

Miriam Leunig,

Marloes Neijenhuis,

ambassadeurs Samen sterk zonder Stigma

Luca Koppen,

projectmedewerker GGz zonder stigma, Samen Sterk zonder Stigma

Vooroordelen, ik...? Vooroordelen, ieder mens heeft ze.

Tot op zekere hoogte zijn vooroordelen behulpzaam om een wereld vol prikkels te kunnen ordenen.

Het wordt een ander verhaal wanneer mensen op basis van vooroordelen worden uitgesloten, veroordeeld en negatief gelabeld. Dit noemen we stigmatisering. Uit onderzoek blijkt dat stigma het herstel van mensen met een psychische aandoening belemmert.

Labels als “psychische aandoening” dragen bij aan stigmatisering vanwege de negatieve stereotypen die de samenleving hiermee associeert.

In de workshop kijken we samen met u naar de macht die taal heeft in het maken van onderscheid tussen mensen en de rol die dit speelt in (zelf)stigmatisering binnen de ggz.

Op interactieve wijze maakt u kennis met twee bestaande methodieken – HOP & Beyond the Label – en bekijken wij samen met u wat u binnen uw dagelijkse werkomgeving concreet kunt doen om stigma tegen te gaan.

Honest, Open & Proud (HOP)

HOP is een training die personen met een psychische aandoening (en kampen met zelfstigma) ondersteunt in het maken van een weloverwogen keuze om wel of geen openheid te geven over de psychische kwetsbaarheid. De HOP is ontwikkeld in Amerika en is daar geregistreerd als evidence based. Aangezien onderzoeken in Amerika hebben aangetoond dat de HOP-training mensen met een psychische aandoening enorm kan empoweren en het zelfstigma doet verminderen, heeft Samen Sterk zonder Stigma HOP naar Nederland gehaald. De training is volledig vertaald naar de Nederlandse context. Samen Sterk zet zich in om HOP in Nederland voor zoveel mogelijk mensen die kampen met zelfstigma beschikbaar te maken.

De HOP-training wordt gegeven door twee HOP-facilitators. Een facilitator is altijd een persoon die zelf ervaring heeft gehad met een psychische kwetsbaarheid. De HOP-training volg je in een groep van ongeveer 6 tot 10 personen en bestaat uit drie lessen van 2,5-3 uur. In de eerste les wordt aandacht besteed aan het afwegen van de voor- en nadelen van openheid. In les twee wordt gekeken naar de verschillende manieren van openheid die er zijn en naar wie je open bent/kunt zijn. In de derde les staat het vertellen van je eigen (herstel)verhaal centraal. In alle lessen wisselen verschillende interactieve activiteiten elkaar af, om na de derde les te zijn gekomen tot je eigen strategie in openheid (vertel je het en zo ja, aan wie en hoe).

Beyond the Label

Net als iedereen, hebben ook hulpverleners in de ggz vooroordelen over mensen met een psychische aandoening, vaak zonder zich ervan bewust te zijn. De potentiële impact van stigma door een hulpverlener is echter groot, omdat de zorgverlener een belangrijk persoon is voor de cliënt.

Om hulpverleners bewust te maken hiervan, haalde Samen Sterk zonder Stigma in de toolkit 'Beyond the Label' naar Nederland. Deze toolkit is in Canada ontwikkeld en daar geregistreerd als evidence based. De toolkit is volledig vertaald naar de Nederlandse context.

De toolkit 'Beyond The Label' bestaat uit 14 verschillende werkvormen. Deze werkvormen zijn bedoeld om een open dialoog over stigma op te starten tussen hulpverleners onderling. Het idee hierachter is dat dóór deze open dialoog, de hulpverleners zich (meer) bewust worden van hun eigen (voor)oordelen ten opzichte van de cliënt én de (mogelijke) impact daarvan op de cliënt/het herstelproces van de cliënt.

De werkvormen uit de toolkit kunnen op een laagdrempelige manier ingezet worden, bijvoorbeeld tijdens intervisiebijeenkomsten, teambijeenkomsten of andere overlegvormen.