



Herstelacademie

NETWERK: Halle Vilvoorde

CONTACT PERSOON: Toon Derison

TELEFOON: 0497 43 75 81

MAIL : toon.derison@ahasverus.be

WEBSITE : www.herstelacademie.be

Een Herstelacademie biedt een open cursusaanbod rond diverse thema's die te maken hebben met psychisch herstel. Aan de academie werken professionals en mensen met ervaringskennis op een gelijkwaardige manier samen.

De cursussen worden samen gemaakt (co-productie), er wordt samen les geven (co-delivery) en we leggen een focus op samen leren (co-learning).

De oprichting en de werking van een herstelacademie wordt in het buitenland gezien als één van de belangrijke stappen in de organisatie van een Herstelgerichte GGZ. (Implementing Recovery through Organisational Change, 2013).

Educatie, participatie en empowerment zijn belangrijke principes in dit aanbod. Het initiatief is aanvullend op wat vandaag reeds bestaat rond behandeling, training, opleiding en ondersteunende zorg. Onderzoek naar de succesfactoren en een structureel kader voor het uitrollen van een herstelacademie binnen een GGZ netwerk dient te worden uitgewerkt.

L'Académie du Rétablissement (« Herstelacademie ») propose des cours ouverts sur divers thèmes en lien avec la stabilisation psychique. Au sein de cette académie, des professionnels et personnes familiarisées aux problématiques collaborent, sur un pied d'égalité. Les cours sont préparés ensemble (co-production), sont dispensés ensemble (« co-delivery »), et l'accent est mis sur l'apprentissage conjoint (« co-learning »).

La mise en place et le fonctionnement d'une telle académie sont considérés, à l'étranger, comme des étapes importantes dans l'organisation des soins en santé mentale axés sur le rétablissement (Implementing Recovery through Organisational Change 2013). Éducation, participation et empowerment sont des principes majeurs proposés dans le programme de cours. L'initiative vient compléter ce qui existe déjà en matière de traitement, d'éducation, de formation et de traitement de soutien. Il convient de mener des études sur les facteurs de réussite et d'élaborer un cadre structurel pour l'implémentation d'une académie de ce type dans un réseau de soins en santé mentale.

1. Introductie:

De Herstelacademie biedt een open cursusaanbod rond diverse thema's die te maken hebben met psychisch herstel. We erkennen de expertise van ervaringskennis en deze van professionals en vertalen dit in een proces van 'co-productie'. Deelnemers en lesgevers worden respectievelijk 'student' en 'trainer' van en met elkaar. Deze rolverandering resulteert in een positief zelfbeeld: van

‘patiënt, ziek en behandeling’ naar ‘student, keuzes maken en het stuur van eigen leven in handen nemen’.

De Herstelacademie werd opgestart door het Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg Ahasverus te Halle-Vilvoorde. In 2009 volgden een aantal medewerkers een opleiding aan het Recovery Innovation center te Arizona. Naar aanleiding van dit bezoek werd binnen de structuur van het dagactiviteitencentrum ‘t Atelier gezocht naar mogelijke manieren om met de opgedane ervaring aan de slag te gaan. Aandacht ging naar het vertalen van cursussen en het vormen van een groep vrijwilligers met ervaringskennis. In 2014 zijn drie medewerkers en 4 mensen met ervaringskennis een opleiding gaan volgen aan de Recovery College te Nottingham. Dit gaf verdere inspiratie voor de huidige manier van werken.

Voor de toekomst wordt gewerkt aan een regionaal concept waarbij cursussen kunnen gegeven worden door verschillende partners in een GGZ netwerk.

2. Het aanbod van de academie.

Het aanbod bestaat uit een onthaalgesprek en een basiscursus ‘Herstel en Jezelf’, een vervolg aanbod en een ‘Train de Trainer’.

De cursus ‘Herstel en Jezelf’ loopt over 5 sessies en geeft een aanzet om het eigen herstelverhaal in kaart te brengen. De cursus benadert aantal basisbegrippen waaronder: ‘Herstel’, ‘Hoop’, ‘Eigen kracht’, het opstellen van een ‘Goed gevoel plan’ en een ‘Terugkom moment’.

Alle mogelijke thema’s die mensen belangrijk vinden en te maken hebben met psychisch herstel, kunnen aan bod komen in het vervolgaanbod (zie ook Inbedding binnen art 107). Het aantal sessies varieert van 1 tot 7 sessies afhankelijk van het thema.

De academie startte het schooljaar 2014- 2015. In de eerste trimester werd enkel een ‘Train de Trainer’ gegeven en de tweede en derde trimesters werden 34 cursusonderdelen gegeven. 49 studenten namen deel aan de cursus.

Tabel 1 Voorbeeld cursusaanbod

Onthaal aan de Herstelacademie & opstellen een persoonlijk leerplan (individueel).

Basisaanbod (5 groepsessies):

Leren aan de herstelacademie

Je eigen Herstelplan (in groep - interactief)

Je Goed Gevoel plan (in groep – ieder maakt eigen plan)

Vervolgaanbod (1 tot 7 sessies):

Communiceren/ Mijn vrije tijd plannen/ Vrienden maken/ Werken vinden en behouden/ Verder na middelengebruik/ Een goede buddy worden/ Sociale media en herstel/ Aan de slag met een positief zelfbeeld, ...

‘Train de trainer’ (4 sessies)

De student kiest zelf de volgorde van zijn cursussen. We raden aan om eerst het basisaanbod van de school volgen maar dit is geen verplichting. We streven ernaar om het basisaanbod per schooltrimester te herhalen. De cursussen worden geven in groepen van maximum 10 deelnemers. We voorzien maximaal in de ondersteuningsnoden van de student. Indien gewenst kan een vertrouwenspersoon/studiebuddy mee naar de cursus komen. De studiebuddy volgt de cursus mee, praat over zichzelf en niet over de ander.

Om een divers aanbod te kunnen bieden is een verscheidenheid aan expertises nodig. Hiervoor worden partners uit 0^e, 1^e, 2^e en 3^e lijn aangesproken. Hulpverleners en studenten die trainer willen worden kunnen een 'Train de Trainer' volgen. Voor trainers wordt verder een permanente coaching en vorming op maat voorzien, ze kunnen ook deelnemen aan een maandelijks kernteam.

3. Bekendmaking van het cursusaanbod:

Qua bekendmaking kunnen geïnteresseerden zich informeren via de website www.herstelacademie.be. Verder worden er mailings verstuurd en folders en affiches verspreid binnen het netwerk van partners.

De Nottingham Recovery College beschikt men voor promotie over een ruim budget (25.000€/j) en laat men per trimester een professioneel ogend programmaboekje drukken. Dit boekje wordt tevens verspreid binnen het netwerk van partners.

4. De werking van de academie:

Aan de herstelacademie werken professionals en mensen met ervaringskennis op een gelijkwaardige manier samen. De cursussen worden samen gemaakt (co-productie), er wordt samen les geven (co-delivery) en we leggen een focus op samen leren (co-learning).

De Herstelacademie steunt op de principes van ervaringsleren. Leren aan de academie is een sociaal proces dat beïnvloed wordt door de specifieke contexten en gezamenlijke betekenisgeving. De studenten leren tijdens de cursus vanuit hun ervaring na te denken en te praten en zo het eigen persoonlijke verhaal te overstijgen.

Werken vanuit een educatief paradigma erkent en bekrachtigt de mogelijkheden en sterktes van de persoon.

McGregor (2014) beschrijft de educatieve benadering van de Herstelacademie als volgt. Een herstelacademie;

- helpt mensen hun talenten en kracht te herkennen en te gebruiken.
- staat mensen bij in het ontdekken van mogelijkheden en leren van vaardigheden.
- vertrekt vanuit doelen en ambities van de mensen zelf.
- biedt een model van coaching dat mensen helpt om hun eigen doelen en oplossingen na te streven.
- biedt keuzemogelijkheden aan studenten. De cursussen worden gekozen in functie van het eigen leerplan, zo worden studenten gestimuleerd om experts te worden in zelfmanagement.

Educatieve programma's ('Recovery Education Centres') staan centraal in de ontwikkeling van de herstelgeoriënteerde diensten in de USA. We vinden ze in Boston, Massachusetts en Phoenix

(Arizona). De werkwijze verspreidde zich ook in England via het pionierswerk in South West London in 2009 (www.swlstgr.nhs.uk) en in Nottingham 2011(www.nottinghamshirehealthcaretrust.nhs.uk). De Herstelacademie van Halle Vilvoorde hanteert de principes zoals beschreven in de [IMROC RECOVERY COLLEGE NETWORK](#) guidelines. De uitbouw van een herstelacademie kan verschillen, maar telkens zullen een achttal karakteristieken de onderbouw van het aanbod uitmaken. Deze karakteristieken zijn (Rapper & Perkins, 2014):

- **Gelijkwaardige samenwerking tussen professionele kennis en ervaringskennis.**

Planning, cursusontwikkeling, het beleid, het programma-aanbod en de kwaliteitsbewaking zijn telkens het resultaat van een gelijkwaardige co-productie.

Daarnaast zijn er ook co-producties mogelijk met lokale organisaties zoals CAW's, OCMW's, mutualiteiten, onderwijs, politie, huisvesting etc.

- **Het herstelparadigma moet in alle aspecten van de school vertaald worden.**

In taalgebruik, inrichting van lokalen en gebouw, de wijze van ontvangst weerspiegelen op een sterke wijze de waarden en visie van de school: oriënteren naar Hoop, Eigen Kracht, Mogelijkheden en Aspiraties.

- **De school beschikt over klaslokalen.**

Het beschikken over een eigen fysieke ruimte draagt bij tot een voelbare aanwezigheid van de HerstelAcademie. In Halle Vilvoorde werken we met satellietlocaties, dit helpt om de toegankelijkheid te vergroten.

- **De werking is gebouwd op werkingsprincipes van een Academie.**

De Herstelacademie biedt geen behandeling of organisatie van zorg. Studenten kiezen zelf hun cursussen, dit is niet gebaseerd op de diagnose of een klinische beoordeling.

We hanteren de WAAW-code als schoolreglement. De WAAW-code is een gesprekscode die werd bedacht door CEDES (Beweging voor integrale armoedebestrijding) . Het omvat 4 gemakkelijk begrijpbare, maar essentiële afspraken die je als trainer met de studenten maakt. De **WAAW**-code staat voor:

- **We** luisteren naar elkaar en praten niet door elkaar.
- **Alle** mensen zijn gelijkwaardig, we roddelen niet over elkaar.
- **Alles** wat in vertrouwen vertelt wordt blijft binnen de groep.
- **We** steunen elkaar door dik en dun, niets kan dat veranderen.

- **Het is voor iedereen.**

Personen met een psychische kwetsbaarheid, familie en mantelzorgers, medewerkers van GGZ organisaties of belendende organisaties kunnen de cursussen bijwonen.

De academie staat open voor iedereen die er belang kan bij hebben.

- **Een persoonlijke coach ondersteunt de studenten in het zoeken naar informatie, advies en begeleiding.**

De coach helpt de studenten in het samenstellen van hun traject en het opmaken van de individuele leerplannen. De wensen, verlangens en hoop van de student zijn de basis.

Het traject bouwt aan kennis en inzicht en beweegt de student naar een grotere maatschappelijke participatie.

- **De Herstelacademie vervangt geen klassieke diagnostiek en behandeling.**

De herstelacademie geeft een aanvulling op specialistische behandeling en technische onderzoeken.

- **De Herstelacademie vervangt geen 'onderwijscolleges'.**

Deze school bevordert burgerparticipatie en vervangt niet het curriculum van een onderwijsinstelling. Het kan echter wel voor sommigen een opstap zijn om terug onderwijs te volgen.

5. Doelstelling van de academie:

Het educatief aanbod heeft als doel zelfmanagement en maatschappelijke integratie van studenten te bevorderen. Elke student bepaalt bij inschrijving zijn eigen leerdoelen. Op het einde van iedere sessie wordt gevraagd om de leerdoelen af te toetsen aan de inhoud van de cursus.

Succesindicatoren op niveau van de studenten kunnen zijn;

- **zelfevaluatie** en monitoring van **eigen leerdoelen**
- de **tevredenheid** waarin de persoon zijn **rol** ervaart in de **maatschappij**
- **tevredenheid** van het **cursusaanbod** en het **onthaal** aan de school.

Indicatoren voor de school en het cursusaanbod:

- De aanwezigheid van een **educatieve reflex in taal, aanbod en omgeving** in de gehele werking:
 - Aanwezigheid van een **cursusplan** per cursusonderdeel.
 - Beschikken over leerdoelen en de beoogde vaardigheden per cursusonderdeel.
 - De aanwezigheid van een systematische opvolging omtrent het behalen van deze leerdoelen en verwerven van vaardigheden.
 - Beschikken over een **gevarieerd cursusaanbod** met focus op eigen herstel.
 - De **Toegankelijkheid** van de school en het cursusaanbod.
 - **Inschrijven** voor de cursusaanbod **volgens eigen keuze** en doelen van de student.
 - Beschikken over aangename en positieve een infrastructuur om les te geven.
- De mate waarop er rekening gehouden wordt met **co-productie**; het **samen creëren** van de cursussen, het **samen geven** van cursussen en **samen leren**.
- De mate waarop er herstelgericht wordt gewerkt (vb afname ROPI). De wijze van onthaal en aanwezigheid van coaching faciliteiten.
- Bekendheid en toegankelijkheid van de school en het cursusaanbod binnen het netwerk, de regio en de maatschappij (aanwezigheid prospectus, website, ...).
- De **diversiteit** aan **partners** die het cursusaanbod realiseren.

Structuur van de school

In de herstelacademie kennen we grofweg twee rollen, deze van student en deze van trainer.

De student:

Iedere persoon die in de mogelijkheid is om deel te nemen aan een groepsgebeuren (zie ook WAAW-code) en voor zichzelf leerdoelen kan bepalen kan deelnemen aan een cursus.

De trainer:

De trainer is een vrijwilliger met ervaringskennis of een hulpverlener. De Herstelacademie gaat voor een cultuur van gelijkwaardigheid tussen professionals, mensen met ervaringskennis (Peers) en studenten.

CGG Ahasverus voorziet een halftijdse schoolcoördinator (niveau Bachelor), deze wordt 1 dag per week bijgestaan door een programmacoördinator (vrijwilliger met ervaringskennis) en 1u per week logistieke steun.

Het cursusaanbod en de onthaalgesprekken zijn ingebed in de reguliere werking van de organisatie. Personeelsleden die een cursus 'Train de Trainer' hebben gevolgd kunnen een rol opnemen als trainer.

Trainers met ervaringskennis engageren zich als vrijwilliger en ondertekenen een vrijwilligersovereenkomst. De organisatie voorziet een vergoeding en verzekering conform de regelgeving voor vrijwilligers.

De cursussen kosten 11 euro per cursusonderdeel, afhankelijk van de financiële draagkracht van de student kan dit bedrag aangepast worden naar 4 euro of nul euro. We volgen hier de regelgeving voor consultatiegelden van de CGG, dit is een tijdelijke maatregel. Eens het concept regionaal wordt gedragen door verschillende partners zal het tarief bepaald worden door de partners in de stuurgroep.

6. Inbedding binnen Art 107:

Het aanbod van een herstelacademie sluit naadloos aan bij de 5 sleutelfuncties van **artikel 107**.

Het educatieve karakter van de academie kan gezien worden als gezondheids promotie en preventie en is passend binnen **functie 1 activiteiten inzake preventie, promotie**. Het programma stimuleert de zelfsturende vaardigheden van de student en zijn omgeving. De school staat open voor iedereen die er belang bij heeft. Mensen schrijven zich in voor een cursus en komen naar de les als student. Het concept is minimaal stigmatiserend, door student te zijn kan men weer participeren in de samenleving.

De school kan ingebed worden in bestaande structuren die voor iedereen vlot toegankelijk zijn, zoals een bibliotheek, een school of bestaande locaties binnen de eerste lijn.

Het aanbod van de school verlicht de taken van mobiele teams binnen **functie 2a en 2b ambulante intensieve behandelteams**. Er wordt gewerkt aan een individueel herstelplan, mensen krijgen meer grip op de dingen die voor hen belangrijk zijn. Bovendien kunnen medewerkers van de teams het traject en de cursussen (vb als studie buddy) van hun cliënt mee volgen.

De school voorziet in een herstelgericht aanbod rond verschillende levensdomeinen zoals: 'Vrienden maken', 'Vrije tijd besteden', 'Werk of opleiding hervatten'. De cursussen hebben als doel sociale inclusie te bevorderen, wat aansluit bij de opdracht van **functie 3 revalidatieteams die werken rond herstel en sociale inclusie**.

Het aanbod is aanvullend aan bestaande behandelprogramma's zoals deze van functie **4 intensieve residentiële behandelunits**. Zowel instroom als uitstroom in behandelprogramma's kan hierdoor vlotter verlopen (vb mensen werken in de cursus aan hun crisisplan).

Cursussen als 'Je verhuis plannen', 'Voldoening halen uit huishoudelijke taken', 'In gesprek gaan met burens', 'Omgaan met een beperkt budget', 'Gezond koken' versterken de woonvaardigheden van mensen en sluit aan bij **functie 5 specifieke woonvormen**.

7. Conclusie

Het opzet van een Herstelacademie sluit naadloos aan bij de nieuwe ontwikkeling binnen de geestelijke gezondheidszorg en biedt een mogelijke goede praktijk van extramurale GGZ.

Emancipatie, participatie en empowerment zijn onderdeel van een Herstelacademie. Het aanbod is laagdrempelig en afgestemd op individuele noden.

Uit ervaring van de buurlanden leren we dat educatieve programma's een noodzakelijk onderdeel vormen in een herstelgericht GGZ aanbod.

Uit eigen ervaring leren we dat het aanbod enorm enthousiasmerend werkt, het vraagt wel een grondige paradigmaschift op alle niveaus:

- Van cliënt patiënt , naar student
- Van hulverlener naar trainer
- Naar een gelijkheid van ervaringskennis en professionele kennis.
- Van een organisatie met symptoomgerichte aanpak naar een organisatie met educatiegerichte aanpak

De uitbouw van een Herstelacademie vraagt een goede logistiek. Een structureel kader voor het uitrollen van een herstelacademie binnen een GGZ netwerk met meerdere partners dient te worden uitgewerkt.

