

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.

© 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. U krijgt altijd antwoord!



9. Mensenbieb – Living Library, Human Library, internationaal

Kortweg	Een levende bibliotheek, ofwel een verzameling levende boeken of verhalen. <i>'Don't judge a book by its cover'</i> . Op veel plaatsen in de wereld worden met dit idee vooroordelen bestreden, stereotypen weerlegd en dus ook stigma bestreden vanuit de kracht van de ontmoeting. De Mensenbieb draait om ontmoetingen van mensen die op enigerlei manier anders zijn met mensen die niet op die manier afwijken (religie, gender, vluchtelingen). Bezoekers van een Mensenbieb kunnen iemand tijdelijk 'lenen', waarna de lener vragen kan stellen of een gesprek aangaan of het 'boek' zijn of haar 'verhaal' kan doen. De organisator heeft een bestand 'boeken' (A4'tje met foto en een 'etiket' met een kernbeschrijving) waarop een 'lener' dat 'boek' voor een half uur kan lenen. Er komt een één-op-één ontmoeting tot stand met mensen die je in een gewone situatie niet zomaar treft. Toegepast op de doelgroep mensen met psychische beperkingen, kan iemand met bijvoorbeeld een diagnose borderline persoonlijkheidsstoornis zijn of haar (herstel)verhaal delen, zodat begrip en acceptatie kunnen ontstaan.
Doel	Doorbreken van stereotiepe beelden, vooroordelen en vermindering van stigma en uitsluiting via contact.
Doelgroep	Algemene of gerichte doelgroepen, afhankelijk van de 'boeken' en het beoogde doel.
Strategie of rationale	Contactstrategie. Via het concept kan ook voorlichting door ervaringsdeskundigen worden gegeven. Maar in principe honoreert de Mensenbieb nieuwsgierigheid naar mensen die anders zijn en faciliteert het leggen van contacten tussen 'zij' en 'wij', zodanig dat die afstand in de persoonlijke ontmoeting niet meer wordt ervaren. Daarmee is het een heel flexibel tool dat meer de insteek kiest van stimuleren van iets positiefs (diversiteit), dan de nadruk legt op bestrijden van iets negatiefs (stigma).
Bereik	Het concept is rond 2000 in Denemarken ontstaan en heeft overal in de wereld navolging gevonden. Het wordt toegepast in allerlei settings en locaties.
Varianten	Human library, Living Library http://humanlibrary.org/what-is-the-living-library.html
Werkwijze Aanpak	<ul style="list-style-type: none"> • Een organisator/initiatiefnemer treedt op als bibliothecaris, zorgt voor een overzicht van de boeken die kunnen worden uitgeleend. • De organisator selecteert de 'boeken' en begeleidt bij 'openingstijden' de 'boeken' en de 'leners'. • Tijdens openingstijden kunnen leners terecht om de mensenboeken te lenen voor een half uur of drie kwartier. • Soms met 'leners', altijd met 'boeken' wordt geëvalueerd.
Kosten	Geen voor deelnemers. Organisatie en werving kost tijd en dus personele inzet.
(Beoogde) Resultaten of effecten	Doorbreken van stereotiepe beelden, vooroordelen en vermindering van stigma en uitsluiting via contact en dialoog.

Methodische onderbouwing (theorie)	Secundair w.b. contact- en voorlichtingsstrategie. De activiteit gaat uit van de kracht van verhalen delen' en open contact op basis van gelijkwaardigheid.
Evidentie	<ul style="list-style-type: none"> • In Australië is de Human Library heel vaak toegepast ter bestrijding van racisme. In 2012 verscheen een studie naar de werking van de Living Libraries specifiek op het gebied van racismebestrijding (Dreher & Mowbray, 2012). De auteurs zien beperkingen, o.a. omdat ze de effecten van het contact toch beschouwen als te individueel, zonder aanwijzingen voor structurele veranderingen. Als eerste stap ter bewustwording is het echter een waardevol instrument. Sterke punten vinden zij de aandacht voor het scheppen van een veilige omgeving en de begeleiding van de 'Boeken'. Het is een tool dat vooral goed werkt op kleine schaal, als lokaal initiatief, door de inzet van gedreven vrijwilligers en waar het tot werkelijk tweerichtingverkeer leidt. Essentieel voor een duurzame inzet is verbetering van de evaluatie van elke georganiseerde Mensenbieb. • Specifiek voor de inzet als instrument tegen stigmatisering van mensen met een psychische beperking is er geen evidentie. • Een Engels rapport (Harris & Evans, 2008) is beschikbaar met een evaluatie van een aantal lokale projecten in Engeland, uitgevoerd in algemene bibliotheken.
Succesfactoren Aandachts-punten	<ul style="list-style-type: none"> • De Mensenbieb is een innovatieve methode om dialoog en begrip tussen mensen met verschillende achtergronden te bevorderen en vooroordelen te verminderen. • De Nederlandse organisator Hermen Jan Rijks benadrukt dat de kracht van de ontmoetingen met name in de diversiteit ligt. Oorspronkelijk was de Mensenbieb een soort bibliobus met mensen in plaats van boeken, waarbij de ruimte diende voor dialoog en contact. Bezoekers kunnen informeel en gelijkwaardig direct spreken met de 'boeken': idealiter een groep mensen die heel gevarieerd is in leeftijd, sekse en culturele achtergrond. • Eenvoudige, gemakkelijke en positieve manier om ontmoeting en verbinding tot stand te brengen en stereotiep denken en vooroordelen te doorbreken. • Een concrete, gemakkelijk over te dragen tool om tolerantie en begrip te bevorderen tegen lage kosten.
Opmerkingen	<ul style="list-style-type: none"> • In Nederland is dit instrument al regelmatig ingezet. O.a. op het Noorderzonfestival in Groningen in 2011, waar het eenmalig werd aangepast en ingezet puur als ontmoetingstool, een cadeautje voor vrijwilligers. • In Nederland is de stichting Mensenbieb bezig met de vernieuwing van haar website. Men kan daar terecht voor meer informatie en uitwerking van een concept, training of evenement op aanvraag. • SBWU past het concept zelf toe. Er is een Mensenbieb in opbouw met eigen cliënten. Daarbij is empowerment en vermindering van zelfstigma een doel, naast het genereren van ontmoetingen met niet-clieënten om

	<p>stigma te bestrijden. De organisator doet intake en begeleiding. SBWU organiseert regelmatig een Mensenbieb. In oktober 2013 werd bij het feest ter gelegenheid van het 75-jarig bestaan van SBWU met succes een Mensenbieb van mensen met verschillende psychische aandoeningen georganiseerd.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mogelijk zou een Mensenbieb-vorm ook door een pool van ervaringsdeskundigen die vaker een eigen verhaal vertellen, kunnen worden 'bemand'.
Verwijzingen en contact	<p>http://www.mensenbieb.nl/wat-doet-de-mensenbieb/ http://www.sbwu.nl/zorgaanbod/wat/werk-en-dagbesteding/activiteiten-2/mensenbieb/</p> <p>Ook in Groot-Brittannië is dit instrument populair. Twee organisatoren van lokaal georganiseerde mensenbiebs schreven een evaluatie. Het rapport bevat prima praktische aanbevelingen voor de organisatie, valkuilen om te ontwijken en tips.</p> <p>http://www.local-level.org.uk/uploads/8/2/1/0/8210988/locallivinglibraryreport.pdf</p> <p>In Australië is een dvd beschikbaar met voorbeelden van levende boeken. O.a. van mensen met psychische aandoeningen.</p> <p>http://www.mentalhealth.wa.gov.au/mentalhealth_changes/breaking_down_stigma/living_libraries.aspx</p>