

# Wegwijzer

## Stigmabestrijding in de ggz

---

*Gids naar praktijken die werken. Lessen, praktijken en voorbeelden*

# Colofon

## *Opdrachtgevers*

Stuurgroep Toolkit Antistigma-interventies: Kenniscentrum Phrenos, Stichting Samen Sterk zonder Stigma en GGz Drenthe

## *Stuurgroepleden*

Kenniscentrum Phrenos: Jeanne Nitsche (directeur), Jaap van Weeghel (wetenschappelijk directeur)

Stichting Samen Sterk zonder Stigma: Gerdien Rabbers (directeur)

GGz Drenthe: Marieke Pijnenborg (hoofd afd. wetenschappelijk onderzoek en diagnostiek Psychosecircuit)

## *Adviseurs*

Cees Slooff (Kenniscentrum Phrenos, GGz Drenthe), Kim Helmus (watdoeijj.org)

## *Tekst en eindredactie*

Gerdie Kienhorst, TextAbility (penvoerder). Met dank aan de leden van de stuurgroep en de adviseurs.

## *Illustraties*

Foto achterzijde uit *Stigma? Ben de gek* (deelnemers PhotoVoice Oosterhout).

Cartoon blz. 85. Mike Lake, [www.whyhope.com](http://www.whyhope.com).

© 2014 Kenniscentrum Phrenos, Stichting Samen Sterk zonder Stigma, GGz Drenthe, Kim Helmus.

De stuurgroep juicht zo breed mogelijke verspreiding van de kennis en de interventies in deze wegwijzer toe. Daarom mag alles uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, en/of openbaar gemaakt, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier. Wel stellen wij het zeer op prijs als de bron duidelijk wordt vermeld. Ook ontvangen wij graag feedback over het gebruik van de interventies.

Opmerkingen, suggesties en vragen kunnen worden gestuurd aan de penvoerder via [wegwijzer@samensterkzonderstigma.nl](mailto:wegwijzer@samensterkzonderstigma.nl). U krijgt altijd antwoord!



## 8. Kijk mij nou! – Herstel in Beeld, Nederland

Kortweg	Veel van de hier besproken praktijken zijn gericht op stigmabestrijding voor meer ambulante cliënten die actief worden ondersteund bij re-integratie. Kijk mij nou! Herstel in Beeld is specifiek ontworpen voor mensen met chronische problematiek (langdurige ggz). Fotografie wordt ingezet als verpleegkundige interventie bij herstelondersteuning. Door middel van fotoportretten worden deelnemers zich bewust van wat ze belangrijk vinden in het leven. Hun zelfbeeld verbetert en ze denken na over hoe zij zichzelf laten zien met een fotoverhaal, aan anderen, in eerste instantie de begeleider.
Doel	Kijk mij nou! stimuleert herstelondersteunend werken door concrete individuele herstelactiviteiten te plannen, uit te voeren en na te bespreken aan de hand van (zelf) gemaakte foto's. Doel is om het zelfbeeld positief te veranderen en de werkrelatie tussen begeleider/verpleegkundige en patiënt te verrijken. De training in de methodiek draait om het sensitief maken van verpleegkundige begeleiders voor herstelondersteuning en ze tegelijk een instrument ervoor aan te reiken.
Doelgroep	Cliënten die langdurig verblijven in ggz-instellingen en professionals in de ggz: verpleegkundigen, SPW-ers, SPH-ers, ervaringsdeskundigen, psychiaters, psychologen, SPV'en.
Strategie of rationale	Het vertellen van hun verhaal aan de hand van foto's biedt cliënten de kans om naar een nieuw perspectief op hun leven te groeien. Het fotograferen helpt om de aanzet tot herstel te vinden, de foto's leggen dat vast in een tastbare herinnering van hoop en inspiratie. Foto's kunnen worden gebruikt om emoties en ervaringen te delen met anderen, als aanleiding voor verhalen en verwachtingen. Daarmee wordt het verhaal achter de foto een gezamenlijke ervaring die bijdraagt tot dieper en rijker contact, en een uitdaging, een vertrekpunt voor de agenda van verder herstel: om mensen (weer) in hun kracht te zetten. Zelfbeeld verbeteren is primair, de vermindering van zelfstigma is een secundair doel. Mogelijk helpt deze benadering ook tegen het stigma onder ggz-hulpverleners, wanneer begeleiders ervaren dat ook voor deze groep herstel mogelijkheden worden aangeboord.
Bereik	Niet bekend
Varianten	
Werkwijze Aanpak	<i>Instrument</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cliënten worden verdeeld in kleine groepen. Ze krijgen een wegwerpcamera om foto's te maken van wat zij in hun leven van hier-en-nu belangrijk en waardevol vinden.</li> <li>• Foto's worden vervolgens in het bijzijn van twee begeleiders in een aantal groepsbijeenkomsten besproken.</li> <li>• Elke deelnemer selecteert foto's die zijn of haar verhaal het best illustreren voor een expositie waarvoor ook buitenstaanders worden uitgenodigd.</li> <li>• Kort daarna volgt een tweede ronde, nu met als opdracht om foto's te</li> </ul>

	<p>maken op basis van wie of wat de deelnemers over een paar jaar willen zijn.</p> <p><i>Methodiek</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sinds 2012 wordt de methodiek mede vormgegeven door een inspirerende tentoonstelling van de fotoverhalen van geportretteerde cliënten uit de individuele trajecten in de afgelopen jaren. De tentoonstelling blijft een aantal weken op de (trainings)locatie te zien. Tijdens een werkconferentie wordt de tentoonstelling geopend en zij is dan onderdeel van de training/workshop in de methodiek. De training kan gecombineerd worden met coaching tijdens terugkombijeenkomsten.</li> <li>• De interventie wordt in company aangeboden in samenwerking met de RINO-Groep. In de werkconferentie staat herstel- en krachtgerichtwerken centraal (volgens het strengths model).</li> <li>• In het middagdeel zijn er workshops Herstelondersteunende zorg volgens het strengths model voor werkers en cliënten; creatief denken/motiverende gesprekstechnieken en Ervaringen van herstel door ervaringsdeskundige en projectleider.</li> <li>• In drie terugkommiddagen worden medewerkers gecoacht bij de implementatie van de methodiek aan de hand van praktijkopdrachten.</li> </ul>
Kosten	<p><i>Methodiektrainingen</i>: opvragen bij <a href="http://www.herstel4y.nl">www.herstel4y.nl</a>. De ontwikkelaars richten zich op ggz-instellingen, universiteiten en hogescholen. De extra kosten van de interventie zelf blijven beperkt tot de kosten van de wegwerpcamera's.</p>
(Beoogde) Resultaten of effecten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbetering zelfbeeld bij patiënten en vermindering zelfstigma.</li> <li>• Een concrete methodiek voor herstelondersteunend werken voor begeleiders die daarmee bijdragen aan het in hun kracht zetten van patiënten of cliënten.</li> <li>• Indirect vermindering stigma in de ggz.</li> </ul>
Methodische onderbouwing (theorie)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• De methode is ontwikkeld op basis van het promotieonderzoek van ontwikkelaar (en verpleegkundig specialist) Jan Sitvast over therapeutische toepassingen van fotografie in de ggz (Sitvast, 2011). Hij ging na wat de werking was van het fotografie-instrument.</li> <li>• Het krachtenmodel is goed onderbouwd (Rapp &amp; Goscha, 2006) en in Nederland in gebruik als aanvulling op rehabilitatiemethodieken zoals het SRH (Wilkens &amp; Den Hollander, 2012) en bij Herstelwerk, methodiek voor de maatschappelijke opvang (Wolf, 2012).</li> </ul>
Evidentie	<p>Het promotieonderzoek op basis van participierend observatie en een analyse van de fotoverhalen verwerkte de ervaringen van 42 deelnemers (Sitvast, 2011).</p>
Succesfactoren Aandachts-punten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• De interventie is een goede aanvulling op de verbale methodes in de psychiatrie, juist voor mensen die vaak cognitieve en verbale beperkingen hebben.</li> <li>• Het fotografie-instrument geeft verpleegkundigen een handvat om cliënten te helpen om hun bestaan boven de ziekte uit te tillen.</li> <li>• Het biedt aanknopingspunten om herstel aanzetten te vinden en</li> </ul>

	<p>daarmee de cliënt te motiveren en in zijn kracht te laten komen (krachtenbenadering). Daarbij sluit de professional aan bij de wensen en voorkeuren van de cliënt.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Het helpt de professional de cliënt te helpen om veerkracht te ontdekken en die te benutten om met tegenslagen om te gaan.</li> <li>• Vooral: het is leuk om te doen! Bezig zijn met fotograferen wordt niet als therapie ervaren. Daardoor ontstaat er een prettige sfeer waarin mensen gemakkelijk contact maken.</li> </ul>
Opmerkingen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bijzonder is de specifieke combinatie van de hersteloriëntering van de interventie en de indirecte werking op stigma binnen de muren.</li> <li>• Bijzonder is ook dat het een instrument is om door verpleegkundigen te worden ingezet. Zij krijgen een goed extra hulpmiddel om mensen te ondersteunen in het leren omgaan met de gevolgen van de ziekte en met manieren om daar betekenis aan te geven.</li> </ul>
Verwijzingen en contact	<a href="http://www.herstel4you.nl">www.herstel4you.nl</a>