

# Herstelondersteunend behandelen

Door Jos Dröes, psychiater np  
Stichting Rehabilitatie '92  
Utrecht

## **Wat is herstel?**

- **Herstel is opkrabbelen na of bij ziekte**
- **Herstel is een proces van de cliënt**
- **Herstel is niet hetzelfde als genezing**
- **Herstel is wat de cliënt zelf aangeeft**

## **Aspecten van herstel**

- **Herstel van identiteit of persoon**
- **Herstel van gezondheid**
- **Herstel van dagelijks functioneren**
- **Herstel van maatschappelijke rollen**

## Wat is herstelondersteuning?

- **Alle ondersteuning van herstel binnen en buiten de GGZ**
- **Gegeven door lotgenoten, familie, vrienden, collega's, buren, maatschappelijke instanties en hulpverleners**
- **Hulpverleners hebben een belangrijke maar bescheiden plaats**
- **Moderne hulpverlening is erop gericht de herstelondersteuning door het natuurlijke netwerk van de cliënt zoveel mogelijk te bevorderen**

# Ondersteuning van aspecten van herstel

Wanneer je wilt werken aan...	Dan kun je gebruik maken van...	Om te bereiken...
Herstel van persoon/ identiteit	Herstelwerkgroepen Zelfhulpgroepen Psychotherapie	Persoonlijke identiteit, beter zelfgevoel, zingeving
Herstel van gezondheid	Psychotherapie, Gesprekken Leren omgaan met symptomen Behandeling met medicatie Bemoeizorg	Genezing van ziekte Minder symptomen Gezond leven
Herstel van dagelijks functioneren	Rehabilitatie in de leefomgeving	Beter dagelijks functioneren thuis, zelfzorg, huishouden, financiën
Herstel van maatschappelijk rolfunctioneren	Rehabilitatie in de maatschappij	Maatschappelijke identiteit, vervullen van rollen

## Kenmerken van herstelondersteunende zorg

- \* De hulpverlener heeft een houding van **hoop** en optimisme en straalt dit uit
- \* Is **present** (aandachtig aanwezig) en
- \* Gebruikt zijn professionele referentiekader op een terughoudende en **bescheiden** wijze
- \* Maakt ruimte voor, ondersteunt het maken van en sluit aan bij het **eigen verhaal** van de cliënt
- \* Herkent en stimuleert het benutten van **eigen kracht** van de cliënt (empowerment) zowel individueel als collectief
- \* Erkent, benut en stimuleert de **ervaringskennis**/deskundigheid van de cliënt
- \* Erkent, benut en stimuleert de ondersteuning van de cliënt door **belangrijke anderen**
- \* Is gericht op het **verlichten van lijden** en het vergroten van **eigen regie/autonomie**

## **Herstelondersteunende zorg, behandeling en rehabilitatie**

- **Herstelondersteunende zorg =  
faciliteren zelfhulp + behandeling + rehabilitatie**
- **Behandeling = terugdringen van ziekte,  
ondersteunen herstel van gezondheid en  
verwerken van levensgebeurtenissen**
- **Rehabilitatie = ondersteunen van herstel van  
dagelijks functioneren en maatschappelijk  
rolfunctioneren**

# Onderscheid behandeling en rehabilitatie

## Behandeling

Hulpverlener is deskundige

Doelen van cliënt en/of behandelaar, algemeen wenselijk geachte doelen

Dwangbehandeling mogelijk

Gericht op gezondheid, stabilisatie, symptoombestrijding

## Rehabilitatie

Hulpverlener is ondersteuner

Alleen doelen van cliënt

Dwangrehabilitatie bestaat niet

Gericht op rollen, groei en ontwikkeling

*De verschillen tussen behandeling en rehabilitatie worden moeilijk overbrugbaar wanneer je aanbodgericht denkt*



## Wat is rehabilitatie? (1)

- **Op systeemniveau:** Eerherstel
- **Op het individuele vlak:** Maatschappelijke revalidatie

## Wat is rehabilitatie? (2)

- **Ondersteuning bij verkennen, kiezen, verkrijgen en behouden van persoonlijke doelen**
- Op het gebied van **dagelijks functioneren** (voor je huis en voor jezelf zorgen, boodschappen doen, koken, afwassen, wassen, je post openmaken en verwerken, je huur betalen etc.) en
- Op het gebied van **maatschappelijk rolfunctioneren** (wonen, werken, leren, sociale en familie contacten, financiën; het vervullen van rollen als: huurder, huisgenoot, werknemer, leerling, cursist, verenigingslid, moeder, vriend of vriendin)
- **Ondersteuning** wil zeggen: hulp bij het stellen en bereiken van doelen; het inventariseren, verwerven en gebruiken van de noodzakelijke vaardigheden en hulpbronnen

# **Wat is herstelondersteunende behandeling? (1)**

- **Behandeling in een herstelgericht kader, gericht op herstel van gezondheid**
- **Bijvoorbeeld door bemoeizorg, medicamenteuze behandeling, psychotherapie en gesprekstherapie**
- **Volgens de kenmerken van herstelondersteunende zorg**
- **Met een oog op rehabilitatie: verwijzen, ondersteunen, legitimeren en crisisbehandeling**

# **Wat is herstelondersteunende behandeling? (2)**

## **Enkele voorbeelden**

- 1. Persoon steunen bij het maken van eigen verhaal**
- 2. Hulp bieden bij het verwerken van trauma's**
- 3. Persoon helpen zijn “personal medicine” te vinden en te gebruiken**
- 4. Persoon helpen bij omgaan met symptomen: CGT, omgaan met stemmen**
- 5. Persoon helpen om naast het ontwikkelen van copingstrategieën ook hersteldoelen na te streven (IMR)**
- 6. Shared decisionmaking m.b.t medicatiegebruik en andere therapieën**

# Wat is herstelondersteunende behandeling (3)

## Schakelen

Disciplinerend



Coaching

Ziektebestrijding



Herstelondersteuning

Behandeling



Rehabilitatie

Het is eenvoudiger om vanuit een coachende rol af en toe disciplinerend op te treden dan vanuit een disciplinerend denkkader ineens als coach te gaan optreden

Vaak doe je verschillende dingen op verschillende terreinen

# Implementatie van herstelondersteunende zorg

## Drie aandachtspunten

- \* **Neem tijd voor visieontwikkeling**
- \* **Betrek behandelaars erin**
- \* **Werk met ervaringsdeskundigen**

## **Ruimte maken voor herstel**

**Ga (vaak) langzamer dan de cliënt**

**Maak tijd voor overweging en beschouwing**

**Apprecieer het leven buiten de hulpverlening**

**Geef ruimte aan en bemoedig initiatieven van cliënten**

**Goede behandeling van de ziekte, het verminderen van symptomen, de afname van lijdensdruk maken ruimte voor herstel!**

**Dank voor uw aandacht**



## **Implementatie van herstelondersteunende zorg**

- **Lang, gecompliceerd**
- **Beginfase, vervolgfase en verankeringsfase**
- **In elke fase een traject voor cliënten, een traject voor medewerkers en een traject op organisatieniveau**