

Waarover ga ik spreken:

1. Eerst waarom ik mij heb willen engageren als ex-cliënt.
2. Daarna de voorbereidingen van het Bezoekerscentrum (BZC).
3. Wat betekent gidsen in het BZC voor mij?

1. Waarom ik mij heb willen engageren als ex-cliënt.

Ik ben Griet Leysen, getrouwd en moeder van 4 jongvolwassen kinderen. In de zomer van 2012 ben ik met een zeer zware depressie opgenomen in het OPZ te Geel. In totaal ben ik daar 9 maanden begeleid. Eerst verbleef ik in de Open Opname, dan de op afdeling Angst & Depressie en daarna ging ik drie dagen per week naar de dagkliniek.

De **sleutel** voor mijn deelname aan vrijwilligerswerk in het OPZ, is de **positieve ervaring** die ik had bij alle hulp en inzet tijdens mijn periode van opname en later de dagkliniek. Ik had nooit gedacht dat het in de psychiatrische wereld zo (hartverwarmend) kon zijn!

Naast de positieve ervaringen van de opvang in het OPZ, heb ik hierbij **ook veel geleerd**. Ik heb inzichten gekregen in mijn eigen leven en in dat van andere gekwetste mensen.

Dit gaf mij het gevoel dat ik daar iets mee moest doen. Dat ik ook **iets voor anderen kon betekenen**. Dus nam ik na verloop van tijd

terug contact op met Katrien Rombouts, psychologe van de dagkliniek.

Ik had het grote geluk dat men op het OPZ van Geel volop bezig was met patiëntenparticipatie en ervaringsdeskundigheid.

Daarbij stond de uitwerking van het BZC juist in de startblokken.

2. De voorbereidingen van het BZC.

Wat de voorbereiding van het bezoekerscentrum betreft, zijn we ongeveer anderhalf jaar lang maandelijks samengekomen met onze werkgroep.

Het begon concreet met een denkdag in het najaar van 2013 voor allerlei genodigden. Naast mensen met banden in de psychiatrie waren er ook veel deelnemers vanuit de cultuur- en vrijetijdssector. Er werd vooral nagedacht over de mogelijkheden en verwachtingen omtrent een hedendaags aanbod van een bezoekerscentrum..

Wat hebben we allemaal gedaan met onze werkgroep:

- A. We bezochten twee psychiatrische musea in Nederland.
Hier konden we ideeën opdoen voor ons eigen BZC, en tegelijkertijd extra aandacht geven aan hoe de gids zich gedraagt en zijn info doorgeeft.

- B. We volgden de renovatie. We mochten meewerken aan plannen voor de inrichting van het BZC vanuit wat wij belangrijk vonden om de bezoekers aan te bieden.

- C. Het belangrijkste deel van onze voorbereiding was de manier waarop we de mensen zouden ontvangen, m.a.w. hoe gaan we

gidsen...en wat willen we beklemtonen?

We kregen 6 opleidingsmomenten tot gids door een zeer competente dame Janien Prummel. We behandelden thema's als hoe spreek je tegen het publiek, welke plaats neem je in in de groep, welke timing gebruik je om de interesse van de mensen te kunnen behouden?

Hoe onthaal je een groep mensen en hoe stel je het BZC concreet voor bij het begin van een rondleiding?

Hoe en wanneer leg je de link met je eigen ervaringen in de psychiatrie? Hoe ver wil je gaan met je verhaal?

D. Ondertussen is ons bezoekerscentrum op 8 mei 2015 officieel geopend.

3. Wat betekent gidsen in het BZC voor mij?

Als ik gids ben, vertel ik meestal wat ik op dat moment wil delen. Of ik vertel wat ik denk dat een boodschap kan zijn voor de bezoekers. We hebben geleerd dat we zelf de regisseur zijn van ons eigen verhaal, in die zin proberen we ons comfort te behouden bij wat we juist willen vertellen en aan wie.

Voor mij persoonlijk is het nog steeds spannend als ik enkele bezoekers herken, omdat ik al heel mijn leven in Geel woon.

Dan probeer ik er te stààn, zonder schroom voor wat ik heb doorgemaakt en dat ik opgenomen ben geweest. In Geel heerst er toch nog een serieus taboe rond de psychiatrie.

De bezoekers zijn meestal heel dankbaar en nemen je soms zelf in vertrouwen tijdens de verdere gidsbeurt of op het koffiemoment nadien.

Ik voel dat de gesprekken in het bezoekerscentrum helend zijn voor mij. Mensen voelen zich geraakt en zijn meteen ook zeer respectvol naar mij toe. Het feit dat je weet dat deze ontmoeting hen op een andere manier laat kijken naar mensen met een psychische kwetsbaarheid, maakt mij gelukkig. En dat geeft mij telkens weer de energie om er voor te gaan.

Ik geef graag het woord door aan Kristof.