



NIEUWSBRIEF GGZ BERAAD

OVERIJSSEL ** 25 APRIL 2021 ** interview editie

“De kern blijft voor mij dat bakkie koffie”

13 vragen aan Denise Bosma

→ “Als iemand een negatief beeld heeft bij een ervaringsdeskundige, dan vraag ik door...”

Denise is al elf jaar een bindende kracht achter het Praktijkhuis van Ixta Noa in Enschede. Daarnaast is ze actief als gastdocent, kunstenaar, belangenbehartiger en coördinator bij o.a. Netwerk HET. Ze won in 2014 de regionale prijs de Roos van Elisabeth. In 2021 is ze een van de drie genomineerden voor de landelijke Zorg & Welzijn award.

De jeugd van Denise was traumatisch; ze ontwikkelde als tiener anorexia en kreeg al jong een depressie. Op haar twintigste liep ze het Praktijkhuis in Zutphen binnen en sprak met een ervaringsdeskundige die ook een eetstoornis had. Het was een keerpunt. Denise ontwikkelde zich tot een bekende en betrouwbare ervaringsdeskundige in de regio Twente. Denise is een netwerker, ze is ondernemend en nieuwsgierig.

1. *Hoe is het om zo’n nominatie te krijgen en wat betekent de nominatie voor jou?*

Het voelt heel bijzonder! Omgaan met complimenten is niet mijn sterkste kant maar alle lovende woorden doen zeker goed. Ik zet mijn ervaringen veel in binnen beleidsmatige projecten en merk wat voor verschil dit kan maken, het is mooi dat anderen dit ook zien en het ook belangrijk vinden dat op die plekken ervaring ingezet wordt.

2. *Wie zou je zelf voordragen voor zo’n ereprijs, en waarom?*

Dat is een hele moeilijke vraag! Ik ken veel geweldige mensen die zich met hart en ziel inzetten voor anderen en daarmee het verschil maken. Dus deze vraag laat ik even aan mij voorbijgaan ;-)

3. *Je bent gedreven; mede daardoor is de website van netwerk HET er gekomen. Het samenwerken in zo'n platform kan een crime zijn, omdat mensen geen energie hebben voor iets overstijgend of omdat mensen elkaar weinig gunnen. Welk deel van jouw droom over Netwerk HET kan nog uitkomen?*

Samen met de partners van NHET hebben we al veel moois mogen doen. Een grote kers op de taart was het organiseren van De Dag van de Ervaringsdeskundige in 2019. En nu de website inderdaad! Waar ik weer heel veel zin in heb na de coronabeperkingen is dat we elkaar weer kunnen gaan ontmoeten. Ik haalde de meeste energie uit de NHETwerkbijeenkomsten. Elkaar inspireren en samenwerken, omdat je hetzelfde wilt bereiken voor kwetsbare mensen, want je weet zelf zo goed hoe het was en misschien soms nog is. Uiteindelijk is dat waarom we dit werk allemaal doen en dat verbindt. Dat is ook het mooie van de rol van een ervaringsdeskundige; mijn enige belang is diegene die het nu moeilijk heeft, te helpen.

4. *Hoe ziet jouw werkweek eruit?*

Deze begint altijd op maandag in het Praktijkhuis. Samen met mijn collega's Nynke, Ellen en Titia nemen we de week door en alles wat er moet gebeuren om ons mooie Praktijkhuis draaiende te houden. Verder kan mijn week best variëren, ondanks de vaste werkdagen. Denk dan aan zaken als het aansluiten bij een wijkteam, een bijeenkomst over het uitrollen van een innovatief jeugdzorg model, een presentatie geven aan andere professionals over wat ervaringsdeskundig werken is, een coachend gesprek met een ervaringsdeskundige die ik bij een GGZ instelling inzet, bevraagd worden in een complexe casus waar de behandelaar in vastloopt of lesgeven aan de AD op het Saxion. En regelmatig komen ook meer overstijgende projecten voorbij. Zoals bijvoorbeeld mogen bijdragen aan de ontwikkeling van het landelijk kwaliteitskader voor de ervaringsdeskundige of gesprekken voeren met zorgverzekeraars over de wachtlijsten en het organiseren van voorliggende zorg.

5. *Hoe houd je het vol?*

Goed voor jezelf zorgen is het allerbelangrijkste wat er is. Als je zelf stevig staat kun je er voor anderen zijn, je werk goed doen en ook de moeilijk dingen van het leven opvangen. Ik werk niet full time en besteed graag tijd aan lezen, wandelen, tuinieren of gewoon lummelen. En mijn werk als kunstenaar natuurlijk.

6. *Wat maakt iemand tot een goede ervaringsdeskundige? Wat zijn de belangrijkste elementen die maken dat iemand overeind blijft en resultaten haalt?*

Toch ook weer het goed voor jezelf zorgen. Of nog beter gezegd; jezelf goed kennen en je bewust zijn van je krachten en valkuilen. Goede resultaten behaal je door je te richten op kwaliteit, niet op kwantiteit. Dit maakt dat je soms nee moet zeggen tegen het ene, maar het andere heel goed kan doen. Dit geeft jezelf goede energie maar promoot ook het ervaringsdeskundige beroep, wat vervolgens weer nieuwe kansen biedt.

7. *Jij ben een doorzetter; je bent een voorstander van samenwerking en in dit kader al jarenlang bezig om te netwerken bij onder andere gemeenten. In mijn beeld zijn gemeenten niet scheutig met het inzetten & promoten van ervaringswerkers met een ggz of verslavingsachtergrond. Daarnaast zijn veel medewerkers van gemeenten verlamd door een voorzichtige, politiek bestuurlijke cultuur. Wat zijn jouw ervaringen? Wat leveren de contacten het op?*

Ik merk zelf in Twente steeds meer ruimte bij gemeenten voor ervaringsdeskundigheid. Men durft steeds meer, ook al is het nog zoeken naar hoe dit dan precies allemaal moet. Het is niet altijd duidelijk wat die ervaringsdeskundige nu precies kan en wat je van hem kunt verwachten. Gelukkig is daar op steeds meer plekken het gesprek over mogelijk. Vanuit de wet- en regelgeving zijn er soms vervelende beperkingen, maar ook daar wordt steeds creatiever in gedacht. Dit levert tot nu toe een toename van de inzet van ervaringsdeskundigheid op, maar dit mag wat mij betreft nog in veel grotere mate.

8. *Wat is iets dat je in de afgelopen 15 jaar geleerd hebt?*

Je kunt niet beïnvloeden wat een ander denkt; je kunt alleen bepalen hoe jij zelf reageert. Wanneer iemand een negatief beeld heeft bij een ervaringsdeskundige, trek ik mij dat niet aan. Ik ga dan in gesprek, vragen stellen over hoe dit is ontstaan in plaats van in discussie gaan. Door iemand de ruimte te geven voor bedenkingen ontvang ik ruimte om te vertellen over mijn werk en wat dit kan betekenen. En eigenlijk levert mij dit bijna altijd een positief nieuw contact op, of zelfs een nieuwe samenwerkingspartner.

9. *Ervaringsdeskundigen presteren niet automatisch goed in de zorg. Mensen zijn onzeker over de eigen beroepsidentiteit en conformeren zich aan hun omgeving. Hierdoor is de ervaringsdeskundige soms onzichtbaar voor cliënten. Hoe zie jij hun prestaties, ook in het kader van jouw bijdrage aan de beroepsopleiding en het doorstromen van vrijwilligers van Ixta Noa naar de zorg?*

Ik ken veel erg goede ervaringsdeskundigen die actief zijn binnen de zorg en het sociale domein. Wat daar de uitdaging is, is dat je in een systeem werkt waar nog lang niet iedereen klaar is voor je. Dit is een grote uitdaging in het werk en het jezelf staande houden. Als mens maar ook in je rol als ervaringsdeskundige. Toch is dit goed mogelijk wanneer je elkaar hierin ondersteunt. Dit doe ik met veel plezier binnen onze Ixta Noa Opleiding maar ook bij de AD op het Saxion en als onderdeel van de klankbordgroep van de leergang op het ROC (voorheen LEON). Ervaringen uitwisselen is ook op dit vlak heel krachtig. Zo zorgen we samen voor ruimte voor ons beroep, het jezelf staande houden en voor een goede samenwerking met andere professionals.

10. *Veel ervaringsdeskundigen worden bij Ixta Noa opgeleid en stromen door naar wijkteams, Fact-teams, GGZ en jeugdzorg om het 'cliëntenperspectief' in te brengen. Zou dit niet het ervaringsdeskundig perspectief moeten zijn?*

Een ervaringsdeskundige brengt inderdaad meer dan alleen zijn of haar eigen cliëntervaringen. Je denkt mee met andere professionals, je vertaalt over en weer en bent betrokken bij de behandeling. Ik gebruik beide termen en zou willen pleiten voor het behoud van die beide termen. Toen ik in herstel was, heeft het kunnen delen van puur dat cliëntperspectief mij ontzettend geholpen te groeien in mijn proces. Dat er is verschil tussen beide termen is iets wat wel goed belicht moet worden.

11. *Wat vind jij een (recente) grote kracht van Ixta Noa?*

Dat wij nog steeds een plek zijn waar je gewoon binnen mag lopen. Door de jaren heen hebben we veel ontwikkelingen door gemaakt, veel bereikt in onze kwaliteitsnormen, opleiding, samenwerkingen en inzet op veel mooie plekken. Maar in de kern blijven wij die plek waar je gewoon dat bakkie koffie doet en vertelt hoe het met je gaat. Dat vind ik mooi.

12. *In welke tweede gemeente in Overijssel zou jij een Praktijkhuis van Ixta Noa starten?*

Dat is een moeilijk vraag! Er zijn veel mooie steden waar een Praktijkhuis geografisch een aanvulling zou kunnen zijn. Maar er zijn ook zoveel mooie andere inloophuizen, zelfregiecentra en herstelacademies in die steden. Dan zou ik misschien liever een Praktijkhuis in een bosrijke omgeving willen opzetten, met wandelactiviteiten en een respijtvoorziening zoals we die in Nijmegen, Zutphen en Groningen hebben. Een plek om tot rust te komen los van je eigen omgeving.

13. *Wat ga jij doen als je de zorg en welzijn award werkelijk wint?*

Een feestje vieren in corona tijd zal een uitdaging zijn! Maar eerlijk gezegd heb ik geen idee... Dat ik kandidaat bent voelt als heel bijzonder en dat is al een avontuur op zich. Wie de winnaar ook wordt, deze ervaring is nu al een platform om het ervaringsdeskundige beroep verder uit te dragen en dat vind ik nu al geweldig.

*Stichting GGZ Beraad Overijssel (2011) is een **onafhankelijk** regionaal verbindend platform voor en door inwoners met een psychische kwetsbaarheid. Het Beraad richt zich op actieve cliënten, ervaringsdeskundigen en bondgenoten. Het GGZ Beraad jaagt aan, informeert & emancipeert. Ons directe werkgebied is de Kop van Overijssel, Zwolle-Kampen en het Vechtdal. Het Beraad werkt zonder subsidie en bestaat uit een bestuur en sympathisanten. De Nieuwsbrief verschijnt elke maand. Deze extra interviewbijlage telt 4 pagina's.*

Reageren, kopij? Mail info@ggzberaad.nl of secretaris: s.hofstra@ggzberaad.nl (Sibrand) Website www.ggzberaad.nl
Postadres stichting GGZ Beraad: Postbus 473, 8000 AL Zwolle. Rek.nr: NL52RABO0136732259 Rabobank Enschede

**Ggz beraad Overijssel:
voor zelf doen en emancipatie !!**