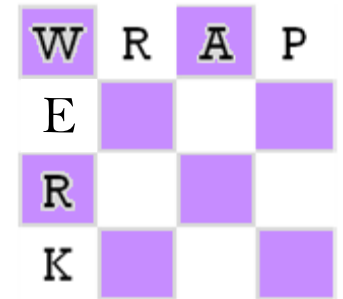


Werk en gezondheid

Aftrap werkconferentie NHN



Harry Michon, Marianne van Bakel, Dienne Boertien

Heiloo, Cultuurkoepel, 25-2-2016



Werken en herstel verbinden

Hoofddoelen

- Kennis delen, uitwisselen
- Verbeterslag
 - Verbinding tussen werk en herstel
 - Arbeidsbegeleiding – steun bij herstel

Maar eerst: QUIZ!

- Ga naar:
- <https://kahoot.it/>

pincode in >

Kahoot!

Game PIN

Enter

Create your own kahoot for
FREE at getkahoot.com



🔒 kahoot.it/#



ul je naam in >

Kahoot!

Nickname

OK, go!

Create your own kahoot for
FREE at getkahoot.com



🔒 kahoot.it/#/join



PIN: XXXXXX

You're in!

**See your nickname
onscreen?**

hello!



kahoot.it/#/instructio



Winnaar?

Cadeautje van kenniscentrum Phrenos

Arbeidsparticipatie probleem

- Zeer laag percentage werkenden onder mensen in de doelgroep
- Hoge percentages psychische klachten bij groepen mensen die (deels) aan de kant staan
 - > zie Quiz, 50% van degenen met arbeidsongeschiktheidsuitkering
 - > WIA instroom 41% psychische aandoening
 - > lijkt toe te nemen

So what?

(behalve dat werk voor bijna iedereen belangrijk is)

- Wens is er wel.. en die kan groeien
- Werken is niet per definitie gezond .. maar niet werken ongezonder
- En wie werk vindt - met begeleiding - voelt zich ook beter dan ervoor
- Werk is (voor velen) teken van herstel

Er zijn wel mogelijkheden..

- IPS
 - betaald werk!
 - snel plaatsen – daarna trainen
 - arbeidsbegeleiding en zorg integreren
- WRAP
 - zelfhulpinstrument herstel
 - gereedschap voor goed gevoel
 - een plan maken van en voor jezelf



- IPS
 - effectief (vaker betaald werk)
 - effect op kwaliteit v leven via werk
 - duurzaam? employability?
- WRAP
 - effectief (symptomen hoop etc)
 - spreekt veel partijen aan
 - versterkt employability?

Vragen

- Hoe kunnen WRAP en IPS elkaar versterken om duurzaam werk bij mensen met psychische aandoeningen te vergroten?
- Subvragen:
 - Wat is de meerwaarde van herstel en zelfmanagement op duurzaam werk?
 - Hoe kan arbeidsbegeleiding hierbij aansluiten om herstel te ondersteunen?

Onderzoek bij

- 4 instellingen
 - GGzE, UMCG-Lentis, AMC-VIP, GGZ NHN
- 57 mensen met betaald werk bij de start en IPS trajectbegeleiding
- mix kwantitatief en kwalitatief.
- deelnemers 1 jaar gevolgd
 - 21 IPS + WRAP < > 36 IPS

Resultaten: 6 & 12 mnd

| | 6 mnd P | 12 mnd p |
|---|------------|------------|
| Arbeidsrol beperkingen psychische problemen | IPS + WRAP | |
| Arbeidstevredenheid: baan match | | IPS |
| Sociaal functioneren (SF-36) | | IPS + WRAP |
| Empowerment: zelfmanagement | IPS + WRAP | |

Kwalitatief: ervaren effecten

- bewuster geworden hoe dingen bij hen werken (meer zelfinzicht)
- geleerd om beperkingen te accepteren en (hier anders mee om te gaan).
- geleerd om de verantwoordelijkheid en regie over hun eigen leven te nemen.
- meer oog gekregen voor eigen welbevinden
- geven eerder hun grenzen aan
- meer aandacht aan leuke dingen in het leven (en meer waardering hiervoor).
- herstellen sneller van tegenslag en disbalans
- Brengen meer structuur aan in dagelijks leven (ervaren meer rust).

Citaat werknemer

“De WRAP-training leerde me dat ik op piekermomenten beter een wandeling met de hond gaan maken, schoonmaken, fysieke dingen doen. Door WRAP heb ik geleerd dat er meerdere gereedschappen zijn”



citaat

‘Ik realiseer me veel meer hoe mijn werk van invloed is op hoe ik me voel. (...) Werk is vaak een grote trigger voor ontsporing, dus het is heel goed om het op je netvlies te hebben hoe dat werkt en wat je daar aan kunt doen om jezelf te beschermen. De WRAP is een soort leerproces om mezelf te behoeden om fouten uit het verleden nog een keer te maken.’ (werknemer)

Toepassing WRAP in werk

- Sommigen hebben WRAP **niet** toegepast, bijv. omdat ze weinig problemen ondervinden op hun werk
- De meesten hebben inzichten WRAP **weleens** toegepast in hun werk, bijv. door zaken eerder te bespreken en te kijken wat nodig is om het werk prettiger te maken
- Bij enkelen is WRAP **sterk van invloed** geweest op de werksituatie, bijv. beslissing ander werk te zoeken

Aanbevelingen

- Stem IPS en WRAP goed op elkaar af
- Vergroot kennis en beschikbaarheid WRAP en IPS
- Creëer een toegankelijke omgeving voor herstel en ervaringsdeskundigheid
- Creëer noodzakelijke condities op het werk
- Maak (zelf-)stigmatisering en discriminatie bespreekbaar

contact

hmichon@trimbos.nl

<https://www.trimbos.nl/themas/meedoen-in-de-maatschappij-met-psychische-aandoening>



Werken met WRAP
Duurzamer aan het werk?

Brochure