

Getuigenis kristof Stubbers

Tijdens mijn opnames en de jaren na mijn opnames- ik werd meerdere malen opgenomen met psychoses- had ik veel last van stigma en zelfstigma. In de psychiatrie zag ik hoe er een strikt onderscheid gemaakt werd tussen personeel en patiënten. Buiten de psychiatrie durfde ik mij vaak niet 'outen'. Als men mij vroeg naar mijn werk, maakte ik mij er vaak met een smoes van af, of stakte het gesprek. Ik voelde mij minderwaardig. Mijn identiteit was 'psychiatrisch patiënt'.

Nu ik al een aantal jaren stabiel ben, ebt dat stigma en zelfstigma langzaam weg. Ik volg een opleiding ervaringsdeskundige in Heverlee, ik ben werkzaam in verschillende werkgroepen en het psychiatrisch centrum van Geel en ik begeleid daar ook een herstelgroep. Mijn zelfvertrouwen neemt stelselmatig toe en ik schaam me er ook minder voor dat ik een psychische kwetsbaarheid heb.

In het bezoekerscentrum wilden we duidelijk laten zien dat mensen niet samenvallen met hun ziekte. In een film van 10 minuten laten we zien hoe ervaringsdeskundigen terug in hun eigen kracht gaan staan. We zien hoe mensen opnieuw rollen gaan opnemen.

Marlies zien we als gids in het bezoekerscentrum, Jo in de vrijetijdswinkel, ik die een herstelgroep begeleid, Danny als kunstenaar,...

Mensen gaan terug rollen opnemen buiten het "psychiatrisch patiënt" zijn. Zo krijgen ze terug zelfrespect en zoals Gust het als kunstenaar verwoordt: door zijn tentoonstellingen, vermelding in catalogus, krijgt hij ook een zekere status. Hij voelt zich nu eerder kunstenaar, dan psychiatrisch patiënt.

De bezoekers worden ook gegidst door één van ons. Wij brengen dan ook gedeeltelijk ons herstelverhaal en de mensen kunnen in dialoog treden met ons en zo zien dat we ook 'gewone' mensen zijn en geen 'zottekes'. In Geel en omstreken wordt immers nog altijd gesproken over de 'zottekes van Geel'.

Iedereen vertelt wat hij wil vertellen. We kunnen ook te maken krijgen met 'moeilijke' vragen, dat het té dicht komt. Daar leren we mee omgaan, door ook onze grenzen te stellen.

We hebben met onze gidsengroep ook eigen gedichten op de muren gekleefd, over onze aandoening , maar vooral over ons mens-zijn.

In de tuin staan deuren met spiegels waar bezoekers geconfronteerd worden met uitspraken over psychische kwetsbaarheid.

Ook in de tentoonstellingsruimte staan nog teksten i.v.m. Stigma. Wat mensen allemaal zeggen, doodoeners: bezoekers kunnen hierover nadenken.

We hebben nu subsidie gekregen voor een scholenproject. We richten ons tot de 2 laatste jaren van het secundair. Ook hier willen we jongeren in contact brengen met ons, mensen met een psychische kwetsbaarheid.

We willen het gesprek aangaan en laten zien dat het allemaal niet zo vreemd en ver van mijn bed is.

We nemen ook een vragenlijst af over stigma, voor het bezoek en na het bezoek. We hebben dat al een paar keer gedaan en door hun bezoek en het gesprek met ons gaan mensen toch anders denken over psychiatrie en psychisch ziek zijn. Ze beseffen vaak dat het ook hun kan overkomen en niet zo ver weg is als ze dachten.