

HANDVATTEN VOOR HULPVERLENERS

WWW.GGZZONDERSTIGMA.NL

**SAMEN
STERK
ZONDER
STIGMA**



HANDVATTEN VOOR HULPVERLENERS

Steeds meer ggz-professionals willen met destigmatisering aan de slag, maar waar begin je en hoe weet je wat goed werkt? Uit onderzoek van het Trimbos-instituut (2019) blijkt dat ruim de helft van de ondervraagde hulpverleners behoefte heeft aan concrete ondersteuning bij destigmatiserend werken. Ze willen graag tips en adviezen.

Destigmatiserend werken valt niet samen te vatten in vaste protocollen of methodes. Het gaat om maatwerk per individu. Wel kunnen we je op weg helpen met zinvolle adviezen en tips gebaseerd op onderzoek, onze eigen ervaringen én de ervaringen van onze ambassadeurs. In dit document hebben we een aantal nuttige handvatten voor ggz-hulpverleners gebundeld. Daarbij vind je steeds voorbeelden en links naar literatuur, filmpjes en tools.

De handvatten zijn ingedeeld in 5 thema's. Deze staan symbool voor de weg die je cliënt binnen de ggz aflegt:

- 1.** intake
- 2.** diagnose
- 3.** behandeling
- 4.** communicatie met je cliënt
- 5.** reflectie

HANDVATTEN
VOOR
HULPVERLENERS



DE INTAKE

Zie iemand als een compleet persoon in plaats van iemand met een psychische aandoening

NIET DOEN – Iemands aandoening koppelen aan zijn identiteit en persoonlijkheid.

WEL DOEN – Iemands aandoening zien als een klein onderdeel van de identiteit en persoonlijkheid van die persoon, naast heel veel andere dingen die onderdeel uitmaken van zijn of haar identiteit.



Bekijk de Spoken word door Roy Leunen

Wees je als professioneel hulpverlener bewust van stigma en welke rol dit kan spelen in het contact met je cliënt

NIET DOEN – Zeggen dat je als hulpverlener niet stigmatiseert.

WEL DOEN – Erkennen dat iedereen vooroordelen heeft en dat meenemen in de dingen die je denkt, ziet en zegt tijdens de intake.



Met deze gratis e-learningmodule leer je in twee uur wat de impact van (zelf)stigma is en hoe jij nog beter destigmatiserend kunt werken.



DE DIAGNOSE

Probeer zorgvuldig te diagnosticeren vanuit een besef van de stigmatiserende effecten van de gebruikte etiketten en de associatie met soms sterk negatieve beelden.

.....

Met **ACTIVITEIT 3**, Herdefinitie van 'normaal', uit de tool Beyond the Label werk je aan je kennis en houding. Zo identificeer je de negatieve stereotypen en ontdek je hoe termen als normaal en abnormaal stigmatisering versterken. Ga naar [Beyond the Label](#).

Ga met je patiënt in gesprek over de diagnose en wat die diagnose concreet betekent. Zet hierbij zo nodig een ervaringsdeskundige in.



Bekijk de Zie Mij Talk van Linda van Hal

Wees kritisch en durf terug te komen op een eerder gemaakte diagnose en de daarbij behorende beslissingen

.....

'Zorgstellingen houden soms vast aan een jaren eerder gestelde diagnose en daarmee wordt ten onrechte ontkend dat bij de patiënt sprake kan zijn van ontwikkeling en/of verandering in problematiek en hulpvraag ... Door de diagnose niet actief te monitoren en nieuwe behandelmogelijkheden niet bij te houden suggereer je dat een eenmaal gegeven diagnose nooit meer zou kunnen veranderen. Door het bijhouden en mogelijk bijstellen van de diagnose, kan de hulpverlener indirect bijdragen aan stigmavermindering'. *Bron: Handboek Destigmatisering, pagina 195 (9.6.1, wat kan de ggz doen aan destigmatisering)*



DE BEHANDELING

Wees bereid om macht te delen ('shared decision making'). Bespreek met je cliënt of hij/zij het eens is met de behandeling en wat zijn of haar wensen zijn én neem dit mee in je behandelingsplan.



Bekijk het filmpje 'Eigen regie' van de tool Bij nader inzien.
Wachtwoord = Bijnader1nzien

Straal hoop en vertrouwen uit naar je cliënten.



Bekijk het filmpje 'Hoop' van de tool Bij nader inzien.
Wachtwoord = Bijnader1nzien
Tip: bespreek dit met cliënten/collega's.

Zorg ervoor dat je geregeld over (zelf)stigma spreekt met je cliënt. Stel voor om het op te nemen als onderdeel van het behandel- of begeleidingsplan.

TIP: Samen Sterk zonder Stigma ontwikkelde in samenwerking met RIBW Brabant en de Toolbox Zelfstigma van Stichting ZON een [test](#) om te kijken in hoeverre zelfstigma je belemmert. Deze test bestaat uit 20 vragen. De uitslag zegt iets over je (negatieve) gedachten en gevoelens met betrekking tot je aandoening op dit moment.



COMMUNICEREN MET JE CLIËNT

Focus je in communicatie altijd op herstel, eigen regie en verantwoordelijkheid. Hulpverlener en cliënt zijn hierbij gelijkwaardig en naasten worden zoveel mogelijk betrokken.



Bekijk het filmpje 'Gelijkwaardigheid' uit de tool Bij nader inzien.
Wachtwoord = Bijnader1nzien

Wees je bewust van de taal die je gebruikt en welke invloed je taalgebruik heeft op de manier hoe jijzelf en anderen kijken naar mensen met psychische aandoeningen kijken.

HANDVATTEN
VOOR
HULPVERLENERS

VOORBEELD - TWEE MANIEREN VAN TAALGEBRUIK OVER HETZELFDE VERHAAL IN EEN OVERDRACHT VAN DE CRISISDIENST:

- 1 – Mevrouw de Vries heeft vannacht weer eens in haar polsen gekrast.
"Oh. Is dat niet die borderliner van de Stationsstraat?"
- 2 – "Mevrouw de Vries heeft vannacht in haar polsen gesneden."
"Oh. Is dat niet die ernstig getraumatiseerde vrouw die aan de Stationsstraat woont? Wat is er gebeurd? Hoe is ze in crisis geraakt? Hoe kunnen we haar ondersteunen, zodat het haar een volgende keer lukt om met spanning om te gaan zonder zichzelf te beschadigen?"

Krijg jij bij de twee verschillende quotes ook een ander gevoel?

TIP: Een betere, herstelondersteunende ggz begint bij respectvolle, herstelondersteunende taal. Ga je anders praten, dan ga je anders denken. Remke van Staveren, psychiater en initiatiefnemer van HART voor de GGZ, laat aan de hand van een [simpele gedachteoefening](#) zien hoe je patiëntgericht communiceert.



REFLECTIE

Reflecteer op de mogelijke negatieve impact van je eigen bejegening van de cliënt.



Bekijk het filmpje van Nick Klokkers over zijn ervaring als begeleider. (en dan vooral tip 1)

Bespreek stigmatiserende uitingen of 'herstelondermijnende reflexen' in het beroepsmatig handelen met je collega's, zodat er meer bewustzijn over stigma ontstaat binnen het team.

VOORBEELD VAN EEN STIGMATISERENDE UITING:

1 – Hulpverlener die als 'uitlaatklep' tegen collega's klaagt over 'die psychoten op de afdeling'.

TIP: Het is lastig te zien voor een individuele hulpverlener waar en hoe stigma tóch plaatsvindt, bij jezelf of in het eigen team. De [QuickScan Destigmatisering](#) zorgt voor een oplossing. Met deze tool meet je voor jezelf én in het gehele team wat er al goed gaat op het gebied van destigmatiserend werken en wat nog beter kan. Kortom, met deze tool krijg je inzicht in in welke mate je destigmatiserend werkt.

Wees je er bewust van dat alle mensen stigmatiseren, ook binnen de ggz, en gebruik dit bewustzijn in de reflectie op je werk.

TIP: De [Generieke module Destigmatisering](#) biedt concrete handvatten voor het verminderen van stigmatisering.



TOOLS VAN SAMEN STERK ZONDER STIGMA

Je kunt veel doen om stigma te voorkomen én bespreekbaar te maken binnen je instelling. Op [onze website](#) vind je een overzicht van onze tips en tools, zoals:

- QuickScan Destigmatisering
- E-learning Destigmatiserend werken
- Beyond the Label (toolkit met 14 werkvormen)
- Impactproductie Bij nader inzien

ADVIES OP MAAT

Ben je of wil je met het thema destigmatisering aan de slag? Samen Sterk zonder Stigma denkt graag met je mee. Samen kijken we welke middelen je kunt aanwenden om in jouw organisatie destigmatisering op de kaart te zetten. Samen Sterk levert daarnaast advies op maat over de implementatie van destigmatisering in beleid en/of de praktijk.

HANDVATTEN
VOOR
HULPVERLENERS

CONTACT

Jens Glissenaar, projectmedewerker ggz zonder stigma
033 - 3032172
j.glissenaar@samensterkzonderstigma.nl