

Meedoen en zelfredzaam zijn!

Ook voor mensen met een **psychische kwetsbaarheid/ psychiatrische diagnose, verslavingsproblematiek, dak- en thuisloosheid, ontwikkelings- of gedragsstoornis** & **hun ouders, familie en netwerk.**

Waar lopen mensen tegen aan?

De meeste mensen die hulp vragen hebben dezelfde levenswensen als ieder mens, maar hebben meer moeite om deze te realiseren. Door *psychische kwetsbaarheid/ psychiatrische diagnose, verslavingsproblematiek, dak- en thuisloosheid of ontwikkelings- of gedragsstoornis* ontstaan er ook problemen op meerdere levensgebieden.



laag inkomen



schulden



geen werk



Huiselijk geweld



justitiële problemen



Verslaving

De klachten en symptomen die bij de aandoening horen, kunnen sterk wisselen in ernst en intensiteit. Mensen ervaren bijvoorbeeld problemen met communicatie, concentratie, oriëntatie, gebrek aan energie of sterke wisselingen in energie. Soms is iemand een tijdlang stabiel en soms is

Meedoen en zelfredzaam zijn!

intensievere behandeling of zelfs opname nodig. De één kan jarenlang stabiel zijn terwijl bij anderen de klachten en symptomen lang op de voorgrond staan.

Voor mensen met een achtergrond in een niet-westerse cultuur kan de sociale en maatschappelijke impact van een psychische aandoening extra groot zijn vanwege een andere kijk op psychische aandoeningen en schaamte en schuldgevoelens bij iemand zelf en zijn directe omgeving.



Vaak zijn mensen eenzaam en hebben een klein sociaal netwerk

Dak- of thuisloze jongeren kampen zelf met problemen waardoor in het gezin van herkomst wonen niet langer mogelijk is, of het gezin is voor hen niet veilig meer. Ongeveer 80% heeft een verleden in de jeugdzorg. Het ontbreken van adequate huisvesting, zorg, schulden/armoede en toegang tot scholing en/of werk zijn met elkaar samenhangende en elkaar versterkende problemen.

**SAMEN
STERK
ZONDER
STIGMA**

Veel mensen hebben slechte ervaringen met stigmatisering en uitsluiting.

Ook is het vaak moeilijk om een ondersteuningsvraag te formuleren. Hierdoor kan iemand huiverig zijn voor het aankloppen bij algemene publieksvoorzieningen.

Veel mensen hebben moeite in het contact met instanties. Vaak bestaat de noodzaak een beroep te doen op ondersteunende regelingen (kwijtschelding belasting, toeslagen, bijzondere bijstand) maar kan iemand zelf niet goed de weg daarin vinden. Effectief gebruik hiervan vraagt grote bureaucratische vaardigheden; die lang niet iedereen in huis heeft.

**Werken aan
de toekomst van
ggz-jongeren**

Als een kind een ontwikkelingsstoornis en/of psychische aandoening blijkt te hebben, is dat zeer ingrijpend voor het hele gezin. Het kind zelf heeft vaak moeite met het



vinden van aansluiting op school en met andere kinderen. Ouders – maar ook broers en zusjes – moeten hun hele dagelijks leven aanpassen aan de specifieke eisen voor de opvoeding van dit kind. Veel ouders regelen via inzet van pgb's maatwerkoplossingen om hun zorg- en opvoedtaak aan te vullen. Vragen liggen verder bij het vinden van passend onderwijs en bij opvoedingsbegeleiding. In ongeveer de helft van de gevallen is tevens sprake van een eigen ondersteuningsbehoefte bij de ouders, bijvoorbeeld in verband met de combinatie zorg en werk, spanningsklachten en/of relatieproblemen.

Meedoen en zelfredzaam zijn!

Wat is nodig voor zelfredzaamheid?

Mensen zijn in principe zelf verantwoordelijk voor dat het goed met ze gaat. Werken vanuit zelfregie helpt mensen bij het vinden van eigen oplossingen. Dat betekent wel dat ieder mens de mogelijkheid moet krijgen zelfregie te nemen of te behouden.

Zelfregie bestaat uit de volgende vier elementen:

1. **Eigenaarschap** : de mensen is eigenaar van zijn eigen leven en heeft het recht eigen keuzes te maken. Het gaat om de ruimte die je als hulpvrager durft in te nemen en om de ruimte die je van de professional krijgt.
2. **Eigen kracht**: het vermogen om zelf te beslissen, bepaald door kennis, vaardigheden, zelfvertrouwen en handelingsruimte. Het gaat om vertrouwen in eigen kunnen en de bevestiging die je van de professional krijgt.
3. **Motivatie**: dat wat iemand motiveert , persoonlijke waarden, een goed leven in eigen ogen. Het gaat om durven dromen en het openstaan van de professional voor je dromen.
4. **Contacten**: iets betekenen voor iemand anders en andersom, plezier en zorgen delen. Het gaat om de betekenis die contacten voor je hebben en de ondersteuning van de professional bij het gebruik maken van die contacten.

Wat is daar voor nodig:

- A. Uitgaan van het positieve (wensen en krachten) in plaats van het negatieve (problemen): waar wil ik naar toe?
- B. De cliënt versterken door inzicht in eigen drijfveren en situatie: op welke gebieden gaat het goed, op welke gaat het niet zo goed, waar ligt mijn kracht en motivatie?
- C. De zeggenschap over ondersteuning en hulp bij de cliënt laten/leggen: waar wil ik aan werken. Welke hulp heb ik daarbij nodig en hoe wil ik dat die hulp er precies uitziet?
- D. Versterken en inschakelen informele netwerken

Wat werkt voor mensen met een psychische kwetsbaarheid/ psychiatrische diagnose, verslavingsproblematiek, dak- en thuisloosheid of ontwikkelings- of gedragsstoornis en hun ouders, familie en netwerk?

- Neem mensen met een hulpvraag serieus en ga uit van de wensen en vragen, zelf aangeven wat je wilt en daarin gehoord en gesteund worden. Dat betekent ook dat er de tijd genomen wordt, op tijd gekomen wordt en er oprecht aandacht is.
- Communiceer met mensen over wat verwachtingen zijn, hoe lang wachttijden zijn, welke afspraken er gemaakt worden, wat er geboden kan worden, wat er nodig is om aanvragen te doen en waar ondersteuning te krijgen is. Verwijs warm.
- Zorg dat clientondersteuning met expertise beschikbaar is en er keuzevrijheid is in clientondersteuning, waarbij specifieke expertise van b.v. straatadvocatuur op afroep beschikbaar blijft. Informatie en advies hierover moet algemeen toegankelijk zijn voor iedereen. Uiteraard is samenwerking met sociale teams heir noodzakelijk.
- Betrek en informeer mantelzorg en familie waar mogelijk bij beslissingen, ze zijn vaak degenen die dagelijks zorgen. Vraag aan mantelzorgers hoe ze het willen en wat ze nodig hebben. Regel een goede respijtzorg, opdat mantelzorgers ook periodes zonder zorgen zijn. Dit is voorwaarde om zorg vol te houden.

Meedoen en zelfredzaam zijn!

- Zorg dat mensen uit een andere cultuur de beschikking krijgen over dezelfde hier vermelde zaken in eigen taal. En heb oog voor de uitsluiting binnen de eigen cultuur als er sprake is van (O) GGZ problematiek.
- Lotgenotencontact, ervaringsdeskundigheid, cursussen en trainingen vanuit die expertise is een waardevol en laagdrempelig, vaak informeel aanbod en beproeft bij herstel
- Schep voorwaarde voor zelfhulpgroepen en initiatieven voor vrijwilligerswerk en dagbesteding zonder tussenkomst van professionele hulpverleners. Zorg voor onafhankelijke ondersteuners, geef ruimte aan ervaringsdeskundigen, en ondersteun met praktische hulpmiddelen (ruimtes en gelegenheid tot printen e.d.). Randvoorwaarde is de knellende regelgeving voor vrijwilligers aanpakken (zoals b.v. beperkingen op WWB uitkeringsgerechtigde vrijwilligers, omslachtige aanvraagprocedures voor subsidies, aanbestedingsprocedures niet op vrijwilligers geënt, regels voor toekennen vrijwilligersvergoeding)
- Faciliteer acties tegen stigma.
- Zorg voor passend onderwijs voor de jeugd: thuis zitten schaadt en is funest voor toekomstperspectief.
- Zorg dat jeugdzorg naadloos aansluit op volwassen behandeling en zorg.
- Stimuleer samenwerkingsverbanden tussen diverse organisaties sociaal domein breed, bevorder van de integrale aanpak, de mens is een geheel en een integrale aanpak is voorwaarde voor succesvolle interventies.
- Werk samen met zorgverzekeraars en zorgkantoren, door jarenlange opgebouwde expertise en focus op preventieve korte trajecten zijn investeringen in nieuwe initiatieven gericht op herstel mogelijk.
- Zorg voor parameters voor klanttevredenheid, stimuleren van zelfregie en bevorderen van herstel vanuit clientperspectief.
- Respecteer de rechten van mensen in het bijzonder mensen met een handicap en zorg dat hier informatie, advies en ondersteuning beschikbaar over is voor iedereen.
- Ruimte geven aan passend vrijwilligerswerk: randvoorwaarde om een start te kunnen maken met re-integratie, voldoende ondersteuning en begeleiding en scholing is geboden, daarnaast is het van belang dat de doorgroei naar een betaalde baan in het bereik komt. Netwerk van reïntegratiebedrijven en concrete plaatsen vragen om realisatie op korte termijn.
- Afschaffen van financiële regelingen hebben grote consequenties voor de mensen die nu al leven van een zeer beperkt budget. Oog voor noden en actief armoedebeleid kunnen hier behulpzaam zijn. Inzet van een maatwerkvoorziening kan daarmee voorkomen worden.
- Toegang tot de algemene- en maatwerk voorzieningen moet transparant geregeld zijn waarbij informatie van cruciaal belang is, opdat de keuze door mensen zelf gemaakt kan worden. De tijd krijgen om informatie te verwerken, ondersteuning te vragen en om verheldering te vragen moet er gemaakt worden, zonder restricties
- Erkennen dat bepaalde maatwerkvoorzieningen levenslang nodig zijn voor een specifieke groep mensen zoals b.v. beschermd wonen (waarbij uiteraard oog is voor het scheiden van zorg en wonen en de ondersteuning die dat vraagt van professionals) en ambulante begeleiding thuis en bepaalde vormen van dagbesteding. Continuïteit en professionele expertise in dit aanbod is noodzakelijk.
- Zorg voor samenhang tussen Wmo, participatiewet, jeugdwet en justitie en adequate ondersteuning (samenwerking is hier van cruciaal belang) in deze specifieke situaties.

Meedoen en zelfredzaam zijn!

- Regel de medezeggenschap/cliëntenparticipatie: zorg dat vertegenwoordigers vroegtijdig in staat worden gesteld gevraagd en ongevraagd advies uit te brengen bij beleidsvorming over verordeningen en beleidsvoorstellen. Dat wil zeggen dat er voldoende informatie en ondersteuning beschikbaar moet zijn. Zorg bij de inrichting van cliëntenparticipatie voor verbreding van de doelgroepen, faciliteer en financier netwerkvorming breed. Samenwerking van cliëntenraden zorginstellingen, Wmo raad en cliëntenraden van gemeenten, UWV en SVB. Cliëntenraden moeten elkaar gaan opzoeken en hebben daarin onafhankelijke ondersteuning, tijd, expertiseopbouw en daaraan gekoppelde financiering nodig.
- Beslis met en niet over mensen.

Wilt u zich verder informeren?

www.invoeringwmo.nl

www.movisie.nl

www.lpggz.nl

www.samensterkzonderstigma.nl

Zorgvragersorganisatie GGZ Midden Holland (ZOG MH)

Tielweg 3
2803 PK Gouda
Tel 0182-519060
www.zogmh.nl



@zogmh



ZOG MH