

Nieuw maatjesproject van Vivaldi voor mensen met psychose

‘Niets moet, alles mag’



Vrijwilligster Marianne de Vries (links) en projectleidster Imke de Haan. | Foto: Eline Lucie de Groot

Mensen met een psychose ervaren de werkelijkheid anders en raken daardoor vaak in een sociaal isolement. Vivaldi koppelt nu (ex-)cliënten aan vrijwilligers.

Door Judith Eykelenboom

“Ik ben blij met mezelf, voel me sterk, heb een goed inlevingsvermogen, hou van mensen en heb veel levenservaring. Andere mensen zeggen dat ik energie uitstraal. Ik heb genoeg tijd en geld om onbaatzuchtig iets voor een ander te doen.”

Vrijwilligster Marianne de Vries (60) is al jarenlang maatje bij Vivaldi en zal vanaf februari 2020 – eerst staat er een verhuizing op stapel – iemand die een psychose heeft gehad onder haar hoede nemen. Het gaat om mensen die uitbehandeld zijn of af willen van hun behandeling. “Het idee is dat iemand uit een sociaal isolement komt door het gezonde deel aan te spreken. Vaak willen ze niet over het verleden praten, dat hebben ze al genoeg gedaan, en als je er een onderwerp van maakt, lijkt het op therapie. Dat willen ze niet. Ik ben geen hulpverlener. Ik ga op regelmatige basis, bijvoorbeeld eens in de week, een jaar lang iets gezelligs met diegene doen. Dat kan een kopje koffie zijn, of naar buiten. Natuurlijk stellen we doelen, er moet wel iets bereikt worden in dat jaar, maar dan gaat

het om een vriendenkring opbouwen, of lid worden van een clubje. Dan kan ik een paar keer mee totdat ze zelf durven.”

De Vries kijkt uit het raam van haar huis aan de Prinsegracht dat ze binnenkort verhuist voor een huis met een tuin. “Ik heb het al eens van dichtbij meegemaakt dat iemand in meerdere psychoses achter elkaar raakte. Het begon met afzeggen, met de gordijnen dicht binnenblijven. Tijdens haar psychoses was ik de slechterik, ze dacht dat ik haar ging vermoorden. Dat raakte mij natuurlijk, maar ik kan zo iets wel handelen.”

Wanen

In Nederland beleven drieduizend mensen per jaar hun eerste psychose. Het merendeel van hen is in de leeftijd tussen achttien en dertig jaar en heeft

‘Tijdens haar psychoses was ik de slechterik, ze dacht dat ik haar ging vermoorden’

een verleden met trauma’s en/of drugsgebruik. Het Haagse maatjesproject Vivaldi kreeg de vraag vanuit het Centrum Eerste Psychose (CEP, Parnassia) om ook voor deze doelgroep vrijwilligers beschikbaar te stellen. Projectleidster en studente psychologie Imke de Haan (21): “Wie een psychose heeft, ervaart de werkelijkheid anders. Dat kan door zogeheten positieve symptomen, toevoegingen aan de werkelijkheid. Denk hierbij aan hallucinaties, zoals stemmen, of de tv die tegen je praat, of wanen: ‘ze zijn op me uit, ze willen me vermoorden.’ Maar er zijn ook negatieve symptomen, zoals emotioneel afvlakken. Dat iemand zegt: ‘Wat vervelend dat je oma is overleden,’ zonder er iets bij te voelen.”

De Haan benadrukt dat het een specifieke groep mensen betreft, en dat er dus goed gescreend moet worden wie er met elkaar gematched worden, het gedeelte van het project dat zij voor haar rekening neemt. “We willen het project beginnen met vijf matches – vrijwilligers met maatjes. Dat kunnen we later uitbreiden. Natuurlijk zijn we altijd op zoek naar vrijwilligers, die moeten we dan ook actief werven op evenementen, maar we hebben wel een aantal voorwaarden waar ze aan moeten voldoen. Zo moeten ze minimaal 21 jaar oud zijn en over communicatieve vaardigheden beschikken. Er mag geen gat ontstaan, dus de vrijwilligers moeten een jaar lang iedere week een dagdeel beschikbaar zijn. We

organiseren cursussen met rollenspellen en geven voorlichting. Ze leren wat psychoses zijn door een ervaringsdeskundige. Zodat ze weten: hoe herken je het als het minder gaat en wat moet je dan doen?”

De Vries heeft als ervaringsdeskundige al een aantal vrijwilligers onderrichtet. “Uiteindelijk moet je dingen ook gewoon aanvoelen. Sommigen willen een knuffel bij binnenkomst, anderen geven na een jaar nog steeds een hand. Spelenderwijs ontdek ik wat ze leuk vinden en hoe ruimdenkend ze zijn. Niets moet, alles mag. Dat is de kracht van dit programma. Het is hun jaar.”

Meer informatie: www.projectvivaldi.nl

ADVERTENTIE



Slagerij  **Dungenmann**
SINCE 1861 HOOGSTRAAT 34 - DEN HAAG
DELICATESSEN | 070 - 346 23 00
TRAITEUR | RAF@SLAGERIJDUNGENMANN.NL
CATERING | SLAGERIJDUNGENMANN.NL