

Naam: Lindsay Stegenga
Leeftijd: 33 jaar
Zette de stap van: de Wajong naar een betaalde baan

“Ik kreeg te horen dat ik nooit zou kunnen werken”

Als Lindsay op haar negentiende aan de studie fysiotherapie begint, nemen psychische problemen de overhand. Na een o/jpname in de geestelijke gezondheidszorg (ggz) wordt ze volledig afgekeurd. Toch heeft ze inmiddels een studie afgerond en een betaalde baan, zonder aanvulling uit de Wajong. “Ik had nooit verwacht dat dit zou lukken.”

“Na het halen van mijn havo-diploma ontwikkelde ik heftige faalangst. Toen ik ging studeren lukte het me niet om toetsen te maken. Ik sloeg compleet dicht en die angstklachten werden alleen maar erger. Ik werd heel erg depressief. Bovendien woonde ik voor het eerst op mezelf, terwijl ik nooit had leren omgaan met geld. Daardoor kwam ik in de schulden terecht. Toen ik een dwangbevel kreeg, ben ik mentaal geknapt.”

Je werd opgenomen en kwam in de Wajong terecht. Hoe ging dat?

“In de ggz werkte een psychiater die ook keuringsarts was. Die zei vrij snel dat ik nooit meer zou kunnen studeren en werken. ‘Dus het slimste wat je nu kunt doen is de Wajong in.’ Dat maakte me heel boos, want ik dacht: dit is een tijdelijke situatie, ik word weer beter en dan ga ik gewoon weer studeren. Een paar weken na mijn keuring kreeg ik een brief met dezelfde conclusie: ze vonden me duurzaam arbeidsongeschikt en zagen geen toekomstig potentieel. Dat sloeg een enorme deuk in mijn zelfvertrouwen, zo’n oordeel van zo’n officiële instantie. Als ik erop terugkijk, vind ik het vooral onterecht dat het zo definitief werd gemaakt. Daar heb ik veel moeite mee gehad.”

Hoe was het om in de Wajong te zitten?

“Ik was onder de 23, dus ik kreeg geen volledige Wajong. Ik kreeg iets van 40 procent, zo’n € 400 per maand. Terwijl mijn kamer alleen al € 450 kostte. Dus ik moest noodgedwongen weer terug naar mijn ouders. Mijn zelfvertrouwen was helemaal weg – de faalangst die ik had, werd alleen maar bevestigd. Bovendien had ik geen perspectief meer. Ik had allemaal dromen, maar daar kon ik niks meer mee. Ik werd heel erg ongelukkig en zat alleen maar thuis. Het enige wat ik nog deed, was therapie in, therapie uit. Verder zat ik geïsoleerd op mijn kamer. Toen ben ik – na veel aandringen bij de arbeidsdeskundige – begonnen aan een participatiebaan¹. Ik kwam op een callcenter terecht, speciaal voor mensen in de bijstand en de Wajong. Maar dat ging helemaal verkeerd. Ik werd compleet losgelaten en het waren gelijk volle dagen, zonder enige opbouw. En in een ruimte met heel veel mensen, terwijl ik jarenlang alleen op m’n kamer had gezeten. Bovendien had ik nul zelfvertrouwen, dus het was gewoon te veel. Ik kreeg ontzettend veel paniekaanvallen.”

Toch ben je weer gaan studeren. Hoe is dat gebeurd?

“Ik wou heel graag studeren. In eerste instantie heb ik dat in Groningen geprobeerd, maar dat ging helemaal niet goed. Ik liep tegen precies dezelfde dingen aan als eerst. Eigenlijk was dat ook een self-fulfilling prophecy, want ik had er totaal geen vertrouwen in. Ik ging er naartoe met het idee: ik kan dit niet. Bovendien was ik weer op mezelf gaan wonen en lukte het me niet om mijn rekeningen te betalen. Ik had allemaal regelingen lopen, dus die financiële stress werd ook weer erger.

Maar toen wilde mijn jongere zusje van het mbo naar het hbo. Ze vroeg me of ik haar wilde helpen kiezen tussen twee studies: pedagogiek en social work. Toen ik me in die laatste ging verdiepen, dacht ik: goh, dit is eigenlijk best wel een leuke studie. Die zou ik ook wel willen doen. Ik dacht nog steeds dat ik het absoluut niet kon, maar ik zat financieel zwaar aan de grond en als ik weer ging studeren, zou ik studiefinanciering krijgen. Dus toen heb ik mijn zusje gevraagd of ik samen met haar mocht starten.”

Dacht je ergens toch: dit gaat mij lukken?

“Nee. Het leek me een hele leuke studie, maar mijn plan was puur: ik ga dit een maand proberen vol te houden en dan meld ik me ziek, zodat ik studiefinanciering krijg en kan bijlenen en hopelijk mijn schulden kan afbetalen. Dat wist mijn mentor ook, maar zij was mega-optimistisch. Ik dacht: waar baseer je dat op? Je kent me niet eens. Ik ben niet voor niets afgekeurd. Maar ik had gewoon heel veel geluk met haar, want zij had een dochter met een angststoornis, dus ze begreep mijn situatie heel goed. Ik hoefde haar vrij weinig uit te leggen en ze gaf me heel veel ruimte. Samen met haar heb ik het studeren ook echt opgebouwd. Ik begon met halve dagen en als het niet ging, mocht ik gewoon weg. Zo hadden we dat afgesproken. Een maand later ging het eigenlijk wel. Het was zwaar, maar het ging. En ik vond het heel erg leuk. Vanaf toen heb ik het steeds per week bekeken. Toen ik na de eerste module een goed cijfer kreeg, was ik verbaasd. Ik dacht: dit kan ik dus in een superslechte staat voor elkaar krijgen. Dat maakte me nieuwsgierig naar hoelang ik het kon volhouden. Een week? Nog een week? Tot de kerstvakantie? Zo ging ik steeds een stapje verder.”

Wat hielp jou nog meer om door te gaan?

“Dat het niet verplicht was en ik elk moment kon stoppen. Ik heb het in het begin ook geheim gehouden. Alleen mijn zus en vriend wisten ervan. Daardoor had ik totaal geen druk of verwachtingen van buitenaf. Maar ik besepte ook: ik kan dit niet zonder hulp. Dus ik besloot een soort team om me heen te verzamelen. Bij stress krijg ik bijvoorbeeld heel erg last van spanningshoofdpijn. Dan lig ik soms drie dagen plat. Dus ik ging naar een fysio en vroeg: kan ik hier wekelijks terecht? Om te voorkomen dat het erger wordt. Ik ging ook naar een ergotherapeut. Die hielp me met opbouwen en energieverdeling. En ik regelde een vrijgevestigde psycholoog. Ik zei: ‘Ik wil eruit halen wat eruit te halen valt. Ik ben niet op zoek naar iemand die in m’n verleden gaat wroeten, ik wil functionele hulp bij wat ik nu tegenkom.’ Ik dacht: ik moet niet meer naar al dat advies van anderen luisteren. Die zeggen toch steeds dat het niet gaat lukken. Ik moet het gewoon zelf gaan proberen, op mijn manier.”

Ging je op een gegeven moment hele dagen naar school?

“Ja, na de kerstvakantie draaide ik volledig mee. Dat vond ik wel echt heel zwaar. Maar toen brak corona uit en kwam de lockdown. Heel veel mensen vonden dat vervelend, maar ik vond het een verademing dat ik alles vanuit mijn huis kon doen. Dat was jarenlang mijn bestaan geweest. Aan de ene kant was het fijn om mijn angsten te overwinnen, maar ik kreeg wel weer ademruimte. Ik had minder prikkels, kon mijn tijd zelf indelen en de lessen werden veel functioneler, alles werd ingekort. En als het niet ging, maakte dat eigenlijk niet uit, want ik kon alles terugkijken. Dat scheelde heel veel stress. Dus voor mij was die periode echt een uitkomst. Wat ook hielp, is dat ik de opleiding samen met mijn zusje was gestart. In die zin heb ik het voor mezelf zo veilig mogelijk gemaakt. Daar heb ik ook bewust voor gekozen. Ik dacht: als ik het probeer, wil ik het op zo’n prettig mogelijke manier doen. M’n zusje en ik mochten ook alle opdrachten samen doen. Dat was heel fijn, dat we die ruimte kregen.”

Je bent naast het studeren ook gaan werken. Hoe ging dat?

“Aan het eind van het eerste jaar vroeg mijn mentor of ik in de medezeggenschapsraad wilde. Dat was een vrijwilligersfunctie, maar daar kreeg ik wel een vergoeding voor. Het kostte me hooguit twee uurtjes per week, dus dat leek me de perfecte manier om te kijken of werken me zou lukken. Ik voelde me nog niet erg zeker, maar ik had wel het vertrouwen om dingen uit te proberen. En die vergoeding lag onder het maximum dat ik mocht ontvangen, dus dat leek me veilig genoeg om te proberen.

In het tweede jaar werd ik gevraagd om te helpen met open dagen en voorlichtingen op andere scholen. Daar kon je je voor inschrijven, dus ik kon zelf beslissen: kan ik dit er nu bij hebben of niet? Dat vrijblijvende was heel fijn. Omdat ik ervoor betaald kreeg, heb ik het wel eerst met het UWV besproken. Die zeiden: als je alles gewoon netjes doorgeeft en onder dat maximum bedrag blijft, wordt er niks verrekend. Dus daar hield ik rekening mee. Ik wilde absoluut geen gedoe, maar wel dingen uitproberen.

In die tijd heb ik ook een jobcoach via het UWV gekregen. Dat was nog een heel gedoe, omdat ik geregistreerd stond als student, maar dankzij mijn begeleider bij het UWV is het toch gelukt. Aan het eind van het jaar kwam er een vacature vrij voor studentassistent. Dat vond ik eigenlijk wel heel gaaf en een mooie volgende stap. Het was voor acht uur in de week, maar ik had twee dagen les, dus ik dacht: dat moet kunnen. Bovendien mocht ik die acht uur over de hele week verdelen.”

Maar toen kwam de inkomstenbelasting. Wat ging er mis?

“Mijn school had in de tussentijd besloten om mijn vrijwilligersvergoeding te verdubbelen. Daardoor kwam ik ineens boven de maximaal toegestane vergoeding en moest ik € 1300 terugbetalen. Later werd dat zelfs € 1800, omdat mijn dossier door een nieuw persoon werd overgenomen en ze blijkbaar anderhalf jaar geen controle hadden gedaan. Terwijl ik alles zo netjes had doorgegeven. Ondertussen had ik zelf een berekening gedaan en ik kwam op € 1000 minder uit.

Toen zag ik dat ze het geld van de medezeggenschapsraad dubbel hadden gerekend, omdat het op mijn loonstrookje van studentassistent stond én ik het zelf nog handmatig doorgaf. Toch werd dit niet aangepast. Pas na een zitting met de Commissie van Bezwaar kreeg ik mijn gelijk. Maar het had me allemaal zoveel stress gegeven dat ik direct met alles ben gestopt. De medezeggenschapsraad, studentassistent - alles. Ik dacht: werken loont helemaal niet. Hoe meer ik ga werken, hoe meer gedoe. In mijn afstudeerjaar wilde ik ook geen stagevergoeding. Bizar natuurlijk, maar ik vond het te eng."

Toch ben je weer gaan werken. Hoe kwam dat tot stand?

"Toen ik geslaagd was, dacht ik toch: wat nu? Ik hoefde natuurlijk niet te werken, maar ik was nu zover gekomen dat ik eigenlijk ook verder wilde. En het ging uiteindelijk toch weer kriebelen. Dus toen heb ik samen met mijn jobcoach naar mijn mogelijkheden gekeken. Maar omdat ik geen gedoe meer met het UWV wilde, was de enige optie een baan waarmee ik boven het minimumloon verdiende. Zodat ik uit de Wajong zou komen. Maar een fulltime baan durfde ik niet aan. Ik wilde rustig beginnen, opbouwen. Dus ik ben op zoek gegaan naar banen van 24 uur die genoeg verdienden. Dat bleek als starter niet te doen. Toen ben ik uit pure wanhoop toch fulltime begonnen als junior beleidsadviseur bij een detacheringsbureau. Ik begon heel enthousiast, maar er waren helemaal geen beschikbare klussen, dus ik zat daar maanden niks te doen. Daar werd ik heel ongelukkig van, waar ik best wel van schrok. Ik begon gewoon heel erg aan mezelf te twijfelen en dacht steeds: hoe langer ik eruit ben, hoe moeilijker het wordt om erin te komen. Eigenlijk was het gewoon een luxe uitkering, maar dat was niet waar ik op zat te wachten. Ik wilde ervaring opdoen. Daarom begon ik zelf van alles te opperen, maar daar stonden ze helemaal niet voor open. Dat was voor mij ook wel een realitycheck, dat het in het werkveld niet altijd zo gaat als op school."

Je besloot op zoek te gaan naar een andere baan. Hoe ging dat?

"Ik ben heel veel gaan solliciteren, maar ik kwam nergens doorheen. Totdat ik werd aangenomen bij Geldfi t. Maar voordat ik daar begon, kreeg ik ook een aanbod van Quiet. Dus toen had ik ineens twee opties. Ik besloot een proefweek te draaien bij Geldfi t, maar dat ging helemaal niet goed. Dat lag niet aan Geldfi t, want die mensen waren superlief, maar het was gewoon te veel in één keer. Bovendien was het een baan van 36 uur met veel taken en deadlines. Dus ik zou echt van het ene uiterste in het andere vallen, zonder ruimte om op te bouwen. Het was een hele fijne plek, maar de werkvorm paste niet bij mij."

En toen kwam Quiet op je pad. Wat doe je daar?

“Ik ben projectleider. Quiet is een stichting die zich inzet voor stille armoede. Mensen die niet veel te besteden hebben, kunnen zich aanmelden als member en aangeven waar zij behoefte aan hebben, bijvoorbeeld spullen voor in huis of een dagje naar het museum. En dat ga ik dan proberen te regelen. Zodat onze members even kunnen ontsnappen aan het niet hebben van geld.

Op dit moment ben ik de enige werknemer bij Quiet, maar in september neemt iemand een gedeelte van me over. Die persoon had ook een uitkering. Eén van de pijlers van Quiet is ‘versterken’. Dat betekent dat ze mensen graag een kans willen geven om te groeien. Dat hebben ze bij mij gedaan, door me deze baan aan te bieden, en dat wil ik heel graag doorgeven. Het voelt voor mij ook echt alsof de cirkel rond is. Dingen die ik zelf gemist heb, kan ik nu aan andere mensen geven.”

Waarom ben je op je plek bij Quiet?

“Ik ben erachter gekomen dat ik veiligheid en vertrouwen vanuit de organisatie nodig heb. Dat is voor mij de basis. En bij Quiet voel ik dat. Bovendien mag ik mijn uren compleet zelf indelen. Alleen op maandag heb ik vaste uren, want dan hebben we inloopdag. Maar zelfs binnen die uren heb ik de flexibiliteit om zelf te bepalen waar ik aan toekom. En als het niet gaat, gaat het niet.

Waar ik ook achter ben gekomen, is dat ik geen directe hulpverlening moet doen. Mensen moeten niet afhankelijk van mij zijn. Ik moet meer op de achtergrond zitten. Zodat het niet uitmaakt als ik een paniekaanval heb – dat ik het werk dan gewoon kan neerleggen en morgen weer kan oppakken.”

Hoe zie je de toekomst?

“Veel rooskleuriger dan een paar jaar geleden. Ik zie nu een toekomst. Dat heb ik heel lang niet gehad, niet gewild en niet gedurfd. Ik heb nog geen duidelijk plaatje voor ogen, want het idee dat het ineens kan, is nog heel onwerkelijk. Maar ook heel leuk. Ik hoop vooral nog verder te blijven leren. En ik heb de ambitie om richting beleid te gaan. Geen idee of dat bij me past, maar ik wil het wel graag proberen. Ik zou ook nog graag iets bij het UWV willen doen. Want er kan zoveel meer. Er zit zoveel onbenut potentieel in de Wajong. Dat is gewoon hartstikke zonde.”