MEDIAMAP



HET KIKKERPERSPECTIEF
LEA VAN GEESINK

- PERSBERICHT
- BOEKINFORMATIE
- OVER DE AUTEUR
- INTERVIEW
- DOWNLOADS

"DE BLIK VANAF GELIJKE HOOGTE, NAAST IEMAND IN PLAATS VAN ERBOVEN"

SAAMUITGEVERIJ
uw partner in zorgpublicaties

SAAMUITGEVERIJ.NL

GA DIRECT NAAR:

PERSBERICHT

BOEKINFORMATIE

OVER DE AUTEUR

INTERVIEW

DOWNLOADS

CONTACT

PERSBERICHT

HET KIKKERPERSPECTIEF
LEA VAN GEESINK

Zelfregie als antwoord op krimpende GGZ: nieuw praktijkboek voor begeleiders
Terwijl het aanbod van reguliere GGZ-zorg krimpt en wachttijden oplopen, groeit het aantal zelfregie- en herstelinitiatieven snel. Maar wie begeleidt die plekken, en hoe? Lea van Geesink is al achttien jaar projectleider van een zelfregieplek waar mensen werken aan hun herstel. Wat ze daar leerde, heeft ze gebundeld in het praktische handboek *Het kikkerperspectief*, dat in augustus 2026 verschijnt bij SAAM Uitgeverij.

Het aantal mensen met een psychische kwetsbaarheid neemt toe, terwijl de reguliere GGZ steeds minder ruimte heeft. Steeds vaker vinden mensen ondersteuning bij herstelacademies, zelfregiecentra en andere zelfregie-initiatieven, plekken waar niet de problemen centraal staan, maar de mens. Deze initiatieven maken deel uit van de zogeheten laagdrempelige steunpunten, waarvan Nederland er volgens de meest recente monitor 337 telt, tegen 318 een jaar eerder. In 2024 nam de Tweede Kamer een motie aan die de regering vraagt structurele financiering van deze organisaties mogelijk te maken.

Deze organisaties werken vanuit het principe van eigen regie: de mensen om wie het gaat, houden zelf het stuur in handen. Maar hoe ga je als begeleider om met een systeem dat niet ingericht is op zelfregie? Veel begeleiders staan voor de vraag hoe je iemand ondersteunt die zelf bepaalt, zonder over te nemen en zonder los te laten.

Naast iemand staan, niet erboven
In *Het kikkerperspectief* deelt Lea van Geesink achttien jaar praktijkervaring als projectleider van uitgeverij Tobi Vroegh in Amsterdam, een zelfregieplek waar zo'n dertig vrijwilligers werken die veelal herstellende zijn van psychische klachten. Van Geesink is er de enige betaalde kracht, maar nadrukkelijk niet de baas.

De titel verwijst naar een begrip uit de fotografie. *Het kikkerperspectief* is de blik vanaf gelijke hoogte, naast iemand in plaats van erboven. Het tegenovergestelde van het vogelperspectief, waarin je alles van bovenaf overziet.

"Als een kennismaking start met een formulier over draaglast, problemen en kwetsbaarheden, sta je meteen 0-1 achter", vertelt Van Geesink. "Je zet de mens neer in zijn zwakte, zijn hulpvragende rol."



PERSBERICHT GAAT VERDER OP VOLGENDE PAGINA

PERSBERICHT

HET KIKKERPERSPECTIEF
LEA VAN GEESINK

Een praktisch handboek, geen stappenplan
Het handboek biedt geen methode, maar een manier van kijken met concrete tools om die in de praktijk te brengen. Van Geesink werkt het uit in zes kernwaarden, de vier V's (Veiligheid, Voortgang, Vraagsturing en Voldoende kwaliteit), nieuwe rollen voor begeleiders (de makelaar, de partyplanner, de meewerkend voorman en de buurman) en handvatten voor de vragen waar elke begeleider tegenaan loopt: "Maar wat als ze…?" en "Hoe regel ik het als…?" Met veel inspiratiebronnen, waaronder Kermit de kikker.

Albert Jan Kruiter (Instituut voor Publieke Waarden) schreef het voorwoord en noemt het boek 'even prachtig, noodzakelijk als inzichtelijk en praktisch. Meeslepend, vlot en met een flinke dosis humor geschreven'.

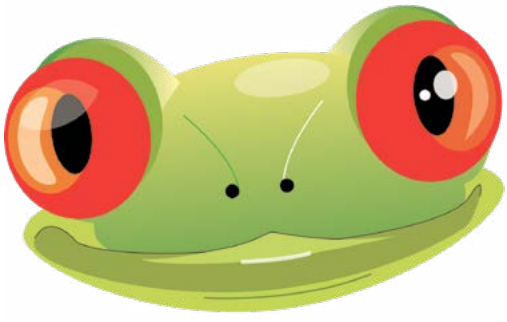
Voor wie
Het kikkerperspectief is bedoeld voor begeleiders en coördinatoren van mensen met psychische of sociale kwetsbaarheden, medewerkers van zelfregie- en herstelorganisaties, de sociale werkvoorziening en reguliere werkplekken. Het boek is ook geschikt voor ervaringsdeskundigen, hulpverleners in de GGZ, maatschappelijke opvang en vrijwilligerscoördinatoren in zorg en welzijn.

Het kikkerperspectief verschijnt in augustus 2026 bij SAAM Uitgeverij en is verkrijgbaar via zorgboeken.nl en de (online)boekhandel.

Noot voor de redactie (niet voor publicatie)
Voor recensie-exemplaren, interviews met Lea van Geesink of meer informatie:

Anneke Bakker | SAAM Uitgeverij
0624157478 · info@saamuitgeverij.nl www.saamuitgeverij.nl

Voor inhoudelijke vragen aan de auteur is Lea van Geesink op afspraak beschikbaar.



BOEKINFORMATIE

HET KIKKERPERSPECTIEF
LEA VAN GEESINK



Titel: Het Kikkerperspectief
Subtitel: Succesvol ondersteunen van eigen regie & mentaal herstel
Auteur: Lea van Geesink
ISBN: 9789493346291 | NUR 770
Uitvoering: Paperback
Omvang: 114 pagina's
Formaat: 190 × 240 mm
Prijs: € 24,95

Verkrijgbaar via zorgboeken.nl en de (online)boekhandels.

Het aantal mensen met een psychische kwetsbaarheid groeit. Het aanbod van reguliere GGZ-zorg krimpt. Steeds vaker vinden mensen ondersteuning bij zelfregie- en herstelinitiatieven, herstelacademies en zelfregiecentra, plekken waar niet de diagnose maar de mens centraal staat. Daar wordt gewerkt vanuit het principe van eigen regie: de mensen om wie het gaat houden zelf het stuur in handen.

Maar wat betekent dat in de praktijk? Hoe begeleid je iemand die zelf bepaalt? Hoe stuur je een organisatie waar iedereen doet wat hij zelf wil? Hoe zit je op je handen en steun je toch?

In *Het kikkerperspectief* deelt Lea van Geesink achttien jaar praktijkervaring als projectleider van uitgeverij Tobi Vroegh, een bottom-up gestuurde uitgeverij waar zo'n dertig vrijwilligers werken die herstellende zijn van psychische klachten. Met humor, herkenbare voorbeelden en concrete tools laat ze zien hoe je mensen effectief ondersteunt door ze zelf aan het roer te laten.

Het kikkerperspectief, de blik vanaf gelijke hoogte in plaats van erboven, is daarvoor het uitgangspunt. Een houding die haaks staat op het vogelperspectief van beleid, formulieren en sturen-van-bovenaf. Lea werkt het uit in zes kernwaarden, de vier V's (Veiligheid, Voortgang, Vraagsturing, Voldoende kwaliteit), nieuwe rollen voor begeleiders (de makelaar, de partyplanner, de meewerkend voorman, de buurman), en praktische tools om mensen te 'kietelen en steunen' in hun herstel. Met wijsheden van Kermit de kikker en anderen.

Een praktisch handboek voor begeleiders, coördinatoren, ervaringsdeskundigen en hulpverleners die geloven dat herstel kan zonder dat zij de baas hoeven te zijn.

AUTEUR

HET KIKKERPERSPECTIEF
LEA VAN GEESINK



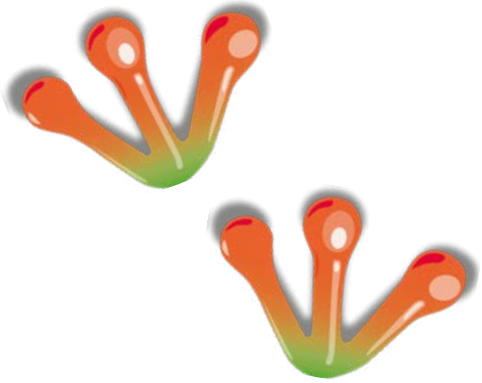
Over de auteur
Lea van Geesink (1967) is vertaler van beleid en theorie naar de praktijk, en omgekeerd. Op haar zevende stond op haar schoolrapport: “Lea helpt graag anderen, ook als dat ten koste gaat van haar eigen werk.” Dat bleek geen voorbijgaande fase; ze maakte er haar werk van.

Van Geesink is opgeleid als sociaal dienstverlener en als journalist, en voltooide in 2025 een opleiding verandermanagement. De combinatie van zorg en communicatie loopt als rode draad door haar loopbaan. Ze begon als zelfstandig tekstschrijver en fotograaf, rolde via vrijwilligerswerk bij de Amsterdamse Patiënten Krant de cliëntenbeweging in, en werd hoofdredacteur van Au!, het Amsterdamse zorg-consumentenblad. Als deelraadslid in Amsterdam Oud-West organiseerde ze een lokaal festival over psychische kwetsbaarheid. Daarnaast was ze vicevoorzitter van de OR van HVO-Querido.

Sinds 2008 is ze projectleider, coördinator en werkbegeleider van uitgeverij Tobi Vroegh, een bottom-up gestuurde uitgeverij in Amsterdam, gespecialiseerd in ervaringsverhalen uit de psychiatrie. Lea is er de enige betaalde kracht, maar nadrukkelijk niet de baas. Samen met zo’n dertig vrijwilligers, waarvan de meesten herstellende zijn van psychische klachten, maakt ze daar boeken én geeft ze ruimte aan mensen om zichzelf te ontwikkelen, vanuit eigen regie.

Uit die ruim achttien jaar praktijkervaring komt *Het kikkerperspectief* voort.

Haar motto: Carpe fokking diem. ‘Niemand weet hoe laat het is en we hebben maar heel even. Maak er samen wat leuks van en geniet van het kleine.’



HET KIKKERPERSPECTIEF

“Ik ben de enige betaalde kracht, maar niet de baas”

Hoe je mensen met een psychische kwetsbaarheid begeleidt door ze zelf het stuur in handen te geven, een gesprek met Lea van Geesink over zelfregie, herstel en *het kikkerperspectief*.

Achttien jaar geleden werd Lea van Geesink projectleider van uitgeverij Tobi Vroegh in Amsterdam. Een bijzondere plek: zo’n dertig vrijwilligers werken er aan boeken met ervaringsverhalen uit de psychiatrie. De meeste vrijwilligers zijn zelf herstellende van psychische klachten. Ze werken er als redacteur, vormgever, pr-medewerker of in het bureauteam.

Lea is de enige betaalde kracht. Maar niet de baas, benadrukt ze. “We zijn bottom-up georganiseerd, vanuit gelijkwaardigheid. Iedereen bepaalt zelf wat hij doet, allemaal samen bepalen we het beleid.” Wat ze daar in al die jaren leerde, heeft ze opgeschreven in *Het kikkerperspectief*, een praktisch handboek dat in augustus verschijnt bij SAAM Uitgeverij.

Een groeiend veld

Het boek komt op een moment dat de aandacht voor zelfregie en herstel sterk groeit. De Nederlandse Vereniging voor Zelfregie en Herstel (NVZH) telt inmiddels 56 lidorganisaties met samen 210 locaties. Herstelacademies, zelfregiecentra en bottom-up initiatieven schieten uit de grond, deels omdat de wachttijden in de reguliere GGZ oplopen en deels omdat de behoefte aan een andere benadering al langer leefde. Politiek werd dit beeld in 2024 bekrachtigd met een Kamermotie voor structurele financiering van deze organisaties.

Tegelijkertijd ontbreekt het in veel van deze organisaties aan praktische literatuur. Methodische zelfhulp en peer support hebben wél een fundament, maar de vraag “hoe doe ik dit op maandagochtend” blijft vaak onbeantwoord. Daarop richt *Het kikkerperspectief* zich.

Van Geesink: “Tegelijk is het gedachtegoed van die zelfregie-organisaties heel bruikbaar in iedere begeleidingssituatie. En op iedere plek waar mensen met een psychische of sociale kwetsbaarheid rondlopen. En zijn we dat niet allemaal? Kwetsbaar?”

INTERVIEW GAAT VERDER OP VOLGENDE PAGINA

Het perspectief van de kikker
De titel verwijst naar een begrip uit de fotografie. *Het kikkerperspectief* is de blik vanaf een laag standpunt, letterlijk vanuit de modder omhoogkijkend, naast je onderwerp in plaats van erboven.

"Als begeleider via zelfregie werk je vanuit een positief maar bescheiden perspectief", zegt Van Geesink. "*Het kikkerperspectief* staat tegenover het vogelperspectief, waarbij je alles van bovenaf ziet."

Het is meer dan een metafoor. Het is een keuze tegen de neiging om vanuit kennis, positie of welbedoelde sturing aan te nemen wat goed is voor een ander. "Het systeem is niet gericht op zelfregie", constateert ze nuchter. "Beleidsmakers willen graag de mensen ondersteunen die dat het hardst nodig hebben. Maar als een kennismaking start met een formulier over draaglast, problemen en kwetsbaarheden, sta je meteen 0-1 achter. Je zet de mens neer in zijn zwakte, zijn hulpvragende rol. En mensen hebben nu eenmaal de neiging zich te gedragen naar hun rol."

Bij Tobi Vroegh werkt het anders. Geen cliënten maar vrijwilligers. Geen fouten maar vergissingen. Geen 'wat kan je niet' maar 'wat wil je leren'. De taal is geen detail, het is een tool. "Communicatie, verbaal en non-verbaal, is een krachtige tool en de juiste taal is daarin je belangrijkste instrument."

De vier V's
Het hart van het boek bestaat uit een raamwerk dat Van Geesink samen met collega Hauw Kwee ontwikkelde tijdens lange brainstormsessies. Wat heeft een zelfregieplek minimaal nodig om te kunnen draaien? Ze kwamen uit op vier elementen: Veiligheid, Voortgang, Vraagsturing en Voldoende kwaliteit, de vier V's.

"De vier V's zijn naar boven gekomen uit de vraag wat onze meerwaarde als projectleider was in de begeleiding van zelfregie", vertelt ze. Elk element wordt in het boek praktisch uitgewerkt: wat houdt het in, hoe organiseer je het, en minstens zo belangrijk, wie is binnen de organisatie verantwoordelijk?

Want zelfregie betekent niet dat alles vanzelf gaat. "Iedereen bepaalt zelf wat hij doet, allemaal samen bepalen we het beleid." Maar iemand moet wel zorgen dat de boel blijft draaien. Niet door te sturen, maar door voorwaarden te scheppen. De begeleider als makelaar, partyplanner, meewerkend voorman of buurman; vier rollen die Van Geesink uitwerkt.

Pionieren
Ze noemt het runnen van een zelfregieplek 'pionieren'. Het systeem werkt eromheen, financiering is structureel onzeker, en elke organisatie ziet er anders uit omdat zelfregie per definitie maatwerk is. "Zelfregie is een proces", vertelt Van Geesink. "Geduld is noodzakelijk."

INTERVIEW GAAT VERDER OP VOLGENDE PAGINA

Botsende behoeften horen erbij. De ene vrijwilliger wil structuur, de andere juist ruimte. De ene zoekt rust, de andere uitdaging. “Vertaalvaardigheden, het kunnen omdenken, zijn vereist.” En dan zijn er nog de spagaten tussen wat individuele vrijwilligers willen en wat de organisatie nodig heeft, tussen herstellen en presteren, tussen vrijheid en kader. “Creativiteit is onmisbaar.”

Het boek geeft daarvoor geen stappenplan. “Het is geen methode of stappenplan, maar een manier van kijken, een perspectief”, zegt Van Geesink. “Graag deel ik wat ik leerde en leende van anderen, zodat jij er misschien wat aan hebt.”

Met de groeten van Kermit
Door het hele boek loopt een onverwachte gast: Kermit de kikker. Niet als grap, maar als coach. “Kermit is voor mij het symbool van iemand die vanuit gelijkwaardigheid steunt en begeleidt”, vertelt Van Geesink. “Hij is bescheiden, kijkt naar de ander en zet samen iets neer.” De inspiratie voor het hoofdstuk over coachen kwam mede uit Cruijff en uit Brené Browns De kracht van kwetsbaarheid, maar Kermit kreeg de hoofdrol.

Met die luchtige toets onderscheidt het boek zich van de meer abstracte literatuur over herstelgericht werken. Albert Jan Kruiter van het Instituut voor Publieke Waarden schreef het voorwoord en noemt het boek ‘even prachtig, noodzakelijk als inzichtelijk en praktisch. Meeslepend, vlot en met een flinke dosis humor geschreven’.

Voor wie?
Van Geesink schreef het boek voor iedereen die werkt met mensen die psychisch of sociaal kwetsbaar zijn: begeleiders en coördinatoren bij zelfregie- en herstelorganisaties, ervaringsdeskundigen, medewerkers van herstelacademies, hulpverleners in de GGZ en maatschappelijke opvang, vrijwilligerscoördinatoren in zorg en welzijn. “En ook voor leidinggevenden die hun organisatie meer zelfregie-gericht willen maken. Want zelfregie begeleiden vraagt iets anders dan wat de meeste managementboeken je leren.”

Haar levensmotto staat los van het boek, maar zegt veel over haar manier van werken: Carpe fokking diem. “Niemand weet hoe laat het is en we hebben maar heel even. Maak er samen wat leuks van.” Een kikkerperspectief, zou je kunnen zeggen.

DOWNLOADS

HET KIKKERPERSPECTIEF
LEA VAN GEESINK

BEELD - HOGE RESOLUTIE







ARTIKELEN IN WORD

- PERSBERICHT
- BOEKINFORMATIE
- OVER DE AUTEUR
- INTERVIEW

SAAMUITGEVERIJ
uw partner in zorgpublicaties

Trotse uitgever van het boek:
Het Kikkerperspectief

Anneke Bakker
2e Loosterweg 102
2182 CL Hillegom

(06) 24 15 7478
saam.uitgeverij@gmail.com

SAAMUITGEVERIJ.NL