

Helen Eikenaar en Linda Kramer: 'Als ik gek ben wil ik niet gestoord worden'
Uitgeverij Digitalis/Arkin, Amsterdam 2012. ISBN 9789461907677
(Psychiatrie/PO/AG/1) Zie ook: www.dwangbedwingen.nl

Soort boek/Ziekte/Stijl: Bundel met verhalen van cliënten, naastbetrokkenen en hulpverleners die zorg krijgen of betrokken zijn bij de zorg in de psychiatrie. Zij vertellen hun verhaal met als doel elkaar verder te helpen, kennis te verwerven en inspiratie op te doen. In dit boek vertellen meer hulpverleners dan cliënten hun verhaal. Het is een vervolg op: *Op blote voeten in de isoleer. Als ik gek ben wil ik niet gestoord worden* is ook een initiatief dat valt onder het project Dwang Bedwingen binnen Arkin met als doel separeren te verminderen. Boek van 61 pagina's geïllustreerd met zwart wit portretten van geïnterviewde met daaronder een korte introductie van de persoon. Te bestellen door een e-mail te sturen naar dwangbedwingen@arkin.nl.

Over de schrijvers:

Linda Kramer is psychologe en projectmedewerker cliëntenparticipatie bij Arkin.

Helen Eikenaar is psychilover, ervaringswerker, filmmaakster, muzikant, schoenmaakster, filosoof, visionair.

Kees C. Keuch is gepensioneerd fotograaf en documentaire regisseur.

Korte Beschrijving:

Verhalen aan elkaar vertellen bleek belangrijk bij het verminderen van separeren binnen Arkin. Daardoor werd bewustwording bereikt, hoorden de verschillende partijen van elkaar hoe de cliënt zo'n interventie beleefd heeft, hoe het voor de naastbetrokkenen was en wat de verpleegkundige en de arts op zo'n moment en daarna voelden.

Dit soort verhalen staan ook in dit boek: 16 hulpverleners of zorgondersteuners vertellen hier hun verhaal, 11 cliënten en een moeder.

De korte verhalen van cliënten in dit boek geven goed weer hoe iemand steun kan vinden, bijvoorbeeld bij muziek, muziek maken, een huisdier op de afdeling, en hoe dat een crisis, escalaties en dwang kunnen voorkomen.

De hulpverleners vertellen wat ze belangrijk vinden bij hun werk. Ze gaan over inzet en betrokkenheid bij mensen. Ze vertellen bijvoorbeeld hoe ze proberen aan te sluiten bij de cliënten om separeren proberen terug te dringen bijvoorbeeld via belevingsgerichte psychiatrie (pag.47). De verhalen laten zo zien, hoe dat in de dagelijkse zorg en behandeling van de cliënten mogelijk wordt gemaakt. Werkelijk betrokkenheid bij de cliënt is dan nodig, of zoals een hulpverlener het zei: eerst begrijpen dan pas ingrijpen (pag.53).

Wat viel op:

Een mooi initiatief zijn deze boekjes, zeker als je ze allebei leest, leveren ze veel verhalen en ervaringen op waarvan het goed is als ze meer aan elkaar verteld worden, kunnen helpen bij het terugdringen van isoleren. Alleen al inzet van een wat een hond kan bieden of muziek: ze kunnen steun leveren en afleiden. Met andere

inzichten als eerst begrijpen dan ingrijpen zijn ze zo makkelijk te gebruiken. Daar valt nog een wereld te halen.

Citaten:

Pag.13: ‘ Als je je voorstelt dat je cliënt je eigen moeder zou zijn, wat zou je dan willen en kunnen betekenen voor deze persoon?’

Pag.29: “Door het zingen in de band leerde ik dat ik meer ben dan mijn ziekte alleen.”

Pag.47: ‘Stoppen met separeren is niet alleen op onze afdeling het streven. Het leeft in de hele kliniek. Vanuit dit doel is een aantal jaren geleden de ‘spin in het webgroep’ ontstaan. We wilden heel gericht gaan kijken naar en leren van situaties die uiteindelijk toch hebben geleid tot separatie.’

Pag. 55: ‘Met Lynn is het veel gezelliger dan alleen. Ze is een rustig, lief hondje, maar ze is ook wel eens chagrijnig. (...) Ik geloof dat dieren kunnen helpen bij herstellen of beter worden.(...) Ik denk dat ik een hond mocht omdat ik me beter hecht aan dieren dan aan mensen.’

Recensie/Extra:

<http://www.youtube.com/watch?v=lnQBUF7cqtc>

<http://www.rehabilitatie.nl/als-ik-gek-ben-wil-ik-niet-gestoord-worden/102659>

<http://tekeertegendeisoleer.wordpress.com/2012/03/20/als-ik-gek-ben-wil-ik-niet-gestoord-worden/> (...) Eerst werd er een video getoond met een ervaringsverhaal van Jop Egmond. Hij vertelde over verschillende opnames in de GGZ, en de ervaringen met dwang in het verleden. Ook vertelde hij hoe het nu anders ging, en dat hij nu anders behandeld werd. Hij vertelde dat hij zich gezien en gehoord voelde als mens. Hij zei: “de mensen zijn liever en niet zo achterbaks, de separeer wordt nu veel minder gebruikt, en ze kijken nu eerst naar wat de persoon zelf wil, en ze snappen dat muziek het belangrijkste is voor mij”. (...) En toen, na de pauze kwam de uitreiking van het boekje: “Als ik gek ben wil ik niet gestoord worden”. Ik was speciaal gevraagd om het eerste exemplaar in ontvangst te nemen. (...)Ik was erg nieuwsgierig naar de inhoud van het boekje, en na afloop ben ik er dus direct in gaan lezen. Het boekje is verrukkelijk. (...)Dwangreductie en kwaliteitsverbetering in de zorg gaan niet om high tech isoleercellen en verzakelijkte methodes en instrumenten. Het gaat over bejegening , en om mensen die gelukkig willen worden. Zorg is mensenwerk. Dat wordt sterk neergezet in dit boekje. Maar gezegd moet worden dat ook in de Amsterdamse GGZ nog steeds dwang wordt toegepast, en dat het daar dus ook niet allemaal rozengeur en maneschijn is. Maar er wordt wel degelijk hard gewerkt, en het boekje “Als ik gek ben wil ik niet gestoord worden” vind ik echt ontzettend goed’