

Eigen baas in de ggz

Geef cliënten eigen regie!

Rowan Bos, Frits Bovenberg en Koen Westen

© 2022 de auteurs, p/a Boom uitgevers Amsterdam

De Tijdstroom is een imprint van Koninklijke Boom Uitgevers

Uitgegeven door Boom uitgevers Amsterdam BV

Prinsengracht 747-751

1017 JX Amsterdam

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912. Voor het overnemen van (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bijvoorbeeld een (digitale) leeromgeving of een reader in het onderwijs (op grond van artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot Stichting Uitgeversorganisatie voor Onderwijslicenties (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.stichting-uvo.nl).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

De uitgever heeft ernaar gestreefd de rechten van de illustraties en de artikelen volgens wettelijke bepalingen te regelen. Degenen die desondanks menen zekere rechten te kunnen doen gelden, kunnen zich alsnog tot de uitgever wenden.

Omslag: Michiel van Kleef, Schoon Ontwerp, Utrecht

Binnenwerk:: BoekenWijs, Almere

ISBN 9789024446537

NUR 770

www.boompsychologie.nl

www.boomuitgeversamsterdam.nl

Inhoud

Voorwoord	9
Introductie	11
Inleiding	13
Eigen regie	13
Herstel	14
Leeswijzer	14
Hoofdstuk 1 Hoe ga je om met mensen met een psychische aandoening?	17
Doelstellingen	18
1.1 Wat is een psychische aandoening?	18
1.2 Welke visie op gezondheid wordt toegepast?	21
1.3 Hoe ziet de geestelijke gezondheidszorg er in Nederland uit?	25
1.4 Eigen regie en autonomie: baas over de eigen behandeling	28
Samenvatting	30
Ervaringsverhaal Bert van der Weerd	31
Hoofdstuk 2 Hoe begeleid je een cliënt met (een risico op) een psychische aandoening?	33
Doelstellingen	34
2.1 Ondersteunen bij herstel	34
2.2 Herstelondersteunende netwerkzorg	35
2.3 Fasen van herstel	37
2.4 Persoonlijk herstel	41
2.5 Samen beslissen	43
2.6 Samen deskundig	45

2.7	Checklist gezamenlijke besluitvorming	47
2.	Begeleiding als proces	47
2.9	Checklist voor een begeleidingsproces	57
	Samenvatting	57

Ervaringsverhaal Jantien de Kogel	62
--	----

Hoofdstuk 3 Hoe betrek je mensen uit de omgeving van een cliënt bij de begeleiding?	65
Doelstellingen	66
3.1 Werken in de triade	66
3.2 Werken met resourcegroepen	68
3.3 Checklist resourcegroepen	69
3.4 Werken met Jouw Ingebrachte Mentor	72
3.5 Checklist werken met Jouw Ingebrachte Mentor	73
3.6 Werken met een Eigen-Kracht-conferentie	73
3.7 Checklist werken met een Eigen-Kracht-conferentie	76
Samenvatting	76

Ervaringsverhaal Martijn Berk	80
--------------------------------------	----

Hoofdstuk 4 Hoe werk je met mensen die jouw hulp niet willen?	83
Doelstellingen	84
4.1 Ongevraagde zorg	84
4.4 Presentiebenadering	86
4.5 Checklist presentiebenadering	89
4.2 Motiverende gespreksvoering	89
4.3 Checklist motiverende gespreksvoering	95
4.6 Bemoeizorginterventies	97
4.7 Checklist bemoeizorginterventies	100
Samenvatting	102

Ervaringsverhaal Romy Heerink	104
--------------------------------------	-----

Hoofdstuk 5 Hoe werk je samen met andere professionals?	107
Doelstellingen	108
5.1 Multidisciplinair samenwerken	108
5.2 Afstemmen van zorg	112
Samenvatting	115
Woordenlijst	117
Nawoord	121
Literatuur	123
Over de auteurs	125

Voorwoord

Eigen baas in de ggz. Met deze prikkelende titel willen de auteurs van dit boek een nieuwe boodschap overbrengen. De boodschap dat mensen met een psychische aandoening zelf de zeggenschap, zelf de regie houden over hun eigen lichaam en over hun eigen leven. Ook wanneer zij zijn aangewezen op de steun van anderen. Je vraagt je af: kunnen mensen met een psychische aandoening wel de leiding in eigen handen houden?

In dit boek zul je lezen dat ‘eigen baas zijn in de ggz’ mogelijk is, maar dat het in een zorgrelatie wel om extra inspanning vraagt.

In de eerste plaats doordat de persoon die met deze aandoening wordt geconfronteerd, zelf aan het werk moet om het leven boven de ziekte uit te tillen: werken aan herstel. Dit wordt ook wel het ‘uitvoeren van zelfmanagementtaken’ genoemd.

In de tweede plaats vraagt het inspanning van de hulpverleners. Bij hulpverleners begint dit met inzicht krijgen in hoe mensen met een psychische aandoening het ziek-zijn beleven. Pas wanneer je weet hoe iemand de ziekte en de gevolgen daarvan beleeft, kun je – samen met de cliënt – gaan nadenken over wat diegene nodig heeft om de kwaliteit van leven te behouden. Dit boek geeft je aanknopingspunten om echt kennis te kunnen maken met de belevingswereld van mensen met een psychische aandoening. En om daarna de volgende stap te nemen: de juiste ondersteuning bieden die eigen regie van de cliënt mogelijk maakt. Ook als op enig moment zelfmanagementtaken door de cliënt moeten worden overgedragen aan hulpverleners.

In dit boek vind je veel handreikingen waarmee je mensen met een psychische aandoening kunt ondersteunen bij zelfmanagement. Het laat je ook zien dat deze ondersteuning het domein van de ge-

zondheidszorg en het sociale domein overstijgt. Want mensen met een psychische aandoening kampen soms ook met problemen door bijvoorbeeld een (licht)verstandelijke beperking of vanwege een verslaving. Hun problemen zijn zelden alleen zorginhoudelijk van aard. Regelmatig wordt ook gevraagd om hulp bij schulden, huisvesting, werk en dagbesteding. Als we willen voorkomen dat deze mensen de grip op hun leven dreigen te verliezen, zullen we als hulpverleners de verbinding naar het sociale domein moeten leggen.

Wat het boek ook aantrekkelijk maakt zijn de tips die je krijgt als je meer wilt weten over een onderwerp of als je een ingewikkelde term niet meteen begrijpt.

Google eens..., vraag het eens aan een expert..., spreek er eens over met je collega's.... Ga op onderzoek uit, want er is nog zoveel meer te leren!

Dr. Ada ter Maten-Speksnijder

ROC Albeda: practor Leerwerkplaatsen en projectleider Leernetwerk Samen schakelen over Situaties [SOS] van Verward Gedrag.
Hogeschool Rotterdam: hogeschooldocent Verpleegkunde, senior onderzoeker Kenniscentrum Zorginnovatie.

Introductie

Het lijkt zo eenvoudig. Cliënten met ernstige psychische aandoeningen ondersteunen bij het behouden van hun eigen regie. Maar de praktijk is ingewikkeld. De werkdruk binnen de gezondheidszorg is hoog. Het ziekteverzuim is mede door de Covid19-pandemie nog nooit zo hoog geweest. Vacatures staan lang open en worden soms niet eens meer opgevuld. Onervaren professionals binnen de mentale gezondheidszorg en het sociaal domein werken tegenwoordig een groot deel van hun werktijd alleen, regelmatig online, vanuit huis en maken vele uren achter een laptop. Met andere woorden: onervaren en ook ervaren professionals hebben minder middelen, maar moeten dezelfde kwaliteit leveren. Ze moeten meer cliënten zien in een ingewikkelde omgeving met een gebrek aan mankracht. Ga er maar aanstaan. Onder andere om deze redenen hebben wij een handzaam boek geschreven voor de nieuwe generatie professionals. Een leesbaar boek. Met niet te lange, duidelijke zinnen. Zonder uitgebreide wetenschappelijke verhandelingen. Geen voetnoten, zo min mogelijk citaten en alleen de echt nodige bronvermeldingen. Een mooie uitdaging die wij samen met onze coach Hannah Haneveld (uitgever bij Uitgeverij Boom) zijn aangegaan. Een echt coronaboek. Want we hebben elkaar niet 'live' gezien tijdens het schrijfproces. Wij hopen dat dit boek helpt om de lastige taak van het ondersteunen van cliënten bij hun eigen regie makkelijker te maken. Dit boek is compact, logisch opgebouwd en staat boordevol check-lijstjes en handige tips. We denken niet dat we met dit boek een nieuwe revolutie teweegbrengen. Wél gaan we ervan uit dat de ingewikkelde wereld waarin professionals binnen de mentale gezondheidszorg werken iets overzichtelijker wordt na het lezen en steeds weer herlezen van de inhoud.

We wensen je heel veel leesplezier.

Rowan, Frits en Koen

Inleiding

In Nederland krijgt meer dan de helft van de mensen ooit in zijn leven te maken met een psychiatrische aandoening. In één jaar zoeken vier van de tien mensen hulp voor psychiatrische problemen. Dat zijn grote aantallen en deze aantallen groeien nog jaarlijks. Om deze groei als samenleving goed aan te kunnen, was het nodig om de mentale gezondheidszorg en het sociaal domein te veranderen. Deze verandering is in 2015 ingezet. Onder 'sociaal domein' verstaan we alle inspanningen die de gemeente verricht rond werk, participatie en zelfredzaamheid, zorg en jeugd. De grote organisaties voor geestelijke gezondheidszorg (ggz) zijn opgeknipt in drie nieuwe onderdelen: de praktijkondersteuner met ggz-specialisatie bij de huisarts (POH-ggz), de basis ggz en de specialistische ggz. Het sociaal domein is sinds 2015 verantwoordelijk voor de jeugd-ggz en alle vormen van ondersteuning voor wonen, financiën, werken en sociale contacten voor alle inwoners van een gemeente.

Eigen regie

De grote ggz-organisaties bestaan in feite niet meer en de gemeente is verantwoordelijk geworden voor vele levensgebieden. Dit is een grote verandering in de organisatie van de zorg. Organisaties zullen meer en slimmer moeten samenwerken om dezelfde kwaliteit te kunnen blijven leveren. Dat moet wel gebeuren met hetzelfde geld en in een krimpende arbeidsmarkt. Daarom wordt aan hulpverleners gevraagd om meer preventief te handelen. Aan burgers wordt gevraagd om meer voor zichzelf en elkaar te zorgen. Hulpverleners werken sindsdien nog duidelijker met het ondersteunen van de *eigen regie* en *autonomie* van de cliënt om het *zelfmanagement* te bevorderen. We willen graag dat cliënten de baas zijn over hun eigen begeleiding en behandeling. Dat zij een goed leven leiden. Een goed leven mét of zónder aandoening. Zij *managen* de uitdagingen die zij in het leven tegenkomen. Dat

doen zij zelf, samen met naasten en vrienden, samen met professionals of samen met andere betrokkenen. Er wordt gezamenlijk gestreefd naar een fijn leven, ondanks de aanwezigheid van een aandoening.

Herstel

In de mentale gezondheidszorg spreken we over **herstel** en *herstelondersteunende zorg*. Herstel betekent hier een persoonlijk proces naar een goed leven, ondanks de aandoening. Misschien met werk, met eigen zelfstandige woonruimte, met een wekelijks bezoek aan de fitness en met prettig contact met familie en vrienden. Herstel is dus geen genezing, maar het leren leven met en voorbij de aandoening. Herstelondersteunende zorg is de ondersteuning die hulpverleners hierbij aan cliënten bieden. Zij doen dat op alle levensgebieden. Een goede begeleiding bieden hoort ook bij herstelondersteunende zorg, net als het motiveren en begeleiden op de weg naar de best passende behandeling of therapie. In overleg met de cliënt en de naasten kan ook medicatie een rol spelen in het herstelproces. Wel wordt van hulpverleners gevraagd om altijd op alle levensgebieden ondersteuning te blijven bieden. Zonder de regie over te nemen. Medicatie of therapeutische behandeling spelen misschien wel een rol in de totale behandeling, maar maken deel uit van het grotere geheel. Daarnaast is er natuurlijk aandacht voor het maken van nieuwe vrienden of het (weer) aanleren van sociale of ADL-vaardigheden (Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen).

Leeswijzer

In het eerste hoofdstuk bespreken we enkele belangrijke thema's die regelmatig in het boek terug zullen komen. In de volgende vier hoofdstukken worden handvatten en handige tips beschreven die de begeleiding van mensen met psychische aandoeningen verbeteren. Telkens wordt kennis gekoppeld aan de praktische uitvoering van een handeling of interventie. Woorden die achterin de woor-

denlijst zijn opgenomen, zijn de eerste keer dat ze voorkomen vet en in geel weergegeven. In de tekst spreken we regelmatig van 'hij' waar we ook 'zij' of 'hen' bedoelen.

TIP!

Neem het boek eens mee naar je werkplek en bespreek de inhoud met collega's, cliënten en naasten. Samen maak je de begeleiding beter.

Hoofdstuk 1

HOE GA JE OM MET MENSEN MET EEN PSYCHISCHE AANDOENING?