

ERVARINGSDESKUNDIGE

# 'HET WAS EEN MEESTERLIJKE ZET'



ABC, een afdeling van Altrecht ggz voor jongeren met een psychotische kwetsbaarheid en familievereniging Ypsilon kregen onlangs van de Schizofreniestichting de eerste prijs voor hun innovatieve buddyproject. Cliënt Mark Hensbergen over de waarde van zijn buddy.

Mark Hensbergen (22) is een van de jongeren die een jaar begeleiding kreeg van een buddy. Hij zegt: 'Zo'n drie jaar geleden kreeg ik een buddy toegewezen, ik was toen achttien. De buddy was een psychologe-in-opleiding. Destijds had ik een psychose achter de rug en ik had op dat moment niet zoveel activiteiten. Ik kon me slecht concentreren en ik was veel in gedachten. Vanaf het moment dat deze buddy me ging begeleiden, hadden we ongeveer iedere week contact. Dan organiseerde zij allerlei uitjes, naar de bioscoop en zo. Nu ik daar op terugkijk, weet ik dat ik daar veel aan heb gehad. Het gewone sociale contact met haar, onder de mensen komen, dat deed ik toen niet uit mezelf. Daar heeft zij me zeker bij geholpen. Tegen het eind van het jaar dat zij mijn buddy was, heeft ze me gestimuleerd bij een hardloopleague te gaan. Eerst wilde ik dat niet, maar ze zette door. Ze zei dat ze mij handvatten wilde geven voor de omgang met andere mensen. Uiteindelijk hebben we toen twee verenigingen bezocht. Bij de laatste bleken de mensen sociaal gezien bij mij te passen, velen waren van mijn leeftijd. Ik zit nog steeds bij die club en heb er veel mensen beter leren kennen. Als mijn buddy dat destijds niet had doorgezet, was dat allemaal niet gebeurd. Het was eigenlijk een meesterlijke zet van haar, daar heb ik veel aan gehad. Inmiddels ben ik mijn mbo-rechtenopleiding aan het afronden en daarna begin ik aan een milieustudie. Het gaat wel prima zo.' (SvD)

Voor meer informatie over het buddyproject zie [www.ypsilonutrecht.nl](http://www.ypsilonutrecht.nl)