



VER. haal

MAGAZINE

Over jeugdparticipatie en de
inzet van ervaringsdeskundigen





VOORWOORD_

Eva Saeboe

- ZIJ/HAAR
- Aanjager jongerenparticipatie bij Innovatienetwerk Jeugd Hart van Brabant
- Bevlogen pedagoog

DIT MAGAZINE GEEFT MOED EN INSPIRATIE AAN IEDEREEN DIE ZICH INZET VOOR JONGERENPARTICIPATIE EN ERVARINGSKENNIS EN -DESKUNDIGHEID

Verhalen vertellen waar we vandaan komen, en waar we naartoe gaan. Ze weerspiegelen het individu en het collectief, ze geven moed, inspiratie en kracht, en verbinden ons in een richting voor de toekomst.

Als aanjager jongerenparticipatie in de regio Hart van Brabant creëer ik samen met de jeugd mogelijkheden tot meer inspraak, invloed en initiatief in het jeugd(hulp)beleid. Altijd uitgaand van hun leefwereld en vanuit een grondhouding van gelijkwaardigheid. Wanneer we namelijk beter leren luisteren naar de ervaringen, komen we erachter of we handelen in het belang van jonge mensen. Regio Hart van Brabant lijkt hierin uniek: ik ken geen collega die net als ik in dienst is. De afgelopen vijf jaar hebben we in de regio veel bereikt qua bewustwording, desondanks vraagt gedragsverandering om een lange adem.

Lokaal en regionaal zie je dat ervaringskennis en jongerenparticipatie beter op het netvlies staan. De afgelopen jaren is er door organisaties zoals het NJi en de NJR steeds meer kennis beschikbaar gekomen over dit onderwerp. En dit is mooi. Mijn wens is dat er vanuit het ministerie structurele aandacht komt om ervaringskennis en jongerenparticipatie te borgen. Ik hoop dat ze landelijk erkennen: *'Dit heeft waarde. Jongeren vormen een deel van de oplossing en het meest passend is de oplossing die ze zelf bedenken.'* Het is zonde wanneer ieder alleen het wiel moet uitvinden.

Feit is dat we soms nog zoekende zijn, ik wel in ieder geval. Dan reik ik uit naar gelijkgestemden en merk dat ik uit deze ontmoetingen kracht haal. Dit magazine vormt voor mij, en ik hoop voor iedereen die dit onderwerp een warm hart toedraagt, ook een krachtbron. Het maakt zichtbaar wat ervaringskennis/deskundigheid en jeugdparticipatie kunnen betekenen. Het laat bovenal zien: wij staan niet alleen. In feite wordt hiermee ervaringskennis over dit thema doorgegeven. Ik hoop van harte dat we een steeds grotere beweging gaan vormen, zodat onze jeugd de stem krijgt, waar zij recht op heeft.

REFLECTIE JONGERENREDACTIE

Wij willen graag uitvergroten wat Eva zegt: CREËER SAMEN MET DE JEUGD MOGELIJKHEDEN TOT MEER INSPRAAK, INVLOED EN INITIATIEF IN HET JEUGD(HULP)BELEID. GA HIERBIJ ALTIJD UIT VAN HUN LEEFWERELD EN ZORG VOOR EEN GRONDHOUDING VAN GELIJKWAARDIGHEID. Dit is zo belangrijk voor jongeren (die willen participeren). En verder: mooi hoe Eva's voorwoord iedereen uitnodigt om verder te lezen. Het geeft een energiek voorproefje van wat je kunt verwachten in dit magazine. Ga door, laat je informeren, verrassen, inspireren en verwarmen!



- Eva

INHOUDS_

opgave



2

Voorwoord

Eva Saeboe

4

Nog één keertje dan
de begrippen

6

Blog

Daantje Daniëls

8

Ervaringsdeskundige

Hannah Hollestelle

10

Esther Vreeburg

Child Friendly Cities Nederland

12

Ervaringsdeskundige

Nienke Blanc

14

Onderzoeker Carolijn werkt samen
met ervaringsdeskundige Kaylee

16

Ervaringsdeskundige

Carlijn Mol

18

NJi-bestuurder ontmoet
bestuurder in spé - Rutger en Jasper

22

Bram Grandiek hoopt dat met zijn
mening en ervaring 'De situatie voor
alle kinderen beter wordt'

24

Ervaringsdeskundige

Noah van der Zande

26

Laat je inspireren

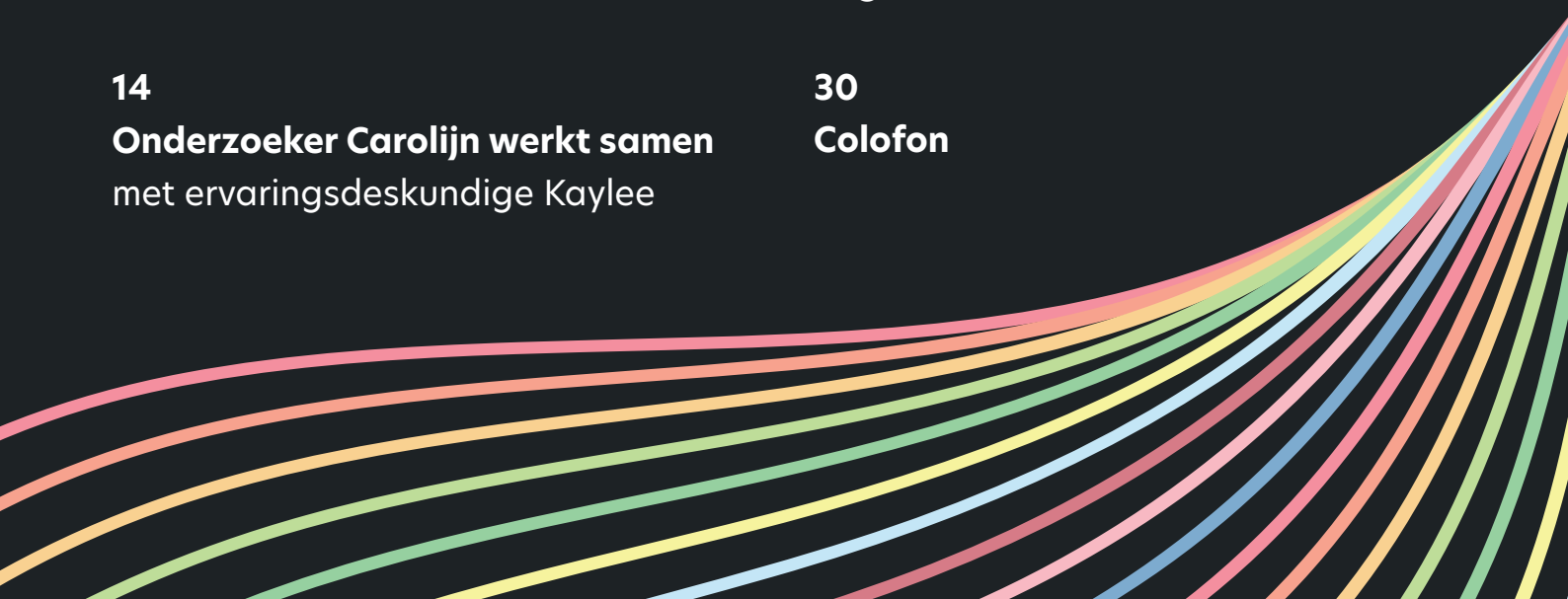
Lees, kijk en luister verder

28

Organisaties en initiatieven

30

Colofon





NOG ÉÉN KEERTJE DAN. de begrippen

- **ERVARINGEN**

Alle kinderen en jongeren maken dingen mee in hun leven en doen ervaringen op.

- **ERVARINGSKENNIS**

Als je reflecteert op je ervaringen, levert dit waardevolle kennis op. Deze persoonlijke ervaringskennis kun je verbinden aan de ervaringskennis van anderen die iets soortgelijks meemaakten én aan andere bronnen. Dit maakt collectieve ervaringskennis. Ervaringskennis is een belangrijke kennisbron naast wetenschappelijke kennis en praktijkkennis.

- **ERVARINGSDESKUNDIGHEID**

Ervaringsdeskundigen hebben vaardigheden opgedaan om hun ervaringskennis en die van anderen door te geven en op een functionele manier in te zetten.

- **JEUGDPARTICIPATIE**

Jeugdparticipatie is het actief meepraten, meedoen en meebeslissen van kinderen en jongeren over zaken die hen aangaan.

MEER LEZEN? ZIE WAT IS ERVARINGSKENNIS? | [NEDERLANDS JEUGDINSTITUUT \(NJI.NL\)](https://www.nji.nl)





BLOG_

Daantje Daniëls

- ZIJ/HAAR • 53 jaar
- Oud-manager IrisZorg
- Manager Zorginhoud bij Jan Arends
- Voorzitter Vereniging van Ervaringsdeskundigen

ERVARINGSDESKUNDIGEN ZIJN KIEN OP JONGERENPARTICIPATIE

Dat ervaringsdeskundigheid een vak is, mag van mij veel meer gaan dagen. Dit is nodig om onze inzet duurzaam te maken, maar hierover later meer. Veel jongeren in de opvang zijn op zoek naar een mentor. Vaak zijn ze jarenlang door de mangel gehaald in de jeugdzorg en zie je dat ze volwassenen, instituten en scholen wantrouwen. Ervaringsdeskundigen kunnen helpen om dit wantrouwen te doorbreken. Ricardo, een van de ervaringsdeskundigen van IrisZorg, wordt door jongeren op handen gedragen. Hij heeft zoveel meegemaakt, die is niet snel bang te krijgen. Niet alleen weet hij hun wantrouwen weg te nemen, maar ook is hij voor hen een voorbeeld: hij laat zien dat er je eruit kunt komen. En dit is zo belangrijk voor deze jongeren. Het mooie is dat ervaringsdeskundigen vaak erg kien zijn op participatie van jongeren: zij moedigen hen aan zich op een goede manier uit te spreken over zaken die hen zelf, hun groep of voorzieningen aangaan.

ERVARINGSDESKUNDIGEN ZIJN PUUR GERICHT OP DE MENS EN DE MENSELIJKE MAAT

Als ik terugkijk op mijn eigen jeugd en verslavingsverleden, weet ik dat een ervaringsdeskundige echt een verschil had kunnen maken. Ik had behoefte aan iemand die precies wist waar ik doorheen ging en tegen mij zei: *'Denk zelf na welke kant je op wilt.'* Want destijds lieten mijn hulpverleners, hoe goed bedoeld ook, op subtile manieren weten welke richting zij voor mij het beste vonden. Dit voelde ik direct aan en maakte mij nog bozer. Als ik nu naar ervaringsdeskundigen kijk: zij bieden sociale steun en zelfvertrouwen, en moedigen jongeren aan om zelf na te denken. En dat is voor mij de kracht van ervaringsdeskundigheid. Hun perspectief is puur gericht op de mens en de menselijke maat, die zij boven regels, een methode of een gemiddelde stellen. Hiermee houden ervaringsdeskundigen de (jeugd)zorg wakker en vormen zij een fantastische aanvulling op de wetenschappelijke en professionele kennis van bijvoorbeeld de psychiater, psycholoog, verpleegkundige en jongerenwerker. Ik maak gelukkig steeds vaker mee dat er sprake is van een goede samenwerking.



- Daantje



WAT NODIG IS OM ERVARINGSDESKUNDIGHEID DUURZAAM IN TE ZETTEN

Toch zijn we er nog niet. Er bestaat namelijk nog veel onduidelijkheid over ervaringsdeskundigheid: o.a. over niveaus van inzet, scholing en salariëring. Deze onduidelijkheden verzwakken de positie van ervaringsdeskundigheid. Er is daarom een andere houding nodig: één waarin ervaringsdeskundigen zich meer realiseren dat zij een beroepsgroep zijn en een beroepsidentiteit hebben, of zij nu betaald werk doen of op vrijwillige basis. Met de komst van het **Kwaliteitssysteem voor Ervaringsdeskundigen** nodigt de Vereniging van Ervaringsdeskundigen haar leden uit deze volgende stap te nemen. Zo kunnen we het beroep van de ervaringsdeskundige professional binnen zelfregiecentra, herstelacademies, wijkteams, teams voor ervaringsdeskundigen, zorginstellingen, het sociaal domein, patiëntorganisaties of belangenbehartiging professionaliseren en veiligstellen.

WAT DIT VOOR JONGEREN BETEKEN?

Wat dit voor jongeren betekent die hun ervaring willen inzetten op het gebied van jeugdzorg? Ik geloof niet dat we hiermee jongeren uitsluiten. Juist door goed te beschrijven wat ervaringsdeskundigheid is en hier een duidelijk **kwaliteitssysteem** voor te hanteren, wordt helder wat je nodig hebt voor welke functie. Jongeren die hun herstelverhaal delen en meedenken bij het ontwikkelen van beleid kunnen prima zonder opleiding hun bijdrage leveren. Maar als je directe begeleidingscontacten hebt, vanuit de taken en competenties beschreven in het **beroepscompetentieprofiel**, vind ik dat je een opleiding ervaringsdeskundigheid nodig hebt. Dit is geen beperkend, maar juist een beschermend systeem, ontworpen vanuit onze eigen kern van ervaringsdeskundigen. Het ademt dat ervaringsdeskundigheid op zich niet het doel is: het gaat altijd om de cliënt. Is de ervaringsdeskundige jongere er klaar voor, dan is zijn/haar inzet ongehoord mooi.

REFLECTIE JONGERENREDACTIE

(wanneer) Heb je als jongere ervaringsdeskundige een opleiding nodig? Deze vraag roept niet alleen discussie op in het land, maar ook binnen de jongerenredactie.

Aan de ene kant: tof om geïnformeerd te worden over het kwaliteitssysteem van de Vereniging van Ervaringsdeskundigen. En als je in contact staat met cliënten mogen er eisen aan je worden gesteld. Daarnaast kan een opleiding helpen om je zekerder te voelen in je werk als ervaringsdeskundige.

De andere kant is: ervaringsdeskundige jongeren hebben juist door hun achtergrond in bijvoorbeeld de jeugdhulp of jeugd ggz vaak geen of onvoldoende scholing. Als je een (hbo-)opleiding verplicht stelt, sluit je veel ervaringsdeskundige jongeren buiten die een waardevolle bijdrage kunnen leveren. Daarbij: wanneer je als ervaringsdeskundige contact hebt met cliënten, doe je dit niet als hulpverlener maar als ondersteuner.



ERVARINGSDESKUNDIGE

Hannah Hollestelle

- ZIJ/HAAR • 29 jaar
- Volgt een master Politieke Wetenschappen
- Is actief als voorzitter ExpEx, Experienced Experts
- Expert commissie jeugd van Mind
- Lid ZonMW programmacommissie Onderzoeksprogramma ggz
- Ervaringsprofessional Parnassia Groep
- Ervaringsprofessional bij gemeente Den Haag als lid projectgroep Inkoop

HEBBER JULLIE VRAGEN VOOR JULLIE VOORZITTER HANNAH HOLLESTELLE?, VROEGEN WIJ AAN EXPEX-JONGEREN NOAH, MYLEN EN PHYLCIA. HIER HOEFDEN ZE NIET LANG OVER NA TE DENKEN. DAAR GAAN ZE...

HOE BEN JE OP HET PAD VAN ERVARINGSDESKUNDIGHEID GEKOMEN?

Hannah: "Als 18-jarige kwam ik bij Youz/Parnassia terecht voor een klinische groepsbehandeling. Ik had toen al zo'n 150 jeugdhulpverleners meegemaakt vanwege mijn complexe problematiek, veroorzaakt door trauma. Op een gegeven moment zeiden mijn hulpverleners: 'Word jij maar lid van de Jongerenraad, dan kun je daar al je kritische vragen stellen.'

En zo kwam het dat ik een bevlogen bestuurder ontmoette die mij alles leerde over de ggz. Ik ging zelfs liever naar hem toe dan naar de les economie vlak voor mijn eindexamen op de vavo."

"Rond m'n 20e voelde ik de behoefte om meer te leren over systemen en maatschappelijke vraagstukken. Ik schreef me in voor de basistraining 'Werken met je eigen ervaring als ExpEx' en bereikte de ene na andere mijlpaal. Zo heb ik geen les gemist én kwam ik alle keren op tijd. Voor het eerst rondde ik bovendien een opleiding af. Sindsdien heb ik als ervaringsdeskundige verschillende dingen mogen beleven. Een uit de hand gelopen hobby was geboren."

'MIJN DOEL IS
OM MENSEN
MENSELIJKER
NAAR ELKAAR TE
LATEN KIJKEN'



- Hannah

OP WELKE MANIER ZET JE JE EIGEN ERVARING IN?

"Op dit moment ben ik meer actief aan de beleidskant dan aan de hulpverleningskant. Mijn eigen ervaring is eigenlijk van secundair belang. Ik probeer vanuit verschillende personages te kijken: hoe zou ik het als client vinden als ik dit hulpverleningstraject instap, of dit onderzoek ga doen? Wat zou iemand als jij, ik, of zeg, Fatima die ervaring heeft op dit vlak, hierin nodig hebben?"

WAT HOOP JE TE BEREIKEN MET HET INZETTEN VAN JE EIGEN ERVARINGEN?

"Mijn doel in al mijn rollen is om de jeugdhulp te verbeteren. Meer concreet: om mensen menselijker te laten kijken naar elkaar. En als het even kan, probeer ik het onderwerp thuiszitten te agenderen. Ik heb zelf namelijk beleefd hoe naar het is om niet naar school te gaan, terwijl je wel gemotiveerd bent. Je verliest hiermee het recht om mee te doen in de maatschappij. Mede hierdoor is toen de gedachte in mij gaan leven dat ik er niet mag zijn, dat ik te veel ben."

WAT HEEFT JOUW ROL ALS ERVARINGSDESKUNDIGE JOU GEBRACHT?

"Feitelijk ben ik in de afgelopen tien jaar een heel ander persoon geworden. Dankzij mijn rol als ervaringsdeskundige ben ik toegroeid naar meer vertrouwen in mensen en maatschappij. Ik voel mij bevoorrecht dat ik met zoveel mensen, posities en facetten van jeugdhulp en ggz in aanraking kom. Deze rol heeft me ook uitgenodigd om dingen die mij angst inboezemden aan te gaan, zonder dat dit consequenties had. Om een voorbeeld te geven: tijdens mijn bachelor Politieke Wetenschappen ben ik maar drie keer naar een hoorcollege geweest. Het zitten in een zaal maakte me ontzettend angstig. Inmiddels kan ik dit aan. Ik heb mijzelf deels kunnen helen, terwijl dit niet mijn doel was."

"Daarom zet ik me in voor onder andere ExpEx. Ik wil iedereen de kans geven om iets met zijn ervaring te doen en zo een rol in de maatschappij te hebben. Ik zie hoe goed het mensen doet. Voor sommigen zal dit naast hun behandeling of opleiding het enige zijn dat zij (aan)kunnen. Het is laveren tussen wat wel en niet mogelijk is. Wij willen jongeren niet afschrijven zoals de maatschappij dit wel doet."

HOE VERLIEP DE ROUTE VAN VRIJWILLIGER NAAR PROFESSIONAL?

"Het is nog steeds ingewikkeld om betaald te worden voor wat ik doe. Vaak zijn er geen potjes voor te vinden. Nu hoef ik er ook niet rijk van te worden, maar wel wil ik er mijn boterham van kunnen betalen. Het komt geregeld voor dat ik aan tafel zit met allerlei partijen om een advies uit te brengen en dat ik de enige ben die daarvoor niet betaald wordt."

HOE WERK JE SAMEN MET ANDERE PROFESSIONALS?

"Over het algemeen heel goed. Maar heb je het over gelijkwaardigheid, dan sta je bij aanvang als ervaringsdeskundige soms met 10-0 achter. Er heerst ook nog altijd het beeld dat een ervaringsdeskundige komt praten over zijn of haar verleden, problemen of stoornis maar zo is het niet: deze komt praten over LEVEN met die achtergrond. Als persoon ben je veel meer dan je ziekte. Ik probeer altijd te destigmatiseren. Het duurt gewoon even eer professionals en beleidsmakers zich realiseren dat mijn ervaringsdeskundigheid mijn werk is."

REFLECTIE JONGERENREDACTIE

Haar werk als ervaringsdeskundige heeft haar deels heling gegeven en heeft haar tot een ander persoon gemaakt, vertelt Hannah. Hier worden we even stil van. Wij herkennen dit enorm, dankzij ons werk als ervaringsdeskundige hebben wij bijvoorbeeld veel meer zelfvertrouwen gekregen.

ESTHER VREEBURG VAN CHILD FRIENDLY CITIES NEDERLAND:

'DE INPUT VAN JEUGD IS HEEL WAARDEVOL VOOR BELEIDSONTWIKKELING'

Heb je het over kinderrechten, dan heb je het over kinder- en jongerenparticipatie. Dit vraagt om een andere manier van beleid maken. Eén die kinderen en jongeren de kans geeft om mee te denken en mee te praten over zaken die hen aangaan, dus ook over jeugdzorg, armoede, klimaat, een veilige en groene wijk. Slaagt een gemeente hierin, dan krijgen kinderen de kans om zich te ontplooien tot veerkrachtige volwassenen en heeft de gemeente waardevolle input voor haar beleid.

Kinderen en jongeren erbij betrekken is belangrijk om een Child Friendly City te zijn. Esther Vreeburg zet zich sinds maart 2022 vanuit UNICEF Nederland in om het netwerk CFC hier op te bouwen.

HET NETWERK CHILD FRIENDLY CITIES

Bij alle activiteiten van CFC vormen kinderrechten het vertrekpunt. Het netwerk informeert, adviseert en verbindt gemeenten om met elkaar kinderrechten handen en voeten te geven in beleid en de lokale praktijk. CFC Nederland maakt onderdeel uit van het internationale Child Friendly Cities Initiative van UNICEF Internationaal, waaraan wereldwijd duizenden gemeenten zijn verbonden.

WAT GAAT ER GOED BIJ NEDERLANDSE GEMEENTEN?

Nederlandse gemeenten staan over het algemeen dicht bij kinderen door het gedecentraliseerde beleid. Zij kunnen hierdoor direct een verschil maken in het leven van kinderen. En er zijn steeds meer gemeenten die proberen kinderen en jongeren een stem te geven. Dat is een heel mooie ontwikkeling. Tegelijkertijd...

WAT KAN ER BETER?

...kan er een en ander beter, laat ook een **opiniepeiling** van UNICEF Nederland zien. Veruit de meeste Nederlandse jongeren zouden graag meepraten over zaken die zij belangrijk vinden binnen hun gemeente. Driekwart van hen zegt dat de gemeente nog nooit naar hun mening heeft gevraagd. Neem je kinderen en jongeren niet mee, dan mis je de input van een grote groep belanghebbenden binnen je gemeente. En niet zomaar input, weet Esther Vreeburg: *"Hun input is waardevol, want kinderen en jongeren beleven een gemeente op een andere manier dan volwassenen. Zij staan in een andere fase van het leven en hebben dus zowel verfrissende ideeën als andere behoeften, waar we als volwassenen misschien helemaal niet bijilstaan."*

- Esther



Child
Friendly
Cities
Initiative



voor ieder kind

MOOIE VOORBEELDEN VAN JEUGDPARTICIPATIE:

Gemeente Eemsdelta:

Door de kinderen het bos zien

Hoe maken we dit stuk bos aantrekkelijk voor kinderen? Gemeente Eemsdelta stelde deze vraag samen met de culturele netwerkorganisatie IVAK en Natuurmonumenten aan een bovenbouwklas van een basisschool. Tijdens de eerste ontmoetingen gingen zij met elkaar in gesprek en bezochten zij samen het bos. De kinderen maakten daarna enthousiast tekeningen waarin ze hun ideeën verwerkten: van een doolhof en boomhut tot een glijbaan en waterspeelplek. Vervolgens werd er in de klas gestemd over het beste plan. De gemeente kijkt nu wat haalbaar is en koppelt dit later terug aan de kinderen.

Esther Vreeburg (netwerk CFC): *"Wat opviel, is dat de kinderen uit zichzelf breed nadenken. Ze wilden graag dat het stuk bos voor iedereen bereikbaar zou zijn, ook voor kinderen met een fysieke beperking. En voor hun ouders wensten zij een kijk- en kletsbankje. Dit project was een vorm van betekenisvolle participatie. Eemsdelta benut consequent de kennis en ervaring van de jeugd, ook al kost dit tijd en mankracht. Een goede investering omdat deze input het beleid versterkt."*

Gemeente Utrecht ontwikkelt samen met jongeren een Nachtvisie

Nog zo'n mooi voorbeeld: De gemeente Utrecht is samen met jongeren een Nachtvisie aan het ontwikkelen. Ben je onder de achttien, dan mag je geen alcohol drinken en kom je tegenwoordig bijna geen kroegen meer in. Dat schuurt soms. Daarom de vraag vanuit de gemeente: waar hebben de 18-minners behoefte aan? Op dit moment is de gemeente Utrecht in gesprek met een groep jongeren om dit te onderzoeken.

Esther Vreeburg (netwerk CFC): *"Ook hier valt op hoe enthousiast jongeren reageren op deze gesprekken en de vragen die gesteld worden. Als geen ander geven zij hun ongecensureerde mening, wat in ieder geval veel duidelijkheid geeft. Op dit moment zitten de gemeente en de jongeren nog samen in de oriëntatiefase. In het vervolgtraject blijven de jongeren betrokken."*



ALS GEMEENTE EEN VERSCHIL MAKEN IN HET LEVEN VAN EEN KIND?

TIPS VAN ESTHER VREEBURG:

1) Veel gemeenten hebben inmiddels een kinder- of jongerenraad, en dit is mooi. Toch ben je er dan nog niet. Want vormt deze groep een goede doorsnee van de minderjarigen in de gemeente? Welke kinderen die het onderwerp aangaat, zijn NIET vertegenwoordigd? Praat je bijvoorbeeld over armoede: breng eens een bezoek aan een schoolklas in een achterstandswijk. En vaak hebben de jongeren in de raad zelf ook goede ideeën over hoe ze deze jongeren kunnen bereiken.

2) Zorg dat jongerenparticipatie betekenisvol is:

- dat jongeren de juiste informatie hebben als ze mogen meedenken en meepraten
- dat jongeren en/of beleidsmakers ondersteuning krijgen bij het voeren van gesprekken
- dat er met aandacht naar hen geluisterd wordt
- dat je terugkoppelt wat je met hun mening hebt gedaan

3) Ga het gewoon doen als gemeente. Ja, het vraagt om een medewerker die zich hiermee inlaat. Ja, het kost tijd. Maar het is het meer dan waard om hun mening mee te nemen als je beleid ontwikkelt. Zonde als je deze kans laat liggen. Er zijn organisaties die je hierbij kunnen ondersteunen, zoals het NJi. En informeer eens bij andere gemeenten of Child Friendly Cities, zodat je het wiel niet opnieuw hoeft uit te vinden.

REFLECTIE JONGERENREDACTIE

Een heel tof stuk. Wat goed dat er Child Friendly Cities bestaan, al vinden wij Kindvriendelijke steden nog beter klinken :). En wat goed om te lezen dat gemeente Eemsdelta en gemeente Utrecht de jeugd van A tot Z betreft. Wij merken dat 't bij veel gemeenten bij een streven naar blijft. Je mag soms al wel meepraten, maar vervolgens belanden alle ideeën van en voor jongeren onder in de papierbak. Geregeld ontvangen we geen enkele terugkoppeling, terwijl die juist voor ons zo belangrijk is. Beter te horen dat ze niets met jouw input doen dan helemaal niets te horen. Dan weet je dit in ieder geval. Tot slot: welke gemeenten volgen het voorbeeld van Eemsdelta en Utrecht? Wie biedt?



ERVARINGSDESKUNDIGE Nienke Blanc

• ZIJ/HAAR • 24 jaar

OVER HAAR WERK VOOR DE NJR:

'ZO KAN UIT IETS ZWAARS TOCH IETS MOOIS VOORTKOMEN'

Wat doet de Nationale Jeugdraad Hoofdzaken? De jongeren van NJR Hoofdzaken willen de geestelijke gezondheidszorg verbeteren voor andere jongeren. Om hen hierbij te ondersteunen, helpt de NJR de jongeren om te ontdekken waar ze goed in zijn. Ook trainen zij hen om hun verhaal te delen op een manier die impact heeft. Zo zetten zij de kracht van kwetsbaarheid in op een manier die ongekend is.
[Meer lezen?](#)

Wat hebben beleidsmakers, jeugdprofessionals of studenten aan mijn mening?, vroeg ervaringsdeskundige Nienke Blanc zich in haar begintijd bij NJR Hoofdzaken af. Maar inmiddels weet ze beter: *"Zaken die voor mij vanzelfsprekend zijn, kunnen een ander een eureka-moment geven."* En daarbij geeft dit werk haar zelf ook veel: *"Ik heb er meer zelfvertrouwen en zelfkennis door gekregen."*

Nienke kent de Jeugd-GGZ van binnen en van buiten. In een notendop: tussen haar 14e en 21e heeft zij non-stop een vorm van (klinische) hulpverlening ontvangen. De etiketten waren talrijk: van hoogbegaafd en hoog sensitief tot chronisch depressief en suïcidaal. Van iemand met een eetstoornis tot iemand die aan zelfbeschadiging deed. In de kern voelde ze zich erg eenzaam. Wie zij nu echt was en wat zij wilde? Geen idee. Tijdens de laatste (dag)behandeling, waar men bleef zoeken naar oorzaken en meer diagnoses, wist ze: dit is op dit moment een doodlopende weg. Nienke: *"Soms kun je gewoonweg niet bij de antwoorden. En iets in mij kriebelde. Ik nam de grote en allesbehalve vanzelfsprekende stap om terug te gaan naar school, ondanks de negatieve adviezen van mijn behandelaren. De wens om me nuttig te willen voelen, maakte dat ik doorzette."*



*HAAR SLEUTEL
TOT HERSTEL?
'IK BESLOOT
MEZELF TE
GAAN HACKEN'*

- Nienke

Ze besloot zichzelf te gaan hacken: wie is Nienke en hoe zit zij in elkaar? *"Ik wilde niet meer focussen op diagnostiek en van daaruit een plan van aanpak. Ik wilde in de praktijk ervaren wat voor mij wel en niet werkte en dát aanpakken."* Ze is het aangegaan, kwam zichzelf tegen, begroette haar (on)mogelijkheden met nieuwsgierigheid, maakte allerlei eerste keren mee, zoals vliegen naar Georgië met wildvreemde mensen, ging zelfs een half jaar op stage naar Berlijn, ontmoette mooie mensen en stond geregeld 'doods'angsten uit. Maar haar levenslust bleek sterker te zijn: *"Ik merkte dat ik kan doen waar ik zin in heb. En al vind ik het niets: dan heb ik het wel gedaan."*

Van het mbo ging Nienke naar haar huidige hbo-opleiding Creative Writing in Arnhem. Hier voelt ze zich als een vis in het water en werkt ze aan een nieuwe hack: haar uitstelgedrag. Ze woont op zichzelf en heeft prettige mensen om zich heen. *"Ik weet wie ik ben en voel dat m'n basis goed zit. Ik ben een open boek geworden. Waar ik vroeger in gezelschap of bij innerlijke pijn mijn mond stijf dichthield, praat ik nu. Bij de eerste signalen van mogelijke somberheid neem ik even gas terug en bel ik mijn moeder of beste vriendin om te delen wat er speelt."*

WAARDEVOLLE ONTMOETING MET GENEESKUNDESTUDENTEN

Voor de NJR heeft ze de afgelopen drie jaar al *"een hoop mooie dingen mogen doen"*. Ze leerde er hoe ze van haar ervaringen in de jeugd-ggz constructieve feedback kon maken. Laatst mocht zij tijdens een dag over suïcidaliteit voor geneeskundestudenten haar 16-jarige zelf spelen: er kwam een opstandig 16-jarig meisje bij de dokter: aan hem/haar de taak om te bepalen of zij een gevaar was voor zichzelf. De studenten kregen begeleiding van een psycholoog, die waar nodig wél raad wist met Nienkes standaardantwoord: *"Ik weet het niet, ik heb nergens last van. Ik zit hier omdat het moet van mijn moeder."*

REFLECTIE JONGERENREDACTIE

Ongelooflijk moedig hoe Nienke haar omme-zwaai heeft gemaakt. Hoe zij bij zichzelf is gaan voelen wat zij wilde, terug naar school ging en zichzelf wilde hacken. Wij zouden het niet gedurfd hebben, petje af.

Nienke geeft in haar verhaal een typisch voorbeeld van de meerwaarde van een ervaringsdeskundige. Wij denken dat geneeskundestudenten deze dag niet snel vergeten en hier hun hele loopbaan iets aan hebben. Ook tijdens deze dag heeft Nienke van haar kwetsbaarheid haar kracht gemaakt. Heel knap.

Nienke: *"Deze dag was waardevol voor de studenten, omdat ze nog weinig kennis hadden van dit onderwerp. Ze leerden dat deze problematiek een heel andere benadering vraagt. Iemand die een zeer been heeft, wijst dit graag aan, maar bij iemand zoals ik is dit niet het geval. Het heeft ook geen zin om gelijk te vragen: 'Ben jij suïcidaal?' Een gesprek over dit onderwerp heeft tijd nodig. 'Wat had jij toen willen horen?', vroegen ze me na afloop. 'Dat iemand de moeite had genomen om door te vragen en werkelijk te luisteren', antwoordde ik."*

"Deze dag was ook waardevol voor mijzelf, omdat ik ging terugkijken op die slechte jaren. Het maakte me trots om te zien waar ik nu sta. Uit iets zwaars kan ook iets moois voortkomen, zoals mijn werk voor de NJR. Hierdoor gaan er misschien dingen ten goede veranderen." Over nut gesproken.



TIPS VAN NIENKE

- 1)** Plaats jongeren niet buiten de maatschappij bij lichte of zelfs zwaardere problematiek. Laat hen iets doen, of het nu voor 1 uur per week is of voor 40 uur, net wat goed voelt voor de jongere. Iets waar ze enthousiast van worden of een beetje energie van krijgen. Iets voor een ander misschien.
- 2)** Kijk niet waarom iemand niet functioneert, maar kijk wat iemand nodig heeft om wel te kunnen functioneren.
- 3)** Wanneer je een ervaringsdeskundige inschakelt: praat met ons, niet over ons. In de praktijk moeten professionals hiervoor vaak een drempel over. Ze zien mij nog steeds als cliënt, als een kwetsbaar vogeltje. *"Vraag me juist alles", zeg ik dan. "Ik sta naast je en ben hier om mijn verhaal te delen. Ik heb ervaringen opgedaan waarvan ik heb geleerd."*

Denk jij aan zelfdoding of maak je je zorgen om iemand? Praten over zelfdoding helpt en kan anoniem via de chat op de site 113 of telefonisch via 113 of 0800 - 0113.

ONDERZOEKER CAROLIJN WERKT SAMEN_

met ervaringsdeskundige Kaylee

OP WELKE MANIER KAN ERVARINGSDESKUNDIGHEID STRUCTUREEL VAN TOEGEVOEGDE WAARDE ZIJN IN DE SPECIALISTISCHE JEUGDHULPVERLENING? HIER RICHT HET PROMOTIEONDERZOEK VAN CAROLIJN DE BEER ZICH OP. OOK ZIJZELF HEEFT VOOR ALLE ONDERDELEN VAN HAAR ONDERZOEK DE HULP INGEROEPEN VAN JONGE ERVARINGSDESKUNDIGEN. EEN VAN HEN IS KAYLEE. EEN DUBBELINTERVIEW OVER ONDER ANDERE DE (ON)MOGELIJKHEID TOT GELIJKWAARDIGE SAMENWERKING.



Carolijn de Beer

- ZIJ/HAAR • 28 jaar
- Promovenda bij LUMC/Curium
Centrum voor kinder- en jeugdpsychiatrie

Kaylee van Tilburg

- ZIJ/HAAR • 22 jaar
- 1e jaars studente Psychologie
- Actieve ervaringsdeskundige



- Carolijn



- Kaylee

*'KAYLEE DURFT KRITISCH MEE TE DENKEN:
'HOE GAAT DIT MENSEN HELPEN?'*

REFLECTIE JONGERENREDACTIE

Zo herkenbaar dat je je als ervaringsdeskundige minderwaardig kunt voelen. Dit horen we ook vaak terug van andere jongeren. Wij hopen dat hulpverleners zich hiervan bewust zijn en hierop inspelen. Aan de andere kant kun je in het verhaal juist mooi lezen hoe Kaylee hulpverleners en onderzoeker Carolijn ondersteunt. Dit springt eruit voor ons. En wij willen haar tip graag onderstrepen: betrek jongeren van het begin af aan bij (beleids)plannen!

Carolijn: "In 2020 is Curium gestart met de inzet van ervaringsdeskundigen. Sindsdien doen we onder andere actiegericht onderzoek om werkzame en belemmerende elementen op te halen en hiervan te leren. Ik werk veel samen met ervaringsdeskundigen Martin en Kaylee. Martin is aanwezig bij al mijn interviews en ik merk dat zijn puurheid voor grotere openheid zorgt bij zowel de jongere als mijzelf. Prachtig vind ik dat. Kaylee ontmoette ik op de High & Intensive Care-afdeling (HIC), waar zij wordt ingezet bij individuele behandelingen die zijn vastgelopen."

Kaylee: "Behandelaren gaven mij terug dat mijn ontmoetingen met jongeren effectief waren: 'Na afloop kijken jongeren anders naar de dingen dan ervoor. Jij biedt hun (h)erkenning, hoop en perspectief', hoorde ik. Deze ervaringen maakten dat ik graag wilde meedenken over de vraag hoe je ervaringsdeskundigheid kunt inpassen. Inmiddels ben ik lid van de projectgroep Ervaringsdeskundigheid binnen Curium en heb ik veel contact met Carolijn."

Carolijn: "Wat Kaylee mij vertelt, neem ik mee in mijn kwalitatieve onderzoek, zodat ik het verhaal achter de cijfers kan weergeven. Jongeren en zorg-professionals staan open voor haar input, zelfs wanneer dit confronterend kan zijn. Zo vormt zij een goede aanvulling op de professionele behandeling. Daarnaast durft Kaylee kritisch mee te denken over bepaalde interventies of onderzoeken: 'Hoe gaat dit mensen helpen?', zegt ze dan. Hiermee geeft ze een stem aan jongeren, die op dat moment niet goed voor zichzelf kunnen opkomen. Deze stem neem ik weer mee in het ontwerp van mijn onderzoek. Kaylee en Martin hebben mij verder erg geholpen door mee te lezen met de vraagstelling van de interviews: wordt hoe komen de vragen over op jongeren? Stellen we de juiste vragen? En welke antwoorden willen we ophalen in dit onderzoek? Dat is echt een voorbeeld waarbij de blik van een ervaringsdeskundige verfrissend is geweest."

HOE VERLOOPT DE SAMENWERKING TUSSEN ERVARINGSDESKUNDIGEN EN PROFESSIONALS?

Kaylee: "Vanaf het eerste moment dat ik bij Curium werkte, heb ik me gerespecteerd en erkend gevoeld. Wel keek ik erg op tegen sommige professionals, zoals mijn vroegere psychiater. Toen zij teruggaven mij te waarderen vanwege mijn competenties, viel dit steeds meer weg. Voor sommige oud-behandelaren is het even zoeken: eerst kende ik jou zus, en nu zo." "Waar ik tegenaan loop, is dat nog niet iedereen mij weet te vinden. 'Hoi, ik ben er ook nog', denk ik soms. Aan de andere kant geeft deze ruimte mij vrijheid en is dit fijn. Wat mij ook bezighoudt, is de onzekerheid over mijn positie. Binnen Curium zijn we hard bezig om de randvoorwaarden voor ervaringsdeskundigheid vast te leggen. Hierdoor is mijn plek binnen de organisatie voor mijzelf en anderen nog niet altijd duidelijk. Dit vind ik soms verwarrend. Wat me helpt, is dat ik sinds september voor acht uur per week in dienst ben. Tegelijkertijd realiseer ik me dat het gevoel van 'onderaan staan' meer iets over mij zegt dan over de situatie. Hier heb ik in mijzelf nog werk te doen."

Carolijn: "Over het algemeen zijn professionals en ervaringsdeskundigen enthousiast over de samenwerking, al bestaat er een zeker spanningsveld. De professional is soms terughoudend naar de ervaringsdeskundige toe, omdat hij bang is dat hij of zij een terugval krijgt. De neiging kan bestaan om te gaan zorgen voor, wat weer betuttelend kan overkomen. Iets anders dat tot spanning kan leiden, is een mogelijke 'redder-in-nood-houding' van de ervaringsdeskundige die het bewust of onbewust beter denkt te weten dan de zorgprofessionals."

KAN DE VERHOUDING VOLGENS JOU GELIJKWAARDIG WORDEN, CAROLIJN?

"De wens bestaat om hiernaar toe te groeien. Ik spreek liever over evenwaardigheid. Mijn baas staat ook boven mij. Wij zijn wel evenwaardig, maar niet gelijkwaardig, waarbij we respect hebben voor elkaars visie en naar elkaar luisteren."



TIPS VAN CAROLIJN:

1) Geef een ervaringsdeskundige de ruimte om zich verder te ontwikkelen. Zo kun je iets teruggeven. Als onderzoeker krijg ik ook allerlei trainingen aangeboden. Aan een cursus gesprekstechnieken bijvoorbeeld heb je ook later iets, wanneer je geen ervaringsdeskundige meer bent.

2) Zet de ervaringsdeskundige tijdens alle fasen van een plan in: dus streep niet alleen een vinkje af als je een ervaringsdeskundige uitnodigt op je congres, maar betrek hen al bij het voorbereiden van het congres, of onderzoek. Dit zorgt voor een creatieve en vernieuwende manier van werken.

TIP VAN KAYLEE:

1) Benut het perspectief van de ervaringsdeskundige, juist ook als dit afwijkt van het jouwe. Het kan nuttig zijn je eigen bias los te laten en te kijken waar het je brengt. Je wordt als onderzoeker of professional omringd door mensen die door dezelfde theoretische bril kijken. Juist wat afwijkt, is interessant.



ERVARINGSDESKUNDIGE_

Carlijn Mol

• ZIJ/HAAR • 26 jaar

CARLIJN MOL IS DE EERSTE ERVARINGSDESKUNDIGE DIE MEEDRAAIT IN HET HIC-TEAM: 'WE ZIJN ECHTE COLLEGA'S, AL HEBBEN WE EEN ANDERE ACHTERGROND'

Wanneer het interview op haar werk op de High Intensive Care bij het UMCU komt, regent het plots woorden: "Ik ben inderdaad heel enthousiast, al is het natuurlijk een heftige afdeling. Jongeren op deze afdeling hebben vaak complexe problematiek". Sinds 1 januari 2022 is Carlijn Mol (26) als ervaringsdeskundige in dienst op de afdeling waar zij negen jaar eerder zelf opgenomen is geweest.

"Op de eerste dag vond ik het even gek. Had ik gewoon de sleutel op zak van die deur waar ik altijd doorheen wilde lopen en niet mocht. Toch wende het snel. Vroegere behandelaren kwam ik niet tegen, wel moest ik mijn eigen functie ontdekken. Ik ben de eerste ervaringsdeskundige die meedraait in het team. Eerder kwam er af en toe een ervaringsdeskundige

langs met wie je een afspraak kon inplannen, net als in mijn tijd als patiënt. Geen dag is hetzelfde, vooraf weet ik niet of er nieuwe jongeren zullen binnenkomen of dat er anderen ontslagen zijn, en daar 'ga ik goed op'. Het mooie is: ik ben er gewoon, 24 uur per week. Moeilijke momenten kun je niet plannen. Als ik zie dat een jongere het moeilijk heeft, dan stap ik erop af. Het meeste werk ik samen met de verpleegkundige en de sociotherapeute. We sparren veel en brengen hierbij onze eigen (theoretische) kennis en perspectieven in. Doordat we onze kwaliteiten op een goede manier kunnen samenvoegen, niet vervangen hè, kunnen we elkaar aanvullen en versterken."

'WAAROM
MAG HET NIET
GEWOON FF
HELEMAAL
RUK GAAN?'



- Carlijn

WAT KAN DE JONGERE HELPEN?

"Ik ben altijd aan het ontdekken: wat kan de jongere helpen? Want geen mens of jongere is hetzelfde, dat maakt de psychiatrie ook zo moeilijk. Soms gebruik ik humor, soms houd ik de ander een spiegel voor. Waar nodig zal ik grenzen stellen, daar ben ik niet bang voor. Ik luister. Om perspectief te geven, deel ik soms mijn verhaal, of dat van anderen. Verder gebruik ik mijn eigen creativiteit, zoals dansen, zingen en spelletjes om met de jongere in gesprek te komen. Wat in onze maatschappij erg leeft, is het idee dat je je goed moet voelen. 'Hoe gaat het met je?', is snel gevraagd, maar is de ander geïnteresseerd in het antwoord? Meestal niet. Dit is iets dat veel jongeren zo ervaren en waar we vaak over praten. En als iemand vertelt dat het slecht gaat, zijn we geneigd om in een oplossing te schieten. Maar waarom mag het niet gewoon ff helemaal ruk gaan? Van mij mag dat gevoel bestaan, landen. '#FFHelemaalRuk', heb ik dan ook op mijn arm getatoeëerd. 'En morgen is het rotgevoel er waarschijnlijk nog steeds', zeg ik geregeld tegen een jongere. Omdat ik me in de situatie herken, kan ik er makkelijk over in gesprek gaan. Ik kan de jongere de hand reiken, naast hem staan en een beetje coachen. Natuurlijk komt het moment waarop je gaat kijken hoe je bepaald gedrag kunt stoppen of hoe je iemand kunt helpen om door bepaalde dingen heen te komen. De bokswand die we bijvoorbeeld hebben, is ook een mooie manier voor hen om spanning kwijt te raken."

SERIEUS GENOMEN

"De behoefte om de psychiatrie te willen veranderen, heb ik niet. Van Frank Bonekamp van Stichting Socialrun leerde ik: 'Je kunt tegen stigma zijn of voor inclusie'. Het heeft meer effect als je vertelt wat je wél wilt. Van negativiteit krijg ik bovendien geen energie. In het team durf ik mijn mond open te doen en voel ik me serieus genomen. We zijn echte collega's, ook al hebben we een andere achtergrond. Ik heb geen opleiding Ervaringsdeskundigheid gedaan, wel heb ik jarenlange ervaring als kwartiermaker, als vertegenwoordiger van het cliëntperspectief, als maatje en in het lesgeven. Daarbij heb ik een heel aantal workshops gevolgd. Het voelt in balans zo. Ik ben sowieso tevreden met hoe mijn leven gaat. Naar geluk streef ik niet, want dat ga je nooit bereiken. Dan wil je altijd meer. Ik kijk ook niet ver vooruit, voor mij werkt dit."

REFLECTIE JONGERENREDACTIE

Bijzonder om het werk op de HIC te bekijken door de ogen van iemand die de HIC zelf heeft beleefd. Mooi om te zien dat Carlijn hiervoor heeft gekozen, zij weet immers écht wat de jongeren voelen en wat ze nodig hebben. De hashtag #FFHelemaalRuk past zo goed in het verhaal. Ook de schets van de maatschappij: 'Hoe gaat het met je?', zonder daadwerkelijke interesse is erg herkenbaar. Er wordt vaak niet geluisterd naar het antwoord. Gaat het goed dan is het goed, maar zo niet dan gaan we over op een ander onderwerp. Wij merken dit soms bij vrienden en op het werk ook. Je kunt net zo goed geen antwoord geven. Haar (overgenomen) motto: je kunt tegen stigma zijn of voor inclusie, is trouwens ook zo sterk! Je schiet veel meer op met inclusie, dit mag op meer plekken ingezien worden.



QUOTES COLLEGA'S CARLIJN

Onder het mom van: "Hoe mijn collega's werken met een ervaringsdeskundige ervaren? Ik app hen even, want ik kan niet namens hen praten:"

Collega 1: "De meerwaarde van ervaringsdeskundigen op de afdeling is de brug die zij kunnen slaan richting patiënten. Zij lijken makkelijker te kunnen praten, omdat er minder angst lijkt voor onbegrip. Gedeelde ervaringen kunnen een belangrijke basis vormen voor een professionele werkrelatie. Hierbij kan de ervaringsdeskundige de belevingswereld van de patiënt vertalen naar het team. En zo kunnen we de samenwerking met de patiënt (en diens) systeem optimaliseren."

Collega 2: "Patiënten voelen zich sneller veilig of op hun gemak vanwege het laagdrempelige contact en de andere ingang die zij hebben."

NJI-BESTUURDER ONTMOET- bestuurder in spé



Rutger
Hageraats

• HIJ/HEM • 61 jaar

Jasper
Nouws

• HIJ/HEM • 18 jaar

DE OPDRACHT VAN EEN JONGERENPANEL BIJ HET NJI

Het 2e NJi jongerenpanel startte in mei '22 en heeft twee hoofdtaken: een groepsopdracht en een individuele opdracht. Tijdens hun maandelijkse bijeenkomsten werken ze samen toe naar een concreet product, communicatiemiddel of activiteit over een onderwerp dat voor hen belangrijk is. Daarnaast werkt iedere jongere aan een individuele opdracht naar keuze. Jasper bijvoorbeeld gaat een stuk schrijven over een onderwerp dat in hoge mate zijn interesse heeft: Hoe kun je als jongere omgaan met polarisatie? Voor hun individuele opdracht worden de jongeren gekoppeld aan één van de projecten binnen het NJi. Ook krijgen zij begeleiding en inspirerende workshops om hen verder te helpen en daarnaast fungeren zij als 'interne vraagbaak' voor specifieke vragen van het NJi.



- Rutger



- Jasper

JONGERENPANELLID JASPER:
'RUTGER, NEMEN JULLIE ONS STANDPUNT SERIEUS?'

Op een zonnige herfstochtend gaan NJi-jongerenpanellid Jasper Nouws (18) en directielid van het Nederlands Jeugdinstituut Rutger Hageraats met elkaar in gesprek. Jasper, die een tussenjaar heeft en *"aangaat op debatteren"*, is inmiddels een bekend gezicht bij het NJi. *"Heb jij een vraag voor mij?"*, begint Rutger. Jasper valt meteen met de deur in huis: *"In 2020 ging het 1e NJi-jongerenpanel van start. Waarom heeft het zolang geduurd voordat jullie de stem van jongeren meenamen?"*

Rutger: *"Wat een briljante vraag. Wij waren hiermee best laat, relaties zoals ExpEx en de NJR spraken ons hier ook op aan. De laatste tien jaar is er weer meer serieus aandacht voor het idee dat je mét jongeren dient te praten in plaats van over hen. Wat voor het NJi ook meespeelde, is dat wij ons in eerste instantie richtten op professionals en beleidsmakers. Rond 2018 veranderden we van koers en begonnen we onze kennis ook beschikbaar te maken voor ouders en jongeren. De vraag ontstond: hoe bereik je hen? Hoe schrijf je deze kennis voor hen op? Mede door deze vragen besloten wij om een eerste jongerenpanel te vormen en hen te vragen om mee te denken. Zij vertelden ons: 'Die teksten zijn te lang; die te moeilijk; kan er meer beeldmateriaal komen...?' En zo begon het balletje te rollen."*

Het eerste NJi-jongerenpanel had als groepsopdracht om het NJi te adviseren over de inzet van een jongerenpanel. Op basis van dit advies is het huidige jongerenpanel opgezet.

Jasper: *"Ja, jullie gebruiken nog woorden als 'klikken' op de website. Dat is voor jongeren zo jaren '50. Laat maar, denk je dan. Als je wilt dat wij ons thuis voelen op de website, kun je beter woorden gebruiken die passen bij deze tijd, zoals 'snitchen' in plaats van klikken."* *"Als ik het over jongeren heb, dan bedoel ik trouwens een groep met wel honderden subculturen. Want dé jongere bestaat niet."*

Rutger: *"Daarom vinden wij het belangrijk om een brede vertegenwoordiging te hebben in ons panel. Voor ons is het leuk en goed om in onze organisatie andere gezichten te zien. Feit is dat hier voornamelijk academici werken, van wie 80% vrouw is. Dit leidt tot een bepaalde manier van met elkaar praten. Jullie doorbreken deze patronen door wie jullie zijn en hoe jullie denken. Onze trainees, die hier werkervaring opdoen, zorgen eveneens voor een frisse wind."*

Rutger: Voor jou heb ik ook een vraag, Jasper. Om ons heen zien we dat kennisinstituten ervaringsdeskundigen in dienst nemen. Hierover beraden wij ons nu. Wat zou jij adviseren? ➤

Jasper: "Ik ga deze vraag helemaal uitkleden. Ja, ik vind het belangrijk dat er een ervaringsdeskundige aan tafel zit en dat er vernieuwing komt. Maar tegelijkertijd vind ik dat er een houdbaarheidsdatum zit aan iemands ervaringsdeskundigheid. In een paar jaar tijd kan er veel veranderen."

Dus voor de korte termijn kan het goed zijn om een ervaringsdeskundige in dienst te nemen."

Rutger: "Dus jij zegt: tijdelijk kan het interessant zijn om een ervaringsdeskundige in dienst te nemen, maar na verloop van tijd verlies je de eigen ervaring."

Jasper: "Dat klopt, tenzij iemand parttime in dienst is van bijvoorbeeld jeugdzorg, en parttime als ervaringsdeskundige. Dan blijf je namelijk je ervaringen verversen."

Rutger: "Ik kan je volgen, maar aan de andere kant duurt het even voordat iemand een organisatie kent. Als je het vluchtig doet, laat je ervaringsdeskundigheid niet echt doordringen. Je hebt mensen nodig die op onverwachte momenten aansluiten en meepraten."

Jasper: "Zelf voelde ik een goede sfeer in het gebouw en vond ik snel aansluiting. Ik heb er geen moeite mee om kritisch te zijn. Dit werd ook letterlijk van me gevraagd: 'Zeg het ons als je iets ziet dat niet klopt.' Dit brengt mij op de volgende vraag: Als het jongerenpanel B zegt, waar het NJi A wilde zeggen, wat doen jullie daar dan mee? Nemen jullie ons standpunt serieus?"

Rutger: "Ik heb de indruk dat we jullie standpunten steeds serieuzer nemen, maar 't heeft tijd nodig. Alleen al het feit dat wij onze kennis ook voor jongeren toegankelijk maken, is soms nog wennen. En ondertussen bewegen we steeds meer naar jongeren toe. Door gesprekken met jongeren weten we bijvoorbeeld dat zij erg bezorgd zijn over het klimaat. Dit heeft invloed op hoe zij in het leven staan en daarom besteden wij nu veel aandacht aan dit onderwerp. Daarbij geven wij mede op jullie verzoek een boodschap van hoop mee: wat kun je zelf doen? En hoe neem je anderen hierin mee?" "Jullie inbreng leidt NJi-breed en bij mij persoonlijk tot groter bewustzijn. Jongeren maken dingen invoelbaar waardoor wij er weer anders over gaan denken, spreken en schrijven. Neem nu de prestatiedruk/examendruk die jongeren ervaren en waar ook het vorige jongerenpanel zich als onderwerp mee bezighield. Het kan toch niet waar zijn, dacht ik toen ik hun verhalen erover hoorde. Ik herinner me lummeltijd uit mijn jeugd, tijd om creatief te zijn, de leraar die aandacht voor je had."

Jasper: "Onze maatschappij en met name social media zijn erg gericht op succesvol zijn en dit legt veel druk op jongeren. Laatst hoorde ik de reactie van een buurman op het vmbo-advies van het buurmeisje: 'Wat erg voor je, maar we slaan ons er doorheen.' Ongelooflijk. Daarom vind ik het belangrijk om constant, constant, constant te benadrukken dat jongeren deze druk voelen."

Rutger: "Ik vind jouw vraag mooi en ben benieuwd: voelen jullie je als jongerenpanel serieus genomen?"

Jasper: "Op dit moment voelt dit wel zo, maar pas als ons hele jaar erop zit, kan ik er echt iets over zeggen."

REFLECTIE JONGERENREDACTIE

Wat een hoop haakjes geeft dit verhaal. Daar gaan we:

- 1) Wat vet dat Jasper in het NJi Jongerenpanel zit en dit met veel enthousiasme doet in zijn tussenjaar. Wij zijn erg benieuwd naar zijn tips over hoe om te gaan met polarisatie, wat onze maatschappij is enorm verdeeld op dit moment.
- 2) Over de houdbaarheidsdatum struikelen we even. Het zou niet goed zijn als een ervaringsdeskundige alleen maar blijft teruggrijpen op die ene periode of behandeling. Dit doen wij ook niet: natuurlijk begint het met je eigen ervaring: hoe ben ik van A naar B gekomen? Maar daarnaast zorg je ervoor dat je veel andere jongeren spreekt en krijg je hiermee collectieve ervaringskennis. En vergeet ook onze intervisie niet, waarin we kritisch naar onszelf kijken. Zo blijven we ons ontwikkelen.
- 3) Jongeren maken zich zorgen om de klimaatveranderingen: wat goed om uit te lichten dat onze inzet verder gaat dan alleen jeugdhulp of mentale gezondheid. Onze generatie is erg begaan met allerlei maatschappelijke thema's.
- 4) Worden we serieus genomen? Net als Jasper zeggen we nu voorzichtig 'ja'. Je merkt dat professionals op zoek zijn naar jongeren die hun mening willen geven. Het is gewoon zo dat voor elke verandering tijd nodig is.





BRAM GRANDIEK HOOPT DAT MET ZIJN MENING EN ERVARING. 'De situatie voor alle kinderen beter wordt'

Advies van het VN-Kinderrechtencomité in begrijpelijke taal

Eén keer in de vijf jaar legt de Nederlandse regering uit hoe het staat met de kinderrechten in ons land. Het VN-Kinderrechtencomité geeft hierop een reactie in de vorm van een rapport. Een groep jongeren zorgde er vervolgens voor dat deze reactie in voor hen begrijpelijke taal werd geschreven. Bram Grandiek (13) is een van deze 'vertalers'. Op 11-10-'22 nam staatssecretaris Maarten van Ooijen (VWS) dit boek in ontvangst.

**DE TIJD WAS KORT, DE AGENDA'S GEVULD: DAAROM EEN WHAT'S APP-INTERVIEW MET BRAM:
"SUPERLEUK OM TE DOEN."**

Hi Bram, goed dat ik je mag interviewen. Wat viel jou op aan de aanbevelingen?

Bram

Toen ik sommige las, dacht ik wel: waarom is dit niet vanzelfsprekend? Bijvoorbeeld 1 van de aanbevelingen ging over uithuisplaatsing en hoe slecht dit soms geregeld is, waardoor het kind dat uithuisgeplaatst wordt met een trauma achterblijft en dit misschien wel de rest van zijn/haar leven bij zich draagt. Dus hoop ik dat met dit soort aanbevelingen ook uiteindelijk echt inhoudelijk iets gaat veranderen

Waar komt jouw interesse in deze onderwerpen vandaan?

Bram

Ik wil zelf al vanaf dat ik nog heel jong was kinderarts worden, want dit lijkt mij een heel interessant vakgebied, dus de interesse voor zorg van kinderen heb ik al heel lang, maar ook ben ik een persoon die graag mijn mening uit over vele onderwerpen die mij bezighouden en die ik interessant vind.

En hoop ik ook dat door mijn meningen en ervaringen te uiten de situatie verbeterd kan worden voor alle kinderen

Waarom vind je het belangrijk dat elk kind de adviezen kan begrijpen?

Bram

Zodat alle kinderen, als ze willen, weten waar ze recht op hebben, want het is belangrijk dat bij onderwerpen die kinderen aangaan, er niet over maar met kinderen gepraat wordt

- Bram



- Kinderrechtencollectief

Is dat ook een van de aanbevelingen? Dat kinderen de gelegenheid moeten krijgen om mee te praten over onderwerpen die hen aangaan?

Bram

Dit is zeker een van de belangrijke onderwerpen dat kinderen mee kunnen/moeten doen aan de gesprekken in bijvoorbeeld de zorg

Hoe ging het 'vertalen' in z'n werk?

Bram

Nou de mensen van het Kinderrechtencollectief hadden al een eerste poging gedaan om het begrijpelijk te maken en dat lieten ze aan ons zien en vervolgens mochten wij onze op- en aanmerkingen delen en dit zo aanpassen. We zijn er meerdere maanden mee bezig geweest. En hebben deze toen het klaar was overhandigd

Vast een belevenis, Bram...

Bram

Wij gingen met een grote groep naar Den Haag en kregen eerst een rondleiding door de Tweede Kamer en na deze rondleiding gingen wij naar het ministerie van vws om met staatssecretaris Maarten van Ooijen te praten. Eerst een introductie, daarna een korte quiz, en toen een interview met de staatssecretaris. Daarna kwam het hoofdonderwerp: de kletsput, dit onderdeel mocht ik begeleiden. Hierin gingen wij met de staatssecretaris in gesprek over een aantal van de belangrijkste onderwerpen van de aanbevelingen, zoals armoede onder kinderen, passend onderwijs en mentaal welzijn. Na dit gesprek kwam de overhandiging van het kinderrechtencomité en het Unicef jongeren advies. Toen was deze superleuke en leerzame dag afgelopen.

Wat heb jij geleerd over kinderrechten dankzij dit project?

Bram

Ik heb nog meer geleerd over hoe ik mijn mening op een goede manier kan delen en onderbouwen, maar ook heb ik geleerd om een gesprek te begeleiden, want dit had ik nog nooit gedaan. Het grootste probleem was dat we maar een beperkte tijd hadden per vraagstuk, dus moest ik echt streng zijn op de tijd en dus soms mensen moest vertellen dat de tijd op was en dat ze dus moesten ophouden met praten

Klinkt goed zeg. En wat is je volgende project?

Bram

Ik zit nog steeds in de Landelijke Kinder Adviesraad en heb hier dus regelmatig een vergadering van. Verder ben ik vooral veel bezig met mijn sport (judo).

REFLECTIE JONGERENREDACTIE

Is Bram echt pas 13? Wow, hoe hij zich uitdrukt. Als hij de jeugd van de toekomst vertegenwoordigt, dan zit het wel goed. We hopen dat middelbare scholieren dankzij dit verhaal denken: ik wil ook meepraten. Wij stemmen over tien jaar op Bram!



ERVARINGSDESKUNDIGE

Noah van der Zande

• HIJ/HEM • 25 jaar

'JE MOET ER GEWOON VOOR IEMAND ZIJN'

Dit is Noah een ras-Amsterdammer. Hondenvriend. Ondernemend, open, kwetsbaar, zowel nieuwsgierig als 'vluchtgevaarlijk' oftewel vermijdend. Wordt snel getriggerd, maar is nu vastbesloten om te LEVEN en daarom hulpbehoevend: wanneer start nu die nieuwe behandeling? Hij heeft namelijk een missie als ervaringsdeskundige: *"Hoe mooi zou het zijn als er in de geestelijke gezondheidszorg meer aandacht komt voor de mens in plaats van voor diagnoses en regels? Als we professionele afstand inwisselen voor professionele nabijheid?"*

En vergeet ook zijn tweede missie niet: ervaringsdeskundigheid laagdrempeliger maken. *"Ook mbo'ers of mensen die een training tot ervaringsdeskundige hebben gedaan, kunnen goede ondersteuners zijn."*

Zelf is Noah geen vervolgopleiding gaan doen na zijn middelbare school, door psychische problemen.

De korte versie: *"Ik heb 13 jaar in een schijfshow geleefd, waarin ik van diagnose naar diagnose ging, van behandeling naar behandeling en van kliniek naar kliniek."* Waarvoor? Autisme, dwang, depressie, dysforie en ook verslaving. Op 19 september 2022 keerde hij terug van een klinische behandeling uit Spanje met als doel de behandeling in Nederland voort te zetten. Hij stuitte helaas op wachtlijsten. Maar daar, op het vliegveld, twee dagen verwijderd van een familievakantie, nam hij zich heilig voor: ik kies nu voor het leven. En hij beloofde zichzelf om tot de vakantie geen middelen te gebruiken. En daarna: om in de vakantie niets te gebruiken. En vervolgens om tot zijn behandeling niets te gebruiken. In die fase zit hij nog steeds. Een echte startdatum zou hem meer houvast bieden, maar die kan de behandelaar helaas niet geven. In januari hoopt hij met de mbo-opleiding tot ervaringsdeskundige te beginnen.

'STEEDS KRIJG IK TERUG
DAT MIJN INBRENG
WAARDEVOL IS.
DIT GEEFT ZO'N
BOOST AAN MIJN
ZELFVERTROUWEN'

- Noah



EXPERIENCED EXPERT

Stilgezeten heeft hij de afgelopen jaren bepaald niet. In 2019 volgde hij de 12-weekse training tot ervaringsdeskundige bij ExpEx en sindsdien zet hij zich in als adviseur voor instellingen en overheden. Zo werkt hij op dit moment als ambassadeur van Levvel in Amsterdam. Samen met andere jongeren geeft hij vanuit die rol hulpverleners feedback over oude en nieuwe projecten voor jongeren die een verschil kunnen maken. Daarnaast werkt hij met jongeren op een kleinschalige woongroep en onderzoekt hij mede projecten in de jeugdzorg.

Recent mocht hij advies geven aan hulpverleners tijdens de nascholingscursus Autismespectrumstoornissen: diagnostiek en behandeling. Een vraag aan hem luidde: *"Welk advies heb je voor ons?"* Zijn antwoord: *"Vermijd de vraag: hoe gaat het met je? Daar kan ik namelijk helemaal niets mee."* Als feedback kreeg hij dat zijn ervaringsverhaal een eye-opener was. *"Mijn verhaal liet zien dat het een valkuil is om alles onder het kopje autisme te willen stoppen. Soms komt je 'anders-zijn' door andere dingen. Ik heb van jongs af aan gevoeld dat ik in een verkeerd lichaam ben geboren. Maar door alles op te hangen aan mijn autisme, vond ik niet alle taal voor mijn anders zijn!"*

Zijn bijdrage als ervaringsdeskundige hoeft niet veel om het lijf te hebben: *"Soms doe ik een spelletje met een jongere. Je moet er gewoon voor iemand zijn. De jongeren weten dat ik niet snel iets raar vind, en dat mijn leven ook niet perfect is. Dit maakt het voor hen makkelijker én fijn om iets met mij te delen. Met een hulpverlener ontstaat er een andere dynamiek. Als cliënt voel je vooraf al spanning, want 'ik moet dit en dat vertellen in de 45 minuten die hij/zij voor mij heeft'"*

EEN BOOST AAN ZELFVERTROUWEN EN ENERGIE

het hoeft dus helemaal niet zo moeilijk: er zijn, samen iets doen, luisteren naar de ander. Verder moet je natuurlijk weten waar je eigen valkuilen en triggers liggen. Daarom vindt hij: *"Maak de inzet van ervaringsdeskundigen laagdrempeliger. Vaak wordt er bij stages of betaalde functies gevraagd om minimaal een hbo-opleiding. Hoe mooi zou het zijn als ook mbo'ers hiervoor in aanmerking komen? En dat hierdoor meteen de personeelstekorten in de zorg kleiner worden? Want ook als mbo'er kun je een waardevolle bijdrage leveren."* Wat zijn werk als ervaringsdeskundige hem geeft? *"Zelfvertrouwen. Steeds krijg ik terug dat mijn inbreng waardevol is. Dit geeft zo'n boost aan mijn zelfvertrouwen, waar ik vervolgens weer heel veel energie van krijg. De opdrachten vliegen me nu om de oren, en ik neem ze graag aan, omdat het ook een manier van coping voor mij is. Het voorkomt dat ik terugval."*

SHOUT OUT

"Ik wil nog een shout out doen naar Mannus die me enorm veel kansen geeft en in mij gelooft als ervaringsdeskundige. Dit betekent heel veel voor mij."

REFLECTIE JONGERENREDACTIE

Wat mooi en puur wat Noah vertelt. Hij kiest voor het leven, helpt jongeren en zet zijn ervaringen hiervoor in. Dat hij zelfvertrouwen krijgt van zijn werk als ervaringsdeskundige, geeft aan hoeveel passie hij heeft voor wat hij nu doet. Hij ziet zichzelf groeien en dat voel je door zijn verhaal heen.

LAAT JE INSPIREREN.

Lees, kijk en luister verder



LISTEN UP MAGAZINE

by Communicatie NJR - Flipsnack

www.flipsnack.com/listenupmagazine/listenupmagazine.html



MAGAZINE SAMEN:

hoe werken we samen met kinderen, jongeren en (pleeg)ouders | Levvel

www.levvel.nl/nieuws/magazine-samen-hoe-werken-we-samen-met-kinderen-jongeren-en-pleegouders



#PRAATMETMIJ

www.savethechildren.nl/praatmetmij

DESIGN THINKING EN JONGERENPARTICIPATIE: LESSONS LEARNED

DESIGN THINKING EN JONGERENPARTICIPATIE:

Lessons Learned – YoungXperts

<https://www.youngxperts.nl/2022/09/27/design-thinking-en-jongerenparticipatie>



ADVIES VAN HET VN KINDERRECHTENCOMITE

www.kinderrechten.nl/assets/2022/09/Advies-van-het-VN-Kinder-rechtencomite_webversie.pdf



JONGEREN OVER HET BELANG VAN JEUGDPARTICIPATIE

Nederlands Jeugdinstituut

<https://www.nji.nl/ervaringskennis/jongeren-over-het-belang-van-jeugdparticipatie>



SPEAKING FROM EXPERIENCE:
video's over ervaringskennis in de jeugd-ggz
Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie
kenniscentrum-kjp.nl/nieuws/speaking-from-experience-ervaringskennis



DE BIG 5 VOOR EEN STEVIGE BASIS
Stichting ExpEx
<https://www.expex.nl/de-big5-voor-een-stevige-basis/>



TABOEGBEELD | PODCAST OP SPOTIFY
open.spotify.com/show/3ZLttutxo21kne76vrlpLS



DE JEUGDDAG SESSIE | 7 NOVEMBER
<https://youtu.be/MtOf5Yth29w>



**NICKY WERKT ALS
ERVARINGSDESKUNDIGE IN DE GGZ**
np03fm.nl/nieuws/human/3a1955e6-6d80-4ed6-b5e2-be564d-1ba600/nicky-31-is-ervaringsdeskundige-in-de-ggz



**TATOEAGES GETEKEND
DOOR HET LEVEN**
getekenddoorhetleven.nl

ORGANISATIES. die actief jongeren betrekken



Experienced Experts (ExpEx) zijn getraind om hun ervaringskennis deskundig in te zetten. Wij werken graag gelijkwaardig samen voor een betere jeugdzorg.

JONGPIT

De plek voor en door jongeren met een chronische aandoening of beperking. JongPIT heeft als doel ervoor te zorgen dat jongeren volwaardig mee kunnen doen in een inclusieve maatschappij.



LOC is een netwerk van mensen die betrokken zijn bij de zorg. LOC ondersteunt circa 1.000 cliëntenraden, die 600.000 mensen vertegenwoordigen.



MIND Young is het platform over je MIND voor en door jongeren.

Generation Youthcare

Generation YouthCare is een netwerk voor en door jongeren met ervaring in de jeugdzorg.



NJR is de springplank van de nieuwe generatie. We jagen aan. Willen iets betekenen voor de wereld. Klein beginnen en groots worden.



Stichting Alexander is een landelijke organisatie voor jeugdparticipatie en participatief jeugdonderzoek.



YiP is een internationale NGO die kinderen en jongeren in conflict met de wet helpt positief bij te dragen aan de samenleving, door middel van creatieve en sportieve programma's voor persoonlijke ontwikkeling in gevangenschap en erna.



JONG doet mee!

JONG doet mee! is het platform van jongerenraden en jongeren die ervaring hebben in de jeugdhulp uit Haaglanden.



GARAGE 2020

In de JongerenGarage werken jonge mensen aan de toekomst van de Jeugdhulp. We draaien de Garage-manier van werken om, en zetten jongeren écht in de lead van het ontwerpproces.



JongWijs is een netwerk van jongeren tussen 14 en 25 jaar oud met ervaring in een pleeggezin of gezinshuis.



Het platform voor jongerenraden uit de jeugdhulp, dat als doel heeft met hun stem de jeugdhulp in Nederland te verbeteren.



SAMAH heeft als doel participatie van (voormalige) alleenstaande minderjarige asielzoekers in de leeftijd van 12-25 jaar te bevorderen en hun positie in Nederland te verbeteren.



Jongeren uit het hele land die allemaal hebben ervaren hoe het is om dak- of thuisloos te zijn.

INITIATIEVEN_

waar je terecht kunt



We nemen in ons werk de verantwoordelijkheid van de cliënten niet over.
We streven steeds naar maximale regie voor de jeugdigen, de gezinnen en hun netwerk. De stem van onze cliënten is belangrijk, omdat zij als geen ander weten waar het om draait bij de hulpverlening.



Je bent van harte welkom als het opgroeien of opvoeden (te) ingewikkeld wordt. Met onze jeugdhulp, opvoedondersteuning en speciaal onderwijs helpen we je graag verder.



Krijg je zorg van Pluryn? Dan kun je jouw mening geven over die zorg. Je kunt ook meepraten over besluiten. We noemen dat mede-zeggenschap.



Met GeestKracht werkt FNO aan een samenleving waarin elke jongvolwassene zichzelf kan zijn en krachtig kan (blijven) meedoen. GeestKracht is er voor én door jongvolwassenen.



Het Nji is het landelijke kenniscentrum dat kennis over opgroeien verzamelt, verrijkt, duidt, deelt, onder de aandacht brengt en helpt toe te passen. Met als doel bij te dragen aan een kansrijke jeugd voor ieder kind.



Het Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie zet zich in voor de beste jeugdhulp aan kinderen en jongeren met ernstige psychische problemen. De experts van het Kenniscentrum zijn behandelaars, onderzoekers, ouders en kinderen. Samen bundelen en vertalen zij betrouwbare kennis over de kinder- en jeugdpsychiatrie en maken deze praktisch toepasbaar.



Binnen Levvel zijn kinderen, jongeren en (pleeg)ouders altijd welkom om hun ervaring te delen en samen te werken. We doen ons best om voor iedereen een vorm te vinden die bij hen past, en om wat zij met ons delen te gebruiken om onze zorg te verbeteren.

COLOFON_

NOVEMBER 2022, NJR

VER_haal magazine
is een uitgave van het NJi,
de NJR, ExpEx
en Kenniscentrum
Kinder- en Jeugdpsychiatrie

MET SPECIALE DANK AAN

Alle geïnterviewden, schrijvers en de jongerenredactie bestaande uit
Mylène Ijpema (ervaringsdeskundige, ExpEx),
Noah van der Zande (ervaringsdeskundige, ExpEx)
Nikki Walterbos (lid van het NJi Jongerenpanel)

LISTEN UP MAGAZINE

Nikki Udo (Nederlands Jeugdinstituut)
Martijn Drost (Nederlands Jeugdinstituut)
Charlotte van 't Spijker (Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie)
Nina Ruijfkroon (Nationale Jeugdraad)
Mannus Boote (ExpEx)

INTERVIEWS

Korine van Veldhuijsen

EINDREDACTIE

Korine van Veldhuijsen

VORMGEVING

Silke Uitewaal (Studio Bold by NJR)

FOTOGRAFIE

Studio bold by NJR

REFLECTIE JONGERENREDACTIE

NB: Wij zijn er heel erg trots op dat er vanuit alle hoeken van het land jongeren zijn die wilden meewerken aan dit magazine. Het laat zien hoe mooi en belangrijk jongerenparticipatie is en hoe dit werkt in de praktijk. Wij hopen dat dit magazine organisaties, gemeenten, instellingen aanmoedigt om jongeren en ervaringsdeskundigen in te zetten en van hun waardevolle bijdrage gebruik te maken. Want dit is goed voor alles en iedereen.

SHOUT OUT

Dit magazine smaakt naar meer. Kan er volgend jaar weer zo'n interessant en inspirerend magazine gemaakt worden?



- Nikki



- Mylène
en Dusha



- Noah