf.

Website:
https://hersteltalent.nl/

6.3 Facebook

Stichting HerstelTalent heeft een groot deel van haar Zeeuwse bereik te danken aan haar Facebookaccount. Uit de statistieken van Facebook blijkt dat mensen ons weten te vinden en volgen.

Facebookaccount Stichting HerstelTalent:
https://www.facebook.com/StichtingHerstelTalent/?ref=settings

Facebookaccount Zelfregiecentrum Middelburg:
https://www.facebook.com/ZelfregiecentrumMiddelburg/

6.4 Twitter

Stichting HerstelTalent heeft een groot deel van haar bekendheid te danken aan haar Twitteraccount. We hebben vanaf het allereerste begin (2011) de strategie gekozen om positief te communiceren over de inhoud van het vak ervaringsdeskundige en daar nooit enige afbreuk aan te doen. Dat heeft ons bepaald geen windeieren gelegd.

Twitteraccount:
https://twitter.com/Hersteltalent

Colofon

Tekst en redactie
Irene van de Giessen, Klazine Tuinier

Interviews
Nico Landsman

Financieel
Aart Nijmeijer, Nijmeijer & Client

Vormgeving
Martien Luteijn, Luteijn positioning en design

Fotografie
Mary Remijnse, fotograaf - filmmaker – marketeer

HerstelTalent

HerstelTalent

STICHTING
HerstelTalent

info@hersteltalent.nl
06-22889296

hersteltalent

hersteltalent

www.hersteltalent.nl