

Over de schoonheid van kwetsbaarheid: op bezoek bij BlinkOut

JUN
8
2023



[Organisatiebeleid](#), [Rollen en functies](#), [Sociaal-cultureel werken](#), [Vrijwillige inzet](#), [Werken met groepen](#)

[Blog](#), [Praktijk](#)

“Je bent zo stil, je bent onder de indruk hé”, lacht de onthaalvrijwilliger die mij rondleidt. Hij heeft gelijk. Weelderige planten, prachtige tweedehandsmeubels en lokalen met namen zoals Glinster en Ochtendzon toveren het statige herenhuis om tot een wauw-huis. Al is het verre van perfect. Barsten en kapotte hoekjes mogen – moeten – er zijn. “Ze passen in onze visie. Hier mag je zijn wie je bent, met al je kantjes”, vertellen Natalie Deviaene en An Dours. Vijf jaar geleden stampten de twee coaches BlinkOut uit de grond. Twee BlinkHuizen, 70 vrijwilligers en heel wat activiteiten later zitten de twee energieke dames nog boordevol plannen. Hun leidraad? Iedereen straalt vanbinnen.

Het BlinkHuis ligt in het centrum van Gent. Aan de voordeur staat een krijtbord met woorden zoals ‘rust’ en ‘stilte’. Terwijl hij de lampen test ‘om een zachte sfeer te bepalen’, verwelkomt de onthaalvrijwilliger me hartelijk. Ik wacht in een gezellige living, de koffie en thee staan voor het grijpen en de koekjesdoos is gevuld. Als Natalie en An toekomen, nestelen we ons – schoenen uit – in de knusse zetels. Dit is een bijzondere plek, dat is duidelijk.

Geen fantasieloze doos

Natalie Deviaene: We kozen bewust voor een wauw-huis. Niet in de betekenis van chic, maar omdat het authentiek is en een verhaal vertelt. In deze ruimte hangt een kader met een afgebroken hoek. De fotografe liet hem vallen tijdens het omhoog hangen, maar ze mag hem van ons niet herstellen. Volgens onze filosofie mogen er barstjes zijn. Ze geven taal om naar kwetsbaarheid te kijken en erover te praten. Mensen steken te veel energie in het verbergen of oplossen van barstjes. Terwijl ze net een deel zijn van hun identiteit. Ze vertellen iets over wie ze zijn en hoe ze in het leven staan. Ze moeten niet gerepareerd worden.

An Dours: Een BlinkHuis is geen fantasieloze witte doos. Je kan een rustige plek creëren die tegelijkertijd stimuleert en motiveert. Veel van onze deelnemers hebben therapie gevolgd in een clean kantoor of steriel bureau. Dat willen we niet. Al zijn we een professionele omgeving met whiteboards, flipcharts en co-werkruimtes. Maar er staan ook comfortabele zetels om in te hangen. Dit is een plek om los te komen van alle druk. Geen 'ik moet...' of doen alsof. Hier mag je alle maskers laten vallen. Dat moet ook het huis uitademen, met al zijn imperfecties. Bovendien straalt Natalie als ze tweedehands meubels kan verzamelen. *(lacht)*

Natalie: Ook die vertellen een verhaal, want we halen ze op bij mensen thuis. Dit huis is een oplaadplek. We hielden een enquête bij volwassenen met autisme over wat een goede 'tot-rust-kom-plek' is. Daaruit kwamen zachte kleuren uit de natuur, kunst, planten, hout, bepaalde vormen ... De inrichting is dus geen toeval.



© BlinkOut

Drie pijlers

Natalie: Onze huidige maatschappij is enorm prikkelrijk en het tempo ligt op veel domeinen hoog. BlinkOut steunt op drie pijlers: we bieden expertise, een methodiek en een plek. We werken rond onzichtbare drempels en psychische kwetsbaarheden. Daarbij vertrekken we van stilte, rust en eigen ritme. Kwetsbaarheid is een kracht. Zo bouwen we aan veerkracht en zelfvertrouwen. Dat doen we door individuen te begeleiden, workshops en trainingen te geven en prikkelarme ruimtes aan te bieden. We creëren ontmoetingsmomenten met een bepaald doel, niet 'gewoon' samen soep eten. We focussen op het bewust worden van overprikkeling en de nood aan prikkelarme ruimtes. Voor veel mensen is dat een meerwaarde, voor anderen zelfs noodzakelijk om te functioneren. In Gent en Mechelen is er een BlinkHuis, waar het accent op rust en stilte ligt. Onze Luisterplek en Stiltekamer zijn publiek toegankelijk tijdens de openingsuren. Verder hebben we een aanbod voor scholen en organisaties.

An: Onze methodiek is gebaseerd op de motivatietheorie en omvat vier thema's: veiligheid, verbinding, autonomie en competenties. Veiligheid, zowel fysiek als emotioneel, vormt de basis. Verbinden gaat over het creëren van een band met jezelf en anderen, het respecteren van je grenzen en het omarmen van je kwetsbaarheid. Autonomie houdt in dat jij de controle hebt over je eigen leven. Jij weet wat je nodig hebt. Competenties betekent dat je oefent in het uiten van je gevoelens en noden, zoals 'ik ben aan het razen en ga even naar de stiltekamer'.

'Iedereen straalt vanbinnen' is ons motto. We hebben een vrijwilligerswerking die mensen van binnenuit laat stralen. Momenteel hebben we 70 vrijwilligers. Ze runnen het onthaal en de luisterplek. Sommige vrijwilligers zitten in de werkgroep ambassadeurs en gaan naar beurzen, delen flyers uit en vertellen ons verhaal. In BlinkOut lopen veel helden met onzichtbare rugzakken die ongelofelijk getalenteerd zijn. Een van onze vrijwilligers is erg verlegen, maar schittert in haar zorgzaamheid bij het opzetten van buffetten. Iemand anders worstelt al tien jaar met een zware depressie. Sinds ze het onthaal doet, kleedt ze zich opnieuw op en blinken haar ogen.



© BlinkOut

Mensen steken te veel energie in het verbergen of oplossen van barstjes. Terwijl ze net een deel zijn van hun identiteit.

Natalie

Warm welkom

Natalie: We verwelkomen mensen die de wereld anders ervaren en willen een plek creëren waar mensen die zich elders niet thuis of eenzaam voelen, zich opnieuw gewenst voelen. Daarom streven we naar een warm welkom. Om dat te realiseren, hebben we gepraat met mensen die zich net wel of net niet welkom voelden. Vaak maken kleine dingen het verschil, zoals 'ik krijg meteen een kop koffie' of 'mensen kijken mij niet aan'.

Als hoofdhuurder beheren we het BlinkHuis. We verhuren onze ruimtes voor een kleine bijdrage aan mensen en organisaties die op verbinding inzetten, niet voor feestjes. Onze ruimtegebruikers zijn organisaties zoals Missing You,

VOKA ... Dankzij de bijdrage zijn we voor onze huur en elektriciteit niet afhankelijk van onze subsidies, die dienen voor andere dingen. Door de ruimtegebruikers wordt onze missie sneller verspreid, want hun deelnemers komen hier binnen. Als een organisatie een ruimte wil huren, vragen we of onze vrijwilligers hen mogen ontvangen, of we bij de start iets mogen vertellen over onze werking ... Zo krijgen onze vrijwilligers de kans om te oefenen en leren andere organisaties BlinkOut kennen zonder dat het de bedoeling was. Bovendien zijn er samenwerkingen mogelijk met de ruimtegebruikers: Missing You spreekt bij ons over rouw, in Mechelen werken we samen met CoSearching rond



© Socius

solliciteren met mentale uitdagingen. Ten slotte huren andere coaches en therapeuten een ruimte. Voor sommige deelnemers is de stap naar hulpverlening een drempel. Als ze dat kunnen doen in een veilige context zoals BlinkOut – 'ik ken de ruimte', 'ik weet de koffie staan en het toilet zijn' – wordt dat gemakkelijker.

Niet invullen



© Socius



© Socius



An: BlinkOut begon in een lift. Natalie en ik werkten allebei op dezelfde verdieping in de voormalige bibliotheek. Zij organiseerde een Stiltekamer. Ik gaf workshops over persoonlijke ontwikkeling en geluk, en verhuurde een ruimte aan coaches. We zagen veel mensen worstelen met overprikkeling en deelden onze frustratie.

Natalie: We hadden allebei al een plek en een methodiek. *(lacht)*

An: Bovendien heb ik mijn kwetsbaarheid en had Natalie mij al verteld over de kwetsbaarheden in haar gezin. Op een dag stond ik na een moeilijke vergadering te wenen in de lift. Ik moest nog afwassen, en Natalie wilde mij troosten en helpen. 'Natalie, verdomme, laat mij gerust. Ik wil alleen afwassen en daarna rustig in de zon zitten', riep ik. Ze ging weg. Een half uur later ging ik naar haar om mij te excuseren. Ze had begrip voor mij. 'Ik wou dat mijn kinderen zo helder konden communiceren als het zo hoog zit', antwoordde ze.

Natalie: Ik begreep je excuses niet, ik vond het zo vanzelfsprekend om je tijd te geven.

An: We moeten het narratief over kwetsbaarheid herschrijven, maar het moet vertrekken vanuit mensen die drempels ervaren. Nu gebeurt het omgekeerde. Iemand die het zelf niet voelt, denkt na over hoe hij een ruimte autisme- of depressievriendelijk kan maken. Maar, heeft hij gevraagd aan iemand met een klinische depressie die terug aan het werk wil, wat hij nodig heeft voor een progressieve tewerkstelling? Of bedenkt hij het zelf? Ik heb geen nood aan iemand die voor mij invult. Wel dat je mij vraagt wat ik nodig heb. BlinkOut vertrok vanuit onze eigen ervaringen, gevoel, lijf... en van daaruit hebben we concreter gewerkt aan onze expertise, methodiek en plek.

In BlinkOut lopen veel helden met onzichtbare rugzakken die ongelofelijk getalenteerd zijn.

An

Perspectieven van kwetsbaarheid

An: Kwetsbaarheid is normaal. Iedereen heeft het. Waarom maken we het dan zo moeilijk of reageren we raar? In het Engels bestaat de term 'vulnerability', wij spreken over 'vulnerabele abilities'. Sommige mensen kunnen zo gedetailleerd kijken dat ze de context missen. Anderen kunnen zo empathisch voelen dat ze in groep hun eigen gevoel niet meer kunnen onderscheiden van anderen.

Het is belangrijk om te leren omgaan met verschillende perspectieven over kwetsbaarheid. Jouw kwetsbaarheid is anders dan die van mij, waardoor je andere noden hebt. Misschien heb jij behoefte aan een gesprek en beweging, terwijl ik wil rusten. Dat verschil kan soms leiden tot spanningen, maar het betekent niet dat we elkaars kwetsbaarheid niet erkennen. We kunnen een manier vinden om daarmee om te gaan. We moeten met elkaar verbinden, zodat we elkaar beter begrijpen en respecteren. Jammer genoeg belanden veel mensen in een isolement door onbegrip. Of omdat ze niet kunnen uitleggen wat ze nodig hebben. Door de verschillende perspectieven te waarderen, kunnen we dat voorkomen. Een van mijn collega's is altijd positief. Als ik een slechte dag heb, kan dat irritant zijn. Ik wijs haar positiviteit niet af, maar heb op dat moment andere noden. We hebben daarover gepraat en nu verstaan we elkaar beter.

Grenzen stellen en tonen

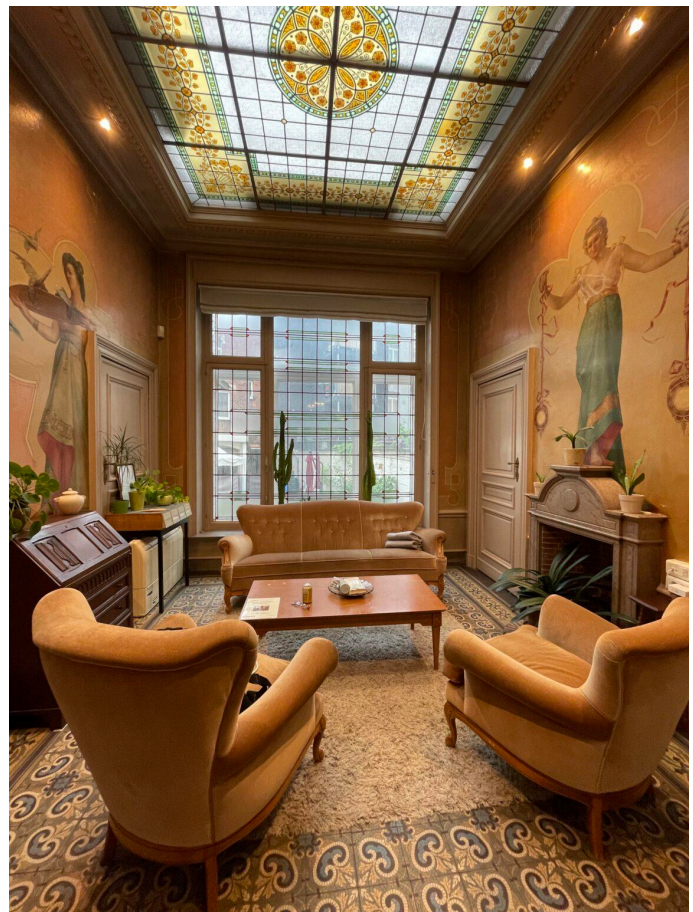
Natalie: Daarmee zijn we meteen bij ons stokpaardje beland. Durf je grenzen te benoemen en te tonen. Dat geldt voor iedereen, maar zeker voor mensen die fragieler zijn, want zij gaan vaker over hun limiet. Omdat ze zich al minder goed voelen of minder werken, doen ze toch maar verder. Met BlinkOut creëren we een plek waarvan we vinden dat er meer zouden moeten zijn. Hier moet je geen grenzen overschrijden of de uitdagingen in je leven verbergen. Dit is een oefenplek waar je ongeacht je kwetsbaarheden en diagnoses je steentje kan bijdragen. We kijken naar wat je nodig hebt, wat je te bieden hebt en zoeken een match. Sommige mensen moeten na een uur werken een kwartier rusten. Als ze onthaalvrijwilliger willen worden, denken ze dat ze moeten blijven volhouden. Nee. We willen dat ze leren om na dat uur werken een pauze te nemen. Anderen weten niet wat ze nodig hebben. Of blijven maar over hun grenzen gaan. Zij leren hun grenzen kennen en hun noden aangeven.

An: Onze vrijwilligers mogen hun tempo bepalen. Als iemand afbelt dat hij niet kan komen, omdat hij een slechte dag heeft of omdat er de voorbije week te veel is gebeurd, dan reageren wij anders dan verwacht. We bedanken hem. De vrijwilliger doet namelijk exact wat we willen dat hij leert. Het is zijn taak om te durven nee zeggen. Om te durven annuleren. En om de volgende keer terug te komen. Ik geniet ervan als iemand 'ik neem mijn tijd en doe het straks' zegt

We willen genoeg empowerment bieden, zodat deelnemers dat ook op andere plekken durven. Om op een familiefeest, in het koor of in de sportclub te durven zeggen: 'Dit ben ik, en ja, ik heb ook een rugzak'. Zo zijn we een soort laboratorium waar mensen zich verder ontwikkelen en geven we een cadeau aan de samenleving.

Veel lagen zijn onzichtbaar. Herken je dit: je had een slechte ochtend, je komt ergens toe, iemand vraagt je iets en je reageert geprikkeld. Door dat kleine, zichtbare stukje denken mensen: 'Ze kan het niet, op haar kunnen we niet rekenen'. Wij kijken naar wat de persoon al heeft gedaan om er te geraken. Op sommige dagen is het een wonder dat je een propere onderbroek draagt, je tanden hebt gepoetst, je haar hebt gekamd en een lunch mee hebt.

Natalie: Vaak heb je 90% volbracht, maar word je beoordeeld op de 10% die niet lukt. Als we kwetsbaarheden zichtbaar en bespreekbaar willen maken, moeten we ze vroeger tonen. Geef sneller aan dat het geen eenvoudige dag is, dat het moeilijk is. Zo weet 'de andere' hoe het gaat. En aan 'de andere' vragen we om ruimte te geven om kwetsbaarheid te tonen. We roepen ook organisaties op om hun kwetsbare momenten te tonen. Dat helpt je leden om hetzelfde te doen.



© BlinkOut

Naast het leren benoemen en tonen van grenzen en noden, werken we ook rond gedrag. Zo organiseren we bijvoorbeeld workshops 'ik mag kwaad zijn'. Soms zegt de ene tegen de andere: 'Je moet niet boos zijn'. Mensen met voldoende veerkracht en sociale vaardigheden weten wat hij bedoelt. Natuurlijk mag je boos zijn. Je mag alle emoties voelen, maar je mag bepaald gedrag niet stellen. Als je kwaad bent, mag je bijvoorbeeld geen mensen pijn doen. Ik heb jaren met mijn zonen, die op verschillende onzichtbare drempels botsen, geoefend op boos zijn en hoe ze dat mogen uiten. Ondertussen zijn het twintigers en kennen ze de emotie, maar telkens ze in een andere context terechtkomen, moeten ze opnieuw nadenken: 'Wat doe ik als ik hier boos ben?'. Je hoeft je emoties niet aan te passen, maar we kijken samen naar het gedrag en wat wel en niet helpt.

Met BlinkOut creëren we een plek waarvan we vinden dat er meer zouden moeten zijn. Hier moet je geen grenzen overschrijden of de uitdagingen in je leven verbergen. Dit is een oefenplek waar je ongeacht je kwetsbaarheden en diagnoses je steentje kan bijdragen.

Natalie

Verander de context

Natalie: Organisaties streven naar diversiteit, toegankelijkheid en lage drempels. Helaas lukt dat niet altijd, al weten we dat hun intenties goed zijn. Het grootste struikelblok? We praten en luisteren te weinig naar elkaar. Organisaties hoeven echt niet alle diagnoses te kennen om iemand te verwelkomen. Integendeel, soms denken ze dat ze iemand snappen op basis van een label: 'Ah, jij hebt autisme, zo iemand hebben we al gehad'. Dan halen ze hun schema's boven, terwijl het voor die persoon net anders werkt. Het is niet omdat je iemand met autisme kent, dat je ook autisme kent. Je moet blijven communiceren om te begrijpen wat die persoon al dan niet nodig heeft. Het gaat trouwens niet alleen over praten en luisteren, het is ook belangrijk om de persoon te geloven, ook al begrijp je het misschien niet.

An: Daarom hameren we zo op dat narratief rond kwetsbaarheid. In het middenveld, in sportclubs, in lokale afdelingen van bewegingen ... leeft er veel begrip. Er is niemand die denkt: 'Ik ga tijdens ons eetfeestje persoon x met autisme of persoon y die in een depressie zit dieper de grond in trappen'. Maar mensen reageren vaak raar omdat ze niet weten wa ze moeten zeggen. Praat dus met elkaar.



© Socius

een gewoon gesprek van. Alsof je als het ware 'wil je bij die persoon daarop letten' op dezelfde toon zegt als 'morgen zetten we de stoelen op deze manier'.

Natalie: Besef ook dat je nooit een context kan creëren die veilig genoeg is voor iedereen. Er zullen altijd mensen zijn, zeker als je met kwetsbare groepen werkt, die zich getriggerd voelen. Het is voor iedereen anders. Je zal even moeten zoeken.

Bovendien kan het individu door de aanpassingen nog meer druk voelen om te presteren: 'Ze doen zoveel voor mij, nu kan ik echt niet zeggen dat het niet lukt.' Je moet dus blijven praten, elkaar geloven, moeite doen voor elkaar ...

An: Je probeert ervoor te zorgen dat zoveel mogelijk mensen kunnen deelnemen, maar niet iedereen moet de aanpassing tof vinden. Stel dat je het shiftsysteem van het eetfestijn aanpast voor de vrijwilliger, dan mogen de anderen dat lastig vinden: 'Wij moeten ons aanpassen omdat zij...' of 'voor hem is het systeem veranderd'.

Natalie: De persoon wil ook niet dat het systeem zodanig verandert dat het niet meer werkt, want dan voelt hij zich schuldig. Het is een combinatie van samen zoeken.

Werkgevers willen het goed doen, de voetbalclub wil dat iedereen kan participeren ..., dat creëert zoveel druk dat de organisatie zich gefaald voelt als het voor dat individu toch niet lukt. Niemand treft schuld. Praat over de aanleiding daarvan.

Wij geloven heel hard in contextuele ingrepen. Kunnen we in kleinere groepen werken? Moet de persoon weg kunnen? Kan het licht uit? Kunnen we ergens anders zitten, omdat de persoon de straat te veel hoort? Kunnen we diversifiëren in de taak- of prikkellast? Als organisatie kan je veel doen zodat het wel lukt.

Natalie: Aanpassingen zijn ook belangrijk omdat het individu gelooft dat hij echt welkom is. Zorg ook altijd voor een uitweg. Wij bieden onze vrijwilligers verschillende mogelijkheden: ze kunnen een pauze nemen, annuleren of de Stiltekamer gebruiken. Tegelijkertijd is het ook aan hen, en dat is een grote oefening, om die uitweg te (durven) gebruiken. Ook het individu moet leren en benoemen wat wel en niet voor hem werkt. Maar dat is niet hetzelfde als verwachten dat 'hij het maar moet leren' of 'er zich maar moet over zetten'. Nu ligt er veel druk op mensen met een drempel om zich aan te passen. Dat kunnen we niet verlangen.

An: Wist je dat veel mensen bang zijn om hun successen te delen, omdat hun omgeving verwacht dat ze genezen zijn, waardoor ze opnieuw druk voelen? Het is niet omdat één activiteit lukt, dat alles lukt. Het is niet omdat iemand al ver staat in zijn herstel, dat hij geen slechte dag mag hebben. Denk dus niet: 'Hij heeft dat nu toch al vier keer gedaan, nu zal het lukken'. Nee, het zal elke keer moeilijk zijn door zijn diagnose. Sommige diagnoses zijn er voor altijd. We kunnen niet verwachten dat een persoon verandert. We kunnen wel praten en kijken of we de context kunnen aanpassen. Maak daar ook



© Socius

Je hoeft ook niet op kousenvoeten te lopen. We hebben een project gedaan met Ouders van Verongelukte Kinderen. Als iemand zijn kind verloren heeft en terug wil beginnen werken, voelen veel organisaties zich onzeker. 'Nu kunnen we niet meer leuk doen', denken ze. Verdriet en plezier gaan samen. Doe gewoon, voor de ouder is het veel lastiger als iedereen over eieren loopt.

Eenvoudige methodiek, moeilijke uitleg

An: 'Wij doen toch niets.' Of toch 'niets speciaal. Dat zeggen we vaak. We luisteren naar mensen en geven ze tijd om hun verhaal te delen. Daarna zoeken we samen naar wat er lukt of hoe het zou kunnen lukken. En als we hen niet begrijpen, dan geloven we hen wel. Maar eigenlijk doen we niks. Onze methodiek is zo eenvoudig dat we hem bijna niet uitgelegd krijgen. Mensen komen soms bibberend van de stress binnen. We vragen wie ze zijn, waar ze mee worstelen en wat ze nodig hebben. We geven ze tijd. Daarna wandelen ze als het ware twee centimeter groter naar buiten. Je hoeft ook niet meteen iets op te lossen. Er zijn plekken nodig waar je geen oplossing moet vinden voor je probleem, maar gewoon ruimte krijgt om lastigheid te tonen, waarop iemand 'ja, da's kak' antwoordt.

Natalie: 'Dit is de eerste plek waar ik geen probleem ben dat moet worden opgelost', zei een van onze deelnemers die al verschillende therapieën had gevolgd.

An: Zoiets maakt mij elke keer week. Veel mensen voelen zich zo. Ze hebben een diagnose voor de rest van hun leven en moeten steeds die rugzak dragen. Mensen moeten niet aangepast worden. Geloof hen en zoek naar kleine, haalbare aanpassingen in de context.

We doen het graag en vol passie, maar het is bijna frustrerend dat we bestaan. We dromen ervan om ooit te stoppen, omdat we niet meer nodig zijn, maar voorlopig wordt het tegendeel bewezen. Elke dag opnieuw merken we dat we nodig zijn. Om een narratief te bieden in de wereld die alsmar sneller, onzekerder en geïsoleerder wordt.

Methodieken



© BlinkOut

Natalie: Veel groepssessies zijn interactief, dat is een bewuste keuze. Van deelnemers horen we dat ze zo de woorden vinden om eindelijk hun situatie aan hun schoonzus uit te leggen. Bij panelgesprekken of de 'ge zijt niet alleen'-sessies zie je hoe de deelnemers de woorden van de panelleden bijna opzuigen. Daaruit halen ze inspiratie.

An: Een keer per maand organiseren we een inspiratiecarrousel. Mensen praten over wat ze in de wereld willen zetten. Het maakt niet uit of dat haalbaar is of dat met werk te maken heeft. Het gaat over: wat geeft je goesting? Soms hebben deelnemers een kant-en-klaar idee, sommigen hebben elke keer een ander idee en anderen komen enkel luisteren. De thema's zijn erg divers: van 'ik wil zelfstandige worden' tot 'ik wil scheiden, maar weet niet welke stappen ik moet zetten'. Zo'n sessie wordt ingeleid met voldoende veiligheid. Je krijgt spreektijd om je verhaal te delen, waarbij iedereen luistert en niemand onderbreekt. Nadien denkt iedereen mee.

Natalie: Elke maand organiseren we in Gent en in Mechelen een Veerkrachtweek. Deelnemers krijgen een platform om met hun ideeën aan de slag te gaan. Misschien willen ze een getuigenis delen, een cirkel organiseren, gaan wandelen ... Sommige ruimtegebruikers bieden extra aanbod. Ook wij zoeken hoe we op een waardevolle manier kunnen reageren.

Vroeger gingen we aan de slag met alle suggesties, nu kaatsen we de bal terug en vragen we hoe ze het zelf zouden aanpakken. We faciliteren en organiseren niet meer alles zelf. Dingen starten hier en fladderen naar buiten.

'Wij doen toch niets.' Of toch 'niets speciaal. Dat zeggen we vaak. We luisteren naar mensen en geven ze tijd om hun verhaal te delen. Daarna zoeken we samen naar wat er lukt of hoe het zou kunnen lukken. En als we hen niet begrijpen, dan geloven we hen wel. Maar eigenlijk doen we niks. Onze methodiek is zo eenvoudig dat we hem bijna niet uitgelegd krijgen.

An

Vindplek

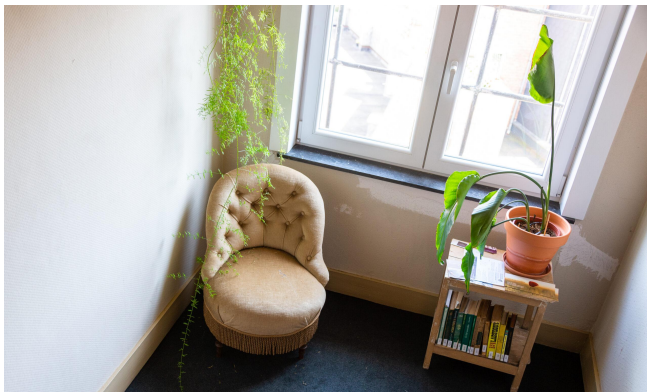
Natalie: Het laatste jaar hadden we ongeveer 600 unieke inschrijvingen. Dat zijn enkel mensen die zich hebben ingeschreven. Niet de mensen die spontaan binnenwandelen of die via onze ruimtegebruikers binnenkomen. Het is fijn om te zien dat mensen ons vinden, want een BlinkHuis is een vindplek. Elke dag ontmoeten we mensen die we nog niet kennen. Sommigen lopen meerdere keren langs het huis, maar durven pas na drie maanden naar binnen. Sommigen worden aangetrokken door het bord dat buiten staat. Sommige onthaalvrijwilligers spreken passanten aan en nodigen hen uit. Je bent vrij om binnen te komen, maar dat vormt soms een drempel. Sommige mensen willen graag een afspraak. Daarom zijn de workshops en ontmoetingsmomenten belangrijk. Je kan je inschrijven voor een activiteit, waardoor je een reden hebt om naar hier te komen. Soms vinden ze ons dankzij een doorverwijzer. Ondertussen kennen veel organisaties ons. Of ze komen via hun zus of buurvrouw. Mond-aan-mondreclame werkt goed, merken we.

Verder breken we in op grote evenementen waarop kwetsbaarheid niet vanzelfsprekend is. Dat doen we met ervaring, het is niet gewoon dat we vermeld staan. We organiseren een stiltekamer op een congres van de Sociale Innovatiefabriek. Kunstencentrum 404 heeft een stiltekamer. We staan op de Gentse feesten met onze stiltekamer en luisterplek, en combineren dat met een concert. Zo bereiken we grotere groepen. We leggen uit wat BlinkOut is. Het publiek denkt dat ze voor het concert komen, maar we nemen hen helemaal mee in ons verhaal. En een extra voordeel is dat onze deelnemers opnieuw naar een concert durven gaan, omdat ze ons kennen.



© BlinkOut

Verschillende beleidsdomeinen



© Socius



© Socius

Natalie: Het sociaal-cultureel volwassenenwerk is onze basis. Rollen en functies geven ons taal. Daarnaast krijgen we subsidies van andere beleidsdomeinen zoals werk en welzijn. Ze geven ons een mandaat, want zo kunnen onze deelnemers een traject volgen zonder de druk van de arbeidsmarkt bijvoorbeeld. Zonder dat mandaat zouden we de hele tijd met ons narratief op de barricaden moeten staan. Verder zien we opties bij andere beleidsdomeinen zoals onderwijs en justitie. Het transitiehuis heeft ons gecontacteerd om te kijken wat we voor elkaar kunnen betekenen. Vanuit onderwijs komen er vragen over: wat is een stiltekamer, wat zijn onzichtbare drempels, hoe kunnen we kwetsbaarheid bespreekbaar maken ...? Het is tof om verschillende vragen en projecten op te starten.

An: We zouden meer urgentie in politiserend werk kunnen steken, maar nu vertrekt onze visie vanuit het individu. Als expert in zijn kwetsbaarheid wordt hij omringd door een kleine kring van medestrijders: broers, zussen, partner, een collega ... Daarrond ligt de grote wereld. Met onze methodiek maken we de verbinding tussen de verschillende cirkels. We willen het individu sterker maken, zodat hij krachtig in de buitenwereld staat. En we willen de buitenwereld veranderen vanuit het individu. We geloven namelijk dat mensen met psychische kwetsbaarheden diegenen zijn die ons kunnen wijzen op de grote pijnpunten en noden in onze maatschappij en oplossingen kunnen bedenken waar wij nog niet aan hebben gedacht. We willen ook een kennisexpertisecentrum zijn dat tools biedt voor iedereen die zich vragen stelt. Onze visie op veerkracht kan niet alleen kwetsbare individuen helpen, maar iedereen met twijfels. Veel mensen vragen zich immers af hoe ze alles kunnen volhouden.

Interne uitdagingen en toekomstplannen



© Socius

duidelijk zijn in wat we wel en niet bieden.

Natalie: Gelukkig zijn we een complementair team en kunnen we elkaar ondersteunen. We zijn zelfbewust, alert en laten ons bijstaan door kritische bestuurders. We vertrekken altijd vanuit onze vrijwilligers en kijken naar onze aanvulling op bestaande organisaties. We zetten veel infosessies, ontmoetingsmomenten en workshops op.

An: Toen we besloten om in juli 2022 een BlinkHuis in Mechelen te openen, voelden we ons overweldigd door de hoeveelheid werk. Maar als we onszelf niet uitdagen, dan zouden we nu geen BlinkHuis in Mechelen hebben. Soms moet je gewoon in actie komen voordat je precies weet hoe je het moet aanpakken. Onze drijfveer is het besef dat we nodig zijn. We doen het liever, zelfs als het niet perfect is. Dat geldt ook voor bijvoorbeeld rapportage. We krijgen graag feedback, omdat het ons helpt om de volgende keer beter te presteren. Stel je eens voor dat we in onze rapportages

Natalie: BlinkOut bestaat nu vijf jaar en de realiteit is niet altijd gemakkelijk. Prioriteiten stellen, vergaderingen regelen, het aansturen van medewerkers en vrijwilligers, corona ... Omdat de financiële subsidies van sociaal-cultureel werk onvoldoende zijn om alles te realiseren, hebben we middelen nodig van andere domeinen en zoeken we nu al steun voor 2024 en 2025. Bovendien is het een uitdaging om mensen ervan te overtuigen dat onze organisatie nodig is. We doen veel en het lijkt zo vanzelfsprekend, maar dat uitleggen is lastig. Bovendien brengt het creëren van een rustgevend huis waar iedereen zijn eigen ritme kan volgen, veel voorwaarden met zich mee. We kunnen niet altijd ons eigen ritme volgen. Verder delen mensen geen alledaagse verhalen zoals 'de pastasaus mislukte gisteren'. Ze leggen soms zware lasten op tafel en dragen complexe rugzakken, sommige thema's raken ons dieper dan andere. De laatste jaren hebben we jammer genoeg ook enkele deelnemers verloren door ziekte of suicide. We zijn blij dat we hen nog een plek hebben kunnen bieden. Al hadden we graag een andere uitkomst gezien.

An: Tegelijkertijd hebben we mensen verloren omdat ze gedrag vertoonden dat voor ons niet door de beugel kon. Ook al vroegen we hen om daarmee rekening te houden, toch lukte dat niet. We staan in voor de veiligheid van het huis. Hoe ver ga je mee in het kwetsbare narratief van iemand? Iedereen moet zichzelf kunnen zijn, maar misschien kan niet iedereen zich altijd volledig uitleven. Dat was een evenwichtsoefening voor ons als organisatie. Soms gingen we te ver mee in een kwetsbaar verhaal. Ook wij moeten onze grenzen stellen en

zouden schrijven dat alles precies is verlopen zoals we hadden verwacht. Dan waren we geen labo. Nee. Sommige dingen gingen niet zoals gepland, we moesten bijsturen en flexibel zijn. En dat durven we. Het past ook bij onze visie op kwetsbaarheid. Als je niet binnen de norm valt, dan ben je minder bezorgd om strikt aan die norm te voldoen. Er mag een hoek af zijn, als het verhaal maar klopt.

In feite zijn we een invasieve boomsoort. We schieten ergens wortel en zijn dan niet meer weg te krijgen. Want wie kent er geen kwetsbaarheid en lastige momenten? Een BlinkHuis trekt mensen aan. Het zorgt voor een bruisende sfeer en kan daardoor een grotere impact in de regio maken. In deze beleidsperiode streven we naar een BlinkHuis in elke provincie. Onze focus ligt op centrumsteden. Een BlinkHuis is een expertisecentrum. Vanuit Gent kan ik moeilijk opvolgen wat er in Bierbeek gebeurt. Als we antennehuizen in verschillende regio's hebben, zijn collega's op de hoogte.



© Socius

We dromen ook van een BlinkLabel voor lokale afdelingen van verenigingen. Stel je voor dat een lokale Markant-afdeling altijd een stille ruimte biedt tijdens vergaderingen en twee keer per jaar een 'ge zijt niet alleen-sessie' organiseert. Dan krijgen ze een BlinkLabel. Zo kunnen we mensen naar hen doorverwijzen als ze een organisatie zoeken om te ontprikkelen.

Er bestaan zoveel mooie sociaal-culturele initiatieven zoals lokale afdelingen van Femma, KWB ... waarmee we willen verbinden. Onze wereld dendert maar voort, maar vanuit het sociaal-cultureel veld kunnen we het narratief over kwetsbaarheid in vraag stellen en veranderen. Als we oprecht naar elkaar luisteren... Als we niet uitgaan vanuit het ideale beeld... Als we mensen tijd en ruimte geven... Dan hoor je mooie verhalen. Dan leren we van elkaar. Dan ontstaan er zoveel verbinding.



Mieke Vasseur

nieuws



JUL
14