

# De Windroos

Helpt (jong)volwassenen met psychische kwetsbaarheid of autisme vooruit



## Inhoud

<b>Back in control</b> Interview met Thomas	4
<b>'Er zijn zoveel jongeren die niet de begeleiding krijgen die ze nodig hebben'</b> Interview met Debby Kamstra	6
<b>'M'n plezier breng ik mee en ik hoop dat dat ook een beetje aansteekt'</b> Interview met Cathrine van Eeghen	8
<b>Workshops: Kunstles</b>	11
<b>'Ik realiseerde me: ik wil ook een Annemarie worden!'</b> Interview met Laura Schultz	12
<b>'De Windroos heeft geholpen om Begeleid Leren op de kaart te zetten'</b> Voormalig rector Rehabilitatie Lies Korevaar vertelt	14
<b>'Als andere mensen gelukkig worden, haal ik daar ook geluk uit'</b> Interview met Niek Putter	16
<b>'Ik moet af en toe in overgave om te kunnen winnen'</b> Interview met Roy Selder	18
<b>De beginjaren van stichting De Windroos</b> 'We wilden de jongeren iets bieden waar ze trots op konden zijn'	20
<b>'De Windroos is een brug tussen de behandeling en hoe verder'</b> Interview met Tamara van Straaten	24
<b>'De Windroos, waar moeilijkheden uitdagingen worden'</b> Interview met Mariska Knauf	26

## Colofon

### Auteurs

Erwin van den Heuvel,  
Jeannette Koning,  
Zeno Nieuwenhuis,  
Hein van der Steur,  
Annemarie van Velsen

### Fotografie

Jessy Barreto, Bas Evers,  
Kaspar Jansen (p25),  
De Windroos

### Grafisch ontwerp

Bas Evers (basinbeeld.nl)

### Druk

Drukwerkdeal, Deventer

Deze publicatie is een uitgave van  
Stichting Windroos Foundation.  
Maart 2024, oplage 100 (3e druk)



# De Windroos is veel meer dan leren

Persoonlijk lijkt het me niet heel makkelijk om in deze tijd jong te zijn. Er is zoveel informatie voor handen en de wereld gaat zo snel. Iedereen wordt opgejaagd om te presteren en tegelijkertijd nog 1001 leuke dingen te doen. Als je dan ook nog eens mentale kwetsbaarheden hebt, dan wordt het helemaal complex. Stabiel blijven, cognitieve problemen, eenzaamheid, stigma. Zie daar allemaal maar eens goed mee om te gaan. Ik heb veel bewondering voor de kracht en het doorzettingsvermogen van onze participanten en de steun die zij elkaar bieden.

We hebben weer een mooi magazine gemaakt, voor iedereen die geïnteresseerd is in wat we bij De Windroos doen. We hebben wat oud materiaal opnieuw opgenomen, omdat dit zo belangrijk en interessant is. Een voorbeeld hiervan is het interview met Lies Korevaar, onze Begeleid Leren-goeroe, die zich (inmiddels gepensioneerd) onverminderd blijft inzetten voor de ontwikkeling van deze methodiek. Maar we hebben ook heel veel nieuwe artikelen en foto's. Bijvoorbeeld het interview met Roy, die wat ouder is dan de gemiddelde deelnemer, maar de hulp van De Windroos goed kon gebruiken. De landelijke trend is niet voor niets "een leven lang leren!". Ook de nieuwe interviews met trajectbegeleider Cathrine met en

studiebegeleider Niek raken mij. Je kunt lezen hoe betrokken zij zijn en dat zij zich niet alleen bekommeren om studieresultaten, maar juist ook om het welzijn en de persoonlijke ontwikkeling van iedereen in de ruimste zin van het woord.

Een mooi inhoudelijk magazine dus, waar deelnemers en medewerkers aan hebben meegewerkt. Veel teksten zijn geschreven in het kader van Dagbesteding Meewerken. Ik ben oprecht onder de indruk van de kwaliteit. Ook foto's zijn door onze participanten gemaakt. Wat een talent hebben we toch in huis. Ik hoop dat we met dit magazine kunnen laten zien: De Windroos is veel meer dan leren.

Jeannette Koning  
*Directeur bestuurder*



# Back in control

Thomas heeft zijn leven na roerige jaren weer goed op de rit gekregen. Inmiddels woont hij op zichzelf, is hij een gemotiveerde student aan de Hogeschool van Amsterdam en staat hij vijf keer per week in de sportschool.

## *Kun je iets vertellen over de problematiek die je hebt ervaren voordat je bij De Windroos in traject kwam?*

Ik kom uit een lastig huishouden, in de zin van dat ik niet lekker bij m'n ouders lag. Daarom ben ik al vroeg uit huis gegaan. Op mijn 17e woonde ik al op mijzelf en ben ik fulltime gaan werken bij een supermarkt. Toen ik vervolgens een studie Human resource management begon, kwamen de mentale problemen opzetten. Ik kreeg last van wanen. Ik dacht dingen die niet klopten met de werkelijkheid. Mijn studie is toen gestopt en ook werd ik ontslagen op mijn werk. Ik heb toen een jaar of twee vrij geïsoleerd geleefd. Toen de politie mij een keer aansprak, omdat ik rondzwierf op straat, is de hulpverlening voor mij op gang gekomen. Ik heb toen verschillende klinieken gezien en een behandeling gekregen gericht op psychose en schizofrenie.

## *Hoe ben je vervolgens bij De Windroos terechtgekomen?*

Nadat de behandeling was afgerond, heb ik eerst een baan gezocht bij een andere supermarkt. Mijn ouders stimuleerden mij echter om toch te gaan studeren. Mijn begeleider van Levvel (een instantie voor jeugdhulp) kende De Windroos en heeft mij toen aangeraden om daar mijn studievoordigheden weer op te bouwen en te oriënteren op een nieuwe studie. Na een proefdagdeel, waarbij ik een middag heb meegedraaid, kwam ik daar in traject. Inmiddels ben ik al bijna twee jaar deelnemer bij De Windroos.

## *Waar ben je op De Windroos mee bezig geweest aan het begin van je traject?*

Via Studiemeter heb ik een aantal niveautesten gedaan. Daarbij kan je zien hoe het met je vaardigheden staat op het gebied van Nederlands, Engels en rekenen. Door hiermee

bezig te zijn, werkte ik aan het opbouwen van mijn concentratie en kwam ik weer in een studieritme. In eerste instantie ging het er eigenlijk om weer simpelweg aanwezig te zijn en verwacht te worden. Met mijn trajectbegeleider ben ik daarnaast ook gaan oriënteren op een nieuwe studie. Dat werd uiteindelijk de hbo-opleiding Finance & Control aan de Hogeschool van Amsterdam. Om mijzelf daarop goed voor te bereiden, heb ik samen met mijn studiebegeleider op De Windroos mijn Nederlands bijgewerkt en heb ik de computercursussen over de programma's Excel en Access gevolgd.

## *Hoe gaat het nu inmiddels met je studie?*

Het eerste jaar ging perfect en heb ik direct mijn propedeuse gehaald. Wel was samenwerken bij de projecten en opdrachten af en toe een uitdaging. Op aanraden van mijn trajectbegeleider heb ik in de zomer een boek over samenwerken gelezen. Ook van de eerste periode van het tweede jaar heb ik alle punten gehaald. De hoeveelheid stress valt me gelukkig mee. Dit hangt met name samen met het groepje waarmee ik moet samenwerken. Ook het vroeg opstaan was in het begin wel even een dingetje. Desondanks lukt het vrijwel altijd om aanwezig te zijn, tenzij ik er een keer bewust voor kies om iets te missen.

## *Wat heeft jou geholpen binnen de begeleiding bij De Windroos?*

Dat zijn verschillende dingen. Sowieso helpt de rustige studieruimte die De Windroos biedt bij het studeren. Daarnaast voer ik individuele gesprekken met mijn trajectbegeleider en studiebegeleider over de struggles die ik ervaar tijdens het studeren. We praten dan bijvoorbeeld over het samenwerken met een projectgroepje.



**‘Het is me eerder gelukt om bepaalde doelen te bereiken, dus ik heb er vertrouwen in dat me dat gaat lukken’**

Ook helpt het mij om samen met andere deelnemers te studeren en de pauzes door te brengen. Daarom ben ik ook blij met de sociale activiteiten, die af en toe plaatsvinden, zoals een georganiseerde lunch of een gezamenlijke wandeling. Voor mij is de kracht van De Windroos, dat het om een combinatie gaat van studieondersteuning en het sociale aspect van samen studeren.

## *Hoe is je persoonlijke situatie nu?*

Ik woon op mijzelf in een appartementje en volg daarbij dus de voltijdstudie Finance & Control. Verder sta ik vijf keer per week in de sportschool en spreek ik regelmatig af met vrienden. We gaan dan thuis of in een bar chillen of we gaan een keer stappen. Ook houd ik ervan om af en

toe te gamen. En ik kom natuurlijk een paar keer per week naar De Windroos om aan mijn schoolopdrachten te werken.

## *Wat zijn je ambities voor de toekomst?*

In de komende twee, drie jaar hoop ik mijn studie af te ronden. Daarnaast wil ik het sporten volhouden en hoop ik een serieuze relatie te kunnen beginnen. Op de langere termijn wil ik graag veel geld verdienen. Het is me eerder gelukt om bepaalde doelen te bereiken, dus ik heb er vertrouwen in dat me dat gaat lukken. Qua werk denk ik eraan om als financial controller te starten en daarna door te groeien naar andere, hogere functies. Het stagelopen tijdens de komende jaren gaat me vast helpen om beter zicht te krijgen op wat ik precies wil gaan doen in de toekomst. ◀

## ‘Er zijn zoveel jongeren die niet de begeleiding krijgen die ze nodig hebben’

Debby Kamstra is sociaal psychiatisch verpleegkundige (svp)/ jobcoach en werkt al heel lang samen met De Windroos. Op dit moment werkt ze bij BuurtzorgT in Amsterdam, waar ze onder andere mensen met een psychische kwetsbaarheid en autisme begeleidt op hun werk.

**A**f en toe komt ze ze nog wel eens tegen op straat, jongeren die ze door de jaren heen heeft doorverwezen naar De Windroos. ‘Ik heb denk ik ongeveer 30 mensen naar De Windroos doorverwezen. Daarvan ben ik er nog wel eens drie of vier tegen het lijf gelopen. Ze leiden gewone, stabiele levens, ze hebben werk, het gaat goed met ze. Dat maakt me blij, geeft me voldoening. Tegelijk maakt het me boos, omdat er zoveel jongeren zijn die niet de begeleiding krijgen die ze nodig hebben. Die De Windroos helaas niet weten te vinden. Ze zijn een verloren groep.’

Debby heeft veel ervaring in de begeleiding van jongvolwassenen met een psychische kwetsbaarheid. ‘Ik werkte eerst in de ggz van 1993 tot 2006. Daarna 12 jaar binnen VIP (vroegtijdige interventie psychose team) bij Mentrum als IPS (Individuele plaatsing en Steun, red.) trajectbegeleider. En nu dus bij BuurtzorgT in de functie van sociaal psychiatisch verpleegkundige

(spv), waar ik ook mensen met werk en studie begeleid en verwijs naar onder andere De Windroos.’

‘Als spv bij de ggz in Amsterdam heb ik altijd veel met jongeren te maken gehad. In 1996 kwam ik met Stichting Een op de Honderd in contact, die was opgericht door ouders van jongvolwassenen met een psychische kwetsbaarheid. Dit was de eerste stichting die trajecten op het gebied van Begeleid Leren aanbood voor deze doelgroep. In de zorg en het onderwijs werkten destijds, en eigenlijk nog steeds, mensen die niet zien en weten wat deze doelgroep nodig heeft om te herstellen.’

Scholen en zorginstellingen wisten niet wat ze aan moesten met jongeren met een psychische kwetsbaarheid, blikt Debby terug. ‘Na een behandeling bij de ggz hield het op en zitten jongeren thuis. “Ga eerst maar herstellen, opleiding en werk komen later wel”, kregen

jongeren te horen. Maar na de behandeling begint het pas, je moet je leven weer oppakken. Bij de gemeente zeiden ze iets soortgelijks: ‘Hij of zij moet iets doen om uit die uitkering te komen.’ Maar wat? Men had geen idee: “iets!” Of dat “iets” aansloot bij het intellect en de wensen van die persoon was secundair. Nee, gemeente en zorginstellingen wisten het simpelweg niet. Gelukkig kwam De Windroos. Hier kregen ze de begeleiding, die ze nodig hadden.’

Wat De Windroos anders maakt? ‘Jongvolwassenen kunnen daar echt kiezen wat ze willen. Een traject is individueel van opzet. Het begint met de vraag: wat wil jij? De begeleiding is professioneel, geduldig en empathisch. Ze zijn zorgvuldig in hun begeleiding en bieden rust en veiligheid. Dit geeft de deelnemer het gevoel dat hij of zij “er echt mag zijn”. En ze zijn onder lotgenoten, waar ze mee kunnen praten en steun aan hebben.’ Debby vindt dat de bewustwording rondom de begeleiding van jongvolwassenen nog steeds moet groeien. ‘Dat is belangrijk, omdat we de psychische kwetsbaarheid dan in een vroeg stadium kunnen herkennen. Dan gaat er een wereld open en kun je meteen gerichte begeleiding starten. Het voorkomt dat iemand misschien jaren thuis zit, iets wat ik nog steeds veel zie. Hulpverleners proberen dan van alles, zonder te weten wat er aan de hand is.’

Als jobcoach verwondert Debby zich over het feit dat de zorg in Nederland nog steeds niet goed is ingericht voor jongvolwassenen met een psychische kwetsbaarheid. ‘Het geldt voor deze jongeren gaat naar scholen, die vaak niet over de juiste kennis en begeleiding beschikken. Er zijn maar twee studielocaties van De Windroos, dat zegt genoeg. In het buitenland doen ze dat anders, bijvoorbeeld in Australië. Daar hebben

ze in steden studiecentra voor deze jongeren, zogenoemde Head Spaces, gefinancierd door de staat. Waarom doen ze dat niet in Nederland?’

Toch kreeg Debby laatst door haar dochter ook een positief gevoel. ‘Ze volgt een opleiding Social Work en zei tegen me: “Mam, we hebben het de hele tijd over een participatiemaatschappij, maar niet iedereen kan zomaar participeren. Daar moeten we rekening mee houden in ons land.” Toen dacht ik: Kijk, als ze dat leert op haar opleiding, dan zijn we toch op de goede weg.’ ◀



‘Ze zijn zorgvuldig in hun begeleiding en bieden rust en veiligheid’



*Interview met Cathrine van Eeghen*

# ‘M’n plezier breng ik mee en ik hoop dat dat ook een beetje aansteekt’

Na enkele omwegen werkt de enthousiaste en goedlachse Cathrine sinds april 2023 als trajectbegeleider bij De Windroos. Met veel liefde en enthousiasme helpt ze deelnemers om hun doelen te verwezenlijken.

*Wat heb je zoal gedaan voordat je aansloot bij De Windroos?*

Ik heb psychologie gestudeerd, ben ooit begonnen met arbeid- en organisatiepsychologie, want ik had heel sterk in m’n hoofd dat ik studie- en

beroepskeuzeadviseur wilde worden. Die wens is uitgekomen, dus dat heb ik een hele tijd gedaan, met veel plezier. Maar ik kwam daarbij ook veel mensen met kwetsbaarheden tegen en daar was eigenlijk niets voor. Dat maakte dat ik het gevoel

kreeg dat ik daar wel wat mee wilde. Toen ben ik teruggegaan naar de universiteit om klinische psychologie te studeren. Dat was ontzettend leuk en nog vóór mijn scriptie kon ik terecht bij Artsen zonder Grenzen. Daar deed ik aan psychisch begeleiden van mensen die werden uitgezonden. Het was een droombaan, maar mede omdat ik jonge kinderen had, ben ik daarmee gestopt. Dat was moeilijk te combineren. Vervolgens bleef het psychologische veld aan me trekken en ben ik onder andere m’n eigen bedrijfje begonnen, waarmee ik mensen met levensfaseproblematiek help in de vorm van coaching. Dat doe ik nog steeds.

*Hoe ben je uiteindelijk hier terechtgekomen?*

Op een dag belde iemand die ik kende mij. Zij vertelde dat hier een plek zou vrijkomen en vroeg of het niet iets voor mij was. Ik kende deze organisatie toevallig al, heb zelfs in het verleden wel eens gekeken of er plek was. Dus dat was een heel leuke verrassing en hier valt het eigenlijk wel samen: werken met mensen met een kwetsbaarheid en hen praktisch begeleiden. Dus ik denk dat ik op het begin best goed zat met mijn wens om studie- en beroepskeuzeadviseur te worden, maar heb hier de combinatie gevonden met iets wat ik ook belangrijk vind, namelijk dat er aandacht is voor mensen waarbij het leven niet helemaal in een rechte lijn loopt.

*Wat was je eerste indruk van De Windroos?*

Wat een leuke, lieve mensen. De verscheidenheid aan mensen vind ik echt een genot. Ik ben beeldend ingesteld, dus zie het als een heel mooie vaas met allemaal verschillende bloemen, waarbij als je inzoomt je overal weer wat moois of

**‘Het leven is al zwaar genoeg, dus een beetje luchtigheid bieden, zie ik als iets wat bij mijn taak hoort’**

speciaals ziet. En daarbij stel ik de vraag welke voeding nodig is als er eentje een beetje op verwelken staat. Wat is er nodig voor wie? En hoe kunnen we wat plezier terugbrengen? Het leven is al zwaar genoeg, dus een beetje luchtigheid bieden, zie ik als iets wat bij mijn taak hoort. Bovendien ligt het heel dicht bij wie ik ben. Ik ben een enthousiast iemand, dus m’n plezier breng ik mee en ik hoop dat dat ook een beetje aansteekt.

*Hoe zou je je functie omschrijven?*

Ik zie mezelf als belangenbehartiger van de doelen en wensen van de deelnemers. Tijdens individuele afspraken kijken we naar wat iemand op dat moment wil bespreken, wat er nu speelt. Soms wil een deelnemer diens hart luchten en soms heeft iemand problemen van meer praktische aard. Daarbij houden we ook altijd in de gaten of we nog steeds bezig zijn diens doelen te verwezenlijken, zodat we niet van het pad afraken. Ik doe dat echt met heel veel plezier. Ik ben heel vrolijk van aard en vind het leuk om te ontdekken waar iemands talenten liggen, waar die van opengaat en diens energie weer lekker van gaat stromen.

*Zou je kunnen vertellen over de kwetsbaarheden en problematiek waarmee je te maken krijgt?*

De problematiek is heel divers. Zo begeleiden we mensen op het autismespectrum, maar ook mensen die last hebben van een zekere rusteloosheid als gevolg van ADHD, stemmingsproblematiek of psychosegevoeligheid. Er is een verscheidenheid aan mensen die een diagnose hebben en in hun functioneren wat moeite hebben, maar waarbij ik altijd sterk het gevoel heb dat het iedereen kan overkomen. Je kan dingen meemaken in het leven waardoor je van je pad wordt gebracht. Ik zou het iedereen toewensen die worstelt met het leven of met z’n studie om te ervaren dat die ergens terecht kan waar je niet wordt aangekeken, je kan zijn wie je bent en wordt geholpen op het moment dat je het nodig hebt. We hebben allemaal elkaar nodig. In die zin sta ik ook niet ver weg van de mensen waarmee ik werk. Dat had ik ook kunnen zijn. ▶

*Denk je dat je zelf vroeger als student iets zou hebben gehad aan een stichting als De Windroos?*

Absoluut. Ik kan me herinneren dat ik tijdens de studie psychologie tegen een teleurstelling aanliep. Je krijgt veel achtergrond over hoe dit vak is ontstaan en opgebouwd, maar ik wilde leren over mensen en dat kwam maar niet aan bod. Dat vond ik heel demotiverend. Ik ben wel blij dat ik heb volgehouden, maar het heeft me veel moeite gekost om zelf structuur te vinden en door te zetten op momenten dat het steeds niet lukte. Dan had ik het heel fijn gevonden als er hulp was geweest, ook bij dagelijkse dingen waar ik tegenaan liep. Dan denk ik aan een aantal levensgebeurtenissen die ik heb meegemaakt. Die zorgden ervoor dat het studeren ingewikkelder werd en ik tussentijds even ben gestopt en ben gaan reizen. Het lukte me ineens even niet meer en ik voelde dat ik iets anders nodig had dan alleen maar in de boeken zitten, want ik was heel verdrietig. En in die horten en stoten had ik gewild dat ik had gedurfd om uit te reiken, zodat ik het niet helemaal in m'n eentje hoefde te doen. Ik weet niet of ik in aanmerking was gekomen voor De Windroos, maar ik had het denk ik wel gewild.

*Wat denk jij dat ervoor zorgt dat De Windroos succesvol is in het ondersteunen en begeleiden van de mensen hier?*

Het is fijn dat De Windroos geduld heeft. Als mensen hier binnenkomen en iets willen, dan lukt dat soms niet in één keer. Maar ik denk dat het goed is dat we proberen te ontdekken hoe we ervoor kunnen zorgen dat het jou zelf gaat lukken om je doelen te bereiken. We creëren een ruimte waar openheid, een hartelijke sfeer, rust en structuur is om je te kunnen ontplooiën. We hebben ook niet alle antwoorden, maar zijn wel altijd bereid om mee te denken. Daarnaast is het een plek waar je kan experimenteren met aspecten van jezelf waar je moeite mee hebt. Zo zijn er mensen die sociaal contact lastig vinden. Ik kan genieten van de moed die er wordt opgebracht om daarmee te oefenen en daarin stapjes te zetten. Het oordeel valt hier hopelijk ook even weg. We



**‘We zorgen ervoor dat het werkt met elkaar en dat we samen de sfeer goed hebben, zodat iedereen een plek heeft om te werken aan hun doelen’**

zorgen ervoor dat het werkt met elkaar en dat we samen de sfeer goed hebben, zodat iedereen een plek heeft om te werken aan hun doelen.

*Als je terugblijkt op je werk bij De Windroos tot nu toe, waar ben je dan het meest trots op?*

Het meest trots ben ik op de moed van de deelnemers die het durven om hun kwetsbaarheid te tonen en de uitdaging aan te gaan om hun doelen na te jagen die heel spannend kunnen zijn, om het vertrouwen weer op te bouwen om de buitenwereld in te stappen. Dat gaat soms met vallen en opstaan en daar heb je heel veel moed voor nodig, en die zie ik elke dag voorbijkomen. Al is het dat ze toch zijn gekomen, terwijl ze in eerste instantie eigenlijk liever in bed hadden blijven liggen. Of dat iemand de moed heeft opgebracht om uit te reiken. Dat kan zijn naar een van ons, maar soms ook naar de school toe, om met de studiebegeleider te bespreken waar ze tegenaanlopen en zich te laten helpen. Ik ben trots op hen en ben blij dat ik het zie. ◀

## Vrijheid in creativiteit

Het is inmiddels een vast onderdeel geworden van de dinsdagmiddag bij De Windroos: kunstles. Deze wordt geleid door Lisa Snoek, die de passie voor kunst van haar moeder heeft overgenomen. Ze heeft jaren geleden haar eerste kunstlessen gevolgd, staat bijna op het punt haar opleiding aan de Gerrit Rietveld Academie af te ronden en geeft al enkele jaren zelf les, waaronder nu ook bij De Windroos.

De ene keer neemt Lisa citroenen mee om na te tekenen en een andere keer geeft ze deelnemers de opdracht een creatie om de zoveel minuten door te geven aan de volgende persoon, waardoor er gezamenlijke kunstwerken ontstaan. Dit dient onder andere als oefening om werk te durven doorgeven en zelf elementen toe te voegen aan andermans creaties. Daarnaast staat iedereen vrij zelf invulling te geven aan de kunstlessen. Wil je bijvoorbeeld een portret maken van je huisdier of iets creëren door afbeeldingen uit tijdschriften met schilderwerk te combineren? Dat kan.

Kunst gaat over meer dan het uitwerken van ideeën en de techniek die daarvoor nodig is. Lisa beschrijft het zelf als een ander pad in je hersenen dat je aanspreekt wanneer je met

kunst bezig bent. Zo komt ook de toegevoegde waarde van de kunstles aan bod: ‘Ik denk dat het voor mensen die heel veel nadenken, schrijven en lezen lekker is om af en toe op dat andere pad te zitten. Voor ontspanning, maar ook afleiding.’ Deelnemers beamen dit en geven aan dat bezig zijn met kunst hen de vrijheid geeft om te denken aan wat ze willen en de mogelijkheid zich in een andere wereld te begeven. Daarmee biedt het de afwisseling en de rust die ze nodig hebben naast het mentale werk dat ze doorgaans verrichten.

Sommigen grijpen de kunstles juist aan om heel gericht te werk te gaan. Zo heeft een van de deelnemers voor haar studie samen met Lisa een mindmap gemaakt in de vorm van een rivier, waarbij met vertakkingen de gevolgen van bepaalde handelingen werden gevisualiseerd. Een ander heeft van Lisa aanwijzingen gekregen voor het maken van een helm. Vanaf de buitenkant ziet deze er heel normaal uit, maar aan de binnenkant heeft ze haar beleveniswereld en psychoses uitgebeeld. De helm staat op deze manier symbolisch voor haar en wat er in haar hoofd omgaat. Zo haalt iedere deelnemer iets uit de kunstlessen. In de woorden van Lisa zelf: ‘Alles kan; alles mag.’



# ‘Ik realiseerde me: ik wil ook een Annemarie worden!’

Laura Schultz (26), toegepast psycholoog, is werkzaam als studentcoach op de Hogeschool Leiden. Tot pasgeleden was ze deelnemer bij Stichting De Windroos.

**I**n het begin vond ik het confronterend dat ik bij De Windroos hoorde. Sommige deelnemers hebben zichtbare problematiek; je ziet littekens. Die van mij waren onzichtbaar. Vrienden overtuigden me: dit is heel goed voor je, je hebt het wél nodig en je hebt hier recht op. Ik vond het er meteen heel fijn. De eerste dag al kwam studiebegeleider Annemarie naar me toe en vroeg: zullen we een mail sturen naar de opdrachtgever van je scriptieonderzoek? Ik had dat, bang voor afwijzing, maanden uitgesteld. Zij zei: misschien kun je een opzetje maken voor je mail, en dan hoeft je 'm nog niet te versturen. Alles werd aangevoeld, alles wat ik beangstigend vond. Heel fijn’.

‘De eerste twee jaar van mijn studie liep ik nominaal, maar als ik terugkijk was ik een tikkende tijdbom. Na mijn stage in mijn derde jaar ben ik vastgelopen. Compleet. De huisarts stelde vast: angst, depressie, burn-out. Mijn studie kreeg ik niet meer op de rit. Ik nam twee keer een tussenhalfjaar, lag de hele zomervakantie op de bank bij mijn ouders. En toen kwam Corona. Ik was al heel angstig, maar nu durfde ik niet meer met het ov en kwam het huis niet meer uit. Thuis studeren lukte niet. Mijn therapeut opperde: De Windroos, is dat niet iets voor jou? Ik dacht eerst: dat moet ik toch zelf kunnen? En ook: dan kan ik niet langer vermijden. Uiteindelijk heb ik nog een

halfjaar aangemodderd en me toen aangemeld.’ Bij De Windroos kwam routine in mijn leren en leerde ik tevreden zijn met elke stap die ik maakte. Daardoor kon ik eindelijk weer wat ontspanning vinden. Dan dacht ik: morgen ga ik naar De Windroos, dus kan ik nu iets voor mezelf doen. Eerder zat ik 's ochtends thuis op de bank en nam me voor: vandaag ga ik aan de scriptie. En dan zat ik daar in een *freeze* en bleef ik zitten en scrollen, en kreeg niets gedaan. Dan was er weer een dag verprutst en mocht ik van mezelf niet afspreken met vriendinnen. Ik had altijd veel te grote doelen die me volledig blokkeerden. Nu hielp Annemarie me met overzicht krijgen.’

## Zo veel geleerd

‘De Windroos gaat over veel meer dan studie alleen. Ik kreeg support bij allerlei levensdingen, we hebben mijn sollicitatiegesprekken geoefend. Veel van wat ik van mijn therapeut heb geleerd, heb ik bij De Windroos daadwerkelijk leren toepassen. Ik ben me er volwassen gaan voelen.. Daarvoor was ik ergens nog dat onzekere pubermeisje. Ik heb geleerd hoe belangrijk eigen verantwoordelijkheid is. Trajectbegeleider Anja hield me voor: je zit hier voor jón.’

‘Ik vraag me af of ik überhaupt afgestudeerd zou zijn als De Windroos er niet geweest was. Ik ken veel studenten die zich wenden tot particuliere

‘Ik vraag me af of ik überhaupt afgestudeerd zou zijn als De Windroos er niet geweest was’



studiebegeleiding zoals de Studiemeesters, en die zijn veel, veel geld kwijt en niet afgestudeerd. Eind augustus was mijn scriptie af. We zijn pas een paar maanden verder, maar het voelt als jaren. Mijn grootste stressor, die donkere wolk, is weg. Ik heb nu een baan, een huis en voel me mentaal sterk. Mijn leven is nu goed. Ik weet nu: oké, dit ben ik en ik heb veel te bieden. De Windroos heeft mij doen ontdekken waar mijn kracht ligt en ik heb me er gerealiseerd: ik wil ook een Annemarie worden!’

## Ervaringsdeskundigheid als kracht

‘Ik werk nu zelf als studiecoach op de Hogeschool Leiden. Daar kan ik niet de individuele begeleiding geven die De Windroos biedt, maar wat ik geleerd heb neem ik mee in mijn werk.

Het helpt als ik studenten over mijn eigen ervaringen vertel. Dan voelen ze zich gezien en gehoord. Dat voelde ik ook bij Annemarie. Die was ervaringsdeskundige en ook heel open. Het is heel nuttig dat je weet hoe het is en hoe het voelde en dat je van daaruit kunt gaan kijken wat de student nodig heeft.’

‘Ik gun echt iedereen een Windroos. Ik kan nu des te meer zien hoe belangrijk mijn plekje daar in de studieruimte is geweest. Mocht iemand De Windroos overwegen maar nog twijfelen, dan zou ik willen zeggen: Ja, het is een commitment; het aanvragen van een indicatie; je doelen vastleggen in een begeleidingsplan. Je kan dan niet meer vermijden en je gaat tegen muren oplopen, maar het is belangrijk. Doe 't! ◀

Voormalig rector Rehabilitatie Lies Korevaar vertelt

## ‘De Windroos heeft geholpen om Begeleid Leren op de kaart te zetten’

Lies Korevaar was lector Rehabilitatie bij de Hanzehogeschool Groningen. Hij draagt De Windroos, waarmee hij jarenlang samenwerkte op het gebied van Begeleid Leren (Supported Education), een warm hart toe.

**A**ls psycholoog en sinds 2003 als lector is Lies jarenlang een bevlogen ambassadeur geweest voor Begeleid Leren. Lies: ‘Toen ik jaren geleden als psycholoog bij de Bavo in Rotterdam werkte, zag ik veel jongeren in het onderwijs uitvallen. Er was veel aandacht voor begeleid werken en wonen, maar niet voor begeleid leren. Daar wilde ik wat aan doen.’ In die tijd kwam Lies via de organisatie Een op de Honderd (Een op de honderd mensen krijgt een psychose, red.) in contact met Corry Punch, de oprichter van De Windroos. ‘We zagen een gezamenlijk probleem en dat bond ons.’

### Focus lag op aandoening

Wat Lies opviel, was dat mensen met een psychische aandoening voornamelijk worden behandeld voor het psychische probleem. ‘Van herstel en van leren als weg naar herstel bestond weinig tot geen kennis. Daarnaast was de doelgroep jongvolwassenen nog nauwelijks in beeld. Van de 46 onderwijsprojecten die zich



richtten op de begeleiding van studenten met een beperking, noemden 45 niet eens de doelgroep met psychische problemen.’

### Kennis uit Amerika

Lies ontdekte dat in Amerika wel al veel aandacht was voor Begeleid Leren. ‘Daar hadden ze *Supported Housing, Supported Employment* en *Supported Education*. Het onderzoek dat door het Center for Psychiatric Rehabilitation van de Boston University was gedaan, hebben we gebruikt om verschillende aanpakken te ontwikkelen die goed toepasbaar zijn in Nederland.’ Onder andere voor de Hanzehogeschool Groningen ontwikkelde Lies methoden om studenten met psychische problemen te helpen bij het volhouden van hun opleiding. ‘Hier zijn ook mentoren en begeleiders om studenten te ondersteunen’, zegt hij. ‘Dat helpt.’

### Vind het echte probleem

Om de juiste aanpak te ontwikkelen, doet Lies zelf ook onderzoek. ‘Studenten ervaren een grote druk om te presteren. Ik vind het belangrijk om te onderzoeken waar dat “gevoel van druk” precies vandaan komt.’ Soms leidt dit tot verrassende inzichten. ‘Uit een onderzoek dat we hier op de Hanzehogeschool onder studenten hebben gedaan, bleek dat vier op de vijf studenten stress ervaren doordat ze moeite hadden met plannen en organiseren. Dan helpt een therapie of training omgaan met stress dus niets. Dan moeten we studenten helpen bij het plannen. Want dat is het echte probleem.’

### Nog veel winst te behalen

Vergeleken met 25 jaar geleden ziet Lies wel vooruitgang. ‘Ik ben blij dat er nu meer maatschappelijke aandacht is voor het thema Begeleid Leren. Scholen, gemeenten en de overheid erkennen dat psychische aandoeningen studenten belemmeren bij het studeren.’ Toch valt er volgens Lies nog veel winst te behalen. ‘Bijvoorbeeld als het gaat om de financiering van

‘Uit een onderzoek dat we onder studenten hebben gedaan, bleek dat vier op de vijf studenten stress ervaren doordat ze moeite hadden met plannen en organiseren’

Begeleid Leren. Dan zie je dat organisaties zoals De Windroos gebruik moeten maken van de verschillende “potjes” die er zijn. Er is nog steeds geen landelijke, structurele financieringsregeling. Het geld komt vaak uit de Wmo. Hoe dat wordt ingezet, bepalen de gemeenten.’

### Meer kennis nodig

Ook op het gebied van kennis is er nog veel vooruitgang mogelijk, meent Lies. ‘Je merkt dat ggz-instellingen nog te weinig kennis hebben hoe zij mensen na een behandeling kunnen helpen. Bijvoorbeeld als die aangeven dat ze hun studie weer willen oppakken. Gemeenten en scholen weten op hun beurt nog niet genoeg van psychische problematiek en de invloed daarvan op het studeren. Het wordt beter, maar het gaat langzaam.’

### Studie en leven weer oppakken

Lies is blij dat er organisaties zoals De Windroos zijn, die zich volledig toelagen op Begeleid Leren. ‘Het is zó belangrijk dat deze organisatie er is, omdat ze alle benodigde kennis en expertise in huis hebben voor jongvolwassenen met een psychische aandoening. Ik kijk met bewondering naar de prestaties van deze organisatie. Door de jaren heen heeft De Windroos met beperkte middelen geholpen om Begeleid Leren op de kaart te zetten in Nederland. Daardoor kunnen veel mensen met psychische problemen hun studie en hun leven weer oppakken. Fantastisch toch. Iedereen heeft een droom en De Windroos brengt die een stap dichterbij.’ ◀



## ‘Als andere mensen gelukkig worden, haal ik daar ook geluk uit’

Sinds november 2023 vervult Niek Putter de rol van studiebegeleider bij De Windroos in Amsterdam, nadat hij in augustus van dat jaar zijn bachelor psychologie had behaald.

**B**innen het team van De Windroos is Niek veruit de benjamin. Daar worden, ook door deelnemers, zo nu en dan grapjes over gemaakt en Niek kan daar zelf misschien nog wel het hardst om lachen. Bovendien ziet hij het ook als een kracht. Zijn studententijd ligt vlak achter hem en daar heeft hij veel van opgestoken: ‘Daardoor kan ik participanten heel goed met hun problematiek helpen, omdat ik zelf tegen bepaalde dingen aan ben gelopen en die heb overwonnen.’ Hij is van mening dat zijn leeftijd daarnaast geen al te grote rol speelt: ‘Het maakt volgens mij niet zo heel veel uit hoe oud ik ben, als ik maar m’n werk goed doe. En voor m’n gevoel doe ik dat.’

### Passie en motivatie

Niek woont met zijn ouders, twee paarden, een pony en een hondje op een boerderij in Uitgeest. Hij spreekt graag af met vrienden en is behoorlijk sportief. Hij voetbalt iedere week en doet aan surfen en kitesurfen. Daarnaast is hij een fervent schaker, iets wat hij graag deelt bij De Windroos. Zo neemt hij met alle liefde zijn schaakbord mee om deelnemers tactieken aan te leren en vooral zijn passie over te brengen.

Naast jeugdig enthousiasme, zijn recente verleden als student psychologie en zijn schaakkunsten, brengt Niek een flinke lading motivatie mee om mensen een helpende hand te bieden. Zo heeft hij ervaring als EHBO’er op Schiphol en heeft hij huiswerkbegeleiding gegeven aan middelbare scholieren. Maar zijn verlangen om anderen bij

te staan, merk je ook als je met hem spreekt: ‘Ik word er heel blij van om mensen te helpen. Als andere mensen gelukkig worden, haal ik daar ook geluk uit.’

### Meer dan studiebegeleiding

De ene jongere met een psychische kwetsbaarheid is de andere niet, zo ervaart Niek ook: ‘Er zitten natuurlijk mensen met verschillende problemen en met de een moet je anders omgaan dan met de ander. Dat vind ik ook leuk aan het werk, dat wat ik met de ene persoon probeer met een andere niet lukt, hoe ik daarmee omga en of dat werkt of niet. Dus dat vind ik leuk om mee te experimenteren.’

Deelnemers komen naar De Windroos omdat ze behoefte hebben aan hulp bij hun studie, maar de begeleiding die Niek en zijn collega’s bieden, gaat verder dan dat: ‘Ik probeer sowieso een gedeelte stress weg te nemen. Als mensen minder stress ervaren doordat ik ze ergens mee geholpen heb, of wanneer ze zelf iets hebben kunnen doen in de tijd dat ze hier hebben gezeten, ben ik tevreden. We bieden hier toch een soort rust. Wanneer mensen hier komen en voelen dat ze echt iets hebben kunnen doen, met een beetje hulp soms, heb ik een voldaan gevoel.’

Bij de vraag een moment van trots te noemen, begint Niek enthousiast te vertellen over een keer dat hij een deelnemer met zijn verslag heeft kunnen helpen: ‘Dat vond ik een groot moment,

want ik heb hem meer in z’n kracht gezet daarmee. Hij had een verslag waar hij al een hele tijd mee bezig was en dat kostte hem gewoon heel veel moeite. Hij voelde zich daardoor ook minder goed, omdat hij helemaal verdwaald raakte in al die stof. En elke keer dat hij eraan begon, voelde het als een grote last op z’n schouders. Nu voelt het toch alsof die last, mede door mijn hulp, een beetje is afgenomen. Daar ben ik heel blij mee.’

### De Windroos is een huiselijke plek

Driemaal per week komt Niek naar De Windroos om studiebegeleiding te geven en al vanaf het eerste moment was hij enthousiast: ‘Ik vind het oprecht heel leuk. Hele lieve mensen, er is een heel goede sfeer, ik vind m’n collega’s heel

‘Er zitten natuurlijk mensen met verschillende problemen en met de een moet je anders omgaan dan met de ander’

leuk, dus ik ben heel positief gestemd.’ Over wat De Windroos deelnemers te bieden heeft, is hij evenzo enthousiast: ‘Hier hebben mensen die psychologische problemen hebben ervaren een plek om te kunnen werken, te leren, zichzelf op te bouwen en naar een doel toe te werken.’

Met het oog op zijn eigen studententijd denkt Niek dat hij zelf ook baat zou hebben gehad bij een stichting als De Windroos: ‘Het brengt structuur. Die had ik mezelf op een gegeven moment wel aangebracht, maar het had zeker efficiënter gekund. Hier is een rustige studieplek waar je op een regelmatige tijd komt. Ook vind ik de gesprekken in de pauzes altijd heel leuk. Ik ben trots op hoe we met elkaar omgaan hier bij De Windroos. Het is een heel huiselijke plek. Ik denk dat die aspecten me tijdens mijn studie hadden geholpen en iedereen zouden helpen.’ ◀





Interview met Roy Selder

## ‘Ik moet af en toe in overgave om te kunnen winnen’

Het leven van Roy werd langdurig getekend door zijn verslaving aan verdovende middelen. Inmiddels zet hij zijn ervaring in om anderen te helpen.

**W**anneer je bij De Windroos binnenkomt, kun je Roy tegen het lijf lopen, vaak vergezeld door een aanstekelijke grijns op zijn gezicht. Een grijns die niets verraadt over zijn worstelingen met verslavingen en studeren. Sinds de zomer van 2023 komt hij enkele dagen per week naar De Windroos, waar hij zich thuis voelt, deel uitmaakt van de gezelligheid en vooruitgang boekt met zijn studie.

### Van hulpbehoevende tot hulpverlener

Roy is veertiger en is altijd geïnteresseerd geweest in de sociale studies. Zo heeft hij Pedagogiek en tot twee keer toe Culturele en Maatschappelijke Vorming geprobeerd te studeren. Zijn verslavingsgedrag zat hem echter in de weg. ‘Ik was gewoon een losbol. Ik gebruikte veel drugs, veel alcohol, zat achter de vrouwen aan en ging naar feestjes. Dat was mijn leven en studeren was zwaar ondergeschikt daaraan.’ De stap naar Jellinek heeft Roy goed gedaan en nadat hij daar in 2020 uitbehandeld was, besloot hij zelf als ervaringsdeskundige de hulpverlening in te gaan. Hij begon als vrijwilliger, heeft daarna als stagiair gewerkt en heeft nu een vaste baan bij Mentrum.

Als voormalig cliënt heeft Roy te maken gehad met verslavingen en psychische problematiek, en heeft hij diverse behandelingen ondergaan. Deze persoonlijke ervaring stelt hem in staat om op een authentieke manier contact te leggen met mensen. Daarnaast studeert hij Ervaringsdeskundigheid in Zorg en Welzijn om wetenschappelijke en theoretische kennis te vergaren en hiermee zijn professionele kennis en ervaringskennis te versterken. Hierdoor kan hij niet alleen beter aansluiting vinden bij cliënten, maar ook de kloof overbruggen tussen cliënten en reguliere hulpverleners. ‘Zij hebben vaak een andere manier van denken en handelen, vanuit hulpverlenende of medische opleidingen, in plaats van dat ze echt dicht bij de cliënt staan of daar ervaring mee hebben.’

### Psychisch lijden het nieuwe normaal

Tijdens zijn studentenleven is Roy tegen meer aangelopen dan enkel zijn verslavingsgedrag. Zo kwam hij er, nadat hij was gestopt met middelengebruik, achter dat hij een vorm van ADHD heeft. Hij kan zich hierdoor minder goed concentreren dan anderen. Ook heeft hij moeite

met lineair denken, van A tot Z. ‘Ik ga van hak op de tak en dan van die tak weer op de hak en via via beland ik ergens tussen A en Z, om uiteindelijk misschien eens een keertje bij Z uit te komen.’

Ook heeft Roy moeite met de examinering binnen het schoolsysteem. Met name verslagen schrijven vormt een struikelblok. Het vergt veel tijd achter de computer, iets wat Roy niet gewend is. ‘Wij hadden daar de middelen niet voor. Ik kom ook net uit een tijd dat er nog geen computers waren. En toen ik wat ouder begon te worden, heb ik het computertijdperk niet meegekregen. Dus ik heb heel veel achterstand opgelopen tijdens het begin

**‘Ik ga van hak op de tak en dan van die tak weer op de hak en via via beland ik ergens tussen A en Z, om uiteindelijk misschien eens een keertje bij Z uit te komen’**

van de opleiding.’ Wanneer Roy terugblijkt op die beginperiode spreekt hij over ‘psychisch lijden’. Een goed voorbeeld hiervan is hoe hij tegen het weekend aankeek. ‘Ik ben elk weekend vrij, alleen ik moet eigenlijk iets aan een opdracht doen, maar ik doe het niet, waardoor ik niet helemaal vrij ben en dus een bepaalde druk ervaar.’ Hij denkt dat voor veel mensen geldt dat ze psychisch aan het lijden zijn. ‘Het is het nieuwe normaal geworden.’

### De Windroos brengt verlichting

In 2023 kwam Roy bij De Windroos terecht, een grote stap. ‘Het is toch ergens een beetje raar om als 46-jarige niet mee te komen in een bepaald systeem dat geldend is, waar mensen op afgerekend worden en waardoor ik als hulpbehoevende moet gaan vragen om hulp bij dingen die andere mensen wél gewoon kunnen zonder daarover na te denken. Het was lastig, maar ik weet ook dat ik af en toe

in overgave moet gaan om te kunnen winnen, want ik kon het niet alleen.’

Hoewel hij in eerste instantie enige moeite had om aansluiting te maken en in te zien wat de meerwaarde was van De Windroos, voelt hij zich er nu thuis. ‘De Windroos biedt mij structuur en het is een plek waar ik mag zijn, waar andere mensen die soortgelijke problematiek hebben ook naartoe komen om te mogen zijn en aan hun opdrachten te kunnen werken. Het is een veilige omgeving waar we elkaar niet beoordelen en veroordelen, maar juist elkaar stimuleren om je op je eigen tempo te ontwikkelen en verder te komen.’

Vooraf de komst van studiebegeleider Niek heeft Roy geholpen. ‘Hij is naast me gaan zitten en heeft telkens bevestiging gegeven, of ik wel iets goed deed en hoe ik het moest doen. Toen ik met hem aan de slag ging, eindelijk vooruitgang zag, op de knop kon drukken om dingen te verzenden naar de hogeschool en een voldoende terugkreeg; dat waren wel roze-wolken-momentjes. Na meer dan drie jaar struggelen met die opleiding, gaf het me eindelijk eens een keertje rust.’ Met de stap naar De Windroos is ook veranderd hoe Roy tegen het weekend aankijkt. ‘Doordat ik hier aan m’n opdrachten werk, hoef ik me in het weekend niet druk te maken dat ik hieraan moet werken. Dan mag ik vrij zijn, écht vrij zijn.’ ◀



Studiebegeleider Niek (links) en Roy.

*'We wilden de jongeren iets bieden waar ze trots op konden zijn'*

# De beginjaren van stichting De Windroos

De basis voor de huidige Windroos werd rond 1990 gelegd door een groep ouders van jongeren met een psychische kwetsbaarheid. Corry Punch-Venneman was een van de initiatiefnemers en de eerste directeur. Ze vertelt hoe het allemaal begon.

**W**ij ouders kenden elkaar van de Adolescentenkliniek van het AMC, uit de oudergroep. Over de begeleiding in de kliniek waren we lovend, maar op een dag ging je kind naar huis met een doos pillen en dat was het dan. De brandende vraag van iedereen was: waar kan onze zoon of dochter heen? "School lijkt niet haalbaar en werk zal er niet in zitten" – dat is wat ouders zo ongeveer te horen kregen. Een goed vervolgtraject of herstelprogramma ontbrak.

## Pioniers op het gebied van herstel

Toen dachten wij: maar wij kunnen ook iets! Met de ouderadviesraad van de kliniek bedachten we het plan om stage- en werkplekken te organiseren binnen ons eigen netwerk. De kliniek kreeg subsidie voor dit stageproject en het ging van start. We waren heel enthousiast allemaal. De faxen – ja, die had je toen nog! – vlogen over en weer. Maar na ruim een jaar stopte het project plotseling. De resultaten bleken eerst gerapporteerd te moeten worden. Of het weer opgepakt zou worden, was onduidelijk. Dat was zo'n tegenvaller. Ons was inmiddels duidelijk geworden dat veel jongeren terug wilden naar school. Ze willen iets doen wat écht is. Geen gefröbel op een dagactiviteitencentrum; geen

zoethoudertjes. Als ouders zagen we het verdriet van de jongeren die nog geen diploma hadden. We zeiden tegen elkaar: waarom zetten we zelf niet iets op?

Alsof het zo moest zijn, kon een aantal van de jongeren meedoen met een pilot van het ROC van Amsterdam. Ze werkten daar met het ECDL (Europees computertijbewijs, red.). Dat programma was relatief nieuw en men wilde zien wat de jongeren ervan vonden. Er kwam een "train de trainer" voor ouders, zodat wij les konden geven. Dat gaf mij de kans om mijn licht op te steken in de lerarenkamer en van alles te vragen. Ondertussen lazen we thuis alles wat los en vast zat. Mijn echtgenoot Maurice



is socioloog en gepromoveerd op onderwijs. Samen lazen we Amerikaanse onderzoeken over het computerproject van de Universiteit van Boston en over Supported Education. Niet lang daarna organiseerde de ggz over dat onderwerp een congres. Daar hebben we besloten: Begeleid Leren, dat gaan we doen. We zijn dus min of meer tegelijk begonnen met Begeleid Leren als Lies Korevaar van de Hanzehogeschool; Lies vanuit het onderwijs en wij met een maatschappelijke insteek.

Niet lang daarna las ik dat het oude postkantoor in Amstelveen een maatschappelijke bestemming kreeg en dat er ruimtes te huur waren. Ik ging er gelijk achteraan. Het was een beetje een onhandig gebouw met een zolder hier en een zolder daar en maar één wc, maar wij vonden het fantastisch. We kregen een gift van de Rabobank en sprongen met zijn allen, acht ouders, in het diepe. Van de gemeente mochten we uit de kelder gebruikt kantoormeubilair uitzoeken en de Rabobank en het ROC gaven ons oude computers.

We ontdekten dat de computer een uitgelezen instrument was voor concentratieverbetering. De computer had voor jongeren ook status, want twintig jaar geleden had nog lang niet iedereen er een. Deelnemers konden aan het ECDL werken. Dat programma is opgebouwd uit Office-modules met elk een officieel examen. De jongeren

*'Men vond ons plan wel sympathiek, maar dacht dat we dit als ouders niet konden bolwerken'*

werkten zo toe naar een erkend diploma en deden stapsgewijs succeservaringen op. We zagen hun zelfvertrouwen groeien!

Hoop was een kernwoord voor De Windroos. Wij vonden dat jongeren met een psychische kwetsbaarheid wel degelijk in staat waren om te studeren. Wij stimuleerden ze hun veerkracht te benutten en boden de benodigde structuur en het gereedschap. We gingen niet mee met de in de psychiatrie gangbare taal. Wij hadden het over revalidatie in plaats van rehabilitatie en spraken van psychosegevoeligheid. We waren de eersten die het begrip "herstel" gebruikten. We ontwikkelden een eigen methodiek, op basis van wetenschappelijk onderzoek dat aansloot bij onze ideeën, De Windroos Formule.

## Zoektocht naar erkenning

Steeds iets nieuws verzinnen voor subsidieaanvragen was niet makkelijk en regelmatig kregen we afwijzingen te verwerken. Maar veel confronterender was, dat onze deelnemers maatschappelijk gewoonweg niet in beeld waren. Soms kregen we als reactie op een aanvraag dat men niet zag wat het rendement van de investering zou zijn. Ik herinner me een





afgevaardigde van het Zorgkantoor Amsterdam die schamperde: "Wij gaan niet betalen voor sport en computers!" Of dan werden we weer dagactiviteitencentrum De Windroos genoemd. Heel ontmoedigend. Het bestaansrecht van De Windroos werd niet gezien – maar hoe vooruitstrevend waren we!

In 2009 kreeg De Windroos de Ria van der Heijdenprijs. Ik mocht hem namens ons allemaal in ontvangst nemen. In mijn dankwoord heb ik gezegd dat De Windroos zich sterk maakt voor het recht op herstel, voor het recht op passend onderwijs en werk, en voor het recht op een plaats in de samenleving. Kortom, voor het recht op gewoon burgerschap. Om de onrechtvaardigheid te illustreren, vergeleek ik de zorg voor een jongeman die een ernstig brommerongeluk heeft gehad met die voor een jongeman die een psychose heeft doorgemaakt. Voor de eerste is de behandeling wanneer hij uit het ziekenhuis komt klip en klaar: revalidatie en aanpassingen in huis, indien nodig. Voor de tweede jongeman is er na zijn opname niets. Voor jongeren zoals hij wilden wij als De Windroos opkomen.

Voor mij persoonlijk was de erkenning van professor Marius Romme, een door mij gewaardeerde wetenschapper, heel belangrijk. Hij las de Windroos-publicaties en vertelde ons dat hij in zijn werk in de Sociale Psychiatrie altijd een maatschappelijk steunsysteem gemist had. Hij pleitte voor De Windroos en onze methodiek; dat was mijn grootste bevestiging.

#### **Een hoopvolle toekomst**

Ik heb De Windroos met bloedend hart verlaten, maar ik ben heel dankbaar dat De Windroos nog bestaat. Jullie zijn nu veel harder nodig dan wij destijds, met alle wachtlijsten en de decentralisatie van de zorg. In de eerste psychosezorg was er nog specifieke aandacht voor de jongeren; nu is dat allemaal ambulante zorg geworden. Het gevaar is dat ouders weer alles op hun bord krijgen, want hoe goed een ggz-medewerker ook is, na dertig minuten is die weer weg. Ik zie een hoopvolle toekomst waarin Begeleid Leren grootschalig geïmplementeerd is en er een setting zoals De Windroos is in elke grote stad. Ik vind het zo mooi: hoe De Windroos nu is, is precies hoe we het destijds voor ogen hadden! ◀



## Tijdbalk De Windroos

- 1994 Inschrijving bij de Kamer van Koophandel als Stichting Een op de Honderd
- 1999 Opening locatie Amstelveen
- 2003 De stichting verandert haar naam in Windroos Foundation; AWBZ-erkenning
- 2006 Publicatie van De Windroos Formule
- 2007 NIAZ-accreditatie
- 2009 Ria van der Heijdenprijs
- 2009 Opening locatie Leiden
- 2015 Overgang naar de Wmo
- 2016 HKZ-accreditatie
- 2017 Focus op Begeleid Leren
- 2019 Ontwikkeling Reflectietool; De Windroos 25 jaar!
- 2023 Locatie Amstelveen verhuist naar Amsterdam

Interview met *Thamara van Straaten*

# ‘De Windroos is een brug tussen de behandeling en hoe verder’

Thamara van Straaten werkt als trajectbegeleider bij GGZ InGeest en verwijst regelmatig haar cliënten naar De Windroos. ‘Ik zou niet weten wat we zonder De Windroos moeten doen.’

**T**hamara is als trajectbegeleider onderdeel van de poli Jongvolwassenen. ‘Mijn cliënten zijn doorgaans 18 tot 25 jaar oud, hebben vaak al een of meerdere studies gedaan of zijn er mee bezig. Ze volgen middelbaar onderwijs, zijn doorgegaan met een vervolgstudie of hebben noodgedwongen een tussenjaar genomen. Ze hebben psychische klachten van mild tot ernstig. Ook heb ik veel cliënten met een vorm van autisme. Ik zie vaak dat de overgang van school naar hbo of universiteit lastig is. Vaak lopen ze al langer met diverse problemen rond, totdat ze echt vastlopen, dan komen ze bij ons.’

Voor Thamara komt De Windroos om de hoek kijken als ze ziet dat een cliënt langdurige ondersteuning nodig heeft. ‘Als trajectbegeleider ondersteun ik cliënten zolang de behandeling loopt bij de poli. Soms kan ik tijdens die behandeling niet de ondersteuning bieden die ze nodig hebben. Dan verwijs ik ze al eerder door naar De Windroos.’

## **De Windroos is uniek**

Wat De Windroos uniek maakt, zijn de studielocaties in combinatie met de begeleiding die ze daar bieden. Ze bieden de mogelijkheid om met dagstructuur en persoonlijke begeleiding in een veilige en serieuze omgeving aan de slag te gaan met onderwijs en, heel belangrijk, ze bieden

deelnemers de mogelijkheid om lotgenoten te ontmoeten. Ik ben oprecht heel enthousiast over hoe ze hun begeleiding geven. De ambulante studietoetsing, bij mensen thuis of op school, is voor mijn cliënten ook een hele goede aanvulling.’ Thamara kan niet genoeg benadrukken hoe belangrijk De Windroos is voor haar en haar collega’s. ‘Ik zou eerlijk gezegd niet weten wat ik zonder De Windroos moet. Er is geen andere organisatie die doet wat zij doen. Ik voel me een soort hofleverancier. Ik werk sinds 2015 met De Windroos samen en heb in die tijd al zo’n 40 cliënten doorverwezen. Wat De Windroos zo bijzonder maakt? Ze biedt echt unieke hulp, die voor een hele grote groep super waardevol is. Het is met lotgenoten, maar net zo goed individueel, het is veilig, op maat, persoonlijk, met alle geduld. Het gaat om perspectief en om hoop.’

## **Er moet meer bewustwording komen**

Om in de toekomst meer jongvolwassenen met een psychische kwetsbaarheid te kunnen helpen, moet volgens Thamara echt iets veranderen in het reguliere onderwijs. ‘Hiervoor moet meer bewustwording rondom dit onderwerp komen. Er is een hele grote groep jongvolwassenen met een psychische kwetsbaarheid die geen hulp krijgt. Over het algemeen valt mij op dat de bekendheid bij betrokkenen van de wet- en regelgeving niet optimaal is. Zo is het erg onbekend dat gemeenten



studietoelagen kunnen verstrekken onder bepaalde voorwaarden. Dit verlaagt in veel gevallen de studie/werkdruk-combinatie, waardoor het volhouden van een studie meer kans krijgt.’

Thamara noemt schaamte bij jongvolwassenen ook als een van de oorzaken. ‘Ze praten op school vaak niet over hun probleem, bang voor het stigma dat ze krijgen. Ze vinden dat ze het zelf moet kunnen. Dit is zo jammer, want hierdoor is er een hele grote groep die niet opvalt. Een verborgen groep. Soms denk ik: “Oh, dit had veel eerder opgepakt moeten worden.” Op middelbare scholen zie ik steeds meer kennis over het onderwerp. Maar op hogescholen en universiteiten zou nog meer specifieke kennis en aandacht moeten komen, in aanvulling op de al goede dingen die ingezet worden vanuit “studeren met een functiebeperking”. Er zijn nog steeds studenten die ook daar niet goed aankomen. Hier speelt tevens in mee dat ze een groot beroep doen op zelfredzaamheid en eigen verantwoordelijkheid.’

## **De Windroos is een brug tussen behandeling en hoe verder**

Thamara ziet ook positieve ontwikkelingen. ‘Zo heeft Begeleid Leren een structurele plek binnen de Hanzehogeschool Groningen. Daar is

‘Het is veilig, op maat, persoonlijk, met alle geduld. Het gaat om perspectief en om hoop’

intensievere ondersteuning mogelijk, specifiek voor studenten met psychische belemmeringen. Er zijn ook bijeenkomsten voor studenten over studeren met een functiebeperking en er worden binnen de verschillende instituten mooie projecten opgezet om toch meer ondersteuning te kunnen bieden waar nodig. Decanen en studieadviseurs vervullen daarnaast ook een belangrijke rol.

Thamara vindt ook haar samenwerking met De Windroos een mooi voorbeeld van hoe het kan. ‘Die samenwerking voelt echt als collega’s. Wij zijn een brug tussen de behandeling en hoe verder. Zo heb ik een keer een meisje doorverwezen dat wilde stoppen met haar universitaire studie. Ze was bijna klaar met haar opleiding. Ik moest de behandeling met haar echter afsluiten. Ik zag de paniek in haar ogen. Toen ik de mogelijkheid van De Windroos noemde, zag ik de opluchting bij haar. Ze stond er niet alleen voor, ze kon op iemand terugvallen. Zo waardevol is De Windroos.’ ◀



## Interview met Mariska Knauf

# ‘De Windroos, waar moeilijkheden uitdagingen worden’

Begin 2024 werkt Mariska Knauf bijna twee jaar bij De Windroos als trajectbegeleider. Gedurende drie dagen in de week geeft zij met veel plezier en betrokkenheid vorm aan het ondersteuningsproces van de deelnemers.

### *Als vrienden aan jou vragen wat De Windroos is, hoe leg je dat dan uit?*

Ik beschrijf De Windroos altijd als een klein pareltje in Amsterdam, waar jongvolwassenen met een psychische kwetsbaarheid begeleid worden bij het oppakken van hun studie, maar ook van hun leven in bredere zin. Vaak krijg ik vervolgens de vraag om wat voor psychische kwetsbaarheden het dan gaat en daar geef ik dan een aantal voorbeelden van, zoals autisme, psychosegevoeligheid, faalangst of depressiviteit.

### *Hoe ziet jouw werkdag bij De Windroos eruit?*

In algemene zin zijn mijn werkdagen vrij afwisselend, maar er is wel sprake van een

bepaalde dagstructuur. We starten de dag altijd met een gezamenlijk werkoverleg, waarbij we even koffie met elkaar drinken en de aanwezigheid van deelnemers of andere belangrijke zaken bespreken. Daarna volgen vaak individuele gesprekken met deelnemers, zoals een voortgangsgesprek of een evaluatiegesprek. Soms staan deze gesprekken ingepland en soms vinden ze op aanvraag van een deelnemer plaats. Daarnaast ben ik bijvoorbeeld bezig met het schrijven van een begeleidingsplan of vindt er een kennismakingsgesprek met een nieuwe deelnemer plaats. Op vaste momenten houden we pauze met de deelnemers en zorgen we met het team voor een stukje sfeer en luchtigheid. Ook in de

## ‘We werken hier met een gedreven team met een brede expertise op het gebied van studievaardigheden en jobcoaching’

middag ben ik vervolgens weer bezig met eerder genoemde activiteiten of heb ik bijvoorbeeld contact met andere betrokkenen, zoals een decaan of een begeleider vanuit de ggz. Aan het einde van de dag maak ik vaak nog wat administratieve dingen in orde, ruim ik op en bekijk ik wat de dag van morgen gaat brengen. Daarna spring ik op de fiets naar huis.

### *Hoe ervaar je het werken op De Windroos?*

Ik ervaar het werken hier als dynamisch, veelzijdig en warm, en daarnaast ervaar ik bij het werken een grote betrokkenheid. Met dynamisch en veelzijdig bedoel ik dat geen dag hetzelfde is. Elk gesprek is weer anders, de externe contacten zijn divers, je bent met verschillende dingen bezig voor een deelnemer en de deelnemers zijn op zichzelf natuurlijk ook uniek. Met warm bedoel ik dat we onze deelnemers een warm welkom proberen te geven met het team. Iedereen mag hier zichzelf zijn en dat past goed bij de diversiteit van onze doelgroep. Daarbij vind ik het ook belangrijk om stil te staan bij kleine successen en deze te vieren. Dit alles gebeurt vanuit een grote en oprechte betrokkenheid. Je loopt en leeft mee met de jongeren.

### *Hoe komt het dat deelnemers opbloeien bij De Windroos? Wat zie jij als de werkende ingrediënten?*

Plezier, positiviteit, complimenten, toekomstgericht vooruitkijken, persoonlijke aandacht, humor en natuurlijk de hulp bij datgene waarin ze vastlopen. We werken hier met een gedreven team met een brede expertise op het gebied van studievaardigheden, coaching en jobcoaching en loopbaanbegeleiding. Daarbij hebben we oog voor de talenten van een deelnemer en gaan we uit van iemands kracht en talent in plaats van dat wat lastig is.

### *Heb je een motto dat jouw visie op de ondersteuning aan deelnemers kenmerkt?*

Als je iets gaat doen of een keuze maakt voor iets dat bij je past en waar je hart ligt, dan veranderen

moeilijkheden in uitdagingen. Dan lukt het om verder te komen en ontstaat er perspectief. Hier probeer ik deelnemers bewust van te maken.

### *Kun je een voorbeeld geven van een traject waar je met trots op terugkijkt?*

Kort nadat ik bij De Windroos gestart ben, ben ik een deelnemer gaan begeleiden, die niet zo goed wist wat hij wilde. Eerdere studies waren niet gelukt en nu twijfelde hij of hij nog wel wilde studeren en zo ja, welke studie hij dan zou willen volgen. Daarnaast zat hij al een jaar thuis en was er in die zin sprake van een stukje sociaal isolement met eenzame gevoelens. Inmiddels is het hem gelukt om een positieve omkering te bewerkstelligen. We zijn daarvoor in eerste instantie begonnen om zijn belastbaarheid op te bouwen, door op De Windroos aanwezig te zijn en met begeleiding aan zijn studievaardigheden te werken. Dit lukte hem goed en vervolgens is hij open dagen gaan bezoeken, waar het kwartje voor hem viel ten aanzien van wat hij wilde gaan doen. Inmiddels is hij met goede motivatie aan een studie begonnen. Daarnaast is het sociale isolement voor hem verdwenen. Hij gaat naar school en op De Windroos wordt hij gezien door zijn begeleiders en heeft hij contact met andere deelnemers, met wie hij interesses deelt en waarbij er zelfs beginnende vriendschappen zijn ontstaan. Hij voelt dat hij er nu niet meer alleen voor staat.

### *Wat is jouw kijk op de toekomst van De Windroos?*

Ik zie voor De Windroos nog veel potentieel. Ik denk, of eigenlijk weet ik, dat er veel jongeren zijn die een steuntje nodig hebben, maar die misschien niet altijd gediagnosticeerd zijn. Mogelijk kunnen wij scholen op dit gebied ontlasten, omdat we bij De Windroos meer persoonlijke aandacht kunnen bieden. Daarnaast brengt de verhuizing naar het nieuwe gebouw in Amsterdam nieuw elan met zich mee. Ik hoop dat we vanuit Amsterdam een grotere doelgroep kunnen bereiken, die we daar kunnen ondersteunen in een mooi, modern en professioneel pand. Daarbij zie ik graag het aanbod in workshops en trainingen uitgebreid worden, waarbij we deelnemers bijvoorbeeld mee kunnen nemen in het leren solliciteren of in het trainen van studievaardigheden. ◀



**De Windroos**

**De Windroos Amsterdam**

Zekeringstraat 23 A-01  
1014 BM Amsterdam  
020-345 36 50

**De Windroos Leiden**

Stationsweg 12  
2312 AV Leiden  
071-513 74 88

[www.dewindroos.com](http://www.dewindroos.com)