

Ex-patiënten steeds vaker werkzaam in psychiatrische zorg

- ▶ 'Goed als personeel weet wat patiënt doormaakt.'
- ▶ Zo'n vijftig ex-patiënten werken nu in de psychiatrie.

Van onze verslaggeefster
Margreet Vermeulen

DEN DOLDER De psychiatrie heeft steeds vaker ex-patiënten op de loonlijst staan. Deze 'ervaringsdeskundigen' kunnen beter invoelen wat de patiënten doormaken en een brug slaan tussen patiënten en begeleiders, zo is de verwachting. Het idee komt overgewaaid uit de Verenigde Staten, Groot-Brittannië en Nieuw-Zeeland.

Inmiddels zijn er twee mbo-opleidingen waar een kleine honderd ex-patiënten een opleiding Begeleider Geestelijke Gezondheidszorg met Ervaringsdeskundigheid volgt. GGZ Eindhoven hoopt binnenkort een hbo-opleiding voor ervaringsdeskundigen van de grond te tillen.

Bestuursvoorzitter Roxanne Vernimmen van Altrecht, een Utrechtse instelling voor geestelijke gezondheidszorg, wil dat op termijn 5 tot 10 procent van het personeel ervaring heeft als patiënt. 'Het komt de behandeling van de pa-

tiënt ten goede als een deel van het personeel weet hoe het voelt om opgesloten te zitten in een psychiatrisch ziekenhuis.'

Bovendien hoopt Vernimmen dat de inzet van ex-patiënten destigmatiserend werkt. 'Niemand schaamt zich voor een gebroken been. Want je wordt er als persoon niet op aangekeken als je je been breekt. Maar iemand die doordraait wel. Die wordt vereenzelvigd met zijn ziekte.'

Inmiddels zijn naar schatting zo'n vijftig ervaringsdeskundigen werkzaam in de psychiatrie. 'Het is geen modegril', zegt Vernimmen. 'Dit is echt een cultuuromslag.'

Er moeten nog wel weerstanden worden overwonnen. Het zittende personeel is bang dat de nieuwkomers vaker zullen verzuimen en dat ze vertrouwelijke informatie niet voor zich kunnen houden. De nieuwkomers brengen hun persoonlijke ervaringen in, 'terwijl veel hulpverleners bang zijn als het te persoonlijk wordt', weet Vernimmen.

Sommige ex-patiënten willen de psychiatrie van binnenuit verbeteren. Anderen hebben juist als patiënt hele positieve ervaringen en willen die doorgeven.



Weten hoe het is om stemmen te horen

Achtergrond

► Ex-patiënte Figlarz wil als begeleider vooral betrokken zijn.

► '10 procent personeel moet ervaringsdeskundige zijn.'

Van onze verslaggeefster
Margreet Vermeulen

DEN DOLDER 'Jullie hebben makkelijk lullen', dacht Marga Figlarz vaak over haar hulpverleners toen ze achter slot en grendel zat in een psychiatrisch ziekenhuis. 'Ze stellen je de meest intieme vragen over schaamtevolle zaken. Je moet met je billen bloot. Terwijl de hulpverleners strak in het pak toekijken. De meesten hebben geen idee hoe pijnlijk dat is.'

Zes jaar later is Marga Figlarz terug in een psychiatrische kliniek in Utrecht. Niet als patiënt, maar als begeleider van jongeren met psychotische stoornissen. Ze is een van de zeven ex-patiënten die Altrecht op de loonlijst heeft staan.

Op termijn wil Altrecht dat 5 à 10 procent van de werknemers officieel 'ervaringsdeskundig' is.

Het is een 'hot' thema in de psychiatrie: de inzet van ervaringsdeskundigen. In elk team zou een medewerker moeten zitten die weet hoe het is om stemmen te horen, in de isoleer te zitten of een depressie door te maken. ROC Zadkine in Rotterdam is een opleiding gestart voor Begeleiders Geestelijke Gezondheidszorg met Ervaringsdeskundigheid. Net als ROC Midden Nederland. Er zijn nu ongeveer honderd studenten in opleiding.

Bestuursvoorzitter Roxanne Vernimmen van Altrecht is een warm pléitbezorgster van ervaringsdeskundigen. 'Ze hebben een belang-

rijke voorbeeldfunctie omdat ze cliënten het bewijs leveren dat herstel mogelijk is.'

Marga Figlarz vindt beslist niet dat ze slecht werd behandeld toen ze ondervoed, verslaafd en volstrekt in de war werd opgenomen. 'Hoewel ik bij veel hulpverleners iets proefde van: eigen schuld meisje. Maar een enkele hulpverlener kan het verschil maken. Er kwam er eentje op mijn pad die zichtbaar schrok van de foto's die van me waren gemaakt toen ik nog maar 46 kilo woog. Ze had er slecht van geslapen, zei ze. Ik wist niet wat ik hoorde: iemand die van mij wakker had gelegen.'

De witte raven onder de hulpverleners hebben Figlarz geleerd weer van zichzelf te houden. 'Als die er niet waren geweest had ik hier nu niet gezeten. Daarom wil ik dat nu zelf overdragen.'

Veel hulpverleners zijn geneigd te veel voor de patiënt te denken, denkt Figlarz. 'Ze willen het pad naar herstel helemaal voor je uitstippelen. Dat werkt niet. Je hebt wel steun nodig en advies, maar als cliënt moet je wel zelf aan het roer blijven staan.'

In de Angelsaksische landen worden als sinds jaar en dag ex-patiënten opgeleid voor banen in de psychiatrie. 'Ik ken een Engelse instelling waar 10 procent van de werknemers ervaringsdeskundig is. Van de top tot aan de schoonmaak', vertelt bestuursvoorzitter Vernimmen van Altrecht. 'Dat staat ons ook voor ogen. We staan aan het begin van een beweging die niet meer is te stoppen.'

'We kunnen heel veel leren van mensen die het zelf meegemaakt hebben', meent Rob Ruijs, trainer

en coach bij Altrecht. 'En ze zijn gigantisch gemotiveerd.'

Dit alles wil niet zeggen dat het ex-patiënten uitsluitend voor de wind gaat. 'Instellingen maken goede sier met een enkele ervaringsdeskundige hier en daar, maar het is best moeilijk een stageplaats te vinden voor onze studenten', zegt Ruijs. 'Straks moeten ze wel een baan krijgen. Terwijl deze werknemers kwetsbaarder zijn dan gemiddeld. Ze zijn gevoeliger voor stress. En wie ooit last heeft gehad van een depressie of een psychose kan een terugval doormaken.'

Toen Figlarz solliciteerde bij Altrecht, werd haar gevraagd of ze vaak ziek zou zijn. 'Toen vroeg ik: hoe vaak word jij het komende jaar ziek?', zegt Figlarz. 'Dat hielp.'

Bij Altrecht hopen ze dat de inzet van ervaringsdeskundigen het stigma verlicht dat aan psychiatrische patiënten kleeft. 'Ze worden vaak in verband gebracht met problemen en criminaliteit. Maar ze zijn veel vaker slachtoffer van geweld dan dader', zegt Roxanne Vernimmen.

Een op de vijf Nederlanders heeft ooit met psychische of psychiatrische problemen gekampt. 'Dat betekent dat gemiddeld al een op de vijf medewerkers al ervaringsdeskundig is. Maar we weten het niet van elkaar. De ervaringsdeskundigen helpen ons misschien die drempel over. Het is hoog tijd. Kom uit de kast.'

'Ervaringsdeskundiger leveren het bewijs dat herstel mogelijk is'

