

Zinvolle daginvulling bij langdurig psychische problemen | Mensen voorop, niet regels en geld

Geplaatst op 24 mei 2023



We willen niet dat een ander voor ons bepaalt wat we moeten doen. Of wat voor ons zinvol zou zijn. Toch is dat wat in de langdurige ggz gebeurt. Beperkte standaard manieren om je dag in te vullen, druk op hulpverleners om cliënten te ‘activeren’ om doelen te behalen en budgetten niet te overschrijden. Hoe kan het anders?

Beluister artikel

Hoe kunnen we voor een zinvolle dag zorgen voor mensen die langdurig in een kliniek verblijven, of in een beschermde woonvorm wonen? Dat is de centrale vraag tijdens de bijeenkomst van de beweging Radicale vernieuwing langdurige ggz, begin mei.

Van de partij zijn onder meer cliënten, ervaringsdeskundigen, een familie-ervaringsdeskundige, cliëntenraadsleden, ervaringswerkers, begeleiders, zorgmedewerkers, managers, een psychiatrisch verpleegkundige en een onderzoeker.

Eerdere ontmoetingen over zinvolle daginvulling leidden al tot de oprichting van het ‘actieteam’ [Zinvolle daginvulling](#) (dat deze bijeenkomst organiseerde). Zodat deelnemers samen in de praktijk zinvolle daginvulling kunnen realiseren.

Zinvol?

Wat is ‘zinvol’? Bepalen wij dat als hulpverlener, zorgorganisatie of maatschappij? Of bepaalt de mens/cliënt om wie het gaat, wat voor hem of haar zinvol is? Allereerst wordt genoemd dat het belangrijk is om de mens die met psychische problemen te maken heeft, te zien en benaderen als mens. En niet vooral als cliënt, vanuit een ziektebeeld. Als je aansluit bij wat voor elk uniek individu belangrijk is, helpt dat om buiten de ‘gebaande zorgpaden’ te treden. Dan kan degene om wie het gaat met hulp van hulpverleners en naasten ontdekken wat voor hem ‘zinvol’ kan zijn – en hoe een zinvolle daginvulling eruit zou kunnen zien.

“Begin bij de vraag aan wiens doel je eigenlijk werkt”

Erachter komen wat 'zinnig' voor jou betekent, kan voor ieder mens een zoektocht zijn, geven aanwezigheid aan. Dus laten we daar ook in de langdurige ggz de ruimte voor nemen. Dan bewegen we vanzelf van een aanbodgerichte ggz(-dagbesteding) naar een vraaggerichte ggz waarin mensen zelf kunnen bepalen wat ze willen doen. Een ggz die uitgaat van behoeften van mensen, niet van een vast aanbod waar mensen binnen moeten passen ook als dat niet aansluit bij hun behoeften.

Dat begint bij de vraag aan wiens doel je eigenlijk werkt. Jouw doel? Een doel van de zorgorganisatie? Doelen die door anderen/de samenleving nagestreefd worden, zoals actief en succesvol zijn midden in de samenleving? Of kunnen cliënten zelf bepalen wat voor hen zinvol is.

Zinloos



Er zijn mensen die hun dagen niet anders ervaren dan zinloos. Aangegeven wordt dat dat ook bij het leven hoort. Zeker als mensen langdurig psychische problemen ervaren. En misschien is het zelfs wel zo dat we, door de focus in onze samenleving op dat ons leven vooral zinvol en succesvol zou moeten zijn, niet hebben geleerd hoe je om kunt gaan met ervaringen van zinloosheid. Zo bezien is het kunnen leren omgaan met zinloosheid dus ook belangrijk. Ook voor professionals, managers en bestuurders.

Kunnen we onze verwachtingen leren aanpassen en aansluiten op de persoon om wie het gaat en zijn specifieke leefomstandigheden op dat moment? Iemand die al heel lang psychotisch is en al jaren in een kliniek woont, wordt als voorbeeld aangehaald. "Als ik hem zo ver krijg dat hij zelf naar de winkel kan en het bankpasje tegen de pinautomaat aan kan leren houden, dan zet hij al hele grote stappen. Maar van leidinggevendens móét je dan 'dagbesteding' zoeken voor die cliënt, want dit zou niet om herstel gaan. Maar mogen dingen die voor ons misschien klein lijken, voor een ander zinnig zijn? Mogen zij gewoon zijn, met wat ze nu doen?"

Ook komt de vraag naar voren: Hoe verhouden rust en stabiliteit zich tot herstel? En: Is het ene nodig voor het andere? Kunnen rust en stabiliteit herstel zijn?

Als we dat zo kunnen leren zien, kan dat veel stress schelen. En kan dat ten goede komen aan het wel en wee, de gezondheid van mensen – van cliënten, naasten en van hulpverleners.

Geen idee!

Zinloosheid moeten we zoals aangegeven niet alleen accepteren, mensen moeten er ook bij ondersteund worden. Het is ook niet gek dat mensen dikwijls geen idee hebben wat zinvol voor hen is, als je het hen vraagt. In onze samenleving krijgen we van jongs af aan heel veel geleerd, maar niet hoe je ontdekt wie jij bent en wat voor jou nu eigenlijk zinvol is. Deelnemers geven aan dat je dit ook geleidelijk, stap voor stap met mensen kunt verkennen. Zonder dat je gelijk moet weten wat het nu precies is, dat bij die persoon past. Dat is ook niet een vast gegeven, het is iets dat kan veranderen.

Zetjes

'Activeren', in de zin van mensen ondersteunen om te verkennen hoe zij misschien volgende stappen kunnen zetten, wordt ook besproken. Volgende stappen richting meer stabiliteit, zelfstandigheid, of zinvolle dagen. Ervaringsdeskundigen en hulpverleners geven aan: zetjes krijgen en geven kan zeker ook goed uitpakken. De vraag is, zijn het zetjes die aansluiten bij wie en waar iemand is?

Dat ontdek je alleen door present en flexibel te zijn. Met toewijding voor wat er voor de ander toe doet.

Ook mensen in de langdurige ggz die dromen hebben, kun je zo ondersteunen. Ook als ze bijvoorbeeld piloot willen worden. Lijkt dat onmogelijk? Je kunt met dingen die met vliegen te maken hebben in de weer. Kleine stapjes zetten en een helicoptervlucht maken, wordt als voorbeeld uit de praktijk genoemd.

De bijeenkomst heeft deelnemers gesteund en zetjes gegeven om in de eigen praktijk volgende stappen te

zetten. Om breder dit gesprek te voeren en met de inzichten en gedeelde creatieve oplossingen aan de slag te gaan.

Deelnemers gaven aan welke concrete volgende stappen zij graag willen zetten.

Wat neem je je verder voor?

- Nog meer stilstaan bij wat zinvolle dagbesteding inhoudt. Wat is zinvol, wat moet, wat mag?
- Wensen, dromen naleven
- Met behandelaren en managers in gesprek om de focus te verschuiven van dagbesteding naar een zinvolle dag
- Zeer gevarieerd aanbod dagbesteding realiseren
- Handelen vanuit presentie
- In verbinding naast cliënt gaan staan
- Bewust ont-moeten
- Kleine stappen zien en waardering uitspreken
- Discussie over zinvolle daginvulling meenemen de organisatie in
- Vaker gaan zitten met dagbestedingsteam en dit soort thema's bespreken. Meer bewustwording van perspectief cliënt
- Samenwerking met alle betrokkenen van de afdeling (cliënten en professionals)
- Borging van ervaringswerk in de gehele organisatie, daar plan van aanpak voor maken
- Naar deze bijeenkomsten blijven komen
- Meer verbinden met andere organisaties en betere keuze herstel-aanbod
- Accepteren dat we zaadjes planten en geduldig zijn

Wat heb je nodig van andere mensen binnen Radicale vernieuwing?

- Samen blijven praten en ontwikkelen
- Ervaringen, ideeën en inzichten, succesverhalen van andere organisaties
- Nog meer openheid over eigen kwetsbaarheden hulpverleners
- Kijkje in de keuken bij een vergelijkbare langdurige opname-locatie
- Meer gesprekken met NZa en zorgverzekeraars over financiering van dagbesteding
- Begrip, minder druk, niet moeten maar mogen. Ruimte in de verplichtheid

Dit artikel is gepubliceerd in het zomernummer van ['Zorg & Zeggenschap'](#), het tijdschrift van LOC Waardevolle zorg

Meer artikelen over de thema's met trefwoorden:

Thema's: [Adviesonderwerpen van de cliëntenraad](#)

Trefwoorden: [kwaliteit](#), [radicale vernieuwing](#), [van regels naar relaties](#), [zorg en zeggenschap](#)