



Als jonge mantelzorgster komt Aniek (21 jaar) via 't Honk in aanraking met MET. Samen met andere jonge mantelzorgsters ontwikkelt zij als MET project op dit moment een theatervoorstelling. Ondanks haar hersenschudding weet ze haar MET vol passie en energie uit te voeren. Sterker nog: MET biedt haar juist ook de opbouw qua prikkelverwerking en invulling waar ze naar op zoek was na haar hersenschudding. Lees hier haar inspirerende verhaal:

De maatschappij bewust maken over jonge mantelzorgers door middel van theater

De maatschappij heeft nog wel wat werk te verrichten als het gaat om het onderwerp 'jonge mantelzorgers', aldus Aniek. De theatervoorstelling die ze samen met andere jongeren ontwikkelt draagt hier een steentje aan bij:

Ik heb heel vaak het gevoel dat mensen het zien als vrijwilligerswerk, maar je kiest er niet voor. Dat beeld willen we weg halen bij de burger. Het is niet zo: "Ik heb nu geen zin, we gaan het nu een dagje overslaan". Dat kan niet. Dat willen we aan de bezoekers meegeven. Mensen er op een andere manier naar laten kijken, wat ze er doen moeten ze zelf weten, maar realiteit laten zien is belangrijk.

Niet 1 MET plek, maar 2!

Oorspronkelijk wilde Aniek graag iets met kinderen gaan doen als MET. Naast de theatervoorstelling waar ze bij terecht kwam voor MET besloot ze daarom ook een MET te doen met kinderen. Ze kiest hier ook voor om zo de prikkelverwerking na haar hersenschudding verder op te bouwen. Aniek draait 1x per week mee met een groep kinderen die een taalachterstand hebben. Ze helpt hier met leuke activiteiten voor de kinderen:

Ik kan door mijn hersenschudding geen stage lopen binnen een schoolklas, maar ik heb altijd een zwak gehad voor kinderen. Ik vind het super leuk en dit is een manier om toch bezig te zijn met onderwijs en kinderen. Ik vind het zo inspirerend om te zien dat ze, ondanks hun taalachterstand of -barrière, toch een manier vinden om te communiceren, ook al is de ene Pools en de andere Marokkaans. Het lukt gewoon. Daar kunnen volwassenen nog wat van leren.

MET liet mij inzien wat ik kan!

Iedereen heeft talenten, maar soms is het moeilijk die te zien. Anderen zagen bij Aniek al wel de talenten die zij in huis had zoals plannen en organiseren, goed zijn met techniek en goed zijn met kinderen, maar zelf zag ze die eerder nog niet zozeer. MET bracht hier verandering in:

Nu komt wel echt naar voren dat het klopt wat die mensen zeggen, ik geloofde er zelf nooit zo in, maar zo'n kind zegt niet voor niks 'leuk dat je elke week komt' dus dan doe je wel iets goed. Mijn MET plekken hebben dus eigenlijk bevestigd dat de talenten die anderen al bij mij zagen dat ik die zelf ook ben gaan zien.

Prikkelverwerking na haar hersenschudding

Ik moet weer langzaam prikkels gaan opbouwen en met MET kan ik mijn tijd nuttig indelen én zelf bepalen wanneer ik een iets wil doen. Als ik moe ben kan ik het ook even uitstellen en ik heb toch een manier om gewoon bezig te zijn en prikkelverwerking te trainen. Ik merk nu dat ik steeds meer qua prikkelverwerking aan kan, dat vind ik voor mij persoonlijk echt heel fijn. Ik merk dat er vooruitgang in zit. De MET is daarin eigenlijk een soort van training voor mij. Ik oefen en kan steeds een stapje meer aan.

Bijdrage aan de maatschappij:

Vorig jaar op school kwamen ze voorlichting geven over MET en toen dacht ik: "Ik vind het heel interessant om iets te kunnen doen zonder dat je er iets voor terug hoeft, én ervaring op te doen met hoe het is om echt iets te kunnen bijdragen aan de maatschappij.

Ik heb met de theatervoorstelling zeker het idee dat ik iets kan bijdragen aan de maatschappij. Dan verbreek je toch wel het beeld wat mensen van jonge mantelzorgers hebben. Daar dragen we zeker iets bij. Bij de kinderen met taalachterstand merk je dat je de kinderen helpt in hun taalontwikkeling.

Wat MET Aniek zoal heeft opgeleverd?:

Ik ging er eigenlijk zonder verwachting in, wist niet zo goed wat ik aan zou kunnen dus ik ben het maar gewoon gaan proberen en dat pakte uiteindelijk goed uit.

Dat ze zoveel eruit haalde komt volgens Aniek ook door de groep; dan is het misschien makkelijker om toch die stap aan te gaan. En ook: je hebt iemand die je motiveert, er is meer motivatie, dan is het ook makkelijker om dingen te ondernemen daarin.

Een aantal opbrengsten die Aniek benoemt:

- Leren verdelen van je werk: Dat is nu noodzakelijk, omdat ik niet zo'n grote spanningsboog heb. Maar ook dat het niet erg is dat het op dat moment niet meteen af is, want daar kan ik nogal perfectionistisch in zijn.
- Meer durven: Op mensen afstappen, minder verlegen en afwachtend zijn, maar dingen aanpakken en regelen bijvoorbeeld. Ook durft ze nu in gesprek te gaan met de gemeente voor promotie: *dat is echt anders dan voor ik met MET begon.*
- Zelfverzekerder: Aniek beschrijft dat MET haar een stukje zelfverzekerder doet voelen, ook de waardering van buitenaf is fijn. Het zit hem in emotie, een gevoel, dat krijg je terug. En dat is ook heel veel waard.
- Een kijkje in de wereld van theater: MET levert inzicht in de wereld van het theater en wat daarbij komt kijken; ik heb respect voor die mensen, die zijn gewoon dag en nacht bezig.
- Samenwerken: Aniek vindt het ontzettend gaaf dat ze met het theater zelf samenwerken; Dus samenwerken met het theater en met de groep. Wat ik echt heel fijn vind is met de groep samenwerken en het gevoel hebben dat je samen iets neerzet.

Aniek is nog niet klaar met haar MET en kijkt ze naar mogelijkheden om zichzelf nog verder uit te dagen, bijvoorbeeld door misschien toch iets óp het podium te doen tijdens de voorstelling. Ook al vindt ze dat spannend