

“ am I allowed to feel about this?”

**Thesis by ; Jasmijn Rowling
0983913**



**“ You mustn’t cry for me.”
As stated by my father John Nicholas Rowling**

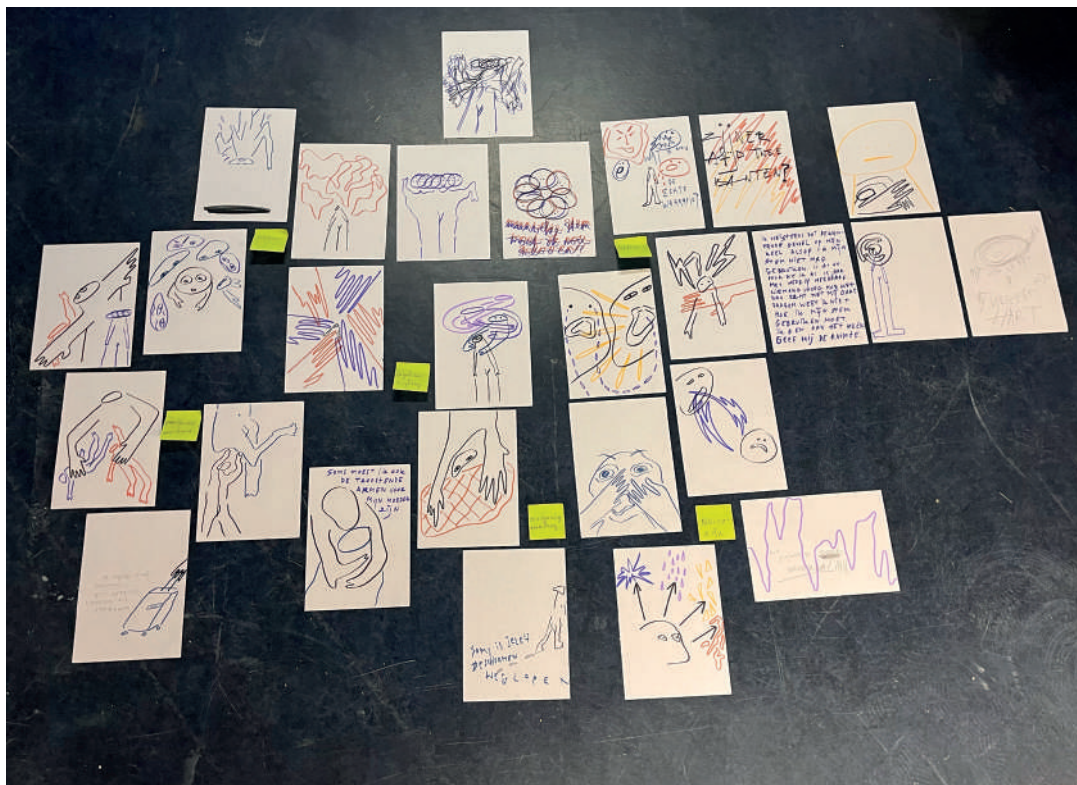
**Illustration
Practice ; Cultural Diversity**

**Supervisors:
Lars Deltrap & Robert van Raffe
Arvand Pourabbasi**

19/12/2023

Index

Index	2
Preface	4
Introduction	7
Methodology	9
For the reader:	10
Stigma & shame	11
Lack of voice	14
Protecting	17
Conflict	20
Boundaries	23
Conclusion	26
Thank you	27
Sources	28
Appendices:	
Appendix A	29
Appendix B	40
Appendix C	53
Appendix D	63



Statement of Originality:

This document was written by me and in my own words, except for quotations from published and unpublished sources which are clearly indicated and acknowledged as such. I am conscious that the incorporation of material from other works or a paraphrase of such material without acknowledgement will be treated as plagiarism, subject to the custom and usage of the subject, according to the Hogeschool Rotterdam / WdKA regulations. The source of any media (picture, map, or illustration, AI bot such as Chat GPT) is also indicated, as is the source, published or unpublished, of any material not resulting from my own experimentation or observation.

Jasmijn Rowling



Preface

I was 8 years old when my dad was diagnosed with bipolar disorder. The chief of the human genetics branch at the National Institute of Mental Health describes it as a range of mood changes that go to the extreme. Bipolar Disorder is a mental illness that occurs occasionally at irregular intervals (McMahon, 2023). The manic periods can range from extremely happy, very irritable, high energy, or a combination of these. Where the focus can lie on spending large amounts of money, getting into arguments, and making bad decisions. This can result in severe manias and psychosis, where some people experience hallucinations, hearing voices, or seeing things other people can't see. While depressive episodes can cause sadness, hopelessness, indifference, and anxiety symptoms (McMahon, 2023).

Within my family I am the youngest of five kids in total, my half-sister Gemma and half-brother Joe live in England and Australia with their children. They are from my father's first marriage. My British dad Nick moved to Utrecht, the Netherlands to be with my mother Marieke, and they had three girls Sacha, Hannah, and Jasmijn (me). My parents separated in 2015.

Being born in 1944, my father had a very difficult childhood. My father lost his father in a boating accident when he was only 10 years old. Due to losing the love of her life and husband, my grandmother was very depressed. She taught my father not to talk with anyone about it, even his siblings who were living with family and in boarding school at that time. After this incident, my father was sent to an all-boys boarding school, in England in the 1950s–1960s this was a place where obedience and punishment were the norm.

To this day my father never speaks about these early years of trauma he went through. My father never learned how to deal with conflict, change and confrontation, this allowed him to shut himself off from others and ignore the value of speaking out. His embodied experience created a place of unresolved trauma in his body and brain.

My father had his first diagnosed psychosis in the summer of 2009, which resulted in him being admitted to a mental hospital. As an 8-year-old child, it was hard to understand the situation my dad and family were in. This is when my oldest sister got in contact with a psychologist, who recommended KOPP/KOV groups to us and my mom decided to sign me and my sisters up. These groups were a place with fellow children of similar ages and situations would come together once a week to talk about their experiences with parents with mental health issues, or addiction problems.

KOPP/KOV stands for Kinderen met Ouders met Psychiatrische Problemen (KOPP), which translates to COPMI; Children Of Parents with Mental Issues. KOV stands for Kinderen van Ouders met Verslaving, which translates to Children Of Parents with Addiction Problems (Trimbos, 2023).

My father has been admitted to a mental health institute three times. First in 2009, second in 2011, and last in 2021, the first two times being there for 3 months and the last time 10 weeks. For him, this meant hyper-fixation on political events, sorting photographs, high drive for painting, writing, and many more tasks.

These periods would be intense and my dad could be described as a “ticking time bomb”, not knowing where his mind was and where it would take him. But this version of my father is also the “Nick” I have the best connection with. His sense of storytelling, creativity, and knowledge of artists, movies, books, and historical events could captivate anyone in the room. The connection between bipolar disorder and creativity is described by psychologist and researcher Sheri Johnson as:

“In considering variability of creativity within bipolar disorder, people with bipolar disorder differ greatly in their comorbid conditions, impulsivity, motivation, drive, confidence, and positive affectivity. Each of these characteristics is likely to influence creativity.” (2012)

In a lot of projects as an illustrator and social maker, drawing has been a method to process certain situations. I am not scared to use my traumas as a source of inspiration. Sometimes I have the urge to talk about something, but I don’t know how yet. Art helps me to figure everything out. It helps me process, share, and talk about subjects that are difficult to talk about. From a young age, I understood not everyone has a father like I have, but that is the beauty and difficulty of it.



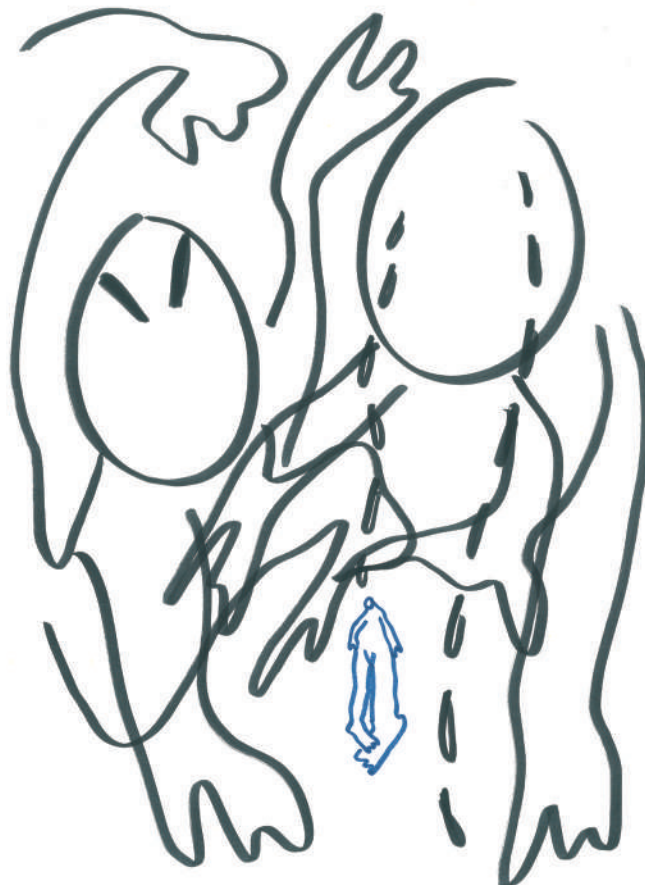


Introduction

The Netherlands currently counts 506.000 parents with a psychological and/or addiction problems with children living at home with the age up until 12 years old. They count 671.000 parents with a psychological and/or addiction problems, for children living at home up until the age of 17 years old (Trimbos Institute, 2023). This means that of all children living at home 27,9% of the children are KOPP/KOV kids. I grew up as one of them.

Being within an environment of friends, family and education where you can be misunderstood, can create a sense of shame around the stigma surrounding mental health issues. The lack of understanding can create a mask for children, not willing to show their true emotions about the situation. This can create a sense of invisibility, and organizations know the KOPP/KOV children exist, but a lot of the time it's hard to find these children and to connect with them according to a preventative specialist at Jellinek, Marleen Kouwenhoven (see Appendix C).

Within my research, my focus lies on my embodied experience, using my memories, feelings and expressions through drawing to illustrate what I am going through. To show my feelings as a KOPP child are valid and that my work will be recognized by other KOPP/KOV children. That is why I am researching the following question in this document: How can I use my embodied experience to create illustrations to unveil the invisibility of KOPP/KOV children?





Throughout my findings, I have discovered my drawing as a tool for reflecting on certain memories and expressing feelings. I use my illustrative skills to show various themes and analyze these drawings through various theoretical articles, inspiration, interviews and different formats. In my articles, I use the expertise of various psychologists, artists and art therapists and findings from the Trimbos Institute. Besides that, I have interviewed people within various KOPP/KOV organizations.

For young children, these experiences with their parents can lead to mental issues or addiction problems later on in their lives. The Trimbos Institute has various collaborations with different organizations (Youz, Indigo, Jellinek) and these organizations have prevention intervention groups, that children can go to to meet their companions. They also organize workshops and counseling, to create a better understanding for teachers and other people in the work field.

These KOPP/KOV prevention groups are here to create a safe space for the children and to prevent mental issues and addiction problems later in their lives. I participated in one of these groups when I was 8 years old and started joining KoppOp in Rotterdam this year.

Within my research, I want to shed light on KOPP/KOV children and especially my experience. I want to show other KOPP/KOV children that they are not alone in their experiences and that talking, drawing, and expressing about these situations is okay. After all these years I want to show us that KOPP children aren't invisible, we exist and we struggle. We hide from others because we have learned not to talk about mental health issues. I also want to show my father it is okay to feel and speak about your traumas. To teach children to learn from their parents' mistakes and try to do better.

Methodology

According to Talwar Savneet (2007), the studies within neuropsychology, art, and PTSD have presented significant findings. For art therapists engaged in accessing trauma through image-making, art-making may involve the brain's hemispheres in accessing memories and processing emotions. This is one of the methods I have used during my research. I use my art as a vessel to process emotions and access memories.

Throughout this research, I went through the shame and accepted my way of making. Trying not to be too critical of the outcome, but to show the psychological and sociological sides of my methodology. Creating through my embodied experience; feelings, memories, conversations and drawing as an urge.

Beginning with small sketches continuing to bigger drawing sessions to categorize my work. Finally analyzing my embodied remembrance and allowing my body and mind to take space to embrace my younger self, and have a sense of growth. This method showed me how art can pull out feelings I haven't felt in 15 years. This project can show and pressure others that creating is a way to understand yourself better.

During my research, I gathered information from various places, such as; reading about KOPP/KOV at the Trimbos Institute, visiting the exposition "KIND VAN" (2023) by Stichting Open Mind, conducting interviews with people connected to organisations, Youz, Indigo and Jellinek. Visiting the KOPP/KOV group for adults KoppOp in Rotterdam and having conversations with family members and friends. Besides that, I also surveyed fellow KOPP/KOV children and I used various articles surrounding this topic.

Artist Penny Siopis described her approach to art as:

"You're not just painting or making work about the empirical changes that you witness, but the psychological changes." (Cairns, 2021)

This inspired me to use my methodology and using it as an approach to healing and confronting my feelings surrounding this topic.

These research methods inspired me to do quick drawing exercises afterward. For example, one session at KoppOp was about boundaries and if you were able to do this with your family and or friends. I discovered how difficult this was to me and I made a series of drawings surrounding this topic. However, I have also used the themes in the Factsheet of Trimbos (van Doesem et al. 2019) as a setting point for my drawing sessions. Using a big stack of paper and simple pens I would allow myself to go all out, every drawing not thinking about memories and emotions for too long and releasing everything that was inside.

After drawing, I would lay out all the drawings and would add a theme, this helped me understand the connection between them. This resulted in the following chapters for this document; Stigma and Shame connect to what the outside world thinks about you or your family, Lack of voice is about the feeling of not being able to speak out. Wanting Protecting and needing to protect others. Conflict has been all around me my whole life, always wondered what to believe. Ending the chapters with Boundaries, because this has been difficult but necessary.

For the reader:

How can I use my embodied experience to create illustrations to unveil the **invisibility** of KOPP/KOV children? This will be researched through a method of quick drawing and categorizing my thoughts, using articles, interviews, and other work to explain my work and invisibility. This document will take you through various themes, each theme shedding light on another feeling or experience. All these themes together conduct my embodied experience surrounding this topic.

Allow this document to guide you through the chapters and feelings connected to my KOPP/KOV experience. Each chapter will begin with a small introductive sentence to the theme, following a theoretical approach to the subject. The theoretical approach explains the theme and connection to KOPP/KOV further.

Each chapter will follow a series of illustrations by me, if a drawing is shown it is necessary to look at the illustration before continuing reading. This will allow the best understanding of the document.

The images will show my embodied experience and analyzing the drawings allows the reader to understand the process better. Look at the images in an analyzing way and have the urge to understand the KOPP/KOV experience better.



Stigma & shame

Feeling shame about your parent, feeling different. Feeling ashamed your parent will do something out of the ordinary.

Shame is a universal emotion that plays out both privately and publicly, said Siopis (2021). Her work is about the shame surrounding apartheid and femicide. The topic might seem unrelated to my research, but her work “Shame” (2016) shows the power of simplicity in illustrations. You don’t have to completely understand the feeling of shame, but you understand the urgency and pain she tries to capture. Throughout my research, I tried to capture my sense of shame. What is shame exactly and why does it play a role for me?

In the Trimbos Institute Factsheet, they state, translation by me:

“ Stigma means that there are negative characteristics or biases assigned towards a specific group, where it’s difficult to get rid of these preconceived notions.”

(Van Doesum et al. 2023) adding: “ Stigma can lead to feelings of shame.”

Because you feel like you are part of a group of outsiders, misunderstood by society it’s difficult to describe your feelings and even share your feelings.

As the results of research done by Bruce G. Link, a sociologist “...that stigma strongly influences the self-esteem of people who have a mental illness.” (2001) This means recovery for those can be more difficult when they aren’t supported in their environment.

Imagine it’s difficult for your parent to break through this stigma others have about you, including the shame you feel towards yourself. It could be hard to talk about your feelings with your family if you feel they have a certain type of feeling and opinion towards you.

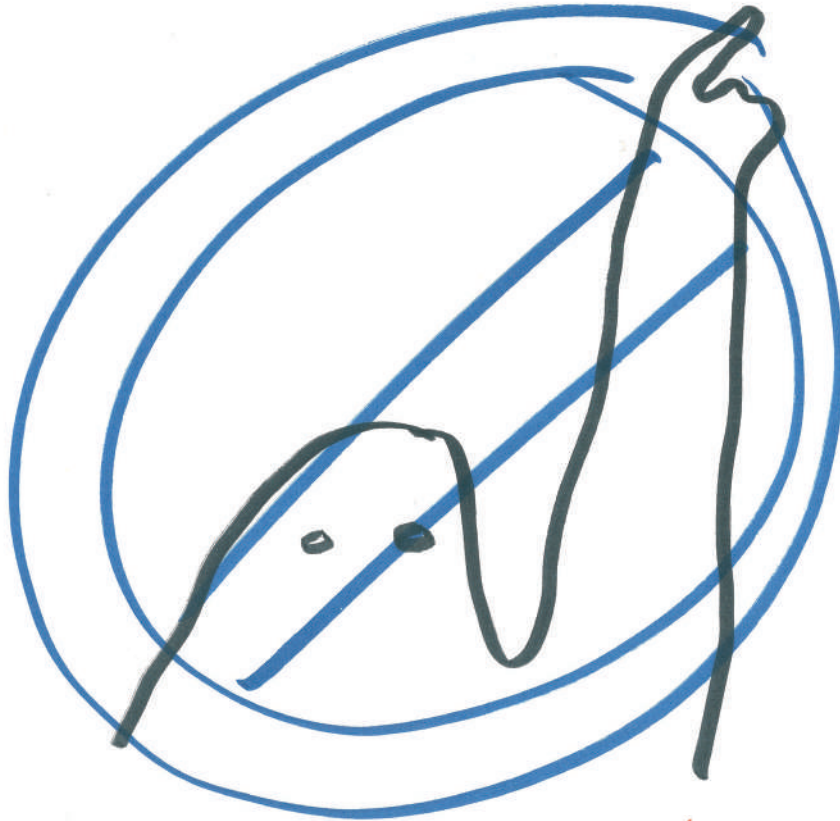


Within the survey (see Appendix D), I asked fellow KOPP/KOV children about their experience within the school system and speaking out I translated a quote from the survey:

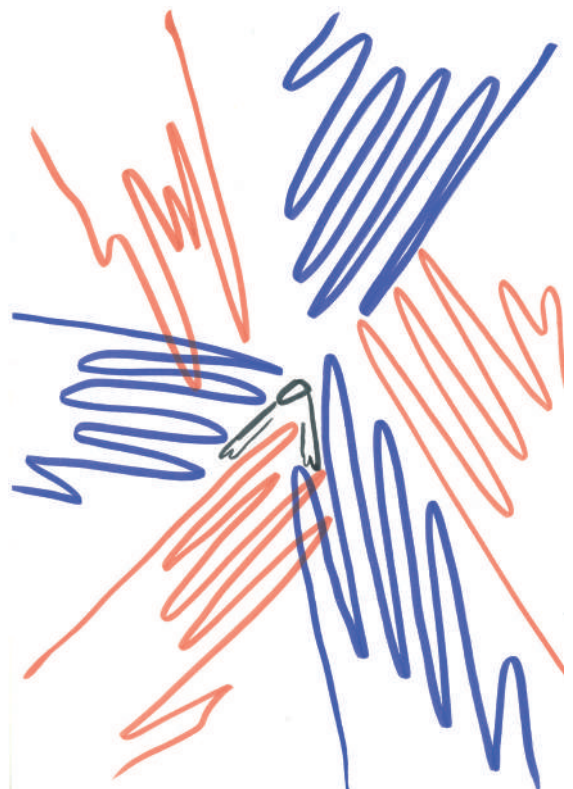
“I would have liked to, but I didn’t know how. I had the feeling that other people wouldn’t understand the situation and I was scared they would feel negatively toward my father. That’s why I didn’t talk about it.”

I realized lots of children found it difficult to speak out, because of a lack of understanding in their environment. They would rather be silent than being judged.

For me it was also difficult to speak up, I felt like I couldn’t ask others questions, because I felt ashamed I couldn’t do things without help from others.



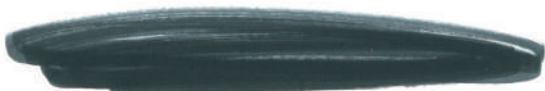
Whereas others kept reaching out to me through school, friends, and family, but I kept feeling overwhelmed by what others had to say.



I didn't know what to feel anymore,



not knowing what to do with the judgment of others, me standing and falling into a void I could not comprehend.



Lack of voice

You are not able to speak out, because you are scared of being unloyal towards your parent.

According to van der Kolk;

”When people relive their traumatic experiences, the frontal lobes become impaired and, as a result, they have trouble thinking and speaking. They no longer are capable of communicating to either themselves or to others precisely what’s going on.” (Wylie, 2004)

Due to the trauma response in your brain, you might not know how to speak out about what you are feeling.

When I was younger I learned not to speak out about what was happening at home. This was something that may have happened because of the response of my father. When me and my sisters would confront him about certain things, he would often deny things had happened and put his needs first.

When I interviewed Lindsey (see Appendix A) a fellow KOPP/KOV and one of the people who set up KoppOp in Rotterdam about her experience with participating in the Kind Van (2023) exposition (Figure 1 & 2), she told me posing for the pictures, made her feel powerful and emotional because she had to step out of her comfort zone, but also show the value of her voice. After all, KOPP/KOV children can live in the shadows of others and this exposition allowed them to show themselves and tell their story.



Figure 1 & 2:
Exposition “Kind Van” (2023), about grownup KOPP/KOV.
Photos taken by me (14 Oktober 2023) at Janskerkhof in Utrecht.

It is important not to stay silent and to reach out to people who have similar experiences because you can help and heal by speaking about it to each other, but the most important part is feeling safe to do so.

I learned to read my family members' feelings, but speaking out was difficult for me. I remember I was in high school and my counselor Caroline Verlee told me to buy a diary for my thoughts and feelings. I was 14 and my parents were separating, one of the reasons being my dad's lack of accountability and understanding about his mental health. Only a small group of friends knew what was going on at home. They knew my father had disappeared to go on holiday while my parents were figuring out this divorce.

My dad would ignore the things I had to say,



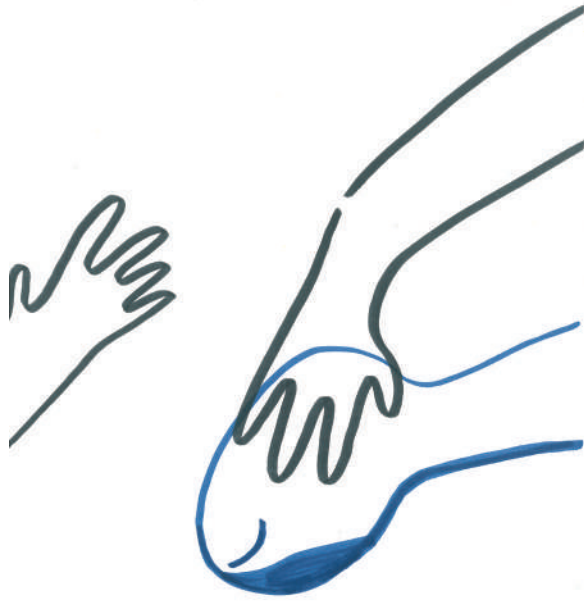
he would tell me it really wasn't his fault or he wouldn't even talk about the situation at all.

Even if I saw my father going through a range of emotions, I found a sense of protection

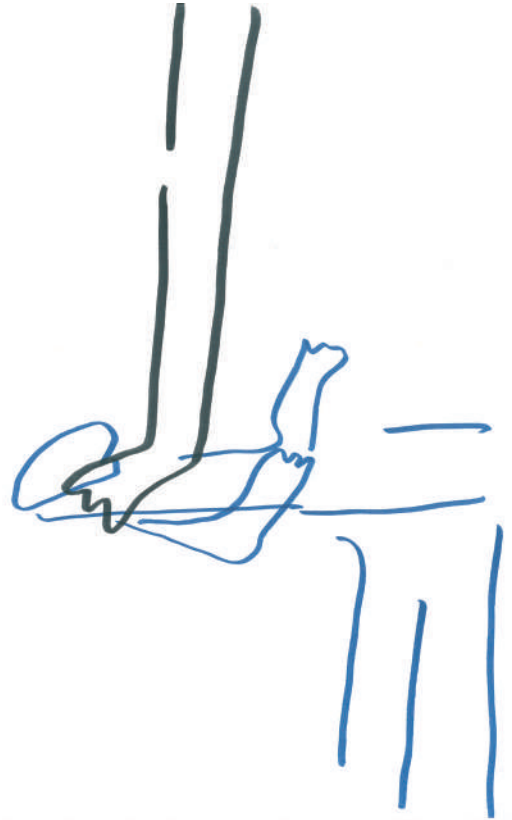


by not speaking out.

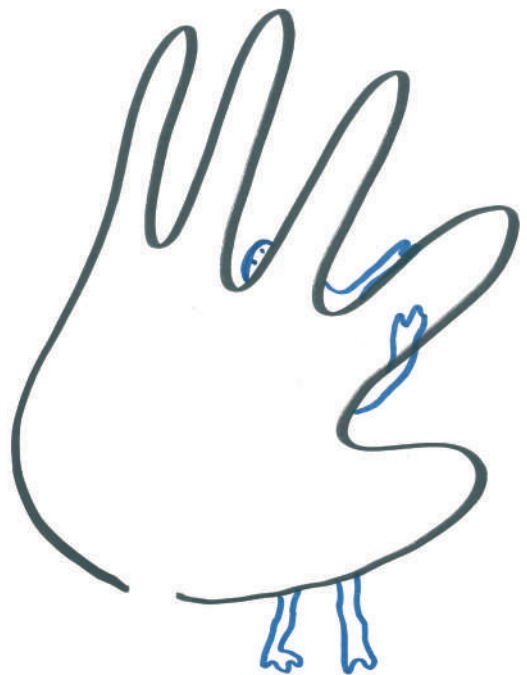
The feeling of your head being pushed down



not being able to speak and



feeling you are being pushed down from your truth.



I carry a symbolic hand representing my father and the amount of pressure I feel to keep him stable. Push away the feelings I encounter myself and put all his needs, and voice first.

Protecting

Protecting yourself and others. Protection from your parent and protecting them from the outside world

Definition of to protect:

[transitive, intransitive] to make sure that somebody/something is not harmed, injured, damaged, etc. **Protect somebody/something/yourself, to protect children/citizens/civilians/consumers/workers** (Oxford Dictionary, 2023).

Family members feel the need to protect their household, this includes protecting younger siblings from being in certain situations.

In my interview with Ilse Anker (see Appendix B), a preventive expert at Youz, she talked about the importance of having someone outside your family to look out for you, this can be a teacher or neighbor. Just to get that little extra attention, you might not get at home.



“ By providing soothing at the appropriate moments, caregivers not only protect children from the effects of stressful situations but also play the critical role of Psycho-Neurobiologic regulators of the child’s affective states by enabling the child to develop the biological structures necessary to deal with future stressful experiences.” (Van der Kolk, 2003)

From a young age, I learned hiding behind others was a way to protect myself, this was my soothing safe space.



Research done about the various risk and preventive factors surrounding different mental issues and problems by the Hunter Institute of Mental Health, states:

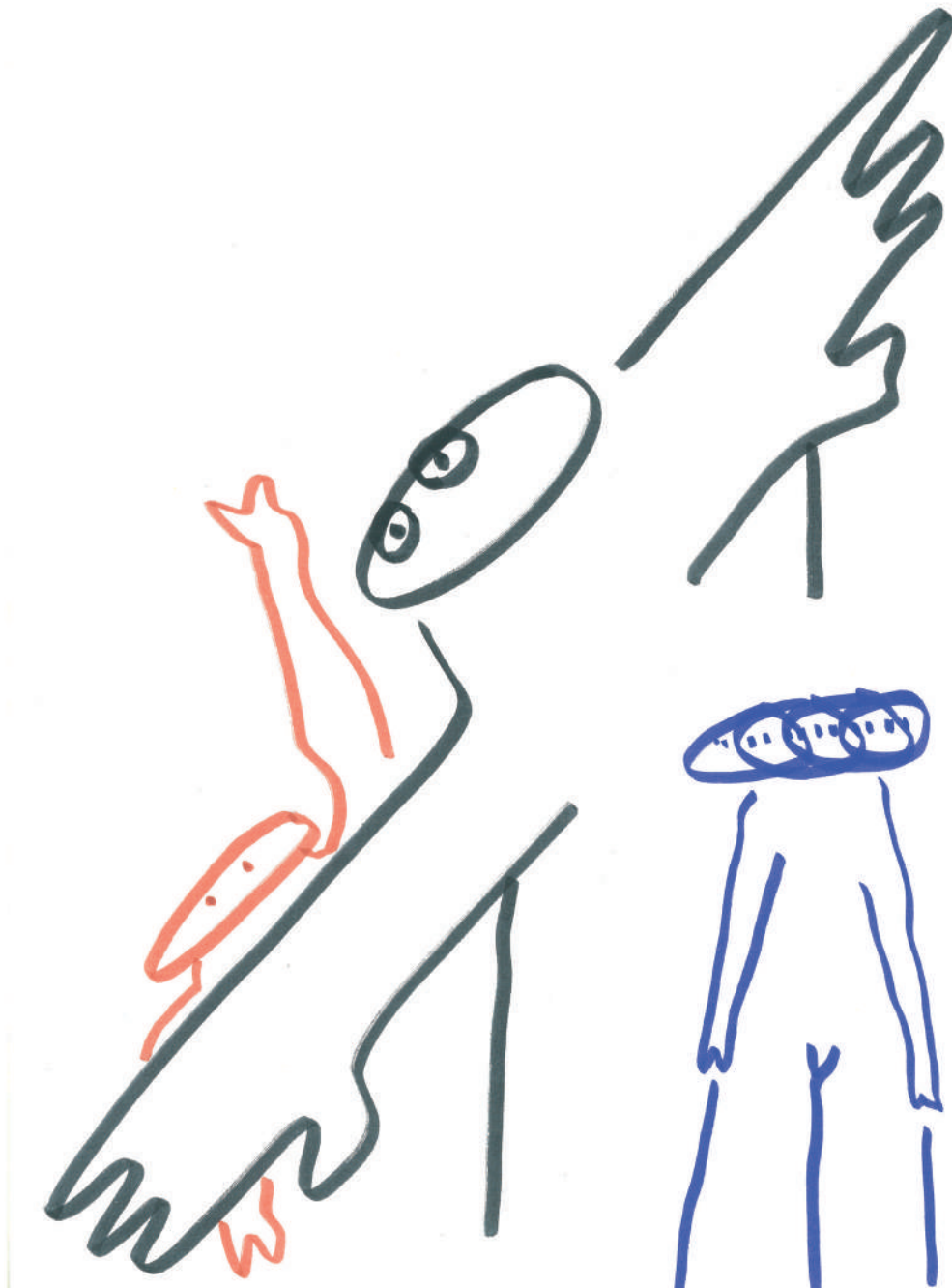
“Each condition has a unique profile of risk factors and protective factors. Risk factors tend to increase the possibility of having the condition, while protective factors tend to reduce the chances of the condition developing.” (2012)

This means lack of protection and prevention can cause diverse problems within the development of a child. Being the youngest taught me I have older people around me who have more knowledge and I had to reach out to them to seek protection.



This resulted in a sense of security within my relationships with my older sisters.

While my parents were separating I was living with both of them in our family home. Speaking about the situation was mostly practical, sharing my emotions was something I only did with my mother. Some days it feels like I am standing in between different worlds.



Me standing in the middle not knowing when to pick what side. On the one side always looking out for my father and making sure he's okay, but on the other side seeing my mother worry and making sure I am okay, so she doesn't worry about me. My mother takes care of me, but my dad cares for me in a more silent loving way. Not knowing when to seek guidance, because he finds it difficult to talk about his feelings. Sometimes I wonder where my world lies, do I protect others or do people protect me?

Conflict

Not always knowing who to trust, having to pick a side. Conflict being around you. Having to solve problems, sometimes being in the middle, even if you didn't want to.

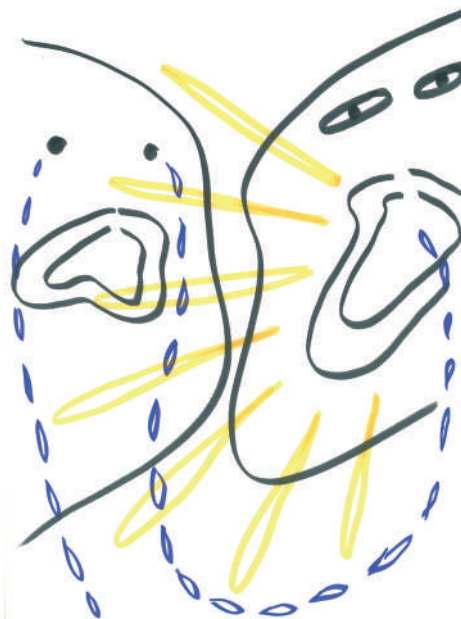
“Marital conflict also strongly mediated the formation of complex associations between parental depression and child emotional and behavioral difficulties.” (Sweeney, 2016) Meaning conflict between parents can influence the child in question, also due to depression with their parents.

Screaming voices and crying family members can create an unsafe atmosphere.



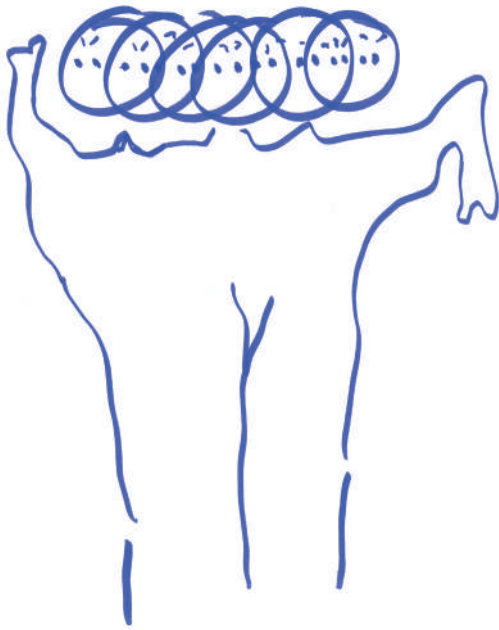
- translation: What is the real truth? -

My dad and oldest sister would have these screaming arguments, and my dad would be seen as the bad guy.

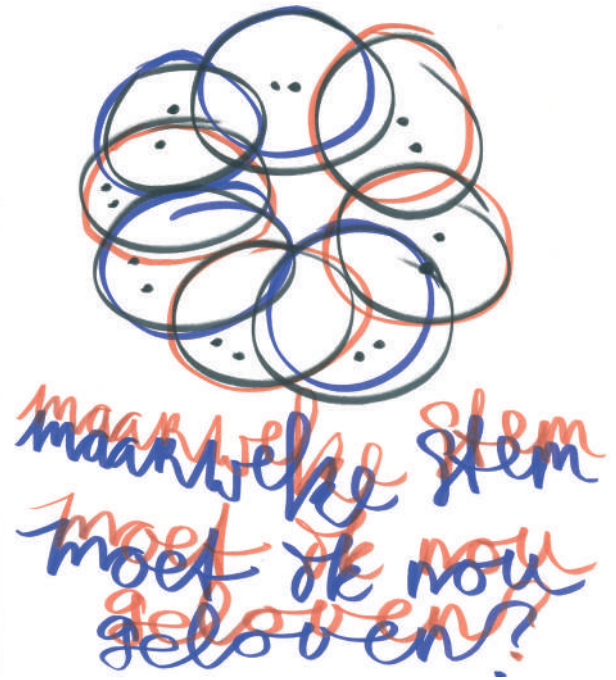


As stated by VicHealth mentally ill parents often experience current difficulties with interpersonal relationships, including marital difficulties and family disruption, social isolation as well as financial stress (Mayberry et al. 2005).

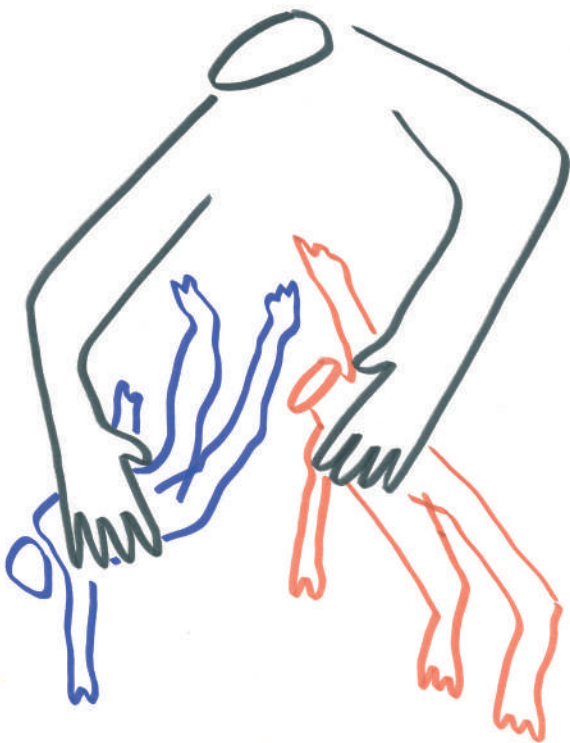
Not knowing where to look



or not knowing who to believe,



I always found it hard to deal with conflict. Always feeling the need to support others,



I kept forgetting the value of speaking out for myself.



It was like my inner voice had no way of saving the conflict because I couldn't scream as loud as others.

“ I still feel the pressing feeling in my throat. Like I am not allowed to use my voice. This is the pressure I have been carrying with me for the past 15 years. Nobody asked me how I was doing, that’s why I don’t know how to use my voice. I am still learning, give me the space.” Translation from the left image.

IK VOEL STEEDS DAT BEKIEM-
MENDE GEVOEL OP MIJN
KEEL. ALSOF IK MIJN
STEM NIET MAG
GEBRUIKEN. IS DIT DE
DRUK DIE IK AL 15 JAAR
MET MEZELF MEEDRAAG.
NIEMAND VROEG HOE HET
NOU ERHT MET MIJ GAAT.
DAAROM WEEET IK NIET
HOE IK MIJN STEM
GEBRUIKEN MOET.
IK BEN AAN HET KREN.
GEEF MIJ DE RUIMTE.



These two images show the influence conflict can have on me. Getting older has allowed me to look back on certain situations as a KOPP child. I realized I try to adapt to other people’s feelings like aameleon.

Always try to be the best for various people in different conflicts, this feeling of carrying others on my back. Feeling the need to solve other people’s struggles, following my mind every day.

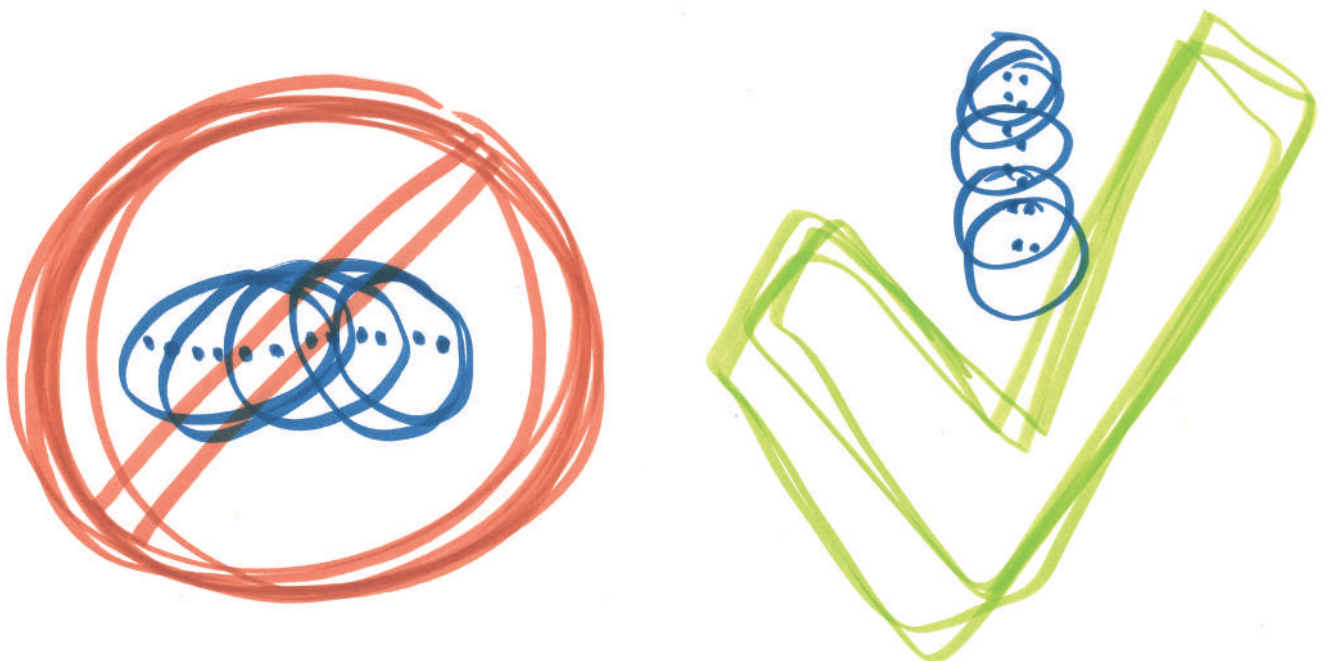


Boundaries

Setting boundaries is the most difficult. Your parent can walk all over you. Not being able to say no or always having to say yes. The sense of power others have over you.

“ It is also critical to provide boundaries, rules and predictability to promote the capacity to inhibit impulses. Because traumatized children are prone to experience novel stimuli, including rules and other protective interventions, as sources of threat, they easily respond to their teachers and therapists as perpetrators.” (Van der Kolk, 2003) When parents take advantage of their children, the line between parent and child becomes harder to recognize. Setting boundaries can be difficult, because of the loyalty the child has towards the parent, this goes so far that children and young people with a needy parent cannot set boundaries (Verheul, 2018).

In the documentary “Nikki”, we see a young girl and her mother. In multiple scenes, you can see the mother (who has borderline) calling school to report her daughter sick, because she does not trust herself to be home alone (Nikki, 2022). Her daughter Nikki has a lack of awareness because she knows she has to go to school, but because her mother tells her to stay home, this is what she does. In this example, you can see her loyalty lies toward her mother, not toward her school where she’s having difficulties with attending and passing grades. Showing a sense of invisibility for what she might’ve been feeling about the situation.

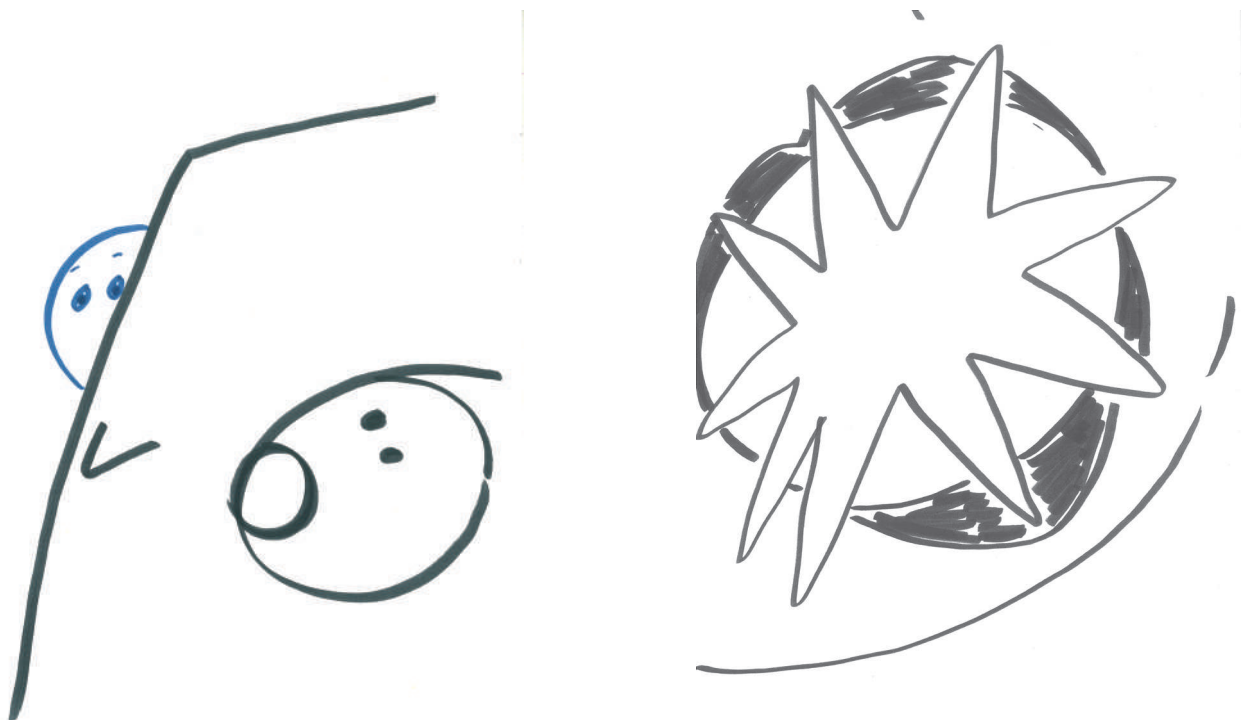


Young children have a lack of awareness where they can only say no or say yes in favor of their parents. Not thinking about what they would want.

It's even more difficult to set your boundary because you don't know how your parent is going to respond.



Sometimes the only way is to have a physical object between me and my parent , but this also means taking the consequences knowing my father could become aggressive and manipulative.



After having a session at KoppOp I realized I found it so difficult to set boundaries towards my father because I have so much love for him and could see him struggling. This meant for some moments pleasing him



- translation: Because there's no point.

is easier than being scared of the unknown and waiting for the moment he could explode. Not knowing what side of my father I would encounter.



Conclusion

Looking back on my research question; How can I use my embodied experience to create illustrations to envail the invisibility of KOPP/KOV children? I have created my sense of understanding my experience as a young child with a parent with mental issues. Within the conclusion, I will highlight the fundamental things I have learned during this research.

I think using my embodied experience within my illustrations has been an eye-opening experience. Using my memories and emotions as a source of creation and showing art-making can open the door to healing my invisibility. Writing this thesis allowed me to speak of the unspeakable feelings I have encountered throughout the years. This work shows the visibility of my feelings and can be relatable to fellow KOPP/KOV children.

I used to detest my father for being bipolar, but growing older and doing this research has shown me how grateful I am for my family and everything that happened within. The difficult moments grew me closer to my sisters and mother and my father has inspired me with his knowledge and outlook on the world. Even if my father's true self doesn't fit in with society, I will love him no matter what happens.

It would be wonderful to carry out my methodology with other KOPP/KOV children and create a big mind map of all of our feelings and memories together. Allowing the themes to inspire and be talked about in your environment. This environment is within the school, work, home and more. This can support the KOPP/KOV children in their healing process of feelings towards their parents.

My final graduation work will be a booklet including these drawings and I want to make an "ode to my feelings". Showing fellow KOPP/KOV companions they are not alone. Besides that, I would love to set up a workshop with the organizations I have been talking with and see if they could see this methodology working for them. My dream would be to go around schools, and KOPP/KOV groups with my books and allow the children/ young adults to create their understanding of their feelings and work.

Even if you feel overlooked and find it hard to talk about your problems. It is time for us children to scream out and show how WE feel and not how others think we should feel.

Thank you

This research showed me healing and acceptance, I want to thank my family for supporting me in writing this thesis and allowing me to share my experience. I want to thank my father for allowing me to cry and even if we do not always understand each other, he at least tries. I hope I make you proud. I want to express my gratitude towards my sisters and mother, for always being open and wanting the best for the family.

I want to thank my friends for supporting my art and making it all these years and for allowing me to open up.

I want to thank Lincey and KoppOp for allowing me to join their group and sharing their openness and kindness with me.

I thank the interviewees Lincey, Ilse, and Marleen, for talking with me about KOPP/ KOV and sharing their views, and inspiring me massively.

Last I want to thank Arvand, Lars and Robert for guiding me and allowing me to take my path in this research.

Thank you Willem de Kooning for making me create and grow all these years.



Sources

- Cairns, Rebecca. "How South African Artist Penny Siopis Is Exploring 'Shame.'" CNN, Cable News Network, 5 Aug. 2021, <https://edition.cnn.com/style/article/penny-siopis-south-africa-artist-shame-revisited-spc-intl-hnk/index.html>
- Hunter Institute of Mental Health and Community Services & Health Industry Skills Council (2012). Children's Mental Health and Wellbeing: Exploring Competencies for the Early Childhood Education and Care Workforce. Final Report. Department of Education, Employment and Workplace Relations. Canberra, ACT: Commonwealth of Australia.
- Johnson, Sheri L et al. "Creativity and bipolar disorder: touched by fire or burning with questions?." *Clinical psychology review* vol. 32,1 (2012): 1-12.
doi:10.1016/j.cpr.2011.10.001
- Link, Bruce G., et al. "Stigma as a barrier to recovery: The consequences of stigma for the self-esteem of people with mental illnesses." *Psychiatric Services*, vol. 52, no. 12, 2001, pp. 1621-1626, <https://doi.org/10.1176/appi.ps.52.12.1621>.
- McMahon, Francis J. Interview. Conducted Interview by Kathleen R. Merikangas. March 30, 2023.
- Maybery, D, Reupert, A, Patrick, K, Goodyear, M & Crase, L, 2005, VicHealth Research Report on Children at Risk in Families affected by Parental Mental Illness, Victorian Health Promotion Foundation, Melbourne.
- "Kind Van." Open Mind, www.stichtingopenmind.nl/kind-van/. Accessed 4 Dec. 2023.
- "Kinderen van Ouders Met Psychische of Verslavingsproblemen (Kopp/KOV) – Trimbos-Instituut." Trimbos, www.trimbos.nl/kennis/kopp-kov/. Accessed 24 Oct. 2023.
- "Kopp Op Rotterdam." Kopp Op Rotterdam, koppoprotterdam.weebly.com/. Accessed 9 Dec. 2023.
- NIKKI. Directed by Monique Nolte, cast Nikki, Karin & Ralf Verbeek, Doclines, 2022.
- Oxford Advanced Learner's Dictionary, www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english. Accessed 4 Dec. 2023.
- Siopis, Penelope, and Sophie Perryer. *Shame*. Stevenson, 2016.
- Verheul, Rhea, et al. "Hoor Je Mij Wel?" De Kinderombudsman, www.kinderombudsman.nl/publicaties/hoor-je-mij-wel. Accessed 4 Dec. 2023.
- Talwar, Savneet. "Accessing Traumatic Memory through Art making: An Art Therapy Trauma Protocol (ATTP)." *The Arts in Psychotherapy*, vol. 34, nr. 1, January 2007, pp. 22-35. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2006.09.001>.
- Doesum, T. Van, et al. "Factsheet KOPP/KOV." KOPP/KOV Een Wetenschappelijke Onderbouwing van de Cijfers, vol. 1, Jan. 2019, pp. 1-16, <https://www.trimbos.nl/aanbod/webwinkel/af1666-factsheet-kopp-kvo/>.
- Wylie, M.S. "The Limits of Talk Bessel van Der Kolk Wants to Transform the Treatment ..." *Psychotherapy Networker*, 2004, www.complextrauma.uk/uploads/2/3/9/4/23949705/the_limits_of_talk.pdf.

Appendix A

Interview Lincey Lima conducted by Jasmijn Rowling, 20 oktober 2023

Jasmijn: Nou, misschien kunnen we gewoon beginnen met hoe jij in aanraking kwam met die kopgroep waar je vroeger bij bent gegaan.

Lincey: Ja, ik was...

Jasmijn: Je hoeft er niet heel diep in op te gaan nemen.

Lincey: Het is niet heel lang geleden. Ik was denk ik twintig, of eenentwintig, toen ik in aanmerking kwam met de KOPP-groep bij Youz. En ja, het was meer uit mezelf dat ik dacht van ja, ik heb wel iets nodig. Ik was eerst naar de huisarts gegaan om te praten met de psycholoog.

Jasmijn: Ja.

Lincey: En na dat traject, dat is dan zeven gesprekken, had zij mij doorgewezen, of ik doorgewezen had, dat ze gezegd had van ja, je kan je hier aanmelden voor een kopgroep. En ook gewoon, ja, het was gewoon het moment dat ik dacht van ja, ik ga gewoon aanmoden voor een KOPP-groep.

Jasmijn: En hoe lang was je daar dan mee bezig, zeg maar?

Lincey: Met die kopgroep?

Jasmijn: Ja.

Lincey: Dat waren acht bijeenkomsten.

Jasmijn: Dus in twee maanden tijd.

Lincey: Ja. Acht bijeenkomsten.

Jasmijn: En daarna merkte je toch dat je iets extra's wilde? Waar kwam dat vandaan?

Lincey: Na die kopgroep?

Jasmijn: Ja.

Lincey: Ja, ik merkte toch dat, dat acht weken, ja, dat gaat heel snel. En als je daarna dan helemaal geen contact meer hebt met lotgenoten of ermee bezig bent, dan kan het ook een beetje een soort van vervagen, ofzo. Maar wij hadden die behoefte wel om nog met elkaar in contact te zijn. Het leek gewoon heel kort. En die bijeenkomsten kunnen ook best wel zwaar zijn qua onderwerpen. En er was niet echt heel veel tijd en plek voor gewoon ook echt elkaar leren kennen zonder. Ja, dus het was meer van, jullie kwamen daar dan langs en dan was je daar even en dan ging je weer naar huis.

Jasmijn: Ja.

Lincey: Dus je miste een beetje een soort van die, ja, een beetje die nazorg, zeg maar.

Jasmijn: Ja, ja. En toen hebben jullie zelf jullie eigen groep opgericht?

Lincey: En, ja, hoe moet ik dat zien, zeg maar, dacht je gewoon van, een of de andere dag van, nou dit is iets wat ik wil doen. Ja, ik had zelf toen, voor die kopgroep zelf had ik een intakegesprek. Dus je hebt altijd een kennismakingsgesprek voordat je meedoet. En ik gaf eigenlijk bij die mevrouw aan, dus de begeleidster was van die groep, van ja, ik zou later dan ook, ik wil eerst mezelf helpen, want ik deed ook de opleiding maatschappelijk werk- en dienstverlening. Maar ik merkte dat ik toch wel vastliep met mezelf. En dat had ook invloed op werk, op stage. Dus ik had zegt van, ja, ik wil ook mezelf helpen. Dat ik het een beetje verwerkt heb voordat ik andere kinderen of jongeren ga helpen. Dat dat zij dan ook onthouden. En aan het eind gaf ze dan ook aan van, ja, zij kwam eigenlijk met het idee, van ja, waarom beginnen jullie dan niet samen een groepje in Rotterdam, voor andere jongeren. Dus eigenlijk heeft zij ons ook gestimuleerd om dat te doen. En dat hebben we dan zo met haar begeleiding erbij gebouwd. En uiteindelijk ja, meer zelfstandigste. Vandaar dat we ook nog wel samenwerken met haar dus.

Jasmijn: Ja, en dat was ook de zelfde vrouw die er woensdag bij was?

Lincey: Nee, dat is een andere. Zij werkt daar niet meer, daarna was een andere mevrouw die ons hield, omdat zij wegging. Die is nu ook weg. En nu is het Goretti en daar heb je ook Luxor.

Jasmijn: Ja, dus er wordt nog wel een beetje een soort oogje op je gehouden, maar het is niet meer heel...

Lincey: Nee, want eerst zaten we bij een locatie van horen. Maar nu dan ook niet meer. Maar we hebben wel gewoon nog goed contact met haar.

Jasmijn: Ja, precies. En je had het over je opleiding. Heb je die al afgerond?

Lincey: Ja, in 2020 heb ik hem afgerond.

Jasmijn: En dus je vertelde van ik wil eigenlijk eerst mezelf helpen, want ik heb het idee dat ik anders niet andere mensen kan helpen. Klopt dat?

Lincey: Ja. En dat doe ik nu dan ook, naast de KOPP-groep is er denk ik een beetje bij.

Jasmijn: Wat doe je als werk, zeg maar, als ik het zo mag vragen?

Lincey: Ik werk bij Indigo Preventie. Dat valt ook onder Parnassia. Dus ook, ja, dan heb je dan Yous en dan heb je Indigo. En ik geef een training, dat heet Amigos, voor kinderen op de basisschool. Dus, echt voor de sociaal-emotionele ontwikkeling. Dus kinderen die gepest worden of niet zo goed vrienden kunnen maken. Dus ik doe echt aansluiting met andere kinderen. Ja, met emoties en alles. Daar geef ik dan individuele trainingen voor.

Jasmijn: Dus dan zit je gewoon een op een met een kind?

Lincey: Ja, en dan op verschillende basisscholen. Het ligt aan wie is aangemeld en daarnaast doe ik ook dan de kopgroepen voor 8 tot 12.

Jasmijn: Dus, en die basisschoolkinderen zijn die ook hetzelfde doelgroep, zeg maar, 8 tot 12? Of zijn die ook jonger?

Lincey: Ja, ook 8 tot 12.

Jasmijn: En hoe zie ik dat dan voor me? Wat voor opdrachten doe je dan bijvoorbeeld met hun?

Lincey: Met de Amigos-training bedoel je?

Jasmijn: Ja, bijvoorbeeld?

Lincey: We doen, ja, eerst hebben we dan kennismaking. Dus gewoon spelletjes spelen en elkaar beter leren kennen. Dan moeten ze een huis tekenen of een school tekenen. Daarna gaan we de inzicht fase in. Dus dan heb je bijvoorbeeld emoties spelen. Situatie-kaarten. Dus bepaalde situaties bespreken en dan kijken van hoe zou jij daarop reageren. Verander wensen, wat ze graag zouden willen veranderen. En daarna ga ik echt, ja, het ligt ook aan wat het kind wil leren natuurlijk. Ik werk veel met helpende gedachten. Dus positief, negatief, of hoe je dat kan omzetten. Negatieve gedachten, hoe kan je dat omzetten naar positieve gedachten. Ik ben zelf, ik schilder zelf ook. Dus ik probeer dat ook wel een beetje in te zetten. Ook creatief bezig te zijn. Dus bijvoorbeeld met tekenen of met kleuren, maar het ligt ook echt aan of dat kind het leuk vindt. Ook bijvoorbeeld als ik jongens heb, dan ga ik voetballen met ze of boksen.

Jasmijn: Ja, dus het is een beetje per kind verschillend.

Lincey: Ja, het is echt maatwerken.

Jasmijn: Oh, dat is wel echt leuk. En die kinderen die komen dan in contact met jou door de school of door de ouder?

Lincey: Ja, de school kan ze dan aanmelden. Ouders, ja, ik doe het met toestemming van ouders. Dus ja, het gaat meestal via school en dan met ouders. Ik heb ook sommige ouders die uit zichzelf zeggen van ja, ik wil mijn kind aanmelden. Dat kan niet.

Jasmijn: Oké, dat is wel echt interessant ook.

Lincey: Ja.

Jasmijn: Ook omdat je dan een beetje per kind moet kijken van oh, dit werkt bijvoorbeeld niet en dit werkt bijvoorbeeld wel.

Lincey: Ja.

Jasmijn: En heb je dan een soort handboek waar je je aan moet houden? Of heb je gewoon een beetje van je eigen vorm of van je opleiding wat meegekregen?

Lincey: Ja, we hebben toevallig een, ik heb hem bij me. Deze dan. Het is een handboek, met methoden. Maar het is geen draaiboek of zo. Het is niet van wat je precies allemaal moet doen. Er staan wel werkvormen in.

Jasmijn: Maar vul je dat dan in samen met het kind?

Lincey: Ja, ze hebben een soort van amigo-paspoort, dus een boekje. En daar staan dan een paar opdrachten in. Maar meestal is dat boekje meer om op te schrijven wat we hebben gedaan. En verder doe ik gewoon losse dingen. Dus bijvoorbeeld 5G schrijven. Dan doe ik gewoon een blaadje en dan schrijf ik een situatie uit. Maar dit is meer een methode.

Jasmijn: En dat is gewoon van Indigo zelf?

Lincey: Nee, van Amigos. Het is niet echt een methode van Indigo, maar wij gebruiken het.

Jasmijn: Oké, dus het is meer een algemene methode die je gebruikt?

Lincey: Ja, en interventies. Maar verder doe ik gewoon... Er zijn wel een bepaalde werkvormen die we kunnen gebruiken, maar je mag ook zelf bedenken.

Jasmijn: Ja, precies. Dus je hebt er best wel veel vrijheid in.

Lincey: Dat is best wel fijn.

Jasmijn: Ja, dat is zeker fijn.

Lincey: Want bijvoorbeeld voor de kletskoepeltraining, daar heb je echt een draaiboek voor. Daar mag je ook wel een beetje schuiven, maar daar moet je dan wel grote ideeën aan doen. En ook omdat je dan met Amigos natuurlijk één op één zit, dan is het een beetje kijken, schuiven wat wel werkt voor een kind of wat niet werkt.

Jasmijn: En je vertelde dat je af en toe ook met ze gaat schilderen of tekenen. Als dat pas bij het kind, heb je dan bijvoorbeeld een opdracht die je fijn vindt? Of gaat het een beetje op gevoel?

Lincey: Ja, meer op gevoel. Vorig schooljaar had ik een meisje die moest schilderen. Ik had nog een canvas thuis liggen, zo'n kleintje. Toen had ik het voor haar meegenomen. En dan mocht ze eigenlijk gewoon schilderen wat ze zelf wilde. Het was niet per se van jij moet dit erin doen of dat. Maar gewoon echt, ja. Gewoon wat je wilt of zo. Ik kwam niet echt bij haar binnen. Ze had echt een muur op, dus ik moest wel echt iets heel laagdrempeligs doen. Of gewoon iets gezelligs om een beetje uit haar schuld te kijken.

Jasmijn: En merkte je dat dat lukte?

Lincey: Jawel, ze vond het heel leuk om te schilderen. En ze begon ook wel iets meer te vertellen. Uiteindelijk ja, met schilderen, dat doe je ook meestal met een gevoel. Dus ik zag ook wel wat... Meer verhandeling en gedrag een beetje. En ook met kleuren bijvoorbeeld.

Jasmijn: En bij die kletskop training... Heb je ook een beetje dezelfde doelgroep? Is het een bewuste doelgroep waar je voor hebt gekozen? Of is dat waar je voor opgeleid bent? Of is het gewoon zo gerold?

Lincey: Die kletskopgroep?

Jasmijn: Ja.

Lincey: Ja, dat zijn dan KOPP/KOV kinderen. Ik had eerst gesolliciteerd daar. Dat was dan voor preventie, dus kundig maar echt gericht op KOPP/KOV ook. Maar ze hadden uiteindelijk iemand anders aangenomen. En later kwamen Amigos gewoon vrij. Dus er kwamen uren voor Amigos vrij. Toen was ik dus aangenomen. En dan hadden we afgesproken van dan doe je ook nog 4 uurtjes. Dus 32 uur Amigos en 4 uurtjes de kletskop.

Jasmijn: Omdat je daar ook ervaring in hebt?

Lincey: Dus eigenlijk ben ik er zo in gerold. Ik heb laatst wel een training gehad. Maar niet per se hoe je het moet doen. Maar echt meer over KOPP/KOV. Maar daar hebben ze dus wel iets meer een draaiboek.

Jasmijn: Ja en hoe moet ik dat voor me zien? Wat doe je dan bijvoorbeeld tijdens zo'n sessie?

Lincey: Elke bijeenkomst heeft een thema. De eerste bijeenkomst is kennismaken. Dus meer spelletjes doen. Dat ze niet meteen hoeven te vertellen over hun thuissituatie.

Jasmijn: Ja, gewoon een beetje later.

Lincey: Dat ze met elkaar gaan interviewen bijvoorbeeld. En de tweede gaat dan over emoties. Dus de basis gevoelens aan emoties. En dan krijgen ze bijvoorbeeld een stelling. En dan moeten

ze kiezen welke emoties ze dan kiezen. Dan heb je ook een bijeenkomst over praten over thuis. Dus daar ga je wat meer in op thuis, laat ik ook filmpjes zien over wat is een verslaving. Wat is een psychische probleem? Ook helpende groene en rode gedachten. We doen nu ook boksen trouwens. Vier keer. Dus ze gaan dan ook boksen.

Jasmijn: Even alles eruit. Dat is wel echt heel mooi. Dat je met je ervaringen iets hebt gevonden. Wat jou heel erg aanspreekt en dat je het idee hebt dat je op die manier ook kinderen kan helpen.

Lincey: Ja, precies. Ik vind het ook wel fijn dat ik dan... groot gedeeld ook Amigos doe. Ik ben zelf KOPP/KOV. Ik heb de stichting gedaan. Het werk draait daar ook veel in. Dus ik vind het ook wel fijn dat ik die afwisseling heb.

Jasmijn: Ja, dat snap ik wel.

Lincey: Amigos is wat luchtiger.

Jasmijn: Ja, dan hoeft je niet altijd helemaal in de trauma's te harken natuurlijk. Dus je had het net ook weer over de stichting. Toen ik jou mailde had ik eigenlijk gelijk contact met jou. Wat is jouw rol precies binnen de KoppOp groep? Hoe moet ik dat zien?

Lincey: Ja, ik doe meestal wel de... Ik doe meestal wel... Bijvoorbeeld de mail doe ik. Echt bijvoorbeeld het netwerken. En stel dat we bijvoorbeeld studenten een vraag hebben. Dan werken we ook nu samen met twee scholen. Die dan voor ons een opdracht gaan uitvoeren. Bedenken. Dus dan hou ik meestal dat contact. Ja, ik doe best wel veel. Ook bijvoorbeeld de interviews. Als er interviews zijn of podcasts. Dan ben ik wel meestal degene die dat doet.

Jasmijn: Ja, eigenlijk een beetje een soort van de... Weet je het ook weer? De persvoorlichter.

Lincey: Ja, ik ben dan officieel secretaris in het bestuur. Maar ja...

Jasmijn: Jullie doen het eigenlijk samen?

Lincey: We doen het allemaal gewoon samen. Iedereen heeft gewoon zijn eigen... Omdat ik ook in het werkveld zit natuurlijk. Daar kan ik wat meer contacten leggen. Ook voor de podcast ben ik nu bezig. En Annemijn doet dan meer de Instagram-account. Zij doet ook veel interviews, podcasts. Dat doen we een beetje samen. En Roxanne is daarover iets meer op de achtergrond. Met haar verhaal deel je maar wel wat financiën en andere dingen. En dat kan zij dan doen.

Jasmijn: Dus het is meer gewoon persoonlijk wat bij jezelf past. En waar je voor open staat. Zou niemand forceren om een interview te doen als ze daar geen behoefte aan hebben.

Lincey: We vragen ook vaak in de groep, soms in de groepsapp. Wie zou hier aan willen meedoen voor een interview? Ik ga uiteindelijk dan toch... Voor anderen is het soms ook moeilijk om je verhaal zo openbaar te delen. En ik doe het toch al. Dus dan kan ik ook de stichting wat meer naam geven. Meestal ga ik dan met Annemijn.

Jasmijn: En heb je bijvoorbeeld in je omgeving gemerkt... Dat ze het misschien lastig vonden dat je jouw verhaal vertelde of zo?

Lincey: Nee, eigenlijk niet. Ik had een paar jaar geleden voor het eerst een blog op Instagram. Dat ik "met zonder ouders" in mijn platform ook voor KOPP/KOV volwassene. Dat ik een blog op mijn eigen Insta had gepost. Daar had ik echt heel veel mooie reacties gekregen. En bijvoorbeeld mijn moeder die dingen eigenlijk niet ziet. Wel met die "kind van" tentoonstellingen. Toen hadden we zo'n boek gekregen met alle foto's erin en alle verhalen. Ik had eentje aan mijn oma gegeven en die had het wel laten zien aan mijn moeder. En mijn oma zei dat ze een beetje zei van ja,

waarom doet ze dit? Voor haar is het van, je praat over mij alsof ik de slechte moeder ben. Ik heb ook geen contact meer met haar. Ik deel het ook niet per se met haar. Maar verder, mijn vader vindt het goed. Mijn oma vindt het goed dat ik die dingen doe.

Jasmijn: Dus de mensen die voor jou belangrijk zijn, die staan er gewoon achter. Dat is super fijn.

Lincey: Dat maakt het ook makkelijker om er open over te zijn. Als je bijvoorbeeld nog thuis woont, ben je wel heel loyaal naar je moeder. Of ga je naar degene toe en je wil diegene niet zwart maken. Het is niet eens perse zwart maken, maar dat kan wel zo voelen. Dus ik begrijp ook wel dat veel mensen dat niet willen doen.

Jasmijn: En het is ook een stuk beter voor je traumaverwerking eigenlijk. Ik las ook een artikel over dat wanneer je eigenlijk een hele gesloten omgeving hebt. Die eigenlijk niet wil herkennen dat je dealt met een probleem. Stel, je bent depressief en je hebt een omgeving die dat eigenlijk helemaal niet begrijpt. Dan word je er veel stiller van. Dan bouw je een muur op en deel je het met steeds minder mensen. Maar als je in een omgeving omgeeft waar je gewoon gesupported wordt.

En je gevoelens mogelijk zijn, dan kan je er veel opener over zijn. Ook belang voor kinderen. Wat zij willen leren om er open over te spreken met bijvoorbeeld de ouder die er wel is. Dus ik vind het echt super knap dat je dat gewoon doet. En dat je er bewijs van op je voorhoofd plakt. En dat je gewoon zegt, nou ja, dat ben ik gewoon. Dat hoort bij mij. Want ik heb jullie expositie ook bekeken. Ik heb hem in Utrecht gezien, want daar staat hij nu. En dat is echt gewoon voor mij heel herkenbaar. Dat het een bepaalde situatie is. En ook in die expositie natuurlijk heel veel verschillende leeftijden. En heel veel verschillende verhalen. En dat je zegt, dat zou ook mijn toekomst kunnen zijn.

Want hoe was je daarvoor benaderd? Was het ook via je KOPP-groepen? Of?

Lincey: Ik zal het even terugdenken. Volgens mij was het via... Ken je Sandra Vermeulen?

Jasmijn: Nee.

Lincey: Zij heeft dan die platform "met zonder ouders". Ja. Volgens mij is het via haar gegaan. Want zij heeft ook een heel groot netwerk met KOPP/KOV. Zij heeft ook meegewerkt aan dat project. Niet als geportreerde, maar wel om mensen te vinden. Dus als het goed is, was het via haar gegaan. Dat zij ons ook...

Jasmijn: Ja, en nu had je je KoppOp. Bestond het toen ook al?

Lincey: Ja, het bestond al.

Jasmijn: Dus wat jij en Annemijn hebben meegedaan?

Lincey: Ja, ik heb Annemijn meegedaan. Dus eigenlijk waren we benaderd, wij allebei. En toen zeiden ze, zouden ze nog kijken of het zou passen qua... Want ze wilden van alle leeftijden een beetje ook qua cultuur. Uiteindelijk hadden ze ons gekozen ook erbij. Ja.

Jasmijn: En toen je die uitnodiging kreeg, wat voelde je toen? Waarom dacht je, dit wil ik doen?

Lincey: Ja, ik was eigenlijk gelijk al enthousiast. Ik was er al open over. Dus ik vond het juist een hele mooie manier om mijn verhaal te delen. Met zo'n mooie foto. Ik vind dat zelf ook wel altijd... Zag ik het soms wel eens op Centraal. Bij Stadhuis had je ook vaak van die borden. En ik dacht, het lijkt me wel wat. Dus ik had eigenlijk gelijk ja gezegd. Tenminste, dat wilde ik.

Jasmijn: Ja. Dus dan hadden jullie eerst een soort fotoshoot en daarna een interview? Of hoe moet ik dat zien?

Lincey: We hadden eerst interview. Nee, wacht even. Ja, eerst interview. En daarna de fotoshoot. En dan per persoon. Dus iedereen had dan... Ze hadden drie of twee mensen op één dag. Maar het was wel echt alleen...

Jasmijn: Ja, dus niet zeg maar van..., we doen het interview en daarna gelijk de fotoshoot.

Lincey: Ja, nee.

Jasmijn: Nee, oké. Dat snap ik ook wel eens een beetje intens. En hoe was het om zo'n interview te doen met iemand die je misschien niet kent? Of kende je de persoon wel?

Lincey: Nee, ik kende hem niet. Die mevrouw die vrager... Ja, ik kende hem wel gewoon, want ik wist wie het waren. Toen ik daar kwam. Er was ook iemand bij die dan gelijk ging typen en alles uit ging schrijven. Maar... Ja, wat ik al zei... Ik heb heel vaak mijn verhaal gedaan.

Jasmijn: Het is een soort van standaard. Een riedeltje waar je in komt. En... Daar gaat mijn project eigenlijk een beetje over. Niet helemaal natuurlijk, maar... Over kunst als medium gebruiken om je verhaal te vertellen. Want jullie hebben natuurlijk die fotoshoot gedaan ook om een soort oog te creëren eigenlijk. Dus ja, vooral een soort van... Hoe voelt het voor jou om die... Natuurlijk leg je niet letterlijk die situatie vast. Maar hoe voelt het om je verhaal zo te verbinden aan een foto?

Lincey: Ja, zeg maar tijdens die foto's maken... Tenminste, ik voelde het al een beetje... Toen ik de styling inroerde, zeg maar... Je had dan eigen kleren die je moest meenemen. Maar je kon ook daar iets... Dus degene die geen styling heeft, kon ook iets van zichzelf pakken. En daar voelde ik al een beetje van... Oh, het gaat echt gebeuren of zo. Dat je een beetje uit je comfort zo moet stappen. Want ik had ook echt iets aan wat ik zelf nooit zou aandoen. Maar dat vond ik aan de ene kant ook wel mooi. Het is een soort van iets anders. Ook dat je op valt. Want normaal zijn kofferkinderen ook mensen die dan wat meer naar de achtergrond gaan. Ja, ook tijdens de fotoshoot zelf moesten we dan bewegen. Dat vond ik ook wel krachtig. Dat we dat mochten doen. En dat haalde ook wel emoties op. Ja, nu mag ik zo gewoon opstaan. Van mezelf. Ja, ook toen ik die foto zag. Laatst, zeg maar toen het klaar was. Ja, toen schrok ik ook van... Wow, het is wel echt heel mooi. Ja, ik denk dat... Ze kiezen ook niet per se de mooiste foto. Maar echt de foto die het meest spreekt.

Jasmijn: Ja.

Lincey: Dat als je het ziet, dat je zegt van... Ik wil dat gaan lezen. En ik denk dat ook zoveel meer mensen het echt gaan lezen. Want normaal heb je dan bijvoorbeeld een interview in de krant. Of weet ik veel waar. En met de foto bereik je toch wel... Mensen echt... Ja, ik weet niet hoe ik het zo goed moet uitleggen.

Jasmijn: Ja, gewoon een soort aantrekkingskracht. Misschien is dat een beetje wat je bedoelt. En het lijkt me ook best gek dat je dan opeens zo groot ergens staat.

Lincey: Ja. Ik weet nog bij de opening toen... Toen liep ik, want dan mocht je je familie meenemen. Voor de allereerste opening. En toen liepen we naar de plek toe waar het stond. Of het was eerst binnen. Maar ik liep en ik zag precies... Al die foto's waren bedekt eerst. Het was ook volgens mij aan het weien die dag. Al die foto's waren bedekt met zo'n zwart kleding. En alleen mijn foto was...

Jasmijn: Open?

Lincey: Ja, ik weet niet of het kwam door de wind. Of dat zit ook voor de foto's, want ze waren ook aan het filmen voor het programma. Voor het nieuws, volgens mij, van Amsterdam. En ik liep en ik zag precies alleen mijn hoofd. Dat was wel echt wel... Ik dacht, wow.

Jasmijn: Het lijkt me ook wel confronterend.

Lincey: Het was heel gek.

Jasmijn: Dus zeg maar, je hebt dat hele proces doorstaan. Je hebt heel veel gevoel tijdens die fotoshoot. En dan zijn die foto's dus klaar. En dan staan ze voor je. En kwamen er toen nog emoties los die je niet verwacht had? Of juist wel verwacht had?

Lincey: Ja, meer van trots. Ook niet dat ik me schaamde of zo. Dan weet ik, bijvoorbeeld Annemijn, die vond het wat spannender. Ze zei van, oh, dan sta ik wel mooi op de foto. En dat mensen het gewoon zien. Bijvoorbeeld in Amsterdam. Ik ken niet zoveel mensen in Amsterdam. Maar echt zoveel mensen gaan gewoon jouw gezicht zien. En dat idee was wel een beetje gek. En dat ze ook je verhalen natuurlijk lezen. Maar ik was vooral gewoon trots op mezelf dat ik dat had gedaan. En dat voor andere mensen, als ze langslopen en ze zijn KOPP/KOV, maar ze weten niet dat ze zich daarin gaan herkennen. Oh, er is dit, er is de stichting. Of er is in Amsterdam, ja, dat er hulp is. Dat was meer mijn doel. Ook niet voor de, oh, kijk mij daar staan op de foto. Maar echt voor anderen.

Jasmijn: Ja, want dat is ook een beetje, dat viel me ook op bij de expositie. Dat je zo van, dan heb je zo'n hele grote steun. En dan elke heeft ook een soort QR-code, waar je dan meer informatie kan opzoeken. En twee van de borden staat dan meer over de expositie. En wat is een KOPP/KOV kind.

Lincey: Ja, precies. En we hadden ook de opening in Rotterdam. Bij Kruisplein. En ik had, dat had ik ook bij de opening verteld. Die blog waar ik het net over vertelde, die had ik toen voorgelezen. Ook bij de opening in Amsterdam. En ik had eigenlijk, toen ik met mijn moeder woonde, toen ik nog heel jong was. Toen woonde ik echt misschien vijf à tien minuten loop vanaf die plek. Waar die expositie stond. Dus dat vond ik wel, ik dacht een paar dagen daarvoor, voor die opening dacht ik eraan van, maar het was ook wel toevallig ofzo. Dat nu mijn foto hier staat, precies op de plek waar ik toen die tijd heb gewoond. Waar het toen niet goed ging. En dat ik nu dan wel mijn verhaal mag vertellen. En dat je ook wel mijn stem mag laten horen. Dat vond ik wel echt mooi, daar werd ik ook wel emotioneel van.

Jasmijn: Ja, ook wel gewoon. Dat je zo duidelijk die wisseling kan voelen ofzo. Dat je zit van, oh, toen was ik daar en nu ben ik hier. En dat er eigenlijk gewoon ruimte is voor je verhaal. En dat je ook dat voelt van, ik mag er zijn en ik mag mijn verhaal vertellen. En bij die openings, was iedereen dan aanwezig van de foto's?

Lincey: Nee, niet. Die van Amsterdam waren wel. De allereerste waren wel veel aanwezig, maar volgens mij niet allemaal. In ieder geval Rotterdam waren, volgens mij vier waren aanwezig of vijf. Maar het is lastig om overal, ik ben ook niet overal bij te wonen. Ik moet ook gewoon werken.

Jasmijn: Ja, tuurlijk. Maar heb je dan ook nog met hun het erover gehad? Of heb je ook nog met hun erover gesproken, over ervaring?

Lincey: Ja, ik had daar op een gegeven moment wel een soort van behoefte aan. Ik merkte dat het een beetje veel werd, in die tijd dat die opening in Rotterdam was. Ik had toen best wel veel interviews. Veel op internet, dat veel gedeeld werd. Ik kreeg best wel een soort van veel aandacht. En ik zien het ook in AD en dat soort dingen. Dus het werd een beetje veel. Ik ben dat niet gewend. En toen had ik wel aangegeven van, ik doe wel al die interviews. Op zo'n gevoel had ik altijd met de vriendinnen over gesproken. Ze zeiden van, eigenlijk moet je voor jezelf ook iets van behoefte hebben. Voor jezelf, want je deelt wel altijd je verhaal. Wat ook gewoon goed is. Je moet

ook voor jezelf. Dus toen had ik dat aangegeven. Toen hadden we uiteindelijk een groepsapp met alle lotgenoten gemaakt. Met alle geportretteerden. En dat hadden we ook een keer afgesproken in Amersfoort. Met een aantal, en ook daarover gehad. En dat is ook wel fijn om andere mensen te spreken. En toen ben ik uiteindelijk zelf ook naar psycholoog gegaan. Ja, meer omdat ik mezelf dan niet vergeet. Toen bracht het ook wel veel naar boven als je elke keer je verhaal moet doen.

Jasmijn: Ja, en ook al heb je een bepaald riedeltje wat je dan vertelt. Of als je met vrienden bent. Maar dan vertel je het dus nu aan een heel groot publiek. Dat is toch wel weer anders.

Lincey: Ja, en elke keer vertel je ook iets meer. Dat merk ik wellicht ook waar. Maar elke keer komt er iets bij. In een interview van AD had ik ook verteld. Dat ik door angst even in mijn broek plaste toen ik jong was. En ook in mijn bed, eigenlijk tot best wel een late leeftijd. En dat had ik dan nooit echt zo verteld. Dat is toch wel weer iets nieuws dat je dan zo deelt.

Jasmijn: Ja, maar vond je dat juist fijn? Of dacht je van ik had dat liever niet in het AD gehad?

Lincey: Ik vond dat niet per se erg. Want ik denk altijd van het is gewoon gebeurd. Ik schaam me er niet per se voor. Dat is juist ook een signaal. Dat is ook echt een signaal van een KOPP/KOV kind. Dat die ook soms heel rustig kan zijn. Maar veel bedplassen of broekplassen kan ook een teken zijn van angst. En veel mensen weten dat niet. Mijn vader dacht ook, waarom doe je dat nou? Op die dag had ik een kleine blaas had bijvoorbeeld. Maar het kwam gewoon veel. Dat je op een bepaalde manier gewoon een onveilig gevoel had thuis.

Jasmijn: Ja. Wel heel fijn om te horen dat delen op die manier... wel heel fijn voor je werk. Maar dat je ook heel goed van je grenzen hebt kunnen inzien. En kunnen zien van, ik doe al deze dingen wel. Maar misschien moet ik ook even een stapje terug nemen. En contact zoeken met andere mensen. Hebben jullie hier ook last van? Misschien af en toe een interview een nee opzeggen. Supergoed dat je ook zelf je eigen hulp hebt gezocht. En dat je iemand hebt kunnen vinden waar je je verhaal op die manier kwijt komt. Dat het niet altijd gepubliceerd hoeft te worden. Dus ja, je bent eigenlijk een heel proces doorgegaan met... met je moeder natuurlijk. Dan vervolgens in die praatgroep komen. Eigenlijk erachter komen wat jij wil als soort van... beroep zeg maar. Heel erg intern voelen wat jij belangrijk vindt. Dus ook die fotografie, dat soort dingen. En nu ook je KoppOp. Heb je het idee dat... Nou, dit is een... Nu heb ik een soort van even een korte samenvatting gedaan. Als je bijvoorbeeld kijkt naar de fotografie. Heb je het idee dat jij daarvan bent gegroeid? Of dat je op een bepaalde manier hebt kunnen helen over je proces?

Lincey: Met die fotografie?

Jasmijn: Ja.

Lincey: Ja, ik denk het wel. Dat ik bijvoorbeeld net als met die opening... dat ik dan ook echt mijn verhaal dan op die blog had voorgewezen. Dat helpt ook wel om uit je comfortzone te gaan. Normaal doe je dat niet zo voor een... voor een grote groep. Ja, ook meer gewoon acceptatie. Ik heb niet helemaal geaccepteerd met mijn moeder. Maar wel geleerd ook met grens te hebben. Echt mijn eigen dingen doen. Ja, voor mezelf echt ontstaan. Mijn eigen keuzes maken. Ik denk dat ik dat wel echt heb geleerd.

Jasmijn: Ja, dat is wel echt heel fijn.

Lincey: Ja. Want ik doe wel echt nu... Het is niet dat ik altijd gelukkig ben of zo. Ik doe wel wat ik leuk vind qua werk. Ik kan gewoon op vakantie gaan. Ja, gewoon dingen doen die ik leuk vind. Ook met vriendschappen ben ik... Want het heeft ook invloed op andere thema's, toch?

Jasmijn: Ja.

Lincey: Bijvoorbeeld met vriendschappen ben ik ook heel erg van... Ik wil niet meer zoveel geven van... Of mensen, pleasen. Ik wil gewoon de mensen die echt voor mij er zijn... Die mij ook gewoon accepteren dat ik... Dat ik niet meer iedereen hoeft te pleasen.

Jasmijn: Ja, dus eigenlijk vooral voor jezelf doen. En niet voor een ander. Als ik het zo hoor. Want jij kwam pas best laat in contact met KOPP, toch? Of een jaar terug?

Lincey: Ja, echt actief wel. Ik denk rond mijn stagetijd. Ik liep stage bij het wijkteam. En daar was het echt wel... Ik wist wel dat er KOP- groepen waren, want mijn stiefmoeder die zei dat altijd tegen mij... k was best wel vaak zo chaggerijng tegen ze. Gewoon snel geprikkeld. Heel snel geïrriteerd. En zij zeiden echt van... Eigenlijk zou je dan professionele hulp moeten hebben. Dus ik wist wel dat zoiets bestond. Maar ik was er gewoon niet aan toe. Ik had er geen behoefte aan. Maar ik denk pas eind... Ja, tegen de twintig aan. Dat ik er echt actief was. Dat ik wist van oké, KOPP-groep. Dat ik dan die KOPP-groep ben gaan doen. Omdat ik daar echt... En...

Jasmijn: Nee, je zegt... Ik was er toen niet klaar voor. Maar had je er wat aan gehad. Stel dat je het vroeger wel was gaan doen?

Lincey: Ja, nu ik weet dat er die KOPP-groepen zijn. Je hebt ook een groep van vier tot acht jaar. Die heet dan Piep zei de muis. Ja, dat is ook voor kinderen die dan in een stressvolle situatie zitten. En je merkt wel echt dat het... Hoe jonger je doet. Hoe beter het eigenlijk is. Dus het zou wel iets geholpen. Maar ik denk ook van ja, misschien was het dan de tijd voor mij nog niet. Zo denk ik dan ook weer. Maar ik denk dat het voor veel kinderen wel goed is om het vanaf het begin. Gewoon vanaf jongs af aan. Al te leren van die helpende gedachten. Dus van voor jezelf. Ook naar je eigen gevoelens en je behoeftes kijken. In plaats van alleen maar naar je ouderen. En kind zijn. Kind.

Jasmijn: Ja, want dat maak je natuurlijk ook wel mee met de groep die jij ook begeleidt.

Lincey: Ja.

Jasmijn: Maar het is natuurlijk inderdaad ook belangrijk dat je zegt dat je er zelf klaar voor bent. Want je kan niet iets gaan doen of werken aan jezelf als je dat niet wil. Ja, precies.

Lincey: En je hebt ook echt kinderen die het niet willen. Die het niet voor overstaan. Maar ja, het is toch wel belangrijk. Ik snap wel dat ouders dat dan voor hun kind willen. Omdat ook natuurlijk een kind... Dat de kans groot is dat een kind het zelf ook gaat ontwikkelen.

Jasmijn: Ja, zeker. En bijvoorbeeld voor zo'n kind die het moeilijker vindt om mee te gaan. Hebben jullie dan een bepaalde methode om zo iemand mee te krijgen? Of moet je op een bepaald punt gewoon zeggen, misschien lukt het daar gewoon niet.

Lincey: Als een kind echt niet wil... Kijk, het is uiteindelijk gewoon preventie. Het is vrijwillig. Alleen, het is niet vrijblijven dat je één keer komt en daarna nooit meer. Maar het is wel gewoon vrijwillig gekaderd. Dus jullie proberen. We doen wel ons best. Het is niet van, oh, je zegt één keer van nee, ik wil het niet. Dus je hoeft niet mee te doen. Maar ik had laatst wel een meisje die moest tijdens het kennismakersgesprek heel erg huilen. En ze wilden eigenlijk naar huis toe. En ik probeer eigenlijk... Het lukt wel, het lukt vaak wel. Maar ik probeer ook gewoon de tijd te geven. Ook van, ja, je mag huilen. Het is niet erg. Geduld hebben. En ook, maar eigenlijk, ik vertel soms aan die kinderen ook van... Vaak, altijd vertel ik ook wel van, ik heb ook een mama die is ziek is. En ik had gehoopt dat ik op jouw leeftijd ook naar een groep kon gaan. En dan zie je ze ook wel kijken van, hè? Dan hebben ze wat meer interesse om te weten van, oh, jij hebt dat ook niet. Dus dat is mijn tactiek dan ook wel een beetje om ook iets van mezelf te laten zien. Want ja, je kan als een persoon die gewoon is opgegroeid in een mooie gezin, dan kan je ook moeilijk zeggen van... Ja, ik snap wat je bedoelt, ik snap wat je voelt, wat het moet, wat het niet moet. Wij voelen dat dan echt zo.

Jasmijn: Ja, dus je hebt al eigenlijk veel meer dat... Die connectie.

Lincey: Ja. Aansluiting.

Jasmijn: Nou ja, mijn project gaat natuurlijk een beetje over een soort van kunstgebruik. En je zei ook al dat ze bijvoorbeeld bij die Amigos soms hun huis of school moeten tekenen. En ik kan me ook wel herinneren van mijn KOPP-groep dat we dan ook wel eens tekenen opdachten hoe ze het doen. Denk je dat kunst een bijdrage kan leveren voor, als je van beter in contact komt met de kinderen? Of wat is jouw visie daarop?

Lincey: Ja, ik vind kunst zelf ook wel een mooi middel om meer tot je emoties te komen. Dus ik denk wel echt dat dat goed is. Dan alleen maar praten bijvoorbeeld. Dat ze echt met hun handen kunnen werken. Ja, ik ben daar wel fan van eigenlijk. Had ik zelf natuurlijk ook. Bijvoorbeeld schilderen, dan vind ik dat ook leuk om dan met kinderen te doen.

Jasmijn: Ja.

Lincey: En ik gebruik het zelf nu ook nog steeds. Als ik niet lekker in de vuil zit of als ik voel van oké, nu wil ik schilderen, dan komen er meestal ook de mooiste dingen uit.

Jasmijn: En ik heb soms ook dan, als ik aan het tekenen ben of zo, dat er ook een soort opwelling van emotie kan komen die je eigenlijk helemaal niet verwacht. Dat vind ik ook wel mooi.

Lincey: Ja.

Jasmijn: Oké. Ik denk dat we hem gewoon moeten afkappen eigenlijk.

Lincey: Heb je genoeg info?

Jasmijn: Ja, we hebben wel lekker gepraat. Nou ik wil je bedanken voor het interview.

Lincey: Ja geen probleem, ik hoop dat je er iets aan hebt.

Appendix B

Interview Ilse Anker conducted by Jasmijn Rowling, 20 oktober 2023

Jasmijn: nou allereerst ja, kan je een beetje vertellen wat jouw rol binnen Youz en kop is?

Ilse: Zeker nou, Ik ben dus Ilse en ik werk als preventie deskundige bij Youz. We zeggen altijd Youz verslavingszorg, want dat omdat wij dan wel. We zijn wel gericht op verslavingszorg, wel een combinatie met psychische problematiek, maar je hebt soms ook de Youz en die richt zich Alleen op de ggz problematiek, hè? Dus het zijn wel twee verschillende organisaties, we vallen wel allebei onder Parnassia groep, dus het kan best wel ingewikkeld zijn, Maar ik werk dus voor Youz verslavingszorg die zorg uit Rotterdam. Ik weet niet of je zelf altijd Rotterdam komt?

Jasmijn: Ik woon in Rotterdam, ja, maar ik ben opgegroeid in Utrecht.

Ilse: Oh ja, nee, dus daar werkt nu sinds maart 2020 en Ik weet niet of je een beetje weet wat de preventiewerk inhoudt?

Jasmijn: Nou, ik heb vandaag dus ook met Lincey gesproken, dus die heeft ook wel een beetje verteld, maar het gaat een beetje. Hoe ik het begreep dat jullie eigenlijk focussen op een doelgroep om te voorkomen dat bepaalde problematiek zich herhaalt. Als ik het zo kan zien

Ilse: Ja en bij ons zit het namelijk met een laatste kop stukje KOP-groepen, dat wel willen voorkomen dat dat jongeren dezelfde problematiek ontwikkelen, hè? Op nou verslavingsproblematiek is of psychische problematiek of überhaupt gewoon hè? De kwetsbaarheid van mentale gezondheid, hè? Dat ze dat overnemen en preventie deskundige daarnaast ook richten wij ons ook heel erg op middelengebruik en game, gokken en sociale-media. En dan richten we ons heel erg ook op ouders, dus het netwerk eromheen en ook op hulpverleners. Die geven dan trainingen en voorlichtingen over dit soort onderwerpen, want heel veel mensen vinden dat heel erg spannend. En we zijn toen jaren geleden dan ook betrokken om deze groepen te draaien. Ik weet niet of je ook contact hebt gehad met Indigo.

Jasmijn: Nee, nog niet, maar daar had Lindsey het vandaag inderdaad ook over.

Ilse: Want dat is Misschien wel een fijn idee ook voor jou, want zij doen de groepen tot tot 12. Ja en wij van Youz doen de groepen dan van 12 tot 15 en de 16 plus groep hè, dus tot en met 23 jaar en ook af en toe zit mijn collega Goretti bij de KoppOp groep.

Jasmijn: Ja die heb ik woensdag gezien inderdaad.

Ilse: Oh je was er zelf ook bij.

Jasmijn: Ik ben ook naar de meeting gegaan.

Ilse: Volgens mij is zij een keer per maand daar hoor, maar dat denk ik dat jij dat beter weet dan ik.

Jasmijn: Ja, ze zei inderdaad dat ze er af en toe bij is, maar zijn de meetings ook maar een keer per maand volgens mij, dus dat verschilt wel eens eens.

Ilse: In dezelfde tijd gaat het juist wat vaker en dan is er nog volgens mij wat minder, maar ik heb zelf de KoppOp groepen nog nooit gedaan, wel dat 12 plus groep. Jaren en nu eigenlijk voor het eerste keer de 16 plus goed met de collega. En hoe wij dat eigenlijk doen, is via de draaiboek van Trimbos instituut. Dat is eigenlijk.

Vorig jaar eind van het jaar volgens mij of hebben ze een soort pilot gedraaid met deze draaiboeken, want die gingen ze updaten, want wij werkten eigenlijk al met materiaal. Wat nou echt super oud was en ook super oud eruit zag, weet je wel van die lelijke Word documentjes die dan zelf in elkaar geflanst waren en nu hebben ze dat eindelijk geupdate, dus daar werken we ook wel mee, dus dat is eigenlijk. Het ligt wel een beetje vast wat we wat we per bijeenkomst dan doen, maar we hebben soms ook wel de vrijheid om daar zelf invulling aan te geven.

Jasmijn: Ja precies ja. Ik heb ook ook contact gelegd met het Trimbos instituut. Inderdaad.

Ilse: Oh super.

Jasmijn: Maar ik heb nog ja, ik heb gisteren pas wat terug gehoord, dus ik had nog geen gesprek gepland, zeg maar. Dus als ik het goed begrijp, is jouw doelgroep nu wat ouder, dus eerst 12 tot 16 en nu ga je ook de 16 plus in.

Ilse: Ja mijn werk an sich is sowieso tot en met 23 jaar hoor, dus dat is ik spreek sowieso ook jongeren die begin 20 zijn, maar wij wij maakten elke keer een ja een soort verdeling in wie het doet wanneer de groepen en dat probeerden we dan ook om. Ja, een beetje zo een beetje vast te houden, Omdat iedereen dan wel kijk dat 12 plus groep is wel een hele andere aanpak dan de 16 plus groep natuurlijk. Ook omdat je daar wel heel veel te maken hebt, ook met ouders en andere hulpverleners die er iets van moeten vinden. Eigen mening hebben en bij 16 Plus is dat niet zo en omdat natuurlijk best wel belasting is voor je agenda, hè? Als je al die groepen draait, dus vandaar dat ik toevallig de 12 plus groep heel heel tijdje heb gedaan en dan nu een keertje omgedraaid werd. Ja, Het is gewoon eigenlijk ja, we maken een jaarplanning en dan dan staan we gewoon. Ja, wie doet de groep van oktober en wie doet de groep van? Weet je, zo gaat het dan een beetje heel, heel simpel gezegd.

Jasmijn: Dus en jullie werken via een bepaalde methode? En, hoe kan ik dat dan zien? Is het dan gewoon? Elke ja elk plan staat vast en stel dat er iets gebeurt in de groep. Kunnen jullie daar nog wat in aanpassen?

Ilse: Of ja zeker. Ja, want je kan ook niet draaiboek zelf bestellen. Ik weet niet of je dat al had gezien.

Jasmijn: Nee heb ik nog niet gezien. Ik ga hem even in de chat gooien, want ik mag wel niet zomaar naar je sturen.

Ilse: Maar misschien is het wel interessant voor jezelf om hem te bestellen. Hij kost wel € 35, maar dan weet je een beetje, dan weet je precies wat wij eigenlijk doen. Dus dan tienergroep, maar volgens mij staat daar dan ook. Als je naar beneden gaat, zie je ook werkboeken staan. En draaiboek jongerengroep, hè? Dus zie je de andere leeftijden ook bij staan, dus het kan wel interessant voor jou ook zijn.

Want heb jij een specifieke leeftijdscategorie waar je mee bezig bent, of dat niet zozeer?

Jasmijn: Op dit moment nog niet, want ik zit eigenlijk echt heel erg in de ontwikkelingsfase. Ik ga dit zeg maar deze twee maanden. Ik wilde eerst dacht ik nou, Ik ga allemaal workshops doen en ik ga allemaal dingen uitproberen, maar eigenlijk wil ik eerst zo een product creëren waar ik mee kan experimenteren, zeg maar. En mijn doelgroep ligt wel redelijk jong, denk ik. Ik heb zelfs wel met zeg maar jong volwassenen gewerkt aan het theaterstuk, dus het is net anders werken als met echt hele jonge kinderen. Dus ik heb daar zelf ook helemaal geen ervaring mee, maar omdat ik was zelf 8 toen dat bij mij thuis gebeurde, dus dat is wel een doelgroep die ik interessant vind. Maar ik heb nog niks specifiek vast staan, omdat ik gewoon eerst eigenlijk ga onderzoeken. Dan pas echt workshops en dingen ga ik ja, ik weet niet hoe het vorm krijgt. Uiteindelijk moet je precies in.

Dus ja oke dus nog wat verder op de KOPP-groepen, zeg maar wat zou wat zijn bijvoorbeeld activiteiten die jullie daar ondernemen?

Ilse: Nou, Het is heeft soms wel een beetje een therapeutisch karakter natuurlijk, als bijvoorbeeld kijk wij zijn. Ook willen heel graag dat lotgenotencontact natuurlijk samenbrengen, hè? Dus dat die jongeren met elkaar in gesprek gaan over bepaalde ervaringen, dus dat is wel wat wij altijd wel op één zetten als wij bijeenkomst voorbeeld starten, hè van hoe is je week gegaan? Heb je bijzonderheden dat we dat wel goed met elkaar evalueren? En Als je dan een beetje kijkt naar de week structuur even bij pakken hoor.

Dan kan ik je ook een beetje inhoudelijk vertellen van wat voor dingen wij precies doen. Nou, dan zie je dat we bijvoorbeeld bij bijeenkomst 1 zitten we heel erg op natuurlijk. Groepsdynamica kennismaken nou groeps contract maken, hè? Dat gaat over wat voor regels gaan we als groep aan om om leuk samen te werken? En dan hebben we hebben we het ook de focus op de rol van het gezin, want misschien herken jij dat ook bij jezelf hè? Dat jij dan misschien toch een andere rol aannam in het gezin dat jij misschien altijd de redder was of altijd degene die.

En de boel sust weet je wel of tussen vader en moeder in stond, weet je wel dus dat we dat in kaart kunnen brengen en ook een stukje loyaliteit en loslaten en dat werk je dan met stellingen waar je dan mee eens kunnen zijn of of niet? Dan heb van die stellingen als van Ik kan het niet maken om op mezelf te gaan wonen. Weet je dat soort vragen die die spelen vooral bij de 16 plus groep, hè? Dat ze daar heel erg moeite mee hebben van jou. Wanneer kies ik mijn eigen weg en wat kan ik daar in doen? En dat is eigenlijk een beetje hoe bijvoorbeeld week 1 eruitziet en we gaan dan wel altijd ook tegen hun zeggen van hoor, dan is eigenlijk huiswerk voor de week erop dat ze een leuke activiteit wordt zichzelf plannen, hè? Dus dat ze echt tijd voor zichzelf in plannen om iets te doen wat niet in het teken staat van de ouder of een broer of een zus of het huishouden of wat dan ook. En dan vinden ze soms in het begin heel erg moeilijk, dus dat is echt denken van ja, maar wat moet ik met mijn eigen tijd en hoe kan ik dat indelen zonder mijn schuldig te voelen? En als je dan die werkvormen hebt, dan zijn wij soms ook daar wel een beetje mee aan het spelen, want we hebben bijvoorbeeld met deze groep hebben wij.

Als kennismakings oefening ook zo een ja familieopstelling gedaan hè, zoals je met bepaalde producten kon laten zien van oh, zo zit mijn gezin eruit en dan kon ze daarop focussen. Maar ik heb ook bijvoorbeeld met de 12 plus groep en dan merk je als ze wat jonger worden, dat ze dat creativiteit dan wel wat vaker voorkomt. Toen had ik dat aan de hand van een tekening dat ze een gezin gingen voorstellen, hè, dus dat dan heb je, dan zie je dat het daar wat meer in terugkomt. Dat is ook werken met moodboards en dat soort dingetjes.

En even kijken hoor, Als je dan sowieso gaat kijken naar twee dan bijeenkomst twee dan focus ook op zijn documentaire "Nikki", maar daar heb jij denk ik ook wel al gezien, hè?

Jasmijn: Die filmpjes, bedoel je of wat bedoel je?

Ilse: Er is een documentaire in Nikkie en die is op Videoland te zien en dat is misschien ook wel leuk voor je eigen inspiratie, want dan zie je heel goed van joh. Zij is volgens mij een aantal jaar gevolgd en zij was dit jaar ook bij onze KOPP symposium.

En zij heeft een vader die niet in beeld is en die heeft problematiek, maar haar moeder ook is het eigenlijk dat het heel ja echt wel Docu stijl hoor, dus heel rauw in beeld wordt gebracht van joh hè? Bijvoorbeeld In het begin zie je dat ze de moeder niet kan wakker krijgen en dat ze dan maar zelf de hort op gaat en dat ze van die gesprekken heeft op school, waar het dan eigenlijk niet goed gaat, hè? Dus dat je ziet dat zij bijvoorbeeld van niveau naar beneden gaat omdat ze thuis. Ja moet zij gewoon die zorg taak eigenlijk overnemen van de moeder, dus dat gaan wij dan aan de jongeren laten zien, maar niet hele documentaire, want die volgens mij duurt 1 uur durft niets met zekerheid te zeggen. Maar laten we korte fragmentjes zien en dan gaan we daarover in gesprek van joh. Herken jij dit bijvoorbeeld bij jezelf en hoe ga je daarmee om? Want we hebben wel ontdekt dat beeldmateriaal wel heel erg fijn is of een beetje de. Ja dat ze ergens naar kunnen kijken en daarop kunnen reflecteren, hè, dus dat zonder dat ze daar zelf iets mee moeten verzinnen.

Jasmijn: Ja, dus dat het gewoon dat het meer een soort herkenning creëert of zo, en dan aan de hand van het beeld stellen jullie vragen of kunnen zij vragen stellen of zo?

Ilse: Ja, er zitten pauzes tussen in de fragmenten, dan zie je echt fragment een weet je wel zo gefotoshopt of zo erg bewerkt en dan kan je het tussendoor erover hebben, maar soms kan je ook alles kijken en dan als als laatste alles een beetje bespreken van hoe ging dat, hoe voelt dat voor jou?

Heeft ook te maken met wat voor mens, wat voor jongeren heb je in je groep, hè? Qua spanningsboog of hoe dat ook een beetje zit, kan je dat ook een beetje aanvoelen? En dan heb je ook even kijken grenzen, hè? Dus we gaan echt oefenen met grenzen aangeven, zowel echt schoon, letterlijk fysiek hè? Met oefeningen als. Meer op papier, hè, dus hoe je dat kan doen? Bepaalde situaties bespreken voorbeeld. En dan merk je dat ze dat ook wel heel erg moeilijk vinden om af en toe grenzen aan te geven.

Bijeenkomst 3 staat eigenlijk in het teken van het G-schema die ken je denk ik ook wel, heb je daar wel eens van gehoord?

Jasmijn: Ja

Ilse: Dan gaan we die invullen eerst op basis van een fragment. Wat volgens mij het Expeditie Robinson komt en dan kan je heel goed zien van ja, wat doet eigenlijk je je? Hoe sterk is je is je koppie bij bedenken van bepaalde signalen, scenario's, want dan zie je ook bijvoorbeeld een een man, dus de eetproef. Ik weet niet of je Expeditie Robinson kijkt en dan moet je natuurlijk hele vieze dingen eten. Maar hij kreeg een hamburger en Dat is in principe hè, dus los van het feit of je überhaupt vlees eet ja of nee, maar hij had zo ingesteld van dit is vies en dit klopt niet. Dat hij gewoon daar helemaal stuk op ging en ja, bijna moest overgeven. Geen kokhalzen en dat soort dingen.

En kunnen op basis daarvan zo'n g schema invullen en dan ook eigen situatie, maar dan ook vooral focussen op de ja positieve gedachtes. De positieve spiraal, hè? Dus dat we wel van iets negatiefs iets positiefs proberen te maken, dus dat is echt wel een oefening die we er dan ook. Graag met ze doen.

Ja moet gewoon onderbreken, hoor. Als ik te snel ga met dingen.

Jasmijn: Nee zeker, het is een super interessant.

Ilse: Even kijken, dan heb je ook nog sowieso dat we elke week focussen op dat leuke leuke dingetjes doen, hè? Dat en hoe het met iemand gaat.

En de sociogram is de volgende bijeenkomst hè, dus dat goed in kaart brengen van ja, wie heb je allemaal in je netwerk? Ben je daar blij mee of zou je meer vrienden of vriendinnen willen? Of wie kan je bijvoorbeeld inzetten hè? Want de KOPP-groep doet Natuurlijk maar een aantal bijeenkomsten en dan is het wel fijn als bijvoorbeeld een persoon hebben waar ze vervolgens mee om kunnen gaan over deze situatie mee kunnen praten of, maar als het niet goed gaat dat ze daarmee kunnen bellen, hé, wie is dat dan voor die personen? Dat is bijvoorbeeld gaan vragen, dan heb jij iemand in je familie die dat zou kunnen zijn of heb een goede vriendin die dat kan zijn en op die manier kunnen we dat dan uittekenen met zo'n hele ouderwetse oefening die dan ook? Ja, dat is gewoon echt met die cirkel, hè? Die cirkels die helemaal in elkaar staan.

Die gebruiken we dan het liefst daar daarvoor.

Jasmijn: Ja, dus dat ze, want dan zitten ze denk ik een beetje op de helft van van het traject.

Ilse: Ja, We hebben even kijken, normaal gesproken of bijeenkomsten of meer. Ja 7 à 8 ja 7 bijeenkomsten en een terugkombijeenkomst. Zo, zeg ik het goed?

Dus dat doe je ongeveer op de helft, maar ik moet ook zeggen dat wij ook wel kijken naar hoe groot zijn de groepen jongeren, want als jij bijvoorbeeld 6 jongeren hebt.

Of groter zelfs 7 of 8, dan heb je heb je al die bijeenkomsten wel nodig om volledig de tijd te kunnen besteden aan de jongeren. Maar nu hebben wij 3 meiden, dus het is heel klein groepje hè? Dus dan kan je ook oefeningen met elkaar combineren, al moet ik wel zeggen dat er nu zoveel er is ook meer ruimte voor de. Persoonlijke dingen, hè, dus het is wel dat er. We doen wel meer oefeningen per week, maar er is ook ontzettend veel ruimte om te ventileren over bepaalde situaties. Dus op zich is dat wel waardevol Als je met een klein groepje bent.

Jasmijn: Ja, want Als je je hebt, natuurlijk, Dat is ook wel logisch dat je meer tijd hebt Als je iets kleiner groepje hebt die met 15 man zit, dan is dat natuurlijk wel heel anders.

Ilse: Proberen sowieso de groepen altijd onder de 8 personen te houden en juist om elkaar mee om toch wel een beetje aandacht te kunnen geven. Want anders wordt het wel heel erg krap. Je wil Natuurlijk ook niet mensen midden een verhaal afkappen. Of Het is ook. Het is natuurlijk wel een draaiboek natuurlijk helemaal uitgekauwd is, maar.

Het kan ook zijn dat opeens iemand zegt Van joh, mijn vader is opgenomen en het gaat niet goed. Nou, dan ga je gewoon, dan laat je heel dat draaibroek los en dan ga je gewoon zelf weer op. Meer in gesprek van joh. Wat kan je eraan doen hè? Wat is jouw taak en heb je dat je de situatie na bespreekt hè? Dus het is ook gewoon. Dat er heel veel inbreng is vanuit de groep zelf bepaalde momenten.

Als het eventjes niet goed gaat met een ouder, ja, dan ga je niet echt. Ga je niet opeens denken van oh, We gaan een sociogram doen, of weet je dat ze dat we passen, ons daar wel op aan. Maar we proberen wel dat al die oefeningen erin voorkomen en dan merk je ook wel dat ja, dat die bijeenkomst een beetje door elkaar heen lopen, dus dat je ene keer denkt van oh, de groep heeft nu behoefte aan dit, dan gaan we dit op dit moment gewoon doen, hè?

Sluit bijvoorbeeld aan, dan stel je voor. Ze hebben over in het begin van de week een komst erover dat ze ruzie hebben gehad met de vriendin. Ik noem maar wat, dan kan je makkelijker aansluiten met zo'n oefening over ja, wie zijn nou echt je vrienden en wie is belangrijk voor je en? Dus dat zorgt wel altijd voor maatwerk, hoor. Ook al is het natuurlijk nu in zo een jasje groot waar je eigenlijk standaard mee aan het werk kan. Maar we zijn natuurlijk gewoon allemaal mensen en het loopt dan toch anders dan dat je? Dat je denkt vaak.

Hier heb je bij bijeenkomst 5, dan komt psychiater langs. En dan hebben ze de week daarvoor, hè? Dus hebben ze een opdracht gekregen van joh bedenk een paar vragen waar je mee zit, hè, over je moeder of je vader of over wie dan ook. En dan kunnen we dan aan diegene voorleggen. Diegene komt bijvoorbeeld deze. Volgende week bijeenkomst ook langs, dus ik heb die meiden die huiswerk geven om om dat voor zichzelf te bedenken. En dan merk je gewoon dat het heel fijn is om dat wij.

Ik doe dat dan wel met een collega. Ik ben van oorsprong een Agoge hè dus echt een ja, een zakelijke dienstverlening, echt social worker. Mijn collega is dan heeft dan wel als achtergrond psychologie gestudeerd, maar dan is toch wel. Die extra kennis wel wat fijn voor een ander perspectief ook dus dat dat iemand dat op een bepaalde manier kan uitleggen en dat vind ik altijd heel leuk. Ook om te zien, bijvoorbeeld bij die hele jonge kinderen, hoe hoe ze dan op een hele simpele manier dat kunnen uitleggen van joh waar je moeder last van heeft, hè? Dat zit een beetje zo. Zo kan je het herkennen hè, dus dat is wel heel erg waardevol.

Jasmijn: Ja, dat kan dat, Dat is, Ik was ook heel. Ik was 8 Toen ik bij een KOPP-groep liep, maar dus ik kan me wel herinneren dat ik. Dat, Ik heb echt zo 3 momenten uit hele traject dat ik me kan herinneren en inderdaad ook dat er dus zo een psychiater langskwam en dat we allemaal eigenlijk gewoon zo hele platte vragen stelden en de hulp simpel antwoord op kregen en dat we dat ook heel serieus namen, omdat het dan toch een professional is of zo of die het het hoofd iets beter begrijpt of zo. Dus dat ja, dat kan ik me wel goed herinneren inderdaad.

Ilse: Met tenminste toch ik je bindt je wel aan die jongeren. Je bent toch emotioneel natuurlijk betrokken bij ze. Je ziet ze elke week en dan vind ik het wel grappig om te zien. Als het dan iemand anders komt, hebben ze opeens aanzien en respect. Niet dat ze niet respect voor mij hoor, want dat hebben ze zeker wel een schat ik mijn kinderen allemaal, maar dat ze dan toch een beetje anders dan is het toch een beetje zenuwachtig schuiven op een stoel en netjes praten met u en dat soort dingen, dus dat maakt altijd wel ontzettend veel indruk op op ze.

Jasmijn: Ja, maar ik denk ja, ik denk omdat je je hebt dan toch een soort vriendschappelijke band en ze vertellen bij jou natuurlijk heel veel persoonlijke verhalen en dan is er iemand bij die eigenlijk heel technisch er kan reageren, dus dat is dan weer ja gewoon wat heel anders ook, omdat je dan een week van tevoren vragen moet bedenken, dus dat is dan iets waar je dan de

hele week over nadenkt. En dan, je moet wel een goede vragen hebben, anders gebeurt dit en dit ja.

Ilse: Ja nee, heel grappig om te zien ja ja en wat je zegt ook het is. Kijk, als je die groepen begeleidt, is het inderdaad. Ja, het zijn gewoon, omdat zij natuurlijk dingen met jou delen. Het is niet zo dat ik dingen per se van mij deel, maar het is wel dat je wel bepaalde dingen live events deelt met je kinderen en dat ze daar ook mee aan meeleven zijn en dat ze ook heel bewust ook vragen over Als ik bijvoorbeeld iets vorige week iets had, dat ze dan ook vraagt van ja, hoe is het dan gegaan hè? Dus dat soort gesprekken heb je dan wel? Vind ik altijd heel bijzonder hoor. Ik ben echt sinds dat begin dit werk doen. Ik doe natuurlijk verschillende activiteiten, verschillende projecten en zo maar ja, KOPP-kinderen, dat is toch wel. Dat zit altijd wel in mijn hart, hoor. Dat is wel natuurlijk een hele specifieke doelgroep en denken van jullie hebben we allemaal niks verkeerd gedaan. Jullie verdienen gewoon een hele hoop liefde en aandacht en het liefst zou ik jullie allemaal in huis nemen, maar dat kan ook niet. Daar heb ik geen ruimte voor, dus dat ik vind het wel altijd heel fijn om te doen. En ik denk ook wel dat dat een voorwaarde is om deze groep te draaien. Het moet je wel liggen hè, want niet alle collega's van mij doen het, omdat je dan toch een beetje te maken hebt met die overdracht en tegenoverdracht hè, dus dat je dat ding in je aangrijpen hè dat je dat mee naar huis neemt. Omdat de dingen die die ze meemaken, gewoon vrij heftig kunnen zijn, natuurlijk.

Jasmijn: Ja zeker.

Ilse: Kijk, hoor, er zit nu bij bijeenkomst 6. Dat gaat over zelfbeeld zelfvertrouwen in identiteit, want het is natuurlijk ontzettend belangrijk, hè? Dat ze daar een hoop. Positiviteit in in stoppen daar hebben we dan ook een oefening. Vorm, maar ook een eigenschappen spel dus dat ze wel bewust zijn van de positieve eigenschappen van zichzelf, want. Ja, ik merk wel dat ze dat soms wel heel erg lastig vinden om zelf te benoemen of zichzelf te complimenteren over bepaalde dingen en daar kunnen op die manier dan mee oefenen. Hier staat ook toevallig een opdracht cirkel van invloed bij, hè? Van op welke dingen kan je invloed hebben en welke dingen kan je geen invloed hebben? En daardoor kan je natuurlijk ook bewustzijn creëren van ja wat we nu eigenlijk allemaal speelt. Wat kan ik er eigenlijk aan doen en wat is mijn bijdrage daar daarin?

En dat, dat zien ze dan gelukkig wel dat het heel vaak niet van hun is dat het dat ze daar heel erg mee bezig zijn. Identiteit, nu zeker met nou eigenlijk wel met alle leeftijdscategorieën is dat een stukje wat heel erg heel erg naar voren komt hè, wie ben je als persoon? Wat vind je zelf belangrijk? Wat vind je zelf leuk? Dat we daar ook wel aandacht aan besteden.

Hier staat bij bijeenkomst 7 echt afscheidsbijeenkomst klinkt meteen weer zo. Nou, hier staat een ansichtkaart, maar ansichtkaart spel, dat heb ik zelf nooit gedaan.

Het komt erop neer dat je dat je ansichtkaarten neerlegt en dat jongeren kaart mogen kiezen. Of 3 kaarten mogen kiezen. Een kaartje staat voor het verleden, eentje voor de toekomst en eentje voor het heden. En dan moeten ze daar iets over opschrijven en die kaarten worden dan ook meegegeven.

Ja hier bij je die laatste bijeenkomst staat niet zo heel veel staat wel iets over complimenten, complimenten, kaart schrijven en wat heb je geleerd hè? Want, wat je wel vaak merkt aan dat soort draaiboeken is, dat is een ja is wil natuurlijk wel dat ze jongeren iets geleerd hebben uiteindelijk, hè, dus dat we wel daar aan gaan besteden. Al moeten we wel zeggen, dat doe ik elke elke week van joh. Wat vond je van de bijeenkomst? Wat vond je voorbij, wat moet je minder? Fijn dat we gewoon elke keer die feedback gewoon meenemen naar de volgende keer. Want ze kan ook zijn, hè? We hadden bijvoorbeeld een keertje, een groep met die G-schema.

Ja dat, dat sloeg bij die groep gewoon niet aan. Weet je wel, dus dan kan je wel. Kan je wel ploeteren en die die kinderen er doorheen loodsen. Maar als je dan denkt van ja, dit past niet bij ze, dan verzin je gewoon op dat moment wat anders. Dus, daarom is dat maatwerk wel heel erg belangrijk.

Jasmijn: Ja, en ook wel logisch als je merkt van oh, de vorige paar sessies merkte ik dat ze toch dit nodig hebben, dus misschien kan ik daar de laatste bijeenkomst nog op focussen. Of dat je daar nog ruimte voor hebt?

Ilse: Ja en dan zo een terugkombijeenkomst is vaak ja ongeveer een maand later, hè? Dat wij inplannen en Dat is eigenlijk altijd een beetje wel op wat meer sociaal vlak, wat wat leukere activiteiten met met de jonkies ging ik dan bijvoorbeeld een moodboard maken, dan was je gewoon heel hele heel uur aan het knutselen en aan het kijken van joh, wat wil je de komende 5 jaar bereiken? Of sommige collega's die ze ervoor dat de jongeren voor zichzelf een brief schrijven die we dan uiteindelijk na een half jaartje op de post doen of wat meer spelletjes gericht of misschien zijn sommige oefeningen nog niet klaar of hebben ze inbreng, dus dat verschilt wel heel erg daarvan en, we zijn eigenlijk alle alle bijeenkomsten zijn dan geweest en dan dan moeten we ze wel gaan we ze loslaten, maar betekent niet dat we niet dat ze het niet meer zijn, hè? Want wat je ook vaak ziet, is dat de jongeren in de groep dan soms ook individuele gesprekken erbij krijgen, hè?

Ja, als ze dat dan toch op een gegeven moment niet lekker loopt weetjes, vinden we ons altijd wel, dus de appen of bellen als ze eventjes in de situatie zitten wat ze niet fijn vinden, want je ziet is dat de 12 plussers die gaan op gegeven naar de 16 plus groep, hè? Dus dat ze blijft wel bij ons in beeld.

Jasmijn: Ja, soms blijven mensen ook gewoon hangen, die gaan die doen nog een keer traject, maar dan met een oudere groep bijvoorbeeld.

Ilse: Want dan na twee jaar geleden voorbeeld, een meisje van 15 en die die zag ik dan ter overbrugging naar een paar maanden individueel en dan ging ze daarna met 16 plus groep mee. En, dat was gewoon op bij haar op eigen aanvraag dat we gewoon zelf bepaalde oefeningen nog konden doen. Wat wat meer verdieping erin kunnen doen.

Maar dat doen we natuurlijk niet bij iedereen standaard, want dat is gewoon helaas. Hebben we daar dan niet genoeg tijd voor? Nou en, het is ook niet altijd nodig, hè? Want het is natuurlijk ook dat we ook rekening moeten houden. Dat je wil ook niet dat ze te gehecht aan je raken.

Jasmijn: Dat ze gewoon op eigen gemak verder kunnen kennen, zeg maar.

Ilse: Want dat kunnen ze eigenlijk allemaal wel, hè? Na al die tools die ze hebben aangeleerd, moeten ze nou moeten ze niet, maar dan zijn ze misschien wat meer in staat om eigen keuzes en beslissingen te maken en voelen zich misschien wel beter, dus in ieder geval waar we voor streven. Dus ja, laat ze ook wel op gegeven moment zelf dingen proberen en dat gaat over het algemeen ook wel weer goed hoor.

Jasmijn: Ja, dus, hoe bereiden jullie ze een beetje voor, als ik op soort van een leven zonder KOPP, als ik dat zo zou kunnen zeggen.

Ilse: Ja, dat ligt een beetje aan, hè? Want je hebt sommige groepen die die merk je dat daar die ze dat ze de groepen heel erg fijn vinden, hè, dus dat ze zich heel erg aan vasthouden, maar we zijn wel altijd al heel vroeg. Met de planning, er zeg maar dat we wel goed zeggen. Van joh weten dat het nog 3 bijeenkomsten hebben weten ook nog twee bijeenkomsten hebben hè?

Terugkombijeenkomst en dus dat we dat dat wel goed over hebben hè? Dat het niets uit niets komt hè? Want soms kan het dan in een keer overvallen. En ook goed blijven luisteren naar waar de wensen liggen, hè? Want het kan ook zijn wij bijvoorbeeld die 16 plus groep en stel je voor dat ik alleen allemaal 20 jaar jongeren heb die heel erg worstelen met uit huis gaan. De praktische dingen weet je wel hoe? Hoe vraag je een studie aan of studiefinanciering? Ja, dan gaan we daar ook gewoon los thema aan koppelen. Weet je wel van hoe ga jij het huis en hoe kan je dingen voor jezelf regelen met je huur, huurtoeslag of zorgtoeslag?

Zodat ze dat soort praktische tools ook hebben als zij uit huis gaan en wat we ook bij de jonkies dan doen, is altijd nog een terugkoppeling gesprek ook met met de ouders of een voogd doen en bepaalde tips ook meegeven en ook bijvoorbeeld aangeven van wat Wij hebben gezien, hè?

Zonder er echt erin te gaan. Het is natuurlijk wel privacy wat te vertellen, maar als ik bijvoorbeeld wel ontdek van. In dit meisje zit heel veel angst. Bijvoorbeeld, dan kan het ook zijn dat bijvoorbeeld zeggen van ja, misschien is het een idee om nog eventjes naar Indigo gaan voor een

specifieke training op dat gebied hè, is dat wel meedenken van? Ja, wat komt hier nou eigenlijk naar en wat heeft waar is iemand nog behoefte aan?

Jasmijn: Ja, dus jullie kijken echt een beetje van. Kunnen we deze zo laten uitvliegen of is er nog wat extra soort van begeleiding nodig of hebben we nog andere instanties die we moeten inlichten of zo? En jullie houden altijd wel lichtelijk contact en mensen weten dat dat ze jullie altijd nog wel kunnen vinden. Als het echt nodig is.

Ilse: Als het echt waar is dat vooral hè? Het is niet als ik na een paar maanden heb van joh hoe is het, maar het is wel zo dat dat je soms merkt dat ze dan jou wel appen. En, dat zijn dan grote live events, maar ook leuke dingen bijvoorbeeld. Hè van joh IIs, ik heb mijn eigen huis, of ik heb mijn diploma gehaald en dus dat dat zijn wel leuke dingen, maar zelf actief daarnaar vragen. Dat doen we dan niet, maar we weten dat ze ons weten te vinden als ze het moet.

Jasmijn: Ja precies en je vertelde wel een klein beetje lichtelijk dat jullie bij vooral echt kinderen ook wel creativiteit hanteren met boel, moodboards of dat soort dingen. Hoe zou ik dat moeten zien? Zeg maar op wat voor manier denk jij dat creativiteit helpt?

Ilse: Nou, ik moet wel zeggen, het is wel een persoonlijk dingetje hè? Want niet alle collega's doen dat, maar ik heb wel gemerkt dat zeker met jongere leeftijd vinden ze het bijvoorbeeld moeilijk om bepaalde gevoelens uit te drukken. Of bepaalde emoties emoties te herkennen en wat je dan ziet gebeuren als je een voorbeeld van een teken, een situatie, ja zo een tekening die zegt meer dan 1000 woorden hè? Dan zeker als ze bijvoorbeeld iets hebben gemaakt en dan ga je daarna over hebben van joh wat wat wat hè, wat zie jij erin? Hoe ziet het voor eruit? Kan je gerichter vragen stellen? Het is ook fijn dat bijvoorbeeld de kinderen naar die materialen kunnen kijken, hè, dus dat zij als ze iets hebben getekend dat we dan puur over die tekening hebben waardoor ze het gevoel hebben. Dat, het gaat Natuurlijk wel over hun, maar het gaat ook over die tekening van. Wat kan die focus daar een beetje op liggen? Dus ik vind het zelf wel heel handig om dat in te zetten als ik merk dat dat jongeren het heel moeilijk vinden om over bepaalde dingen te praten en het communiceren. En het maakt soms ook wat luchtiger. Gewoon lekker daarmee bezig kunnen zijn. En soms heb je bij een groep dat het wat minder aansluit, hè? Want je hebt ook bijvoorbeeld dat ze dat is al flink ouder zijn in hun hoofd, dus dat ze al zo vroeg volwassen zijn geworden dat ze dat ze daar geen behoefte aan hebben ook.

Jasmijn: Ja dus dan is het gewoon van nee, hier heb ik geen zin in of.

Ilse: Of je ja, het is ook een beetje hoe je dan merkt hoe die gespreksvoering al een beetje gaat, hè? Als zij heel goed kunnen uitleggen van wat er bij hen omgaat of wat er gebeurt, of als jij gewoon merkt het gedrag van jij bent niet 12 maar 15 ja, dan ga ik niet. Ik wil ook niet dat zij dat het dan te kinderachtig voor zijn ogen komt. Zo ook een beetje ja, dus daar zit je altijd wel mee te schommelen van. Je hebt hele verschillende leeftijden ook bij elkaar hè? Want Ik heb 1 keer 1 groep gehad van 12 jarigen bijna allemaal bij elkaar hè dus 12 en 13, dat is wel relatief. Zijn het jonge kinderen Natuurlijk. Ja en daar kon ik alle creativiteit op losgooien die ik kon bedenken, want dan heb je ook een leeftijdsgroep wat heel goed op elkaar aansluit. Maar als daar dan iemand van 15 bij zou zitten, die zou dat dan misschien een beetje stom vinden, zeg maar tussen tussen haakjes.

Jasmijn: Ja, dus het ligt een beetje aan de groep waar je dan net in bevindt.

Ilse: En ook inderdaad persoon zelf. Want ik, ik geloof echt wel dat het meerwaarde heeft, hoor dat soort oefeningen of dan ja, ik denk het wel. Ja.

Jasmijn: Ja, Dat is wel heel fijn om te horen. Nou ja, dit gaat eigenlijk een beetje over hetzelfde onderwerp, dus heb je het idee dat creatief bezig zijn dan/ tekenen? De kinderen kan helpen om beter over de thuissituatie te praten?

Ilse: Ja 100%.

Jasmijn: Oké, dit is een beetje een complexe vraag, maar dat gaat juist iets meer over mijn project. Stel je voor dat ik een soort creatief kleurboek zou ontwikkelen, maar bijvoorbeeld simpele vragen, tekenopdrachten die voor de kinderen zijn, maar als een soort van handvat kunnen zien om ouders, verzorgers of specialisten een gesprek te openen voor gevoelens en een de gevolgen van hun thuissituatie.

Denk je dat er dan binnen KOPP/KOB of binnen Youz daar ruimte voor zou zijn?

Ilse: Nou, Ik vind dat soort dingen altijd wel lastig, omdat wij wij werken best wel met vaste dingen Natuurlijk die wij niet zelf bedacht hebben. Dus dan we werken nu bijvoorbeeld met KOPP heel erg met met handboeken en de werkboeken. En je merkt bij andere interventies ook dat ze effectief moeten zijn, hè? Dus dat ze echt door zo'n database heen zijn gegaan.

Dus dat maakt het soms voor onszelf ook lastig om bepaalde dingen aan toe te voegen of weg te laten, maar neemt niet weg dat dat als je zoiets hebt, dat wij altijd gewoon kunnen kijken van ja wat wat zou je ermee kunnen en slaat het aan alleen het gaat dan wel bijvoorbeeld in samenwerking ook met de Trimbos van joh. Wat vinden zij daar dan van?

Maar mocht Iedereen het oké vinden, joh, ik wil dat best wel een keer proberen hoor. Als je zoiets hebt gemaakt.

Jasmijn: Ja, dat is wel goed om te weten en ook voor mezelf natuurlijk ik. Ik heb een mailtje gekregen van Trimbos, dus ga ik daar achteraan.

Ilse: Ja, zij gaan Natuurlijk wel heel erg aan eigen product gaan ze aan je verkopen hè, dus ja, dat gaat wel gebeuren, denk ik.

Jasmijn: Ja, dat zou best kunnen, ik ik. Ik weet ook niet wat voor vorm het ook gaat aannemen en hoe ik het voor me zie, Maar ik weet wel als jong kind dat ik stel dat ik weg ging bij KOPP een KOPP of KOV dat ik stel dat ik nog iets van een handboekje had gekregen voor mezelf dat ik dat best wel handig had gevonden. Dat ik en plekje had om gevoelens kwijt te kunnen en dan op je eigen tijd bijvoorbeeld aan een ouder of een broer of zus, zou kunnen laten zien dat je daar ook een beetje je eigen hand in je helingsproces hebt. Of zoiets.

Ilse: Ja ik ben het er wel mee eens hoor, want ik geloof ook wel als je het zo zegt in wat je maakt. Alleen het is meer gewoon de de starheid van de hulpverlenings wereld an sich hè, dus dat je dat ik daarmee worstel van in hoeverre past het in of mogen we zoiets doen hè? Want we worden gesubsidieerd door de gemeente Rotterdam. En heeft ook bepaalde wensen en eisen waar ik als klein persoon in een heel groot systeem heel weinig mee te maken heb. Nou ja, los daarvan weet je, ik zou ook gewoon heel graag willen dat dat wij. Dat we daar wat meer de vrijheid in krijgen, maar we hebben ook te maken met de communicatieafdelingen, hè? Die bepaalde dingen moet goedkeuren, dus.

Dat jij nog die creativiteit nu kan loslaten? Ik zou het lekker inderdaad proberen en gewoon kijken, want hoe tof zou het zijn als zoiets wel gewoon door als Trimbos wel zegt Van oh, dat is echt kicken. We nemen het mee in onze pilot. Weet jij veel, dan heb je straks een heel landelijk product wat je kan doen?

Jasmijn: Ja, dat zou wel crazy zijn.

Ilse: Maar of je kan het omzeilen door juist dat soort dingen bij de KoppOp in te zetten hè? Want dat is natuurlijk een stichting en die hebben niet te maken met dat soort moeilijkheden.

Jasmijn: Daar had hadden we het, want ik ben woensdag ook naar die groep geweest, zeg maar naar de meeting en bij hun is het natuurlijk wat laagdrempeliger Annemijn die had ook een soort schoolopdracht. Die zij wilde uitvoeren, dus zij heeft gewoon. We hebben samen met dino's en dieren een soort familieopstelling gemaakt. En toen vertelde ik dus ook over mijn afstudeerproject.

En toen zeiden ze ook van nou ja, als je iets wil uitproberen, dan kan dat gewoon lekker, dus ik denk dat ik dat ook zeker ga gebruiken in mijn onderzoek om te aan te pakken.

Ilse: Ja, en je kan ook als je er zo iets af hebt gewoon mailen hè? Want misschien kan het wel gewoon, maar het is meer dat ik het gewoon niet zo zeker weet, dat is het.

Jasmijn: Ja snap ik nee, het is gewoon super fijn dat wij in ieder geval dit gesprek hebben, want ik zit echt een beetje in zo'n minne middenstuk van begin tot waar ga ik heen en heel fijn om met mensen te spreken die wat meer binnen mijn doelgroep staan, zeg maar wat. Ik zou ook niet iets willen maken zonder dat ik dat contact leg zeg maar.

Ilse: Want hoe doen mensen dat wel bij jou ook dat ze? Want als jij dit nog binnen twee maanden moet afronden, dat is best wel snel natuurlijk.

Jasmijn: Ja kunst ook demons gewoon een beetje vaag. Het is allemaal een beetje iets meer vrij. Dus ja, het is wel het idee dat we een scriptie schrijven, maar de vorm van die scriptie kan dan ook weer van alles aannemen. Want de bedoeling dat je aan de hand van ja ongeveer 8 tot 10 bronnen zeg maar je onderzoek schrijft en daarna kan je product ontwerpt. Dus ik heb zeg maar, in december heb ik mijn deadline.

Voor mijn soort van Research gedeelte en dan later lever ik een product in, maar dat product kan natuurlijk ook een prototype zijn dat ik zeg van nou, ik heb dit ontworpen en de komende maanden dat verder ontwikkelen en aan de hand van dit onderzoek weet ik de waarde.

Die mijn product zou kunnen aannemen en ik heb met deze instanties gesproken en ze hebben er interesse in en ik zie toekomstperspectief, zeg maar toen niet af te zijn natuurlijk.

Ilse: Nee, dat zou je ook misschien kunnen doen dan tegen die tijd. Als je een prototype hebt dat je dat gewoon opstuurt, want ik kan natuurlijk wel gewoon dingen aan mijn jongeren laten zien van wat vind jij hiervan? Vind je vind jij dit tof of zou je dit invullen of zou je hier behoefte aan hebben? Want je hoeft niemand anders dan wij.

Er iets van te weten, zeg maar dat wij dat gewoon doen dan. Dat is wel goed dat je dat zegt en goed om te onthouden.

Jasmijn: Ik zou je sowieso in de loep houden, dan doen we het altijd een beetje meekrijgen wat waar ik mee bezig ben.

Ilse: Ja, Dat is leuk, project hoor wat je hebt gekozen.

Jasmijn: Ja dankjewel ik ja ik vond het heel lastig, want ik zat het eerst heel breed te maken van. Hoe kan je kunst trauma's verwerken bij kinderen? En toen was dat Iedereen echt zo. Hoe ga je dat in twee maanden onderzoeken zeg maar, dus ik heb het eigenlijk wat kleiner gemaakt, wat meer gekaderd voor mezelf.

Ilse: Ja het moet wel behapbaar blijven op de tijd waar je wat je hebt natuurlijk.

Jasmijn: Ja precies. En ook op een bepaalde manier een soort van mijn eigen verhaal vertellen, maar toch een beetje die afstand creëren. Dat is zo publiceren dat het niet alleen maar over mij gaat.

Ik heb nog een paar kleine vragen eigenlijk, maar een kleine soort van laatste vragen. Nou ja, jij werkt Natuurlijk bij Youz en jij ziet ook wel het belang van de ontwikkeling van je van je kinderen, eigenlijk jouw kinderen, maar je snapt wel wat ik bedoel. Heb je het idee dat er ook meer openheid zou moeten komen vanuit de samenleving voor soort van deze groep kinderen? Of jongeren?

Ilse: Nou echt gewoon 100% hoor, want wat wat we ook wel merken is dat die groepen heel moeilijk vol te krijgen zijn, hè? Was laatst nog een onderzoek dat 1 op de 4 kinderen eigenlijk een KOPP kind is, hè? Dus dat is super veel en als je ook al kijkt naar Rotterdamse cijfers, hè? Dat is nou. Volgens mij ging het om 20.000 jongeren of zo hoor, Je moet in ieder vastpinnen, maar hoe

kunnen wij dan zo weinig groepen vol krijgen in een jaar hè? Daar zijn we dan wel heel erg bezig met andere professionals trainen hè? Van zo kan je signaleren met met scholen in gesprek van joh bij de zorgcoördinator van meld jongeren aan ook bij behandelingen, hè? Want als er mensen natuurlijk in behandeling zijn, die hebben waarschijnlijk ook gewoon kinderen, die kunnen ook bij ons, hè, dus we zitten aan iedereen te roepen van, wij vinden het super belangrijk, want je kan zoveel ellende ermee voorkomen dat. Hè? Als wij dat niet zouden doen. Ja, wat ja, hoe sneu is dat dus die taboe? Ook met jongeren zelf dat, dan merk je dat ze dat ze al vrij snel naar bijvoorbeeld de eerste bijeenkomst zeggen, van oh, wat fijn dat ik niet alleen ben. Ja, dat is natuurlijk ook wel echt een thema wat wel wat vaker naar voren komt nu hè? De mentale gezondheid, maar heel veel jongens hangen de was ook niet. Vieze was niet buiten, dus als je gewoon taboe doorbreekt dan dan ben je echt veel verder dan dat we zijn hoor.

Jasmijn: Maar dat merk ik ook wel nu ik mijn onderzoek aan het doen ben dat er zo ja, er is wel heel veel kennis te vinden, maar je moet eigenlijk heel actief op zoek gaan. En ik probeerde ook van ja, zijn er eigenlijk wel kinderboeken die hier bijvoorbeeld over gaan, maar dan vind je eigenlijk maar een handjevol boeken. En of ja, er zijn wel boeken die bijvoorbeeld gaan over. Hoe voel ik me vandaag of. Ja, ja, of maar niet eens over het scheiden van ouders of zo zijn er wel wat dingen, maar het is toch nee, terwijl je dus inderdaad er zijn zoveel kinderen die met deze problematiek dealen of jongeren die het niet eens doorhebben, dus het is eigenlijk gewoon zonde dat je die groepen niet vol krijgen.

Ilse: Is dat ook niet iets wat jij interessant vindt om later kinderboeken te schrijven?

Jasmijn: Ik zou, ik zou het misschien wel interessant vinden, misschien moet ik dat gaan schrijven.

Ilse: Ik denk wel kijk los van het feit dat je Natuurlijk persoonlijke ervaring hebt, ben je ook gewoon creatief. Dus hoe mooi is die combinatie om dat? Omdat te doen, zeker als ze zo weinig aanbod is, hè? Want waarschijnlijk heb jij zitten zoeken in de krochten van het internet en kom je amper wat tegen. Ja lijkt mij een mooie ambitie zijn maar goed, dat is jouw jouw levenspad wat je zelf moet volgen.

Jasmijn: Ja, zeker hè. Ik ben ook inderdaad wel benieuwd, zeg maar wat dit project mag gaan brengen. Ook heel erg denkt natuurlijk, aan wie ben ik als kunstenaar, waar zou ik heen willen? Wat is iets wat ik zou willen bereiken? Een soort van ik merk hoe belangrijk ik het vind om een soort van uit te spreken over mijn ervaringen trauma's meegemaakt en ook hoeveel mensen dat ook zeg van een soort van mooi vinden.

Dat ik bijna wel uitschreeuwen van "Iedereen moet het erover hebben. Iedereen moet er overhebben." Het is gewoon inderdaad zo een taboe op bepaalde onderwerpen en inderdaad dat je die eenzaamheid ervaart. Ik, ik had het ook met op de middelbare school had ik het er ook niet zo superveel over. Ik had ook geen vrienden of vriendinnen en toen was ik dus naar die expositie van Open Mind, zeg maar waar Lincey en Annemijn ook aan mee heb gedaan. En toen zag ik een jongen van mijn middelbare school die bij meedeed aan die expositie. Terwijl wij zaten soort van in hetzelfde samenwerk groepje en ik zag ook dat hij best wel depressief was en buiten de boot was gevallen en dat ik dan denk van. We zaten letterlijk naast elkaar in de klas.

Ilse: Je had zoveel kunnen bereiken met zijn tweetjes.

Jasmijn: Maar ja, als mentor ga je ook niet zeggen. Hé. jij deelt met deze problematiek en jij ook kunnen jullie niet gaan kletsen met elkaar? Weet je wel, dus dat is ook wel heel erg lastig, ja.

Ilse: Oh ja ik snap die frustratie wel, ja.

Jasmijn: Ja, dus ik, ik ben benieuwd en misschien komt er inderdaad wel een kinderboekje uit,

uiteindelijk over mijn ervaring en ik heb ook wel. Wat dingen gemaakt over mijn vader, zeg maar, maar ik heb het nooit echt uitgebracht. Inderdaad die die schaamte toch bestaat.

Ilse: Maar ik snap het wel hoor, want het is natuurlijk gewoon echt niet leuk wat mensen meemaken dat het gaat ook. Ja, het gaat natuurlijk wel voor grote deel over jezelf, maar je praat dan ook over een ander natuurlijk.

Jasmijn: Ja en je wil ook wel respect respectvol omgaan met je ouder en je wil ook niet dat dat je ouders dan ook weer op een andere manier over jou gaan denken, terwijl het jouw ervaringen zijn. Maar dat is precies wat het is.

Ilse: Dat is gewoon KOPP, hè? Gewoon samenvattend, het is super complex ook de hele interne strijd die je kan hebben over dat soort Thema's en zo ja, dat is gewoon, dat zie je bij alle jongeren eigenlijk.

Jasmijn: Ja. Nou, Ik heb nog een laatste vraag eigenlijk, hoe denk jij dat je het een KOPP/ KOV kind het beste zou kunnen ondersteunen als ouder verzorger in omgeving?

Ilse: Nou sowieso dan het bespreekbaar houden en wat ik gewoon heel fijn vindt, is dat ouders niet slecht praten over de andere ouder, hè? Dus stel je voor dat ze uit elkaar zijn, hè? Soms merk je wel dat bijvoorbeeld moeder een kind aanmeldt en het gaat dan over vader weet je wel en dus dat ze dat kinderen niet het gevoel hebben dat ze partij moeten kiezen, hè? Dus dat dat ze goed uit kunnen leggen, transparant kunnen uitleggen van joh, het is met je vader of moeder aan de hand, dan kan diegene niks aan doen, ligt niet aan jou. En inderdaad de goed kijken naar het kind wat dat kind nodig heeft, hè? Misschien is het inderdaad een KOPP groep of is dat juist een leuke hobby waar die zijn ei kwijt kan of gewoon de persoonlijke aandacht geven? Ook heel belangrijk en het geldt ook voor het netwerk, want soms. Maar toen ik nog met zo een jongerengroep had, ook merk je ook heel erg dat bijvoorbeeld kinderen uit huis zijn geplaatst en dan bijvoorbeeld bij oma wonen. Ja, dat het soms ook een hele interne familie strijd die dan gaande is wat heel complex is en ik begrijp dat ook dat er allemaal gebeurt, maar zo'n kind moet daar niet het gevoel van krijgen van joh door mij is al deze ellende, of ze zijn om mij aan het vechten en weet ik veel wat.

Ja en inderdaad dat sociale netwerk, ook al bepaalde personen en niet perse, familie of vrienden, maar ook gewoon bepaalde rolmodellen hebben hè, dus dat dat er ook, want nu is het natuurlijk sociale media helemaal hip en zo of misschien. Dat ze vaker van die documentaires komen, waar ze dan het idee hebben van oh, ik ben niet in mijn eentje.

Dat is iemand hebben waar ze naar op kunnen kijken, maar het kan ook bijvoorbeeld een leraar op school zijn die gewoon. Even extra aandacht geeft aan zo'n kind van joh. Want zeker? Je ziet ook dat er bijvoorbeeld heel veel schoolverzuim ontstaat. En dat er dan van die vooroordelen hangen van dat het kind maar niet zijn best doet en maar ja, dat kind doet hartstikke best alleen om 10.000 andere fronten.

Hè, dus dat soort gewoon aandacht, gewoon liefde en aandacht geven. Dat is denk ik het belangrijkste.

Jasmijn: Ja, Dat is wel mooi. Ja, maar dan zie je natuurlijk ook in programma's als dreamschool bijvoorbeeld, dan zijn ze echt zo uit het systeem gevallen door XYZ en dan voor zo'n programma meldde zich echt 20.000 jongeren aan en dan kiezen ze net 13 uit of 20. Ik weet niet hoeveel maar en dan ja is, dat maakt het ook weer heel erg complex dat je het gelijk dan weer zo grote televisie en maakt het ook wel mooi om het op een bepaalde manier meer bespreekbaar te maken. Maar er komt inderdaad door social media ook weer een soort laag van, ja judgmental reacties en social media waar je mee moet dealen. Dus dat, dat is dan ook wel gevaarlijk Als je die representeert over representatie hebt zeg maar.

Ilse: Je moet goed kijken hoe je bepaalde dingen communiceert, hè? Of het of het vanuit commercieel oogpunt is of de uit gewoon de werkelijkheid hè? Want zie bijvoorbeeld bij die documentaire van "Nikkie", ja, dat, dat is gewoon een klassieke documentaire waar je van alles

van kan vinden, maar dat is gewoon de werkelijkheid is gewoon precies gefilmd zoals jet is hè, dus dat? En met rolmodellen kan het ook voor het zijn dat. Ik kreeg veel wat ze nu een hippe influencer. Wat? Wie er nu is, weet ik niet.

Jasmijn: Monica Geuze, bijvoorbeeld.

Ilse: Oh ja Monica Geuze, maar stel je voor dat zij daar een keertje iets aan toewijst en uitlegt en hoe dan ook. Hoe het bij haar zit, zeg maar dan dat ze ook misschien helpen, denk ik.

Jasmijn: Dat ja inderdaad dat je gewoon ziet. Dat het iedereen kan zijn en dat dat het niet te gek de gekkies zijn, zeg maar.

Ilse: Nee joh en zeker ook de nadruk leggen op al die cijfers hè? Dat misschien die scholen er ook aandacht aan hebben dat ze een vast thema hebben in de les. Dat ze niet weet je dat niet dat je dat als kinderen per se met elkaar moet delen, maar wel van dat je weet van OK. 1 op de 4 kinderen heeft zijn ouder die niet lekker in zijn vel zit. Dat soort dus daar is nog wel veel in te halen, hoor.

Jasmijn: Ja, dat denk ik ook wel, vooral binnen educatie.

Ilse: Misschien doet in die grot dat soort dingen wel, hè? Dus dat maakt misschien voor jou ook interessant. Om inderdaad met hen ook contact te hebben.

Jasmijn: Ja, dat is een goeie.

Ilse: En dan Indigo preventie Rijnmond moet je dan hebben?

Jasmijn: Ja, Ik had ze wel opgeschreven inderdaad. Nou, Ik wil je in ieder geval heel erg bedanken voor het gesprek. Het heeft me wel weer nieuwe inzichten gegeven en nieuwe dingen om naar te kijken, dus dat is echt super super fijn. Ik weet niet of jij nog vragen voor mij hebt, maar.

Ilse: Ja nee, alleen succes denk ik met de komende tijd en je onderzoek en weet dat je met iets heel leuks bezig bent, maar je zeker niet moet afremmen, want nu heb je nog al die creativiteit die je gewoon lekker mag laten gaan, dus geniet ervan en als je iets af hebt en je wilt laten testen, stuurt vooral op. Als ik nog met je mee moet denken, weet ik niet te vinden dan.

Jasmijn: Dat is super lief. Dankjewel super oké, nou dankjewel en je gaat sowieso wat van me horen.

Ilse: Nou fijn weekend alvast en sterkte ermee OK doeg.

Jasmijn: Doei!

Appendix C

Interview Marleen Kouwenhoven conducted by Jasmijn Rowling, 30 oktober 2023

Marleen: Super, want jij had ons gemaïld, omdat jij een afstudeerproject aan het doen bent, maar ook zelf verleden hebt met.

Jasmijn: Ik zal kort even over mij vertellen, Ik ben nu nu aan het studeren op de Willem de Koning en Studeer daar illustratie. En Ik ben bezig met mijn afstudeerproject en ik doe binnen de Willem de Koning hebben we ook verschillende practices en mijn practice is dan social en dan gericht op Cultural diversity, dus het gaat heel erg over, ja. Onderzoek doen, maar in de trant van wat is het belang van je onderzoek met kijk op de samenleving en toen ben ik gaan nadenken wat Ik wilde gaan doen voor mijn voor mijn onderzoek. Toen ik ben ik gaan nadenken van kunst en therapie. En wat is mijn ervaring daarmee?

En mijn eerste contact met KOPP was eigenlijk toen ik 8 jaar oud was. Toen is mijn vader gediagnosticeerd met dat hij manisch depressief is en toen ben ik naar een KOPP groep gebracht. Ik weet niet ik, ik heb nog niet met mijn moeder kunnen achterhalen waar dat dan precies was. Het kan best bij jullie (Jellinek) zijn geweest.

Ik weet in ieder geval Het was in Utrecht en toen weet ik nog hoe erg dat mij had geholpen om eigenlijk mijn lotgenoten te hebben en erachter te komen dat ik niet alleen was daarin. Ik kan me ook wel herinneren dat we dan van die teken opdrachten kregen dat je dan je huis moest tekenen en dan volgende. De week daarop moest je dan vertellen over wie er dan in je huis zat. En die opdracht maakt echt zo'n impact op mij, omdat ik nu toen erachter kwam dat iedereen hem best wel gekke samenstelling had en toen ben ik gewoon gaan nadenken van nou ja, wat zou wat? Wat zou ik willen gaan doen binnen mijn afstudeerproject?

En toen dacht ik nou, het lijkt me heel interessant om te onderzoeken wat Ik kan doen met mijn creativiteit en hoe dat een rol zou kunnen spelen. En mensen informeren of mijn verhaal vertellen? Ja, dus ja, Dat is een beetje waar ik in zit en ik heb ook al wat interviews af genomen bij Youz en KoppOp is dan een organisatie dat die een aftakking van hun is.

Dus ja, Ik ben ook een beetje benieuwd naar jullie perspectief daarop op creativiteit en de Kopp en ja dus vandaar dat ik een beetje had gemaïld. Ik heb een aantal vragen, maar.

Marleen: Je wilt dan eigenlijk iets gaan ontwikkelen voor de KOPP, dus de kinderen?

Jasmijn: Ik weet dat jullie waarschijnlijk waarschijnlijk werken jullie ook met het boek van Trimbos Instituut.

Marleen: Klopt, ja.

Jasmijn: Ik weet dat daar een heel systeem in zit. En het is meer dat ik mijn boek. Ja als een soort ja handvat voor voor de kinderen, vooral dus dat is dan ook mijn doelgroep. Jonge kinderen om hun de waarde van hun gevoel te laten inzien en zichzelf beter te begrijpen en ook op die manier beter met hun omgeving te kunnen praten. Of dat dan binnen educatie valt of binnen. Of ja iets als toevoeging? Ja, Ik weet nog niet hoe groot geworden, zeg maar, dus daar ben ik gewoon een beetje mee. Ja, daar ben ik ook wel benieuwd naar.

Marleen: Dus dat heel benieuwd wat Het gaat worden dan. Of of we dat dan in onze groepen kunnen gebruiken inderdaad, in onze groepstrainingen of ter als extra. Of in individuele gesprekken met kinderen.

Jasmijn: Ja, precies dus ik zit al zelf te denken aan een soort werkboek of iets wat dan? Nou ja, dat je eigenlijk simpele opdrachtjes krijgt en dat je die kan gebruiken.

Want wat? Wat is jouw verhouding binnen de preventieve zorg dan? Hoe wat is jouw rol daarin in?

Marleen: Ik zit dan in Utrecht en Amersfoort. Projectleider van KOPP/KOV, dus los van dat ik de groepen uitvoer coördineer ik ook groepen en wij bieden in Utrecht Amersfoort groepen aan. In de leeftijd 4 tot 8 jaar piep zei de muis, 8 tot 12 jaar doe ik praatgroep 12 tot 16e jongerengroep, die heet weer anders in Utrecht dan Amersfoort.

En, We hebben een 17 plus groep Jong volwassenen, maar coördineer ook alle aanvragen rondom deskundigheidsbevordering. En ik zorg dat we ook langs kunnen gaan in de teams en met mijn team doen we ook individuele gesprekken met ouders en of kinderen en jongeren. Oh ja, ja, ik doe eigenlijk over all coördinatie, dus met mijn team voeren we alle groepen uit, maar zorgen we ook dat mensen in de stad weten dat wij er zijn en wat we doen.

Jasmijn: Ja, want Dat is ook waar mijn project over gaat. Het gaat over ja eigenlijk visueel zijn, want Ik ben ook bij KoppOp langs geweest en daar werd ook gezegd, Er zijn zoveel. Als je kijkt naar die onderzoeken van het Trimbos Instituut over de cijfers. En Er zijn zoveel jongeren en kinderen die eigenlijk. Ja, nou, Ik wil geen zeggingslast hebben van deze problematiek, Maar dat het bij hun speelt, maar dat het voor sommige groepen toch moeilijk blijft om die groepen dan vol te krijgen. Ja, maar hebben jullie daar ook last van in Utrecht in Amersfoort?

Marleen: Zeker. En zorgen we hebben. Je hebt vanuit het Trimbos heb je een landelijk platform KOPP/KOV, dus er zitten alle uitvoerders van KOPP/KOV uit heel Nederland toevallig aanstaande donderdag is er weer een vergadering en staat ook op de agenda. Hoe kunnen we de groepen voller krijgen? Dus het is wel een landelijk probleem in. Wat we zien, en ik ben zelf toen ik hieraan begon. Eigenlijk gaan ook gaan kijken. Wat maakt nou dat we in een stad als Utrecht of Amersfoort waar hè? We weten dat een op de 4 kinderen is KOPP/KOV en, dat is maar een schatting. Waarschijnlijk ligt dat aantal veel hoger en het lukt ons niet om dan dus nou ja, wij bieden 6 groepen in het voorjaar en 6 groepen in het najaar. Waarom lukt het ons niet die vol te krijgen? Dus of wij doen niets verkeerd in de werving?

Moet je dan dus meer campagnes gaan doen, of moet je anders folder of flyer materiaal moeten we meer zichtbaar zijn op social media, hè? Dus hoe kunnen we anders werven of? Professionals dus die wij trainen, die weten niet goed hoe ze dit bespreekbaar moeten maken of überhaupt wat het is of er en dat dat hoor je eigenlijk ook heel veel terug.

Er is heel veel schuld en schaamte bij ouders. Ja dus de drempel is heel hoog, hè van?

Wat we vaak horen is wij bieden het dan aan vanuit de Jellinek? Ja, maar ik ben niet verslaafd, dus waarom zou ik mijn kind dan aanmelden bij jullie? Gaan jullie veilig thuis inschakelen wordt mijn kind uit huis geplaatst.

Of ouders die ook zeggen, ik heb geen probleem, dus waarom zou ik dan meedoen? Of er zijn geen problemen thuis, terwijl wij zeggen, eigenlijk is elk kind dat opgroeit in stress en spanning is zorgelijk.

Het maakt niet uit hoe ernstig de problematiek is, maar het is voor een kind altijd goed. Nou ja, wat jij ook al zegt, is heel mooi. Je bent niet de enige.

Je ontmoet lotgenoten die in zelfde soort situatie zitten en er hoeft ook niet heel erg sprake te zijn van ernstige gedragsproblemen bij een kind wil je je kindje aanmelden bij zo'n groep?

Jasmijn: Ja precies en ik denk. Dat dat het natuurlijk ook lastig maakt bij jongeren en kinderen dat ze ook die goedkeuring moeten hebben vanuit hun ouders. En als de problematiek, dan ben je ouder of verzorger ligt dan ja, als zij dan niet toestaan dat jij aan jezelf gaat werken. Dan wordt het ook best wel lastig.

Marleen: Dat is ook, denk ik iets wat we veel horen, hè? Van hoe gaan jullie dan niet allemaal problemen naar boven halen die er niet zijn?

Terwijl helemaal niet het doel is, want we zijn geen therapiegroep en juist hè, we leren ze, dus je hebt een situatie die stressvol is. Daar kun je je boos, bang, blij of bedroefd doorvoelen, net als ouders dat kunnen. En wat kunnen we doen om kinderen daarin te versterken?

Jasmijn: Ja precies en heb doen jullie dan ook dingen binnen educatie of op scholen dat jullie op die manier mensen proberen te werven?

Marleen: Nee, maar ik ben sinds afgelopen weekend, toen zijn we met allemaal volwassen KOPP/KOV gaan wandelen, want we hadden een fototentoonstelling hier in Utrecht.

En toen we dacht ik ja, en toen bedacht ik me eigenlijk twee dingen.

Ik dacht, de Trimbos heeft allerlei lesprogramma's en dat heet de gezonde school en je hebt dat zo een landelijk gebruik programma die hebben gezonde school en voeding, gezonde school, seksualiteit en relaties, gezonde school en genotmiddelen.

Die voeren wij ook uit Natuurlijk vanuit de Jellinek, maar toen dacht ik eigenlijk, is er helemaal geen lesprogramma om KOPP/KOV bespreekbaar te maken. En ik denk dat school een hele grote vindplaats is, want die kinderen zijn soms meer op school dan dat ze thuis zijn.

Ja plus dat ik een aantal mensen sprak die zeiden, ja, Ik heb heel erg gemist op mijn school dat iemand is vroeg, hoe gaat het nou met jou?

Dus ik dacht wat ik zou willen is ook dit jaar met het project iets op met docenten gaan doen in het onderwijs, iets van een dag organiseren. Als dat nog mogelijk is of een soort middag organiseren een soort netwerk bijeenkomst voor docenten specifiek.

Ook in dit signaleren.

Jasmijn: Ik denk dat daar echt wat te behalen valt, want daar ga ik denk ik ook een beetje mijn onderzoek op focussen, want een heel groot gedeelte van verwerking en omgaan, zeg maar je, ook al kom je op een KOPP-groep is het wel een soort veilige bubbel waar je in zit en als dat weggaat dan ja, je kan nog wel nog wat contact houden, maar die voorbereiding op terug gaan naar de gewone wereld.

Ja tuurlijk, dat staat ook in je in dat programma natuurlijk je omgeving, maar school is een hele grote factor voor jonge kinderen. Ja, je bent 6 tot 8 uur op school per dag en dan dan ben je misschien In de ochtend een avond met je ouder en als jij als mentor bijvoorbeeld of als docent kan inzien dat er dat er iets speelt bij een kind. Het heeft invloed op je schoolprestaties of je vrienden of vrienden kan vriendjes of vriendinnetjes kan maken of je mensen mee naar huis wil nemen. Er zijn een hele hoop dingen dat Ik denk van nou daar zou echt wel wat potentie in zitten en inderdaad wat je zegt, de gezonde school, maar Waarom hebben we het dan niet?Over wat er in je hoofd gebeurt, is dat.

Marleen: Over het welbevinden, Ik weet niet, ik moest je. Ik weet niet. Volgens mij zijn ze daar nu wel meer, Maar ik zou dan KOPP/KOV daarmee in meegenomen moeten worden. Volgens mij zijn ze nu wel door cijfers. Die over het welbevinden na corona. Daar doet het Trimbos ook wat in. Ze wordt nu wel meer op scholen daar iets aan gedaan, maar eigenlijk zou dit meegenomen moeten worden, want het kan heel erg invloed hebben, ook op je presteren op school. Enwil je vriendjes meenemen naar huis en hoe is het contact met ouders en.

Jasmijn: Ja precies en ik, Dat is ook wat ik interessant vond aan mijn onderzoek van. Ik had er eigenlijk een aantal jaar niet zo bij stilgestaan. Hoeveel organisaties er zijn voor Kopp kov kinderen en bijvoorbeeld die expositie die OPEN MIND heeft gedaan. Er is heel veel ruimte, maar ik moest echt op actief op zoek gaan naar waar zitten jullie, wat ik Mensen vinden en dan dacht ik terug aan mijn middelbare schooltijd en dan weet ik nog wel dat we dan zo een flyer muur hadden. Daar staan hangen dan flyers van MBO HBO weet ik veel. Wil je muziekles of wil je dit ook nog?

Waarom was er eigenlijk helemaal geen flyer over KOPP KOV en, want iemand een iemand uit de expositie van die van OPEN MIND? Hij zat bij mij in de klas. We zaten samen in het groepje. We hebben super soortgelijke ervaringen, maar ik had geen idee.

En, Dat is gewoon echt zonde.

Ik heb vanochtend ook een meeting met een docent gehad, dus ok ben ook weer een beetje verder aan het gaan in mijn proces natuurlijk.

Maar hoe denk jij dat dat er meer openheid gecreëerd zou kunnen worden?

Marleen: Over KOPP/KOV?

Jasmijn: Ja bijvoorbeeld.

Marleen: Door, ik denk in de eerste instantie schuld en schaamte weghalen. Dat.

En ook meer weten heel veel mensen weten niet eens wat de term KOPP KOV betekent en om hoeveel kinderen het gaat en bij ouders en opvoeders dus groot deel, schuld en schaamte.

Maar ook de drempel verlagen, hè? Dus wat meer duidelijk krijgen wat wat is nou de meerwaarde van ook wel? Maar ja, weet je. En ik dacht ook, laatst niet, ieder kind is Natuurlijk geschikt voor deelname aan een groep, maar je wil wel meer kinderen zien en spreken. Dus ook hoe bereik je meer kinderen, wat is nou?

Hoe kan het nou dat we landelijk zoveel moeite hebben met dan deze kinderen bereiken? Dan dan doen we het toch ergens. Ja.

Ik heb nog ja. Ik vind dat heel lastig.

Ik heb zelf ook nog niet hoor. Ik denk dat dus onderwijs een hele goede is. Ja, en weet je, je hoeft maar net een school te hebben die wel het licht ziet en die heel veel. Dat zie je ook wel eens. We hebben bijvoorbeeld in Gooi en Vechtstreek twee scholen die heel actief aanmelden. Maar ja, dat is maar zo een iets van zo dus. Ja en dat kinderen ook zich gezien voelen je en als mensen niet weten wat het is en hoe zou het ook moeten signaleren?

Jasmijn: Ja dus ook eigenlijk educatie binnen de omgeving, hoe signaleer je?

Marleen: Ja of hoe zij het gesprek ook daarover aan hè? Want dat vinden ze ook lastig, hè? Dat de gewoon de vraag stellen aan iemand in, maar hoe gaat het eigenlijk met jou en niet gewoon je vaste dingetje afwerken, maar ook wat verder vragen en durven te vragen?

Ja, sommige kinderen fietsen er ook gewoon doorheen. Die hebben helemaal nergens last, van denken ze hé. Of die lopen wel heel erg met een. Heel veel dingen in hun hoofd rond, maar wordt niet goed gezien.

Jasmijn: Ja, en je hebt natuurlijk ook de kans dat je het gewoon doorgaat met je leven en dit is onbewust. En dan op latere leeftijd ergens tegenaan loopt.

Marleen: Klopt

Jasmijn: En daar in is die preventie zo belangrijk voor natuurlijk. Even kijken hoor naar mijn vragen. Oké terugkomend op die creativiteit, want jij begeleidt zelf ook groepen.

En hoe? Hoe kijken jullie op dit moment naar creativiteit? Gebruiken jullie dat veel of?

Marleen: Ja je programma's zijn allemaal vrij standaard als je te weinig hoor dit programma zijn. Natuurlijk eenmaal door het Trimbos geschreven, dus er zitten altijd wel creatieve opdrachten in, maar ook vrij beperkt. Natuurlijk allemaal meer oefeningen die je doet. We gaan een tekening maken over of we gaan nu een verhaaltje naspelen of we gaan een liedje zingen, maar of een video bekijken? Maar ja, verder zit er niet heel veel.

Jasmijn: Buigbaarheid in?

Marleen: Nee, dat is ook zo. Ik denk bij piep, zei de Muis. Ja of we gaan een collage maken, of We gaan een kunstwerk maken. We proberen daar zelf wel dingen in te doen. Raps doen we wel in Amsterdam doen ze, dat gaan ze met een rapper maken een rap maken. Iedereen geeft wel eens ook zijn eigen draai eraan of aan de invulling, maar nog niet heel veel.

Jasmijn: En denk je dat dat iets zou kunnen toevoegen aan het programma.

Marleen: Ja, want met name voor de kinderen die het lastig vinden om te praten in een groep denk ik dat dit een hele goede uitingsvorm is.

Jasmijn: Ja precies.

Marleen: Want is dat ook heel veel, zeggen we kinderen gehad die dan tekeningen gingen maken dat we dachten. Oh, kom bijvoorbeeld heel veel geweld of zo.

Jasmijn: Ja, want het zegt Natuurlijk best veel, ik heb vorige week de documentaire Nikki gekeken en ja wel hele interessante documentaire, want het is niet zo oh dit gebeurde en echt een beetje zo. Het is heel erg een gewoon een blik en geen goed of fout. En dan ook een van die eerdere scènes in de documentaires dat zij dan dat die meester de opdracht geeft aan de hand van een boek dat ze dan lezen van.

Kan jij je verdriet of kunnen jullie je verdriet? Teken en of schrijven en dan die tekening die zij maakt en hoe ze daar dan ook op reflecteren met die moeder erbij en.

Dat gaf me ook wel echt hoop dat ik dacht van oh nou er er is wel interesse, maar er is Misschien een beetje te weinig kennis over?

Marleen: Of ja, en dan te weinig ruimte in zo'n programma ook, dus dan zou je echt naar dat draaiboek moeten kijken en kijken of bepaalde opdrachten vervangen kunnen worden door andere soortige opdrachten. En wat voor opdrachten zijn dat dan en wat levert het dan op? Wat is dan de meerwaarde van?

Denk ik, want dat is wat het Trimbos natuurlijk dan weer heel graag wil weten.

Jasmijn: Ja ja dus voor hun gaat het echt om die soort van die persoonlijke doelen moet ik het zo zien?

Marleen: Dat is Natuurlijk al die trainingen zijn allemaal wetenschappelijk onderbouwd, maar ja, soms denk ik ook bij sommige groepen, maar dit slaat toch de kroon. En dan zie ik bijvoorbeeld de link niet met het behandelen.

Ja en een beetje die leerdoelen die daar dan bij horen of nou ja, dat het oefeningen niet werken. En wel op wetenschappelijk onderzoek is onderbouwd en het doel of de oefeningen dus niet altijd heel passend of gekoppeld zijn aan de de onderwerp van die bijeenkomst bij Piep zei de muis vind ik dat meer bij de jongere groep die ook wel.

Ja, maar soms had Ik denk ja, wat gaan we nu? Waarom doen we deze oefening?

En met name de kinderen 8 tot 12, denk ik dat we nog best wel veel meer kunnen doen bij piep, zei de Muis is het best wel veel al dat we we doen met dingen, met tekeningen doen en dan iets naspelen en dat we daar al het meest in zetten. Maar dat komt omdat ze ook nog klein zijn, dus dan maak je nog heel erg gebruik van creativiteit. Bij de oudere kinderen is dat wat minder.

Jasmijn: Ja precies. Dus het wordt wel gebruikt, maar het is wel redelijk statisch en.

Heb je. Heb je het idee dat je als je bijvoorbeeld veranderingen binnen Trimbos zou willen doen, dat daar dan gehoor voor is vanuit het instituut of.

Marleen: Ja nou ja.

Ik, Ik had het laatst over die doe praatgroep en toen zei ze, ja, we hebben daar zo om een tijd geleden al onderzoek naar gedaan. En in piep zei de Muis zijn wij eigenaar van of mede eigenaar, dus we mogen geen wijzigingen aangebracht worden in piep zei de muis Zonder dat wij daar toestemming voor geven. Maar de andere werkboeken die zijn net vernieuwd, dus van de jongerengroep en de jongvolwassenen groep.

Maar ook daar heb ik collega's gehoord van ja en in hoeverre is dit dan weer heeft dit meer waarde in wat we nu al doen, zeg maar?

Ja zo wordt het dan bepaalde opdrachten terwijl ze zeggen, ja, Maar dat slaat toch helemaal niet aan? Dan denk ik ja dus. Hè wat?

Dus je komt volgens mij kan je dat altijd wel bespreken met de Trimbos, maar ik weet niet in. Ze moeten dan ook weer een zo een heel draaiboek opnieuw onder de loep nemen.

Jasmijn: Ja en Ik denk dat ze misschien ook gewoon een bepaald soort controle willen hebben van wat gebeurt waar en als we het allemaal.

Marleen: En ik weet wel misschien bedacht ik me. Ik weet dat het Trimbos heeft ook een adviesraad met de jongeren en jongvolwassenen tot 35 jaar volgens mij die ook KOPP/KOV zijn en die denkt ook wel mee in. Zou je heel veel op moeten zoeken.

Jasmijn: Dat is een adviesraad met jonge KOPP/KOV die zelf ook kop gaat even opzoeken.

Marleen: Adviesraad deel let wel even in de chat een beetje top, dank je.

Jasmijn: Ja, want dat voel ik me af, zeg maar het is natuurlijk best wel lastig om. Eigenlijk een je eigenlijk een systeem te bedenken dat voor iedereen werkt, en daar had ik het vorige week ook over met iemand van YOUZ ook een preventie deskundige en zij zei ook, ja, soms dan moet je het roer even omgooien als je merkt dat de hele groep niet meegaat. Dan ja, dan kan je beter even iets anders aanpakken dan helemaal volgens het boekje dat oplopen. Maar dat hoort er denk ik gewoon een beetje bij. Je bent toch ook als er aangewezen om dat te doen?

Marleen: Ja en Het is ook hè. Hoe is de groepssamenstelling zoals jij een groep hebt met de alleen maar jongetjes die waarvan er heel veel hebben wil je weet ik uit allemaal ADHD hebben. Ja beetje zwart-wit gezegd, maar ja, dan heeft het gewoon niet zo zin om heel veel te praten en dan moet je gewoon in hoog tempo veel oefeningen doen. Of hè? Bij sommige groepen ook even naar buiten toe of dat je wat meer in. Als je 1 grote groep hebt in kleine groepjes gaat werken, dus aat is meer over de de training geeft.

Jasmijn: Ja nee precies, aat is ook wel logisch. En ben je nu ook bezig met een met een groep?

Marleen: Ik geef nu de of een groep doe ik de voor de kleinste kindjes van 4 tot de 8 jaar.

Jasmijn: Oh ja. En die zit, waar zit zij nu een beetje in het spectrum, welke zijn is net begonnen of.

Marleen: Ja, We zijn net begonnen, we hebben net 3 bijeenkomsten gehad en dat ging meer in het over kennismaking en dat ze dan een schatkistje krijgen waar spulletjes inkomen dus en dan elke week krijgen ze een cadeautje passen bij het thema. Waar volgende week ging het heel erg over complimentjes geven. Zo maken we een tekening van hun eigen lijf en dan mogen ze opschrijven waar ze goed in zijn en wat ze mooi vinden aan zichzelf. En dat hangen we dan op. En dan vragen we de ouders om daar nog iets bij te schrijven en nu gaan we dieper in op de basisemoties, dus dan hebben we de bijeenkomsten boos, bang, blij en bedroefd.

Jasmijn: Oh ja en je zei net ik jullie die Piep zei de Muis hebben opgezet, of hoe moet ik dat zien van het draaiboek?

Marleen: Oké, Wij zijn wij mede eigenaar van piep, zei de Muis. Dus zonder onze toestemming en die van een andere organisatie mogen dus niet zomaar wijzigingen aangebracht worden in het draaiboek en trainen wij ook voor Trimbos mensen in de uitvoering van piep.

Jasmijn: Ja, dus jullie geven zelf ook trainingen?

Marleen: Oke ja ja dus, we doen de de groepen zelf, Maar we trainen ook professionals, dus de train, de trainer, de uitvoer van piep, zei de muis of wat is KOPP/KOV.

Jasmijn: Ja, precies. Ik zeg maar wat, stel dat ik ik? Ik ben daar nog niet hoor, maar stel dat ik een leuke opdracht heb bedacht en ik denk van nou, dat zou ik best uit willen proberen. Zou jij daar dan van voor openstaan om dat mee te nemen in je Groep of denk je dat er ruimte voor is?

Marleen: Ja, Ik vind dat als jij jou hoor. Ik denk dat het wel kan, maar is het dan dan jij zelf die

opdracht uitvoeren of dat wij dat uitvoeren? Want als jij het wil uitvoeren, dan moeten we weer toestemming vragen aan alle ouders.

Jasmijn: Ja, dat snap ik, of dat ja of dat mag. Maar ja, wat mij betreft is dat prima.

Marleen: Dan wijken we gewoon iets af van het draaiboek, of dan doen we een opdracht? Doen we hem in plaats van een andere opdracht?

Jasmijn: Ja ja, niet Als ik daar nu ben, nu al ben, Maar ik zit een beetje te te visualiseren waar ik heen zou kunnen gaan met mijn project.

En ik snap natuurlijk ik, ik ken die kinderen niet en als ik daarom daar opeens ben, dat is dan ook wel heel anders, dus ik zou het, denk ik ook.

Zou het ook gewoon kunnen zijn van hé, ik stuur een opdracht naar je. Zou je er naar kunnen kijken. Als je het wat vindt, dan zou je het eventueel kunnen gebruiken en dan resultaat terug kunnen koppelen. Dat is natuurlijk voor mij ook heel waardevol.

Marleen: Ja en het zou dan helpend zijn als je opdrachten maakt dat ook kijken is dat dan alleen in groepsverband of ook individueel. Want we spreken natuurlijk ook heel veel ouders met kinderen en of jongeren voorafgaand aan deelname aan een groep of soms alleen individueel. En dan is het. We hebben hier een gezin en moeder wil advies over en de kinderen ook een keer zien. Dus als je dan al aan de slag kan met een oefening.

Jasmijn: Ja precies ja dat is ook wel goed om over na te denken. Ja zelf denk ik dat het Misschien iets meer gefocust zal zijn op individueel. Want dan kan je er toch net iets dieper op ingaan dan als je met een groep bent en ik vind het ook belangrijk dat het gaat over de het gevoel van het kind en dat is iets waar ik dan misschien meer meer zou naar zou kijken.

Marleen: Ken ik zat ook nog te denken is ook natuurlijk interessant om te kijken, kun je dat dus ook toepassen op bijvoorbeeld anderstalige hè? Dus kindjes die niet Nederlands als eerste taal hebben, want we hebben bijvoorbeeld ook. We hebben wel eens gekeken toen er hele grote stroom vluchtelingen hier kwamen of piep, zei de muis in een asielzoekerscentrum konden geven en dan met een tolk. Maar als je dingen visualiseert, zou dat voor anderstaligen natuurlijk kindjes die niet zo goed de Nederlandse taal beheersen, of ouders die niet de Nederlandse taal beheersen en kinderen vaak sneller hè, want die zitten gewoon in Nederland weer op. Want die leren dus vrij snel.

Ook die groep doelgroep te bereiken, ofwel? Ouders die. We hebben niet zo heel vaak. Ouders die LVB zijn dus licht verstandelijk beperkt en voor wie heel veel tekst en uitleg lastig is.

Als je dan dingen visualiseert?

Jasmijn: Ja ja nee, Ik heb ook. Vanochtend ook de twee boeken gevonden van.

Elin van Milouska Meulens dat twee jaar geleden uit is gekomen en die heb ik nog niet gelezen, en ik heb van Myrthe van der Meer heb ik Pien en de spoken gelezen net.

Dus dat is ook wel echt een echt zo een jonge doelgroep, maar bij Pien en de spoken ging het dan bijvoorbeeld best wel over een beetje een fantasiewereld waar een moeder dan depressief is.

Maar ik zou het ook interessant vinden van dat het juist gaat over de alledaagsheid ervan. En natuurlijk stipt ze dan wel aan van, oh, je moeder kan depressief zijn en in bed liggen en niet dingen willen doen. En jij als kind kan dan ook een soort verantwoordelijkheid voelen.

Maar zei eigenlijk nog niet echt iets over hoe het kind zich daar dan over voelt.

Dus ik denk dat daar ook nog wel wat te behalen valt.

Marleen: Heel leuk boekje, die gebruiken we vaak die Zebra.

Jasmijn: Zebra heeft pedig nee ken ik niet.

Marleen: Ik zal ik zal je sowieso even ons zijn boeken en media lijst doorsturen. Dat is dan heel veel boeken per leeftijd en per psychische stoornis. Maar zebra, die heeft witte en zwarte dagen

en zwarte dagen voelt hij zich somber en witte dagen voelt hij zich blij. Dat is dus een dag dat hij zich heel somber voelt en dan proberen al zijn vrienden, dus elk dier die heeft een kleur die proberen hem weer op te vrolijken.

En uiteindelijk zegt dan de wijze nou, kom op, kijk eens wie je allemaal om je heen hebt. En uiteindelijk verandert hij in een regenboog zebra en heeft hij een witte dag. Maar we spreken dan altijd naar aanleiding van het boekje over oké, iedereen heeft wel eens zwarte of witte dagen hoef. Ik maakt niet uit waar je vandaan komt en hoe oud je bent. Wat kun je doen op een zwarte dag? Wat kun je doen op een witte dag? Wat kunnen doen Papa, mama op zwarte en witte dag boekje is ook een psychische problematiek bespreekbaar te maken.

Jasmijn: En, is dat, Dat is, Dat is meer een gewoon een bladerboek of staan er voor leesboek of is> het voorleesboek en staan dan ook vragen in?

Marleen: Ja volgens mij of aan de hand van het boek staan er aan het eind vragen in per dus wat je kan doen als hij een kindje kleuter is of iets ouder is.

Jasmijn: Hoe denk jij dat de omgeving een KOPP/KOV kind het beste kan ondersteunen? Als je kijkt naar ouders, verzorgers, school, vriendjes, vriendinnetjes?

Marleen: Ik denk in het ontlasten. Dat is met name voor de volwassenen en zorgen dat het kind eigen bezigheden houdt zijn ook wel twee beschermende factoren, hè? Dus zorgen dat het gewoon het normale leven een beetje door kan gaan voor een kindje en wat wij heel belangrijk vinden. Dat hebben we ook uit onderzoek dat er altijd een steun figuur is, dus dat het de ouder toestemming geeft aan het kind om er met iemand anders dan ouders over te praten en dat kan dan een steun figuur zijn.

Plus, dat het kind dat je een zorgt dat het kind wel gewoon met vriendjes en vriendinnetjes kan spelen. Of nou ja, zijn eigen bezigheden heeft, hè dus naar school kan gaan en ik zou dus iedereen een lotgenotengroep gunnen. Was dat heel veel meerwaarde heeft. Maar goed, dat is niet natuurlijk ideaal beeld.

En, we doen ook wel in groepen kijken we naar steun het werk, dus wie mag er een je huisje komen? Of hoe zit jouw steun netwerk eruit? Wie is steunend voor je?

Waarom is het steunend? Bijvoorbeeld dat ik kind ook weet dat het erover mag praten met anderen, hè? We horen heel vaak kindjes die zeggen, ja, ik zou ook wel willen. Ik zou het ook wel willen vertellen aan mijn klas of hè, mijn klasgenoten of aan mijn vriendinnen willen vertellen, maar ik weet niet hoe en dat kinderen daar ook in begeleid worden.

Jasmijn: En dan vanuit jullie of vanuit de school?

Marleen: Eigenlijk wij het liefst wij dat wij ouders ondersteunen in hoe kun je vertellen wat er aan de hand is, want het is ook net hoe ouders daar woorden aan willen geven. Wat wat er speelt.

Jasmijn: Ja precies, want je wil ook niet.

Marleen: Noemde dat een vader depressief is of een moeder borderline heeft als ze er thuis heel anders over praten. Dus dan is, en je wil natuurlijk dat ouders die toestemming geven aan het kind van je mag erover praten en je mag in zo'n groep zijn bijvoorbeeld, je mag daar je verhaal vertellen. Of je mag dus daar kunnen wij een ondersteunen, maar uiteindelijk vind ik het belangrijker dat de ouder dat zelf doet.

Jasmijn: Ja precies, dus boor een groot deel ligt de verantwoordelijkheid bij de ouder, maar vaak denk ik dat het ook wel heel erg voelt voor een kind dat de verantwoordelijkheid bij hun ligt.

Marleen: Zeker ja, en gaan ze zich heel erg zorgen maken over de ouder of voor de ouder en dat nemen we in groepen al heel erg weg. Maar als een ouder daar ook over in gesprek gaat met de kind en ik denk dat het bijvoorbeeld docenten kunnen weer heel erg ook af en toe een gesprekje

doen met hé, hoe gaat het eigenlijk met jou en welke met welke zorgen loop je rond of hè? Maar wat speelt er in je hoofd?

Jasmijn: Ja precies want, ik denk dat dat het ook vaak is, omdat je dan denkt van oh, ik ben de enige in mijn klas die hier mee zit en wls je als docent dan even toch die toenadering zoekt en zegt van hé, ik begrijp je en als er iets is, mag je altijd naar me toe komen en dat soort dingen. Ook niet iedereen in elke docent kan die rol op zich nemen natuurlijk.

Marleen: Maar kijk maar naar zo'n docent als in de documentaire van Nikkie eigenlijk gun je iedereen zo iemand, ja.

Jasmijn: Gewoon ja en ook zo'n steun figuur waar je het over hebt. Is dat dan ook iemand die dan ook bijvoorbeeld in je familie zit of iemand daarbuiten?

Marleen: Of nee, nee, dat kan. Dat is net wie het kind aangeeft als steun figuur. Vaak noemen ze een hele rits, vrienden en vriendinnen op, maar wij sturen altijd aan op een volwassen steun figuur. Dus we zitten dan als papa of mama er niet is, zodat het Papa of Mama er even niet kan zijn. Of er niet is en je hè, los van je vriendjes of vriendinnetjes welk ander groot iemand? En dan komen ze vaak met hun buurman of buurvrouw of opa of oma oma of tante of zo.

Jasmijn: Ja toch wel fijn als het iemand In de buurt is en ik denk ook wel toch wel prettig Als het iemand is die buiten die familie staat, kunnen ook altijd nog wel wat meningen en andere dingen onder liggen.

En, maar daar hebben jullie ook. Volgens mij is dat de een na laatste bijeenkomst?

Marleen: Ja klopt. Weet jij eigenlijk nog hoe jouw heette? Welke was waar jij was dat piep, zei de Muis. Of dat doet praatgroep, want jij was 8 denk ik toch of ik?

Jasmijn: Ik weet het eigenlijk niet. Het is Natuurlijk al 15 jaar geleden dat ik daar ben geweest. Maar ik, ik ben morgen in Utrecht, ik kom. Ik kom ook uit Utrecht en Ik wil eigenlijk kijken of ik nog. Misschien nog wat formulieren zou kunnen vinden dat ik kan achterhalen waar ik dan. Precies ben geweest. Ik heb het ook wel op mijn moeder daarover gehad, maar die. Die zij wist het eigenlijk ook niet meer zo.

Dus ik ben er eigenlijk wel benieuwd naar van ook wie mij toen destijds toen heeft ondersteund.

Marleen: Maar kon het wel even navragen, hoor, dus ik weet niet wie er allemaal nog werken, maar dat was dus denk ik ook alweer 15 jaar geleden. Ik heb achterhalen wie die groep heeft ook opgezet.

Jasmijn: Met mijn vader, nu moet ik het goed zeggen. Mijn vader is opgenomen In de zomer van 2009. Dus het zal zijn dat ik dan die of het is 2008. Volgens mij was het 2009 dan het najaar van 2009 geweest moeten zijn. Dat denk ik wel. Of 2010 zou ook kunnen, maar ik denk eigenlijk dat het 2009 was.

Marleen: Ik ga het wel even uitzoeken wie dat gaf. Ik heb een collega die werkt ook heel lang voor ons, dus misschien weet zij het nog.

Jasmijn: Ja, als je dat zou kunnen ergens zou kunnen terugvinden. Ja, Ik heb geen idee of er überhaupt nog gegevens zou nemen. Nee, dat dacht ik al. Dat is er sowieso niet, Maar het lijkt me wel interessant. Stel dat ik nog iemand zou kunnen interviewen die er toen destijds is bij geweest, of de verandering en de ontwikkelingen daarin kunnen zien.

Jasmijn: Maar voor nu dank voor het gesprek en voor je tijd en voor je tips. Dat is echt super.

Marleen: Ja, ik ben benieuwd wat er uit gaat komen?

Jasmijn: Ja, ik zal je op de hoogte houden. Ik moet hem over 1,5 maand al inleveren, dus het nog even doorbuffelen. Ja, dus ik moet ook voor mezelf besluiten waar welk gangetje ik wel in ga en welke niet en natuurlijk waar mijn focus ligt. Maar ik zal je zeker op de hoogte houden.

Marleen: Oké en je weet me te vinden zoals je nog iets nodig hebt. Of Je moet er nog even meedenken, of dan moet je gewoon mailen en dan gaan we dat doen.

Jasmijn: Oke, top heel fijn. Dankjewel veel succes

Marleen: Dankjewel doeg.

Appendix D

Survey ; KOPP/KOV Young-adults , 31 oktober 2023

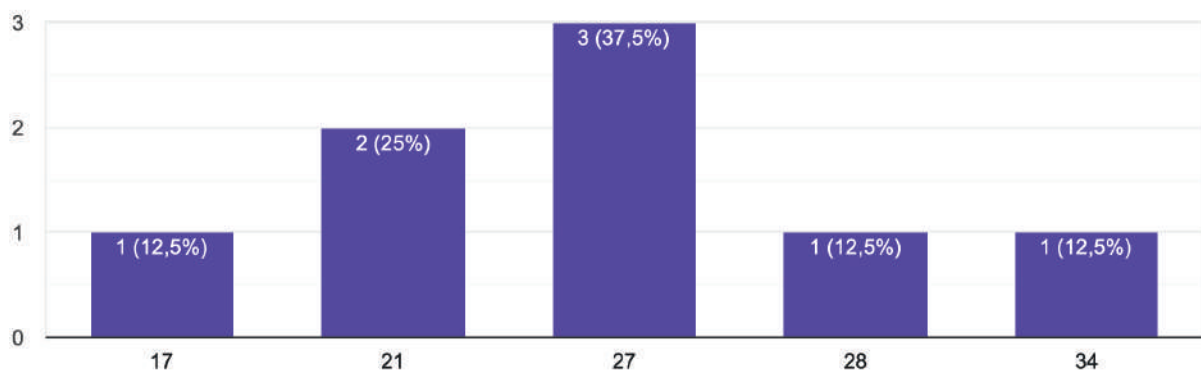
Wat zijn je voornaamwoorden (pronouns) ?

8 antwoorden:

She/her
Zij/ haar
She
Zij/haar
Vrouw
Thom
Zij haar
Lord / King

Hoe oud ben je?

8 antwoorden



Hoe oud was je toen je ouder problemen kreeg met psychologische problemen of verslaving? In welke fase binnen het educatie systeem zat je toen?

8 antwoorden

16, ik zat in mn examen jaar van vmbo

Ik was 14, dus op de middelbare school

0

12, middelbare school (1e jaar)

6 jaar (basisschool, onderbouw)

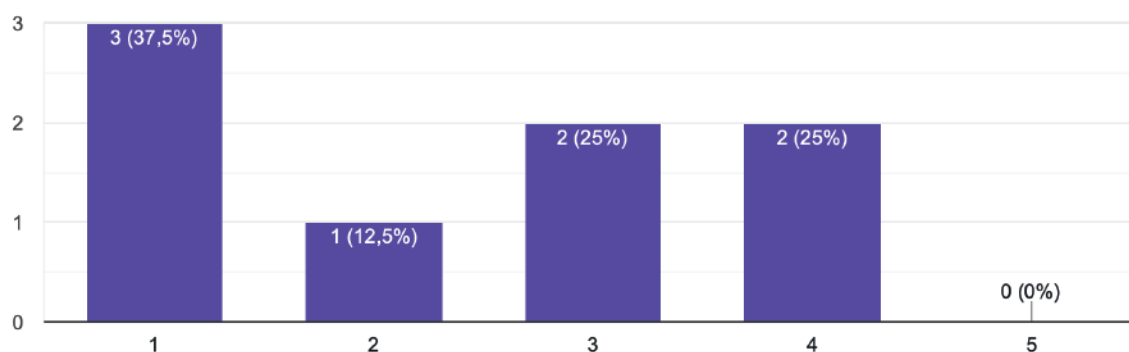
4-18 basis school en middelbare school

Mijn moeder was al psychisch ziek toen ik werd geboren, dus ruim voor basisschool

Basisschool

Voelde je binnen je school of opleiding ruimte om te delen wat er zich thuis afspeelde?

8 antwoorden



1 : Totaal geen ruimte

Super veel ruimte : 5

Waarom werkte dit wel of juist niet voor jou?

8 antwoorden:

Omdat ik anders niet naar school ging

Ik had twee lieve mentrices die zeker naar me wilde luisteren, ik kon niet mee met Berlijn rondreis omdat ik voor mijn moeder moest zorgen en ik had gewild. Toen in het laatste jaar van m'n middelbare school kon ik ook niet mee met een kunstreis van 2 weken want we hadden thuis geen geld, toen hebben we geregeld dat ik wat klusjes deed en dat ik dan voor de helft van de prijs mee mocht (ik vind dit enorm genant wel om dan die klusjes te doen en dat iedereen dan vroeg waarom ik dat deed)

Mijn school wist er niet specifiek van af. Omdat ik bij mij vader woonde. Op de basisschool had ik signalen van kopp/kov maar dit werd niet opgemerkt of hulp ingeschakeld.

Op school was een docent die van de situatie afwist die wekelijks een gesprek met mij had. Zij was super fijn en heeft mij enorm geholpen. Ik merkte echter dat andere docenten niet wisten hoe ze erover moesten praten. Hierdoor kwam het neer op dat er 1 keer per week een moment was waarin ik erover kon praten, maar dat er verder nooit ergens anders ruimte was voor waar ik mee aan het dealen was.

Doordat ik op school ook veel last had van verdriet en stress van de situatie, hielp het dat er op school ruimte was om dat te delen

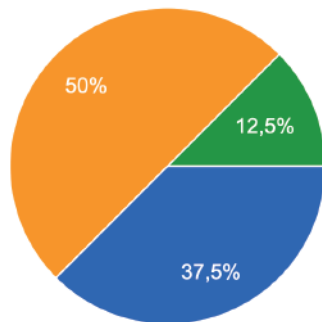
Wel; ik bepaalde zelf wat ik deelde. Niet; gevoel dat je de enige bent

Ik wist als kind niet beter maar uiteindelijk op de middelbare school had ik t gevoel dat ze niet wisten wat ze ermee moesten, maar ik bleef wel ontzettend vastlopen

Geen onderwerp op school

Heb je het idee dat docenten begrip hadden voor de situatie?

8 antwoorden



- Ja
- Nee
- Weet ik niet
- Het grootste deel van de docenten snapte het niet/wist niet hoe ze het ermee om moesten gaan

Kon jij jouw gevoel delen met klasgenoten? Had je daar behoefte aan?

8 antwoorden:

Ja dat zou kunnen maar daar had ik geen behoefte aan

Nee, als puber ben je angstig en wil je "normaal" zijn.

Nee daar had ik geen behoefte aan

Ik had er wel behoefte aan, maar wist niet hoe. Ik had het gevoel dat ze het niet zouden begrijpen en was bang dat ze heel negatief over mijn vader zouden denken. Daarom besprak ik het niet.

Nee, maar ik was ook erg jong en dus jonge klasgenoten. Ik had er wel behoefte aan, maar vooral op een latere leeftijd

Gedeeltelijk. Ja.

Kon ik niet, achteraf wel behoefte aan gehad

Nee, ik was veel te verlegen en angstig

Op welke manier had jouw thuissituatie invloed op jouw schoolprestaties?

8 antwoorden:

Geen

Ik was bijna 3 maanden ongeoorloofd afwezig tot mn eerste examen waardoor ik het bijna niet zou halen

Ik ben altijd goed geweest in leren en ging me dan juist heel erg daar op focussen. Waardoor ik altijd goede cijfers had. Wel had ik niet het idee dat ik überhaupt slechte cijfers kon hebben want wilde niemand tot last zijn of voor nog meer problemen zorgen.

Slechte concentratie, niet altijd aanwezig en lagere cijfers

Gelukkig bij mij geen, omdat ik goed kon leren en dat gebruikte als mijn "vlucht"

Ik ben van het gymnasium teruggezakt naar HAVO, daarna nog blijven zitten.

Heeft me veel moeite gekost allemaal

Perfectionisme, gezien worden, over presteren

Aan de aantallen zal het niet liggen, in jouw ervaringen ben je niet alleen. Heb je zelf deelgenomen aan een KOPP/KOV groep, wat heeft dat jou gebracht?

8 antwoorden:

Ja ik zit bij kopp op nu maar ben pas een keertje geweest. Het was wel een fijne ervaring om te weten dat je niet alleen bent

Ja ik heb een heel traject gedaan. Ik vond het erg gezellig en achteraf wel helend. De jongeren waren bijna allemaal wel jonger dan ik en dat merkte ik wel heel erg die woonden dan nog thuis en ik al een tijdje niet meer, en dat veranderd de situatie ook. De dingen waar we het over hadden bleven oppervlakkig en dat inhoud bracht me niet veel, maar wat me wel hielp was het feit dat ik niet alleen was hierin. Dat was geruststellend

Ja, meer begrip en herkenning en positief nadenken.

Op 13jarige leeftijd. Ik denk wel dat het goed was, maar het was ook wel een beetje geforceerd.

Ja, veel erkenning en gevoel van lotgenoten

Check aub even de 2023 cijfers, in september dit jaar uitgebracht door Trimbos.

Ja, gehoord voelen en kunnen delen zonder oordeel of ongevraagd advies.

Als kind moest ik dat, maar niks van onthouden. Verder niet in mijn (jong)volwassen leven

Erkenning en herkenning

Heb je vroeger les gehad over psychologische problemen of verslaving? Zo ja, hoe hebben ze dat dan aangepakt?

8 antwoorden:

Nee

Alleen over verslavingen kwam er 1x per jaar een ervaringsdeskundige langs en dan lieten ze allemaal enge plaatjes zien van mensen zonder tanden en ging het over heroïne en crack en de gevolgen en waarom we dat absoluut niet moesten doen

Ja op de opleiding maatschappelijk werk en dienstverlening op HBO. Dit ging specifiek om de ouders, maar kind van werd niet besproken

De les die ik gehad heb was meer gefocust op verslaving bij jongeren zelf. En dan nog heb ik niet het gevoel dat we er erg diep op gingen

Nee, enkel voorlichting middelen gebruik.

Nee

Heb je het idee dat educators weten hoe ze moeten omgaan met deze onderwerpen? Waarom wel of niet?

8 antwoorden:

Ik denk het niet omdat mijn docenten het alleen hoorde van mij maar er niet bij zijn en daardoor kan je het moeilijker begrijpen ofzo

Nee ik denk dat dat heel moeilijk is voor iemand die daar niet voor opgeleid is of het zelf niet meemaakt

Ze kunnen zich er meer in verdiepen

Ik denk dat veel het lastig vinden. Ze hebben er denk ik weinig les in gehad. Dat is mijn ervaring in ieder geval.

Niet alle leraren, omdat zij hier zelf niet allemaal ervaring in hebben of iets in hebben geleerd

Ja, mits ze in getraind worden of juiste kennis voor handen hebben.

Nee, denk dat ze er weinig over weten en soms ook te confronterend is, confrontatie wordt denk ik gemedan

Nee, er heerst een sfeer van taboe/onmacht. Alles wordt doorgeschoven naar "de psycholoog", terwijl hij/zij niet de ultieme oplossing heeft

Heb je vroeger les gehad over psychologische problemen of verslaving? Zo ja, hoe hebben ze dat dan aangepakt?

8 antwoorden:

Nee

Alleen over verslavingen kwam er 1x per jaar een ervaringsdeskundige langs en dan lieten ze allemaal enge plaatjes zien van mensen zonder tanden en ging het over heroïne en crack en de gevolgen en waarom we dat absoluut niet moesten doen

Ja op de opleiding maatschappelijk werk en dienstverlening op HBO. Dit ging specifiek om de ouders, maar kind van werd niet besproken

De les die ik gehad heb was meer gefocust op verslaving bij jongeren zelf. En dan nog heb ik niet het gevoel dat we er erg diep op gingen

Nee, enkel voorlichting middelen gebruik.

Nee

Heb je het idee dat educators weten hoe ze moeten omgaan met deze onderwerpen? Waarom wel of niet?

8 antwoorden:

Ik denk het niet omdat mijn docenten het alleen hoorde van mij maar er niet bij zijn en daardoor kan je het moeilijker begrijpen ofzo

Nee ik denk dat dat heel moeilijk is voor iemand die daar niet voor opgeleid is of het zelf niet meemaakt

Ze kunnen zich er meer in verdiepen

Ik denk dat veel het lastig vinden. Ze hebben er denk ik weinig les in gehad. Dat is mijn ervaring in ieder geval.

Niet alle leraren, omdat zij hier zelf niet allemaal ervaring in hebben of iets in hebben geleerd

Ja, mits ze in getraind worden of juiste kennis voor handen hebben.

Nee, denk dat ze er weinig over weten en soms ook te confronterend is, confrontatie wordt denk ik gemedan

Nee, er heerst een sfeer van taboe/onmacht. Alles wordt doorgeschoven naar "de psycholoog", terwijl hij/zij niet de ultieme oplossing heeft

Wat is iets wat jij hebt gemist op het gebied van mentale ondersteuning?

8 antwoorden:

Iemand buiten docenten om waarbij ik mn ei kwijt kon

De juiste zorg vinden, dat duurde heel lang bij mij en is nog steeds een process. Een lange tijd hoorde ik van veel mensen sorry maar ik kan je niet helpen je moet hierheen en zo werd ik steeds doorverwezen. Dat was super demotiverend en toen ben ik ook gestopt met hulp zoeken. Daarna het toch weer opgezocht en via mijn academie en dat hielp wel.

Geen

Meer aandacht. En ook meer focus erop vanuit de behandelaren. KOPP kinderen hebben een grote kans om zelf ook problematiek te ontwikkelen, maar ik had niet het idee dat er aandacht was voor preventie in mijn geval

Nee

- emotionele support / educatie en voorlichting

vind ik moeilijk te zeggen; iemand die echt bekommerd was om hoe het met mij ging en daar ook naar op zoek ging

Erkenning, herkenning en een veilige omgeving om mijn verhaal te delen

Denk je dat scholen meer tijd moeten nemen voor mentale gezondheid bij jongeren? Zou een creatieve ruimte met mogelijkheid tot gesprekken met anderen daar bij kunnen helpen?

8 antwoorden:

Ja, ja dat zou heel erg helpen denk ik voor mij helpt t wel

Ik denk dat het echt een heel diep en lastig onderwerp is wat heel intiem moet blijven omdat zoals ik ook van andere hoorden er heel veel schaamte bij komt kijken. En bij mij zou dat eerst compleet verwerkt moeten worden voordat ik er kunst over zou maken of creatief over na kan denken. Ik ben zelf kunstenaar maar denk nu niet dat ik ooit mezelf in een creatieve ruimte zie met gesprekken. Misschien veranderd dat nog hoor. En wat betreft scholen denk ik dat er absoluut meer duidelijkheid moet zijn waar je heen kunt want die eerste stappen zetten naar hulp is zo moeilijk.

Ja zeker

Absoluut. Jongeren moeten leren om over lastige dingen te praten. Creativiteit is een goede manier om daarmee om te gaan. Ik had theater lessen en dat was ook een van de weinige plekken waar ik mijn emoties een beetje kon voelen.

Ja!

Absoluut.

Absoluut, en denk zeker dat een open, creatieve ruimte heel fijn kan zijn

Ja, absoluut

Heb je nog een frustratie binnen het huidige systeem, waar jij als KOPP/KOV kind last van hebt gehad?

8 antwoorden:

Dat het mentaal met mij door de situatie niet altijd goed gaat en dat ze daar meer ruimte voor geven en meer begrip voor hebben

Ouderavonden haha verder kan ik zo snel op niks komen :)

Meer aandacht voor het kind in klinieken. Vragen naar het kind en eventueel preventie of hulpverlening inschakelen.

Ik denk dat er meer aandacht moet zijn voor KOPP/KOV kinderen. Eigenlijk zou je standaard een psycholoog moeten spreken als je KOPP/kov kind bent.

Ook systeemtherapie lijkt mij nuttig, omdat je dan als gezin kunt praten over wat de problematiek van je ouder betekend heeft voor jou

Nee, meer de zorg in het algemeen (lange wachttijden, niet altijd genoeg tijd nemen voor patienten)

Ik zou het mooi vinden om als ervaringsdeskundige voor de klas te staan omdat er in elke klas 1 op 4 konden Kopp Kov zijn.

Nog steeds dat veel mensen en hulpverleners niet met de complexiteit ervan kunnen omgaan

Minder nadruk op prestaties, meer nadruk op het ontwikkelen van talenten en intrinsieke drive/ motivatie en levensgeluk