HOOFDSTUK 6

10 DINGEN DIE ZE JE NIET LEREN ALS JE HOOPVERLENER WILT WORDEN (1)

Nr. 1: Verwacht geen onvoorwaardelijk positieve houding.

Als je stage gaat lopen, op een afdeling gaat werken, in een beschermde woonvorm gaat werken, in de maatschappelijke opvang gaat werken, in de GGZ gaat werken: verwacht dat er mensen rondlopen die niets nieuws willen leren. Dat er mensen werken die 'alles bij het oude willen houden'. Die er geen prijs opstellen dat jij, die 'net komt kijken', met een weliswaar objectieve levenshouding, die wellicht al meer kennis tot zijn beschikking heeft, die vol met energie zit om zaken ten positieve te keren, daar ruchtbaarheid aan gaat geven.

Het geeft geen pas die mensen te veroordelen, want ze zitten net als hun cliënten 'gevangen' in een systeem waarvan ze, net als de cliënten, de uitgang niet meer kunnen vinden. Ook zij doen hun werk over het algemeen met het hart. Ze zijn niet op de wereld gekomen om het leven van hun medemens zuur te maken. Ze zijn alleen 'de weg kwijt'.

Hoe kun je die mensen herkennen?

*In een overdracht valt in de eerste 10 zinnen 5 keer het woord 'MOETEN'. *Ze hangen onderuit in hun stoel en maken geen aanstalten jou bij binnenkomst te begroeten en daarvoor op te staan.
*Bij alles wat je zegt bedienen ze jou 10 van de 10 keer met een 'JA-MAAR'-antwoord. *Ze laten je 9 van de 10 keer niet uitpraten. *Ze grijpen incidenten vaak aan om het gedrag van alle cliënten over 10 kammen te scheren. *In de eerste 10 dagen van jouw dienstverband wordt je daarvoor een keer apart genomen. Opdat je begrijpt hoe moeilijk de omstandigheden zijn waarin jij jouw werk moet doen. *Bij het introduceren van een nieuwe vorm van begeleiding, behandeling en/of communicatie wordt je uitgelegd dat ze dat al 10 jaren doen. *Op de vraag waarom de ijskast na het diner met een hangslot afgesloten wordt, hebben ze geen pasklaar antwoord, anders dan dat er een ongerede angst ontstaat dat de cliënten die ijskast gaan plunderen. *Een schriftelijke overdracht die altijd begint met de gevleugelde woorden: "Cle. zei…… en was rustig aanwezig".

*Collegae die het hoofd afwenden en zuchten als je iets wat jij wilt veranderen ter sprake brengt. *Als teamleden het grootste deel van hun dienst in de teamkamer achter een computer doorbrengen. *Als koffievlekken op tafels en vloeren niet meer schoongemaakt worden. *Wanneer teamleden vanuit hun stoel roepen dat ze 'in overdracht' zitten als een cliënt op de deur klopt en een vraag heeft. *Wanneer mensen vertellen dat ze het zullen 'proberen'. *Proberen bestaat niet. Je doet iets of je doet het niet. *Als je na je dienst met het gevoel naar huis gaat dat je morgen niet terug wilt gaan. *Hulpverleners die al het werk (tafels dekken, afruimen, de afwas doen, ruimtes schoonhouden) laten liggen, in de hoop dat cliënten dat zelf oppakken. Zonder 'liefde' vaart niemand wel. Als er geen liefde is, dan dooft het licht in de ogen van mensen uit. *Als je geen 'sparkles' ziet in de ogen van medewerkers en cliënten.

Hoe houd jij je 'geestelijke hygiëne' en motivatie op peil?

*Zoek naar medewerkers en cliënten die verandering willen. *Sluit je daarbij aan.
*Lees vakliteratuur.
*Zorg dat je qua kennis iedereen 10 stappen voor blijft. *Ga op reis. Doe werkbezoeken.
*Voer moedige gesprekken.
*'Zaag mensen niet bij de knieën af".
*Prijs ze de Hemel in voor wat ze doen. Dat voelt vreemd. Maar, het heeft veel meer effect.

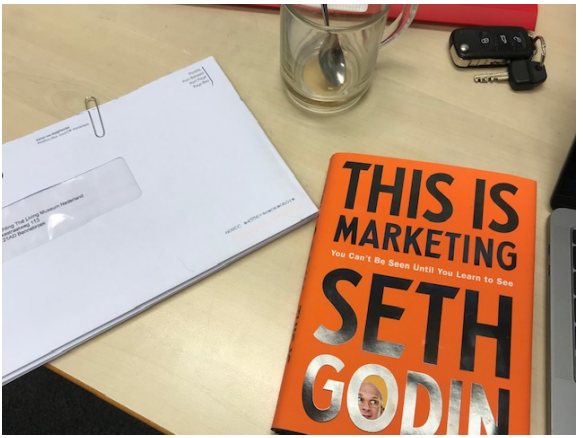
*Introduceer ervaringsdeskundigen en vrijwilligers in die teams. Iedere instelling beschikt tegenwoordig over een Herstel Academie. Leg contact met die mensen en nodig ze uit.
*Nodig mensen van buiten, die niks met die instelling van doen hebben, een dagje uit om 'mee te kijken'.
*Maak leuke uitstapjes met cliënten. Ga de deur uit. Haal mensen uit hun zogenaamd beschermde omgeving. Het leven speelt zich buiten de deur af.
*Blijf geloven in een Wereld die Werkt voor Iedereen.
*Herstel, voor iedereen, is mogelijk.
*Leg mensen liefdevol uit dat je liever niet meewerkt aan regels die mensen in hun vrijheid tot het maken van keuzes beperken.
*Voorzie die voorziening van empowerende teksten en foto's. 'Where Hope greets you at the door and Recovery is the expectation.

*Mensen en dus ook jij en ik, zijn behoudend. *Bedenk activiteiten waarmee je jezelf en anderen uit hun routines haalt. *Zet de TV uit. *Speel een spel. *Luister naar cliënten, 100%. Neem daar de tijd voor. Zij zijn jouw baken in een nieuw, verwarrend dienstverband. *Verwijder koffievlekken op tafels en vloeren, ook al betekent dat dat je dat elk uur van de dag moet doen. Motiveer cliënten om je daarbij te helpen. Geef nimmer aflatend het goede voorbeeld. Een schoon huis, is een 'schoon hoofd'. *Schrijf jouw overdracht alsof je een column schrijft over een bijzondere gebeurtenis en/of ontmoeting. *Introduceer Kunst aan de muur in plaats van Regels.

*Maak een 'healing environment' van jouw werkplek. *Heb plezier in je werk en de mensen om je heen. Je hebt het mooiste vak van de wereld gekozen. *Niemand is geboren met de opdracht om een ander het leven zuur te maken. *Scan een ruimte op stigmatiserende bordjes. Verleid de teamleider om ze te mogen verwijderen. Hang er Kunst voor in de plaats. *Gebruik in plaats van het woord 'MOET', 'het helpt als'. *Laat dat je houding zijn bij elk gesprek wat je voert. *'Ouders van' hebben altijd gelijk. *Dan wordt elk gesprek hopelijk een piece of cake. Niet per se makkelijk, maar wel betekenisvol. *Provide in a loving and caring attitude. Dan gaan mensen gewoon doen waarop je al zo lang hoopte. Dus ook samen een maaltijd-ritueel volgen. Niemand is geboren om alleen te zijn. We zijn hier allemaal met een reden. Niemand kan ontsnappen aan dit Leven. We gaan allemaal een keer dood. *Grijp je kansen. Better make it Good!

Het zijn iets meer dan *10 Dingen Die Ze Je Niet Leren Als Je Hoopverlener Wilt Worden*, geworden. Succes!

10 DINGEN DIE ZE JE NIET LEREN ALS JE HOOPVERLENER WILT WORDEN (2)



“HET IS EVEN WENNEN. Sinds mijn ontslag op 1 januari werk ik zelfstandig en dat is echt anders. Ik voel me een naaktslak, een schildpad zonder schild. Ik ben zowel mijn huis als mijn ‘pantser’ kwijt, het blazoen van een organisatie waardoor ik houvast, rugdekking en bescherming vond. Een vaste en geregelde baan met een duidelijke opdracht en taakomschrijving, waar de hazen in de pas lopen en de olifantenpaadjes vertrouwd zijn. Een eigen bureau, vriendelijke collega’s, dagelijkse routines en elke maand een vast salaris op de bankrekening. Dat went gemakkelijk, en gemakzucht ligt op de loer; Ik had eerder ontslag moeten nemen. Het is even wennen zonder schild en tegelijkertijd spannend bevrijdend: ik ontdek een nieuwe energie!
WANNEER VOELDE JIJ EEN NAAKTSLAK? Maandag sta ik weer vroeg op voor ‘IedereDag nieuwe kansen’. De lente komt er aan. Ik ruik de bloemen al en hoor vroege vogels in onze tuin. Het is tijd voor iets nieuws.” (Folkert Helmus, LinkedIn, februari 2019)

Aldus een ‘post’ van Folkert op LinkedIn

Een eerlijke en oprechte weergave over hoe het voelt om ‘loonslaaf” te zijn: jezelf aan die status te ontworstelen en jezelf opnieuw uit te vinden.
In 2009 maakte ik zelf de stap om mijn baan en zekerheid op te geven (€3200 netto per maand en de status van Hoofd van een aantal teams), en op eigen benen te staan.

Voelde ik de Lente in mijn hoofd gloren?

Niet echt. Ik viel ten prooi aan de gedachte dat ik niets meer kon, zelfs niet na 30 jaar noeste arbeid in de GGZ en de opleidingen die ik succesvol afgerond had. In die 30 jaren ben ik vele malen van mijn geloof gevallen. Over hoe het ook anders kon. Ik was best gelukkig. Evenwel. Gevoelens van ongeluk teisterden ook mijn hoofd. Ongeluk over het je moeten conformeren aan de immer welig tierende bureaucratie, working from 9 to 5 every single day, over het feit dat ik de slechtste manager ooit was, over mokkende teamleden, over het denken in onmogelijkheden, over productiecijfers, over water naar de zee dragen, sprekend over succesvolle methodieken die de nek omgedraaid werden, omdat weer een nieuwe directeur er zijn licht over liet schijnen, over de tussenpausen , de nieuwe Bestuurders die na twee jaar verwarring zaaien weer vertrokken, op weg naar een nieuwe de Balkenende Norm Overstijgende Uitdaging.

Duidt u mij niet euvel

Ik ben er die Bestuurders, Mentrum en Arkin dankbaar voor. Voor die mooie jaren. Het heeft mij ook gemaakt tot wie ik nu ben. Ik schrijf u dit niet uit utter cynicism. Die beloning gun ik iedereen. De verhoudingen zijn slechts zoek. Ik had 30 jaar de mooiste baan van Nederland.

Het Rehabteam voor dak- en thuisloze mensen met complexe problematiek was een ondernemende unit in een bestel van teams die bevolkt werden door mensen met het hart op de goede plek. Het was het Systeem en Rokus Loopik die aan revisie toe waren.

Ik moest mijzelf opnieuw uitvinden

Net als mensen die een eerste psychose doormaken, zo hebben een aantal van hen mij verteld. Die wisten dat het leven wat ze hadden voor de psychose nooit meer terug zou komen. Er was zelfs grote tevredenheid over hun nieuwe leven. Zij wisten dat ze een nieuwe balans moesten vinden. Net als mensen die hun baan opzeggen en elke nieuwe dag hun meerwaarde voor de samenleving mogen bewijzen.

En dan val je ten prooi aan een low self esteem

Het helpt dan als je niet bij de pakken neer gaat zitten en jezelf elke nieuwe dag bij elkaar raapt en gaat bedenken wat die meerwaarde is. Waar ben ik goed in? Wie zou mij willen inhuren voor een opdracht? En als ze dat dan willen, wat kan ik qua beloning voor die opdracht vragen? Als die opdracht niet oplevert wat mensen er van verwacht hadden, wie mag ik daar dan voor verantwoordelijk stellen? Mijzelf? De ander? Acquisitie doen, hoe doe ik dat? Welke naam kies ik voor mijn onderneming? Hoe leg ik in 1 regel uit waar ik voor sta? Wat is mijn missie? Wat is mijn visie? Voor wie wil ik werken? Voor wie niet? Betaal ik de belasting vooruit?

Of aan het einde van het jaar? Reken ik BTW? Doe ik mijn eigen boekhouding? Of laat ik dat voor mij doen? Wat wil ik verdienen? Hoeveel heb ik nodig? Hoeveel heeft mijn gezin nodig? Hoe houd ik mijn geestelijke hygiëne op peil? Wie kan ik daarvoor consulteren? Wat kan ik doen om ervoor te zorgen dat ik niet op een eilandje kom te zitten? En toch voeling hou met de buitenwereld? Met wie werk ik samen en met wie niet? Welke vragen en verzoeken pak ik op? Welke vragen en verzoeken niet? Hoe vind ik een balans tussen betaalde- en onbetaalde opdrachten?

10 Dingen Die Ze Je Niet Leren Over Een Ondernemende Houding als je Hoopverlener wilt worden. (3)

Tips and Tricks. Ook als je in loondienst bent. Daar is niks mis mee. Ik was het ook bijna 30 jaar.

1. **Denk na over de naam van jouw bedrijf of je team.** Geef het bijvoorbeeld je eigen naam. Bedenk een outrageous name voor je team. Zorg dat die naam een 'brand', een merk wordt, zodat mensen bij het horen van die naam meteen weten wat ze er voor in return krijgen. **Schrijf je in bij de Kamer van Koophandel.** Dat kost je pakweg €50. Zodra je jouw eenmanszaak hebt, ga je anders denken.

2. Denk in uitdagingen. In mogelijkheden. Je moet wel. Waarom ben je dat bedrijf immers begonnen?! Waar wacht je op?

3. **Denk na over jouw missie en visie.**
Where Hope greets you at the door and Recovery is t he Expectation. Het mission statement van de organisatie PEOPle Inc. in Poughkeepsie, New York State. Veel duidelijker kun je het niet zeggen. **Meedoen is Winnen!** Het Statement van Frank Bonekamp en zijn Socialrun. **Durf te Dromen.** Het statement van Astare. Een onderneming zonder duidelijke missie en visie is stuurloos. Niemand weet welke richting er gekozen kan worden. Als je jouw missie 'breed' wilt houden, gebruik dan de volgende: Het bewerkstelligen van creatieve- en innovatieve processen en projecten in de GGZ. Daar kun je alle kanten mee op.

4. **Denk na over hoe jij je eigen salaris** kunt terugverdienen binnen je loondienstverband. Wat is jouw meerwaarde voor dat bedrijf? Verdien meer dan je aan salaris betaald krijgt (werk harder dan ieder ander) en verdien daarmee de lof van je team, je leidinggevende en dus wisselgeld. Wisselgeld om soms met een uitzinnig, nieuw idee aan zijn bureau aan te schuiven.

5. **Als je dan toch voor jezelf begint**, ga er van uit dat je met veel minder geld genoegen mag nemen. Daar is niks verkeerds aan. Verdien genoeg om rond te komen. Doe soms ook iets voor niets. Beloning komt vaak bij je terug in andere vormen dan geld. Jouw ongebreidelde inzet komt altijd bij je terug. Goedbeschouwd bestaat geld niet. We hebben dat middel bedacht om onze samenleving in goede banen te leiden. Dat is totaal mislukt. De verhoudingen zijn volledig zoek. 450 Texanen bezitten evenveel geld als de rest van Amerika. Wij gijzelen mensen in armoede. Geloof in een basis-inkomen, voor iedereen.

6. **Geloof in alternative currency.** De meeste mensen hebben het hart op de goede plek. Ze scheppen er genoegen in iets voor een ander te kunnen betekenen zonder daarvoor in geld beloond te worden en dat voor een wederdienst te doen. Iets waar jij en zij goed in zijn. Be Proud to be a Volunteer. Als je van een uitkering rond moet komen, wees er blij mee. Er zijn zeer goede redenen op te voeren waarom je die uitkering mag genieten. We leven in een gezegend land. We 'zorgen' voor mensen die het tempo van het leven van alledag en the rat race niet bij kunnen houden. Daarvoor hebben we dat systeem bedacht. You have time on your hands. Tijd om **Kunst** te maken. Tijd om jezelf als Vrijwilliger dienstbaar te maken.

7. **Zie het als alternative currency.** Ontwikkel jezelf en je talenten in de tijd die je daarvoor gegeven is. En als het tijd is, wordt sociaal ondernemer, in loondienst of zelfstandig. Dat is om het even. Zit niet bij de pakken neer. Niemand kan ontsnappen aan this thing called Life. We 'gaan' allemaal een keer. Better make it good.

8. **Doen is het Nieuwe Denken.** Bekijk deze video van the School of Life in Amsterdam. Dan weet je wat je te doen staat en dat niets is wat het lijkt. Stap uit jouw Matrix.

9. **Denk om.** Als mensen Beren op de Weg zien, dan zie jij mogelijkheden. Het zou kunnen zijn dat als je een project begint met louter vrijwilligers en dat op het herstel van een diagnose gericht is, dat mensen heel graag kond doen van wat ze allemaal meegemaakt hebben. Vraag dan liefdevol of ze dat niet willen doen. Merk op dat mensen je onderschat hebben. Dat jij, met je talent en kennis om mensen te helpen, in hun ogen hebt gelezen dat ze traumatische gebeurtenissen het hoofd hebben moeten bieden en welke offers ze daarvoor hebben moeten maken. Dat laat zich niet moeilijk raden. Dat ze niet opnieuw en voor de 1000 en eerste keer, aan weer een nieuw loket, hun verhaal moeten doen.

10. **Dat jij, omdat je Hoopverlener bent**, jouw onbedwingbare behoefte om mensen te helpen niet meer kunt beteugelen, als je hun levensverhaal gehoord hebt. Dat je vanaf dat moment met een ander perspectief naar die ander gaat kijken. En dat jullie relatie vanaf die dag verandert, niet meer gelijkwaardig is. Vraag of je met die ander over zijn/haar talenten mag spreken. Over de dromen die hij/zij koestert en over hoe je die dromen tot werkelijkheid kunt verheffen. Maak je eigen Matrix. Elke dag opnieuw. Bouw nieuwe overtuigingen op. Wat vandaag waar is morgen old school. Niets is wat het lijkt. Herstel is echt mogelijk. Jij en ik kunnen meer dan wij denken dat we kunnen. Denk om.

11. **Studeer, lees, oefen, herhaal, studeer, lees, oefen.** Kennis is macht. Nee, niet die macht: de macht om controle en beheersing uit te oefenen. De macht om al je kennis voor even in jouw achterhoofd te parkeren en je hart te laten spreken. Een zekere aanleg en/of intuïtie om mensen te helpen is niet voldoende. Kennis is belangrijk, net zoveel als het vermogen tot empathie. **Listen, Empathize, Acknowledge, Partner**. Zoek naar de balans. Laat problemen bij wie ze thuishoren, liefdevol. Dat is Vrijheid.

12. **Streef naar samenwerking.** Samen sta je sterker. Sluit je aan bij gelijkgestemden. Doe dat op gelijkwaardige basis. Dus loop- en neem dezelfde risico's als de ander. Denk ondernemend. En als je samen iets bedenkt, ga dat dan meteen in praktijk brengen. Doen is het nieuwe Denken. Smeek om een gebouw. Zet de deur open. Maak het zo mooi en stressvrij dat mensen geen aanleiding meer vinden om stressed out te zijn en overspannen verwachtingen te koesteren. Als jij de enige certified peer specialist in een team bent, verzoek dan om een gelijkgestemde collega. Een veelgehoorde klacht is dat ervaringsdeskundigen ondersneeuwen in de overmaat aan professionals in het team en dat eenzaamheid hen parten speelt. Sluit je aan bij ervaringsdeskundigen in andere teams. Sluit je aan bij de **Herstel Academie** binnen jouw instelling. Toets je ervaringen aan die van anderen. Als zelfstandig ondernemer kom je niet weg met slechts 1 opdrachtgever, als ik mij niet vergis MOET je per jaar minstens 5 verschillende opdrachtgevers op kunnen voeren. Dat samenwerken gaat dan vanzelf.

13. **It's time to do something else with marketing.** To make things better. To cause a change you'd like to see in the world. To grow your project, sure, but mostly to serve the people you care about. The answer to just about every question about work is really the question, "Who can you help?" (Seth Godin, 2018. This is Marketing. You Can't Be Seen Until You Learn to See.)

Met dank aan #FolkertHelmus, #Seth Godin, #deYucelMethode, #de Herstel Academie Haarlem, #Howie the Harp, #Rutger Bregman, #de Kamer van Koophandel, #Noppes, #BNNVARA, #Xavier Amador, #deBrouwerij, #Jules Tielens, #BijBram, #HarryGras, #FrankBonekamp, #Socialrun, #Astare en #Berthold Gunster.