

In gesprek met Maarten

Kun je wat over jezelf vertellen?

Ik ben Maarten, 37 jaar en kom uit De Bilt. Daar woon ik in een beschermde woongroep, met een eigen voordeur. Ik heb schizofrenie en heb meerdere psychoses gehad. Vroeger had ik dat niet goed onder controle, ik had weinig ritme. Maar tegenwoordig gaat het beter en neem mijn medicijnen op tijd in. Mijn hobby is schrijven en dat is een goede manier om over mezelf en over mijn ziekte na te denken. Zo heb ik minder last van aanvallen. Ik hoef steeds minder naar de psychiater. Eerst was dat twee keer per maand, nu hoef ik nog maar één keer.

Wat doe je voor werk?

Sinds een jaar ben ik drie middagen in de week assistent in de houtbewerking. Dat is best verantwoordelijk werk, en daarnaast ga ik op donderdagmiddag naar creatieve dagbesteding. Dat doe ik al vijf jaar. Daar heb ik wel een stevige discussie over gehad met mijn begeleider, want die wilde liever dat ik helemaal voor houtbewerking zou gaan. Maar voor mij is juist die donderdagmiddag belangrijk, omdat ik die plek en die mensen goed ken en zo veranderde niet alles tegelijk. Ik zit lekker in mijn vel zolang mensen me maar niet te veel pushen. Ik vind het ook lastig als iemand

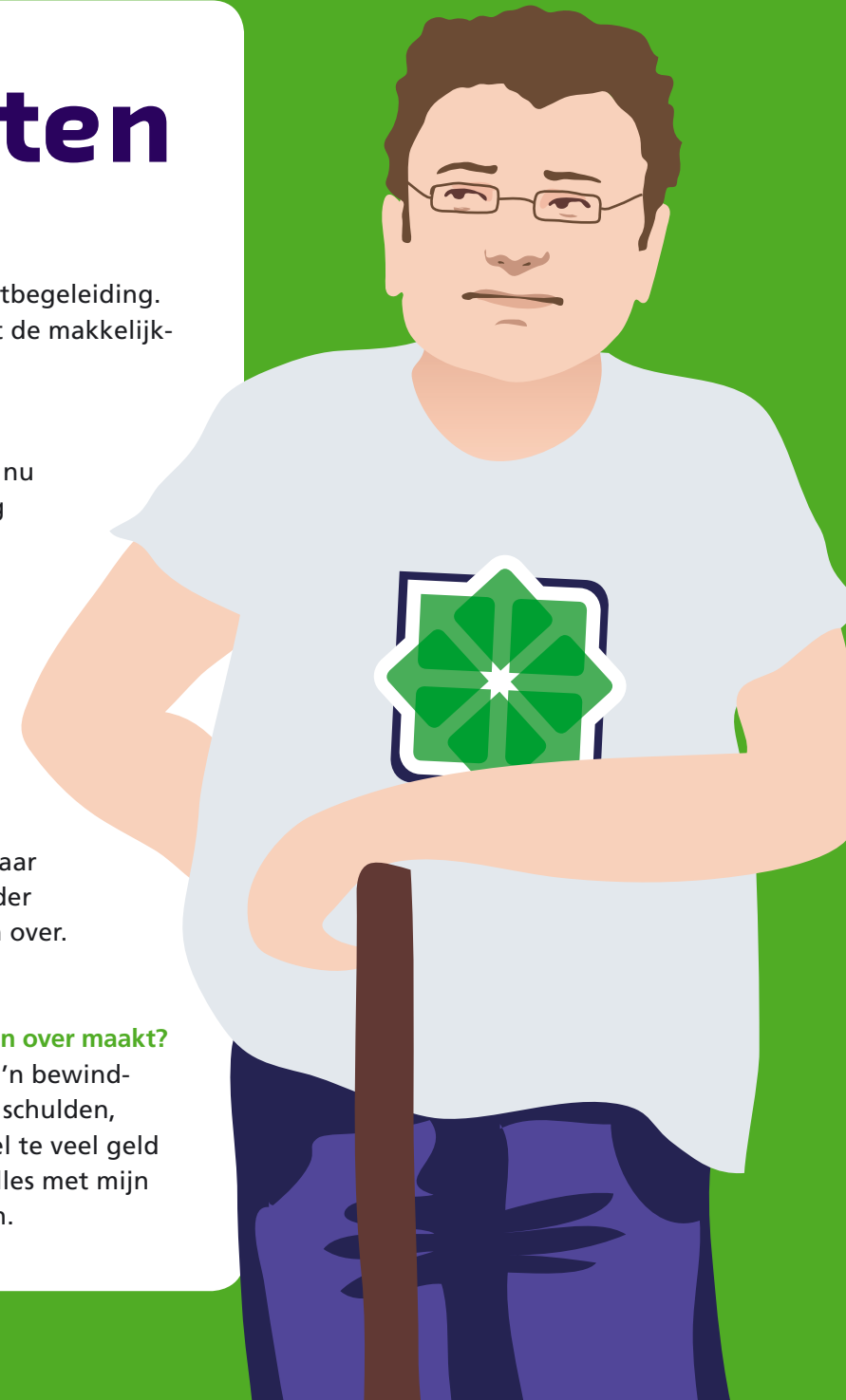
kritiek heeft op mijn werk bij de houtbegeleiding. Daar ben ik eerlijk in: dan ben ik niet de makkelijkste voor mijn begeleiders.

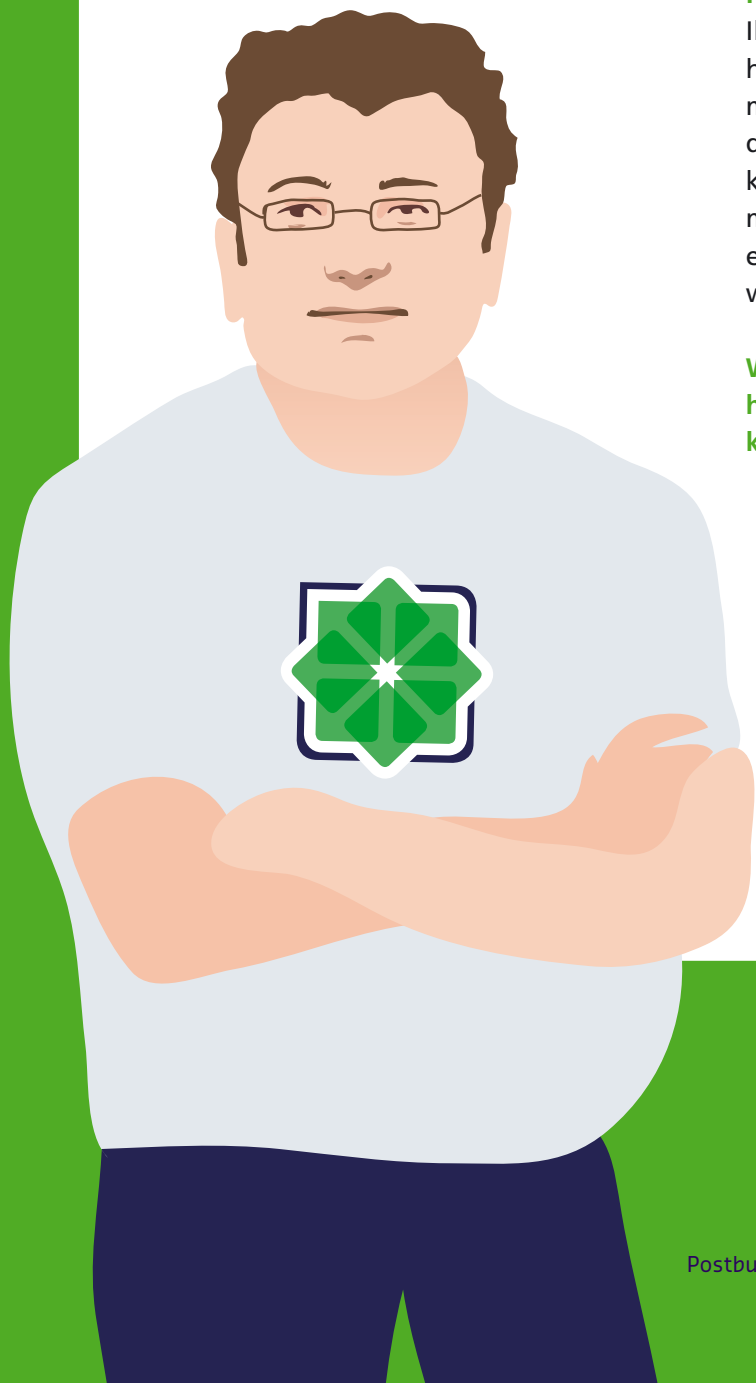
Wat zou je voor de toekomst willen?

Ik wil het graag zo houden zoals het nu is, dus drie middagen houtbewerking en een middag creatieve dagbesteding. Dat loopt lekker en ik hoop dat het zo blijft. Een baan van 9 tot 5 in een fabriek of zo is te veel voor me. Ja, en verder zou ik best verking met een leuk meisje willen, maar dat vertel ik verder aan niemand hoor. Mijn ouders wonen dichtbij en sinds het weer beter met me gaat, zien we elkaar vaak. Sinds een half jaar is mijn moeder ziek en daar maak ik me flink zorgen over. Mijn vader zorgt voor mijn moeder.

Zijn er andere dingen waar je je zorgen over maakt?

Ja, ik heb schulden en heb nu met zo'n bewindvoerder te maken. Echt, ik had nooit schulden, maar door mijn psychoses ging ik veel te veel geld uitgeven. Daardoor bespreek ik nu alles met mijn bewindvoerder en laat hem alles zien.





Hoe gaat het bij je thuis?

Ik vind het eerlijk gezegd lastig om mijn huishouden bij te houden. Schoon maken is niet mijn hobby. Koken doe ik niet zelf. Een keer in de week eet ik op het dienstencentrum en een keer bij mijn ouders. Dat is gezellig. Door de medicijnen sta ik om elf of twaalf uur pas op en ben ik best dik geworden, dan schaam ik me wel eens.

Wat is in de ondersteuning voor jou heel belangrijk om je dagelijkse leven te kunnen leiden?

Voor mij is belangrijk dat ik een vaste begeleider heb die mij en mijn situatie goed kent. Dus dat hij weet hoe hij met mij om moet gaan en snapt waarom het bijvoorbeeld ook een tijdje niet goed kan gaan. Het is ook fijn als hij mij kan helpen in die tijd. Dan voel ik me op mijn gemak en kan ik mijn dingen doen. Het is leuk om mensen over houtbewerking te leren maar een begeleider moet mij bijvoorbeeld niet te veel pushen om nieuwe dingen te gaan doen. Misschien kan ik het wel, maar dat

gaat bij mij niet zo snel.

De werkplaats is voor mij een vertrouwde omgeving waar ik de weg en de mensen ken. Dit geeft mij rust en wil ik graag behouden. Aan die mensen hoef je niets uit te leggen. Zij begrijpen het wel als ik eens een keer anders reageer. Zij hebben ook allemaal wat. Dan weet je dat je niet de enige op de wereld bent die hulp nodig heeft en voel je je minder eenzaam. Vroeger dacht ik echt dat ik de enige op de wereld was.

Verder heb ik geleerd dat ik me beter voel als mijn week overzichtelijk en gestructureerd is. Dit krijg ik niet alleen voor elkaar en hierbij heb ik wel hulp nodig van mijn begeleider. Ik moet weten wat er gaat gebeuren en wanneer. Elke week bespreken we dit samen. 's Ochtends is het belangrijk dat ik genoeg tijd heb om wakker te worden. Dit heeft te maken met mijn medicijnen.

Ik heb maar een paar mensen om mij heen. Mijn netwerk is klein. Zo is het voor mij belangrijk dat ik in de buurt woon van mijn ouders. Zij letten op mij en ik op hen. Zonder hen weet ik niet hoe ik alles zou moeten doen.

