



### In tandem door het land van herstel DENK: door ervaring naar kennis

**NETWERK:** Leuven

**CONTACT PERSOON:** Laure Verbruggen

**TELEFOON:** 016 27 03 10

**MAIL :** [laure.verbruggen@vlabo.be](mailto:laure.verbruggen@vlabo.be)

**WEBSITE :** <http://www.vlabo.be/?action=onderdeel&onderdeel=447>

Ervaringsdeskundigen en hulpverleners gaan interactief op zoek naar de betekenis van herstel. DENK heeft een workshop, met als doelstelling om Vlaamse hulpverleners te helpen om meer herstelgericht te werken, helemaal zelf bedacht en ontwikkeld. Vanuit eigen ervaringen en verhalen proberen de DENK-leden de herstelgerichte zorg te optimaliseren. Wat deze werkvorm zo sterk maakt is dat 'ex-patiënten' les geven aan hulpverleners waardoor de rollen omgekeerd worden. Het is niet meer de professional die aan zijn cliënt uitlegt hoe het moet. Het resultaat is een mooie uitwisseling, die het 'samen'-gevoel versterkt. Samen bouwen aan herstelondersteunende zorg. Elk netwerk met een georganiseerde groep ervaringsdeskundigen kan een dergelijk project opstarten.

Des experts d'expérience et des prestataires de soins recherchent, de manière interactive, la signification du terme rétablissement. Il s'agit d'un workshop conçu et développé par le groupe de réflexion DENK (composé d'(ex-)usagers), dans le but d'aider les prestataires de soins en Flandre à travailler davantage de manière orientée sur le rétablissement. Partant de leurs propres expériences et histoires, les membres de ce groupe s'efforcent d'optimiser les soins axés sur le rétablissement. La force de ce projet réside dans le fait que les rôles sont inversés : ce sont des ex-usagers qui dispensent des cours à des prestataires de soins. Ce n'est plus le professionnel qui explique à son patient ce qu'il doit faire. Le résultat est un bel échange, qui renforce le sentiment de collaborer, bâtir ensemble des soins visant à soutenir le rétablissement des usagers. Tout réseau doté d'un groupe organisé d'experts d'expérience peut développer un tel projet.

#### Situering van deze praktijk

Dit project situeert zich in het netwerk artikel 107 Leuven-Tervuren en bestrijkt deze hele regio. Op vraag wordt de workshop ook buiten de regio gegeven. Voornaamste doelgroep zijn hulpverleners en studenten binnen de brede geestelijke gezondheidszorg (GGZ), zoals psychiaters, psychologen, (psychiatrisch) verpleegkundigen, therapeuten, begeleiders, ...

DENK staat voor 'Door Ervaring Naar Kennis', en is een groep ervaringsdeskundigen (ED) die al een hele weg hebben afgelegd in de psychiatrie en geestelijke gezondheidszorg (GGZ). Zij weten hoe het voelt om psychisch kwetsbaar te zijn, hoe hun herstelproces verloopt en op welke manier ze elke dag opnieuw vanuit hun kracht kunnen omgaan met hun kwetsbaarheid, stigma enz. In het kader van de vermaatschappelijking van de zorg heeft DENK een interactieve workshop rond herstel ontwikkeld. Definitie van herstel volgens DENK: 'Terug goesting krijgen in het leven. Niet langer vastlopen op symptomen en beperkingen eigen aan een diagnose, maar inzetten op de krachten om er op een kwaliteitsvolle manier mee om te gaan in het leven.'

Sinds oktober 2012 is de werkgroep bezig aan het ontwikkelen van de workshop. Eind 2013 was de workshop klaar voor de eerste try-outs. Door middel van deze workshop probeert DENK de hulpverleners via persoonlijke ervaringen praktische handvatten aan te reiken om herstelgericht te werken. Daarnaast komen ook herstelbelemmerende en -bevorderende factoren aan bod. Het doel

van de workshop is om samen met hulpverleners te komen tot een verrijkende en interactieve workshop rond herstel. Op deze manier proberen de DENK-leden de herstelvisie binnen te brengen in de verschillende sectoren en functies van de GGZ.

Specifiek kenmerk van deze workshop is dat hij inhoudelijk volledig ontwikkeld werd door ervaringsdeskundigen. Een belangrijke speler die “actief” een rol heeft gespeeld in de uitrol van deze praktijk is het Overlegplatform GGZ Vlaams-Brabant (VLABO). Dankzij de logistieke en financiële steun van VLABO kon de workshop uitgewerkt worden. Ook het netwerk art.107 regio Leuven-Tervuren zelf heeft bijgedragen door het mogelijk maken van try-outs en reclame voor de workshop.

Concrete resultaten zijn de vele aanvragen vanuit het netwerk om de workshop te komen geven, en de tevredenheid die blijkt uit de evaluatieformulieren. Er staan elke maand nog een aantal workshops gepland.

Naast de oorspronkelijke doelgroep toonden ook familieleden en cliënten van de GGZ interesse. Workshops werden reeds gegeven voor mobiele teams, psychiatrische ziekenhuizen, hogescholen, thuiszorgdiensten ...

Een positief neveneffect is de verhoogde mate van herstel van de leden van DENK, en de toegenomen ervaringsdeskundigheid.

Ervaringsdeskundigen van DENK worden steeds meer gevraagd hun ervaringskennis over herstel te delen, zowel dmv de workshop als daarbuiten, dankzij hun goede naam die ze mede verkregen door dit project. Gezien het aanbieden van herstelondersteunende zorg één van de prioriteiten van het netwerk art.107 Leuven-Tervuren is, draagt dit project daar actief aan bij.

#### **Tot op heden zijn er dan ook een aantal resultaten bereikt:**

- De workshop heeft zijn definitieve vorm met verschillende onderdelen: liedje, casusbespreking, film en presentatie.
- DENK ontwikkelde een film: ‘NaDENKen over herstel’ (duur: 37 minuten).
- Er werd een woordwolk opgesteld met de belangrijkste concepten van herstel. Deze woordwolk wordt meegegeven op een kaartje aan het einde van de workshop.
- De workshop is veelgevraagd door voorzieningen, DENK overweegt momenteel meer leden aan te trekken dan hun vaste bezetting om aan de toenemende vraag te kunnen blijven voldoen.
- Een verkorte versie werd ontwikkeld, omdat niet alle instellingen hun personeel 5 uur vrij kunnen houden om deel te nemen.
- In 2013 won de workshop de 2<sup>de</sup> prijs van de Reintegration Award 2013.

Er zijn redelijk wat stappen doorlopen om te komen tot dit eindresultaat:

- Concept uitdenken en inhoud van de workshop bepalen
- Voor het maken van de film werden verschillende stappen doorlopen: offertes aangevraagd, een interviewer en locatie gezocht, geselecteerd in de uiteindelijke filmopnames door de werkgroep, en regie en eindproductie.
- Folder voor de bekendmaking, woordwolk en teksten voor de website van Vlabo en DENK-Facebookpagina opstellen, offertes opvragen en laten drukken
- Mond-aan-mond reclame via studiedagen, fora en werkgroepen
- Afspraken maken voor en uitvoeren van try-outs in eigen kring en voor hulpverleners (Tienen en Kortenberg)
- Map en evaluatieformulier voor de deelnemers samenstellen en afdrukken in kleur
- Evaluatie en aanpassingen

Gedurende dit hele proces zijn de oorspronkelijke idee en het vooropgesteld model steeds trouw gevolgd. Het netwerk beveelt de workshop aan bij de verschillende voorzieningen en organisaties. Het project is dus reeds netwerkbreed uitgerold.

Er zijn nog geen registratiegegevens over het project. De evaluatieformulieren geven een eerste, goede indruk. Vooral de film en de algemene interactie worden zeer gewaardeerd, maar ook de workshop in zijn geheel krijgt positieve beoordelingen.

### **Wat hebben we geleerd? Concreet voor dit project:**

- Trek voldoende tijd uit voor het samenstellen van de workshop. Het hele proces vraagt tijd om tot een mooi product te komen, en op deze manier vergroot de ervaringsdeskundigheid van de leden op gebied van herstel.
- Beperk het aantal deelnemers aan de workshop, een te grote groep is niet voldoende interactief. (Max. 15)
- Zorg integendeel wel voor voldoende begeleidende ervaringsdeskundigen. (4 à 5). Herstel is voor iedereen anders. Op deze manier verkrijgt men een goede differentiatie in replieken en tips.
- Let op dat voldoende herstelbevorderende elementen meegegeven worden. Wanneer de focus te veel op herstelbelemmerende factoren ligt worden de deelnemende hulpverleners in een defensieve houding gedwongen.
- Gezien de workshop uitgaat van een zekere basiskennis herstel van de deelnemende hulpverleners (definitie en theorie) kan het aangewezen zijn vooraf een inleidende basisvorming herstel aan te bieden. DENK voorziet sinds kort ook een dergelijke korte training.
- Het is zinvol voor externe logistieke ondersteuning te zorgen voor de ervaringsdeskundigen zodat zij dit er niet bij moeten nemen. Organiseren van de agenda, afspraken met de aanvragers van de workshop maken en boekhouding bijhouden zijn enkele voorbeelden van wat deze ondersteuning kan betekenen.

Lessen ook zinvol voor andere initiatieven:

- De kennis van herstel is nog vaak ontoereikend bij hulpverleners, elke vorming is welkom.
- Uitwisseling tussen ervaringsdeskundigen en hulpverleners is een sterke "lesvorm".