COLUMN

INSTITUUT VOOR PUBLIEKE WAARDEN

RENKE KROEZE

Instituut voor Publieke Waarden

IPW realiseert oplossingen voor een betere en goedkopere publieke zaak. Meer info op: www.publiekewaarden.nl

ZONDER TE HELPEN

Ron kampt met angstklachten en raakt overspannen op zijn werk. Het gaat slecht met hem. Zo slecht dat verschillende ggz-behandelingen niet aanslaan. Na drie jaar is hij, zoals dat heet, uitbehandeld. Volledige genezing is niet meer mogelijk. Daarom hoeft hij ook niet meer te werken. Het UWV verklaart hem honderd procent arbeidsongeschikt. Ron is daar helemaal niet blij mee. Het voelt als de zoveelste afwijzing.

Toch brengt het ook iets positiefs. Omdat er geen hulpverlening meer is om hem te ondersteunen, begint hij zelf langzaam met dingen ondernemen. Zoals met vrijwilligerswerk in het lokale buurthuis. Daar treft hij twee ervaringsdeskundigen. Met hen praat hij veel en gemakkelijk, en het contact doet hem goed. Ze wijzen hem op zijn kwaliteiten en de stappen die hij nu wel aan het zetten is.

Daardoor krijgt Ron langzamerhand meer vertrouwen om zelf verdere stappen te zetten. Hij volgt cursussen, is vrijwillig aan de slag gegaan in een zelfregiecentrum en ondersteunt anderen. Laats trof ik hem op een congres. Aan de aanwezigen vertelde hij over zijn reis: van angstig en onzeker, naar elke dag weer verbaasd zijn over zijn eigen kunnen. Geen aanwezig bleef ongeroerd.

Zoals Ron spraken we de afgelopen maanden veel mensen. Mensen die tientallen jaren in ggz-instellingen hadden gewoond. Die veel verschillende therapieën hadden geprobeerd, zonder duurzaam effect. Mensen die niet meer durfden te hopen op

herstel. Diezelfde mensen waren een aantal jaar later coördinator van een herstelacademie, of adviseerden bestuurders over hoe ze de zorg beter kunnen inrichten.

Hoe dat kan? In het herstel van deze mensen en Ron zien we een interessante paradox: door op te geven, of de weerstand te laten gaan, kan iets nieuws ontstaan.

Pas toen Ron, zijn naasten en professionals om hem heen stopten om zijn dagelijkse ervaring te veranderen, begon er iets te veranderen. In de instellingen waar hij werd behandeld, had hij continu het gevoel dat hij iets fout deed. Ook had hij het idee dat hij constant iets moest en dat er één standaardmanier en -richting was om te veranderen. En daar paste Ron niet in. Hij voelde zich wel thuis bij een zelfregie- en herstelinitiatief. In deze initiatieven werken ervaringsdeskundigen door het hele land aan het doorbreken van de paradox. Dat doen ze door mensen weer te leren luisteren naar zichzelf. Door ze te leren stoppen met vechten. En door ze te leren dat er nu geen doelen of verwachtingen meer zijn waar ze aan moeten voldoen.

Je overgeven aan hoe het nú gaat met iemand vraagt moed. Moed om te zien dat iemand pijn heeft, zonder het op te lossen. Moed om geen oplossing te hebben. Moed om vertrouwen te hebben dat iemand (van)zelf in beweging gaat komen. Ervaringsdeskundigen hebben dit proces bewust meegemaakt. Hierdoor hebben zij unieke kwaliteiten om mensen als Ron verder te helpen. Zonder te helpen. ■