



Openheid & destigmatisering

Add-ons bij IPS-Onderwijs

Dit document geeft informatie over methoden en interventies rond openheid en destigmatisering, als add-ons bij IPS. Het bevat informatie over de methoden en links naar concrete producten.

Methoden openheid en destigmatisering als add-ons bij IPS-O

Interventies rond openheid

Openheid over psychische problemen is een belangrijk onderwerp voor veel mensen die daarmee te maken hebben (gehad). Mensen hebben verschillende redenen om wel of niet, in meerdere of mindere mate, hun psychische problemen te bespreken in de omgeving van werk of opleiding. Onder meer verwachte of ervaren stigma en discriminatie kunnen daarbij een rol spelen. Zoals beschreven in hoofdstuk 8 van de Handreiking Implementatie van IPS-O kan een beslisthulp rond openheid bij psychische problemen helpen om keuzes te maken rond het al dan niet geven van openheid over psychische problemen.

- Meer informatie over de beslisthulp voor keuzes rond openheid in de *werk-setting* vind je via: [Beslisthulp CORAL - Kenniscentrum Phrenos](#)
- Meer informatie over de beslisthulp voor keuzes rond openheid in de *onderwijs-setting* vind je via: [Openheid Instrument | Begeleid Leren](#).

Effectiviteit beslisthulp openheid binnen arbeidsre-integratie

In september 2022 promoveerde Kim Janssens op het onderzoek '*Decisions on disclosure of mental illness in the workplace*'. Ook uit dit onderzoek blijkt dat vooraf bewust nadenken over wat de mogelijke gevolgen zijn van het bespreekbaar maken van je mentale problemen bij het zoeken naar een baan en op welke manier je dit onderwerp het best kunnen opwerpen loont! Het maakt dat je sneller een baan vindt en behoudt dan wanneer je dit niet doet. Met dit promotieonderzoek is de effectiviteit van CORAL 2.0 nu ook voor de Nederlandse re-integratiepraktijk aangetoond.

Interventies rond destigmatisering

In het promotieonderzoek van Kim Janssens is de inzet van zo'n beslisthulp gecombineerd met een stigma-bewustwordingstraining voor re-integratieprofessionals, waarin stigma, bewustwording van eigen vooroordelen en gespreksvoering over mentale klachten centraal stonden. Phrenos heeft op basis hiervan de laagdrempelige **training 'Met Open Blik'** ontwikkeld. De training bestaat uit twee dagdelen en gaat in op zowel stigma als openheid bij IPS.

- Meer informatie over de training '*Met open blik*' vind je via: [Landelijke training Met Open Blik \(MOB\) - Kenniscentrum Phrenos](#)

In maart 2017 is de **generieke module Destigmatisering** gepubliceerd. Deze module kwam tot stand door wetenschappelijke en ervaringskennis te bundelen en doet een aantal concrete aanbevelingen voor de toepassing van effectieve interventies om publiek stigma en zelfstigma tegen te gaan.

- Meer informatie over deze generieke module Destigmatisering vind je via: <https://www.ggzstandaarden.nl/zorgstandaarden/destigmatisering/introductie>

Daarbij zijn ook **5 actiekaarten Destigmatisering** ontwikkeld. Deze actiekaarten bieden patiënten, ervaringsdeskundigen, naasten, zorgverleners en managers meer informatie over publiek stigma, zelfstigma en stigma in de hulpverlening en wat je hier aan kunt doen

- De actiekaarten vind je via: <https://www.ggzstandaarden.nl/api/v2/tools/2b9acdc3-855b-478d-950a-ed52f308281e/file>.

Bij de generieke module Destigmatisering werd onderstaande **infographic Destigmatisering** gemaakt.

- Deze infographic kun je interactief gebruiken via: https://www.werkenmetips.nl/wp-content/uploads/2018/02/Destigmatisering_infographic_DEF.pdf

Wat doe je tegen stigma?

Kwaliteitsontwikkeling GGZ

Meer informatie →

Wat is stigma?
Als je psychische of verslavingsproblemen hebt, krijg je vaak ook te maken met de vooroordelen van anderen. Soms worden die vooroordelen uitgesproken: 'mensen met een psychische aandoening of verslaving zijn onvoorspelbaar, onbetrouwbaar'. Vaak zijn ze subtieler: je merkt dat mensen niet goed weten hoe te reageren of meewarigheid en medelijden uitstralen. Ook binnen de hulpverlening kun je soms het gevoel krijgen dat je geen gelijkwaardige gesprekspartner bent.

Wat zijn de gevolgen?
De vooroordelen kunnen een belemmering zijn voor je herstel en bij het weer oppakken van sociale rollen, zoals die van ouder, student of werknemer. Het stigma kan ook een sterke weerslag hebben op jezelf. Je gaat je daardoor steeds ongemakkelijker en onzekerder voelen. Je durft soms zelfs niet met familie of goede vrienden over je problemen te praten. Een patiënt verwoordt het als volgt: 'iedere keer als iemand zei dat ik iets niet kon, kreeg ik een deuk in mijn zelfvertrouwen. Je gaat de negatieve dingen die anderen over jou zeggen ook geloven.'

Wat mag je van je hulpverlener verwachten?
Van je hulpverlener mag je verwachten dat hij (zelf)stigma bespreekbaar maakt, dat hij je zo nodig helpt om met vooroordelen om te gaan en niet je overlegt wat er kan gedaan kan worden. Ook kan je hulpverlener aangeven dat psychische problemen een begrijpelijke reactie zijn op ontwrichtende omstandigheden die iedereen kan meemaken. Verder kan hij je in contact brengen met een ervaringsdeskundige. Een ervaringsdeskundige heeft zelf ervaring met (het omgaan met) vooroordelen en kan je helpen te verkennen hoe zelfstigma verstopt zit en kan worden doorbroken. Dit kan individueel of in een zelfhulpgroep.

Zelfstigma

- Hoe herken je het? →
- Wat kun je zelf doen? →
- Wat kan je in contact met anderen zelf doen? →

Stigma door anderen

- Waar doet zich het voor? →
- Hoe herken je het? →
- Wat kun je doen naar familie en werkgevers? →
- Wat kun je doen naar hulpverleners? →

Deze infographic is tot stand gekomen door Samenwerken Pleinen, Terborgh-actief, Samen (ook) zonder Stigma en Netwerk Hoofdstedelijke GGZ