

# Jaarverslag Stichting Perceval 2020



## **Adres en contactgegevens:**

### **Bezoekadres (op afspraak):**

Hoogte Kadijk 61hs, 1018 BE Amsterdam

E-mail: stichtingperceval@gmail.com

Kamer van Koophandel: 60264330

RSIN: 853833813

IBAN: NL27TRIO0784912688

### **Samenstelling en bestuur:**

Op 31 december 2020 bestond het bestuur uit:

Voorzitter: Floris Broekhuizen

Secretaris: Grietje Keller

Bestuursleden: Miriam Krekel, Julie

Boonenkamp

Vrijwilligers: Charlotte van Veen, Calypso

Marengo en Marlou Ruijter

Dit is het zevende jaarverslag van stichting Perceval.

Stichting Perceval zet zich in voor mensen met bijzondere ervaringen, gedachten en/of gedrag en om hun marginalisering tegen te gaan. Bij alles wat wij doen en ondersteunen staat ervaringskennis centraal. Stichting Perceval biedt alternatieven voor en aanvulling op het reguliere GGZ-aanbod en denkt niet langs de lijnen van medisch biologische en diagnostische modellen.

Stichting Perceval neemt risico's, treedt buiten de comfortzone, biedt uitdagingen, staat voor eigenwijsheid, vertrouwen, hoop bieden en gelijkwaardigheid. We willen geen liefdadigheid maar kwaliteit. Wij geloven in de kracht van het uitwisselen van bijzondere ervaringen.

Deze ervaringskennis wordt nog veel te weinig gebruikt en is één van de belangrijkste bouwstenen van onze stichting. We zetten ons in voor iedereen die op zoek is naar

alternatieven voor de reguliere GGZ, dan wel initiatieven die (nog) niet door de zorgverzekeraar worden vergoed.

De doelstelling en doelgroep van de stichting zijn dus:

- Het ondersteunen en tegengaan van marginalisering van mensen met bijzondere ervaringen, gedachten en/of gedrag
- het verrichten van al hetgeen met het vorrenstaande verband houdt of daartoe bevorderlijk kan zijn.

Stichting Perceval omarmt mensen die psychische klachten hebben of hebben gehad

- met bijzondere zintuigelijke en/of mentale ervaringen
- met mystieke/spirituele/bovennatuurlijke ervaringen
- die last hebben van een trauma
- in een isolement en/of mensen die zich eenzaam voelen

en iedereen die zich bij hen betrokken voelt.

## **International Peer Support**

In december 2020 (en januari 2021) heb ik de online training Intentional Peer Support gevolgd.

Intentional Peer Support (IPS) is niet gebaseerd op psychiatrische modellen of diagnoses. Bij IPS draait het om het creëren van een gelijkwaardige relatie met de intentie doelgericht te communiceren op zo'n manier dat beide partijen uitgenodigd worden situaties vanuit een ander perspectief te bekijken en uitgedaagd worden om nieuwe dingen en strategieën uit te proberen.

De ervaringsdeskundige heeft bij IPS vier taken:

1. Connection, de kern van peer support
2. Worldview, elkaar helpen begrijpen hoe we zijn gekomen tot wat we weten
3. Mutuality, herdefiniëren als hulpmiddel om te leren en te groeien



4. Moving Forwards, bewegen in de richting waar we naar toe willen in plaats van weglopen van waar we niet willen zijn.

IPS gaat veel verder dan het simpelweg delen van ervaringen. Het doel is een groter bewustzijn te ontwikkelen van elkaars persoonlijke en relationele patronen. Er kan zo een relatie ontstaan waarin beide partijen worden uitgenodigd en geïnspireerd raken om te leren en te groeien, in plaats van dat de ene person de ander moet “helpen.”

Trainingsdata 4, 7, 11, 14 en 18 december 2020 (en 8, 11, 15, 18, 22 januari 2021)

In 2022 zal ik worden opgeleid tot trainer (IPS Train the Trainer)

## Peercounselen

Na jaren voorbereiding met tast workshops in samenwerking met Marlies Tjallingii van Co-counselen Nederland (CCN), besloot Miriam Krekel in de zomer van 2019

een jaar lang peer-counsel bijeenkomsten te faciliteren. Stichting de Brouwerij was bereid om ons een jaar lang onderdak te geven op de Hoogte Kadijk.

Er waren bijeenkomsten in september, oktober, november 2019. Er kwamen in totaal 21 deelnemers.

De bijeenkomsten waren op basis van Pay What you Can.

Miriam Krekel is in de zomer van 2019 naar Co-counselen International (CCI) geweest in Duitsland. Ze heeft daar ook de Teachers bijeenkomst bijgewoond.

## 2020

Ook voor Peercounselen stond 2020 in het teken van de Covid-19 pandemie.

In januari en februari waren er nog fysieke bijeenkomsten op de 4e zaterdag in de Brouwerij, met in totaal 10 deelnemers. Maart werd op het laatste moment afgezegd.

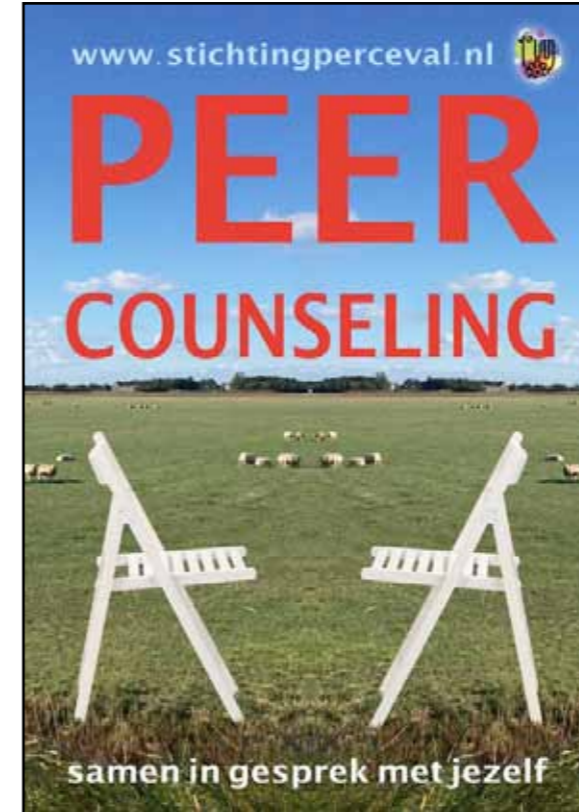
Het duurde een tijdje voor we begrepen dat we niet snel weer bij elkaar zouden kunnen komen. Ondertussen had Annemarie van den Bogaard een Zoom abonnement genomen. Zij is actief in de CO-counselen beweging, de “moeder-beweging” van Peercounselen. Annemarie vond het leuk om Peercounselen te hosten en in April konden we onze eerste zoom Peercounselen sessie houden, met 6 deelnemers!

De samenwerking tussen Annemarie en Miriam werd steeds beter en na een paar maanden vroeg Miriam aan Annemarie om mee te doen met het faciliteren van

Peercounselen. Samenwerken geeft zijn eigen uitdagingen en voor ons beide was het soms frustrerend, maar altijd leerzaam en bevrijdend. We evalueren elke sessie en merken dan regelmatig dat wij gebeurtenissen verschillend interpreteren. Deze ontdekkingen zorgen voor breder onderling begrip.

Peercounselen via Zoom, geboren uit nood, bleek voor veel mensen een waardevolle toevoeging. Dat gold met name voor deelnemers die niet in Amsterdam wonen, maar ook voor Amsterdam-mers die het fijn vinden om thuis te blijven. We merken wel dat het ervaren van Vrije Aandacht via Zoom lastiger is. Na enkele minder prettige ervaringen met nieuwe deelnemers besloten we om nieuwe deelnemers altijd eerst zelf te ontmoeten en dan Vrije Aandacht oefeningen te geven.

Een andere innovatie die we instelden, was dat deelnemers (werkers) aan het eind van hun sessie standaard feedback moeten geven aan de medewerker. Hiermee hopen we



deelnemers te leren dat het normaal is om elkaar feedback geven, zowel positief als negatief. We hopen dat mensen een minder prettig gevoel direct kunnen uiten. Zoals veel dingen die je met Peercounselen leert, is dit een vaardigheid die ook in het ‘gewone leven’ van pas komt.

Er waren Zoom bijeenkomsten in de maanden mei, juni, september, oktober en november. Daar deden in totaal 22 deelnemers aan mee. December en juli en augustus zijn er geen bijeenkomsten.

De ‘strenge’ regels van Peercounselen (gelijke afgesproken tijd, geen oordeel, advies of troost en geheimhouding over wat er in de sessies gezegd is) zorgen voor een veilig klimaat, waarbinnen iedereen zichzelf kan zijn en mag accepteren dat het is zoals het is.

Als facilitators proberen wij om tijdens de sessies zoveel mogelijk ons ‘authentieke zelf’ te zijn en te tonen. Als we bijvoorbeeld tijdens een uitleg geïrriteerd worden door elkaar, of

er gaat iets mis, houden we een 'Mini' een korte sessie waarin je je emotie kan uiten. We denken zo niet alleen onze frustratie te lozen, maar ook een voorbeeld te zijn van zelfacceptatie voor deelnemers.

2020 was ook een experiment in hoe je een activiteit kunt volhouden, ook als er niet veel deelnemers zijn. Het kan frustrerend zijn dat deelnemers niet altijd komen, als ze zich wel hebben aangemeld. Elke maand beschikbaar zijn voor een groep houdt je alleen vol als je er zelf wat aan hebt. Ook daarom is het goed als facilitators helemaal mee te doen en echte sessie te houden. En het is een grote steun om het samen te kunnen doen. Plannen voor 2021 zijn: meer werven door o.a. een eigen flyer.

De Cocounselen International (CCI) zou dit jaar in Hongarije zijn. Vanwege Covid-19 is de CCI uit-gesteld.

## Mad Studies Bibliotheek

In 2020 is vanwege Corona maatregelen bij de Brouwerij de bibliotheek niet open geweest. Wel bestond de mogelijkheid om te lenen of de boeken in te zien op afspraak.

We hebben eind 2020 275 boeken staan die te maken hebben met de doelstellingen van Stichting Perceval - mensen die last hebben



van psychische ingewikkeldheden, om meer grip te krijgen om die moeilijkheden, maar geschreven vanuit het perspectief van die personen zelf. Een overzicht van alle boeken is te vinden op:

[www.madstudies.nl/bibliotheek](http://www.madstudies.nl/bibliotheek).

Voor meer informatie kun je een e-mail sturen naar [bibliotheek@stichtingperceval.nl](mailto:bibliotheek@stichtingperceval.nl).

## Boek

In 2016 is Grietje Keller begonnen met het schrijven van een Nederlandstalig boek over Mad Studies. In januari was de eerste versie klaar en heeft het schrijven daarna min of meer stil gelegen. Vanaf september 2020 heeft Grietje het werk weer opgepakt tijdens een schrijfweek door SchrijfLab van Barbara Trappenburg i.s.m. Villaforum. Uitgeverij Lontano heeft interesse getoond het boek uit te geven.

## Winst- en verliesrekening 2020 Stichting Perceval

<b>Inkomsten</b>		
Peer counselen	107	
Donaties	580	
<b>TOTAAL INKOMSTEN</b>		687
<b>Uitgaven</b>		
Mad Studies	-238	
Peer counselen	0	
Algemene kosten		
Vaste kosten (bank + website)	-252	
Variabele kosten	-159	
<b>TOTAAL UITGAVEN</b>		-650
<b>RESULTAAT 2020</b>		<b>37</b>

## Balans 2020

31-12-2019		31-12-2020	
<b>Activa</b>		<b>Passiva</b>	
liquide middelen (1)	1.640	vrije reserve (3)	1.360
kas	0	bestemmingsreserve (4)	160
debiteuren (2)	150	bestemmingsreserve (5)	270
		crediteuren	0
<b>totaal</b>	<b>1.790</b>	<b>totaal</b>	<b>1.790</b>
31-12-2020		31-12-2020	
<b>Activa</b>		<b>Passiva</b>	
liquide middelen (6)	1.806	vrije reserve (8)	1.549
kas	0	bestemmingsreserve (9)	356
tekort Mad Studies	78		
debiteuren (7)	21	crediteuren	0
<b>totaal</b>	<b>1.905</b>	<b>totaal</b>	<b>1.905</b>

## Toelichting op de balans 31-12-2019

### Activa

- (1) Triodos bank
- (2) Waanzin festival ivm Mad Studies

### Passiva

- (3) Te besteden volgens doelstelling stichting
- (4) tekort ivm Mad Studies
- (5) Gereserveerd voor peer counselen

## Toelichting op de balans 31-12-2020

### Activa

- (6) Triodos bank
- (7) Foutieve overboeking

### Passiva

- (8) Te besteden volgens doelstelling stichting
- (9) Gereserveerd voor peer counselen



