




Een wens in vervulling

Individuele Rehabilitatiebenadering (IRB)

Informatie over
de individuele
rehabilitatie-
benadering
en de resultaten

Een uitgave van de IRB-onderzoeksgroep
met ondersteuning van  ZonMw

Inhoud

De Individuele Rehabilitatiebenadering	3
Waarom deze brochure?	3
Aanpak volgens de Individuele Rehabilitatiebenadering	4
Wat heeft begeleiding met de IRB te bieden?	6
Effectiviteit van de IRB op basis van onderzoek: de resultaten	6
Voor wie is de IRB?	7
Aanvullende informatie	7
Het onderzoek	9

Bijlagen

1 Activiteiten van de hulpverlener in de IRB	11
2 Deelname aan het onderzoek	11

‘De IRB gelooft in de mogelijkheden van mensen om hun functioneren te verbeteren en zelf doelen te formuleren. Cliënten werken aan zelfgekozen toekomstwensen. De IRB is een persoonlijke benadering.’

De Individuele Rehabilitatiebenadering

De Individuele Rehabilitatiebenadering (afgekort als IRB) is een hulpverleningsmethode om mensen met psychische beperkingen te ondersteunen bij het realiseren van hun toekomstwensen op het gebied van wonen, werken, leren, dagbesteding en sociale contacten.

Elk mens heeft eigen wensen en ideeën over hoe hij of zij het liefst zou willen leven, wonen, werken en leren. Wanneer je al lang psychiatrische problemen hebt, is het vaak moeilijk om je leven in te richten zoals je zelf graag wil. Je komt niet meer toe aan die wensen. Je durft niet meer. Je zou wel willen, maar weet niet hoe. Of er zijn praktische drempels.

Waarom deze brochure?

In heel Nederland zijn IRB-begeleiders verbonden aan GGz-organisaties en veel mensen hebben goede ervaringen opgedaan met deze vorm van ondersteuning. Kort geleden is ook een wetenschappelijk onderzoek afgerond waarin het succes van de IRB-begeleiding werd vergeleken met andere vormen van begeleiding. Deze folder is geschreven om te informeren over de IRB en over de uitkomsten van dit onderzoek. Het onderzoek is uitgevoerd door onderzoekers van Altrecht, het Trimbos-instituut en de Rijksuniversiteit Groningen*.

Met hulp van de Individuele Rehabilitatiebenadering kunnen mensen aan wensen op het gebied van wonen, werk, dagbesteding, opleiding en sociale contacten werken. IRB-begeleiders bespreken in individuele gesprekken samen met cliënten wat men graag zou willen veranderen en welke stappen men kan nemen. Ook krijgt men steun bij het nemen van die stappen. IRB-begeleiding kan men krijgen naast de gewone zorg of behandeling. De cliënt bepaalt zelf waarover gesproken wordt en waaraan hij of zij wil werken. De IRB-begeleider heeft de tijd en de kennis om te ondersteunen bij het realiseren van die wensen.

Wat zijn wensen waar mensen met de IRB aan werken?

“Ik wil een vaste dagbesteding buitenshuis, maar het moet wel leuk zijn.”

“Ik wil graag in een verzorgingshuis gaan wonen in een rustige omgeving waar ik me prettig voel.”

“Ik zou graag wat meer contact met mijn familie hebben, maar ik weet niet hoe ik dit aan moet pakken.”

“Het gaat weer wat beter met mij en ik ben er aan toe om weer een opleiding te gaan doen, maar ik weet niet wat bij mij past en wat ik aan kan.”

* Swidens, W, J.T. van Busschbach, H. Michon & H. Kroon (2007) Individuele rehabilitatiebenadering (IRB) bij ernstige psychiatrische stoornissen: effect op rehabilitatiedoelen en kwaliteit van leven. In: Schene, A. , F. Boer, J.P.C. Jaspers, B. Sabbe & J. van Weeghel (red.) Jaarboek voor Psychiatrie en psychotherapie 2007-2008. Houten: Bohn Stafleu van Loghum, pp 335-353.

Aanpak volgens de Individuele Rehabilitatiebenadering

De hulpverlening volgens de IRB is verdeeld in drie stappen:

Stap 1: kiezen

Als eerste vraagt de IRB-hulpverlener aan iemand wat hij of zij precies in de toekomst wil bereiken op een zelfgekozen rehabilitatiegebied. Bijvoorbeeld: waar wil je wonen, in welke woonvorm, met wie? Als het doel nog niet duidelijk is zal de hulpverlener helpen bij het verhelderen van het doel. Dat kan bijvoorbeeld gebeuren door een gezamenlijk bezoek aan verschillende woonvormen, een keuze maken en een aanmelding voor een woonvorm doen. De stap van 'het kiezen' is af wanneer je precies weet wat je wilt bereiken, dus bijvoorbeeld wonen in een bepaald huis, werken in een bepaalde baan of lid worden van een bepaalde vereniging.

Stap 2: verkrijgen

Dan volgt de actie om je doel te behalen. De IRB-begeleider bespreekt samen met de cliënt welke stappen daarvoor nodig zijn. Wat kun je zelf en wat moet je nog leren, welke vaardigheden heb je nodig om je doel te bereiken en wie kan daarbij helpen? Wat moet je bijvoorbeeld doen en welke hulp heb je nodig om te kunnen verhuizen?

Stap 3: behouden

Stap 3 is het leren van vaardigheden die je nodig hebt om dat wat je bereikt hebt vast te houden. Daar hoort natuurlijk ook ondersteuning bij.

Uit de praktijk

"Ik wil graag vrijwilligerswerk doen, of in elk geval wat meer om handen hebben en meer structuur in mijn leven."

Een getrouwde vrouw wilde graag vrijwilligerswerk doen, het liefst met kinderen. Met haar IRB-begeleider besprak ze de wensen en mogelijkheden om leuk vrijwilligerswerk en andere activiteiten te verkrijgen. Al vrij snel besloot ze om regelmatig voor haar kleinkinderen te gaan zorgen, waarmee haar wens om meer om handen te hebben werd vervuld. Na een jaar kwam er een doel bij: ze wilde makkelijker contact maken en houden. Met hulp van steunende gesprekken met de IRB-begeleider is de vrouw weer gaan zwemmen, waardoor het doel gedeeltelijk behaald is. In het tweede jaar heeft ze oude contacten hersteld. Ze nam een jong hondje en volgde een puppycursus. Behalve dat dit erg leuk was, had ze ook nog eens extra dagbesteding en zorgde dit automatisch voor contacten.



Wat heeft begeleiding met de IRB te bieden?

- Meer inzicht in je eigen toekomstwensen: wat wil ik veranderen op het gebied van wonen, werk, leren, dagbesteding en sociale contacten? Wil ik wel verandering, ben ik er wel aan toe?
- Goede informatie over mogelijkheden en een weloverwogen keuze voor een bepaalde omgeving om in te wonen, werken, leren en sociale contacten te onderhouden.
- Opstellen van een rehabilitatieplan waarin de stappen beschreven staan hoe je toekomstwensen kunt bereiken en vasthouden.
- Ondersteuning bij het leren van vaardigheden die onmisbaar zijn voor het bereiken van het rehabilitatiedoel (zoals studievaardigheden als je een studie wilt gaan volgen of 'contacten leggen' als je meer sociale relaties wilt onderhouden).
- Ondersteuning door anderen organiseren, zoals een studiebegeleider of een maatje dat meegaat naar sociale activiteiten.

Uit de praktijk

Rehabilitatie kan bijdragen aan herstel: "Ik voelde me eindelijk serieus genomen. Ik riep al heel lang dat ik graag wilde werken, maar om allerlei redenen kreeg ik het niet voor elkaar. Door kleine stapjes te nemen, werd me duidelijk dat ik iets met dieren wilde doen, en door hulp te vragen heb ik langzaam geleerd dit baantje vol te houden. Er was eindelijk aandacht voor mijn wens. Mijn begeleider heeft me gestimuleerd zelf actie te ondernemen, verandering komt niet zomaar op je af!"

Effectiviteit van de IRB-benadering op basis van onderzoek: de resultaten

De resultaten van het werken met de IRB zijn onderzocht. Daaruit kwamen de volgende conclusies:

Clënten die IRB-begeleiding krijgen, slagen er na een jaar twee keer zo vaak in om hun doelen helemaal te behalen, in vergelijking met cliënten die andere vormen van rehabilitatiegerichte begeleiding krijgen.

Na een jaar bereikte 31% van de cliënten die IRB-begeleiding kregen hun rehabilitatiedoel geheel, tegen 17% van de cliënten die andere begeleiding kregen.

IRB trajecten zijn ook op langere termijn succesvoller.

Na twee jaar bereikte 46% van de cliënten die IRB-begeleiding kregen hun rehabilitatiedoel volledig, tegen 32% van de cliënten die andere begeleiding kregen.

Clënten die hun rehabilitatiedoelen bereikten, ervaren ook een hogere kwaliteit van leven, met andere woorden, ze zijn meer tevreden, voelen zich gelukkiger.

Uit de praktijk

“Ik wil wat meer kleur in mijn leven door wat meer te ondernemen in de omgeving waar ik woon.” Een vrouw woont in een beschermende woonvorm en wilde graag wat meer te doen hebben, met meer ontspanning en betere familiecontacten. De IRB-begeleider bespreekt met haar wat haar wensen zijn, en wat er nodig is aan vaardigheden en hulpbronnen. Cliënte besluit om wekelijks te gaan zwemmen en wandelen. Ook bespreekt ze hoe ze het contact met haar broers en zussen kan proberen te herstellen. Al snel worden de eerste doelen behaald en wilde deze vrouw werken aan een ander doel, namelijk beter bewegen en afvallen. Op dit gebied heeft de IRB-begeleider extra hulp geregeld. Gedurende het traject is de vrouw zelf zeer actief geweest en heeft ze extra hulp gekregen van een vriend.

Voor wie is de IRB?

De IRB-werkwijze kan waardevol zijn voor alle mensen met een psychiatrische handicap die op het gebied van wonen, werk, leren, dagbesteding en sociale contacten een wens tot verandering hebben. Het kan zowel gaan om ‘kleine’ stappen, bijvoorbeeld eens een dagactiviteitencentrum bezoeken, of om ‘grotere’ stappen zoals een betaalde baan zoeken.

Aanvullende informatie

Hoe lang duurt de individuele rehabilitatiebenadering?

Een succesvol rehabilitatietraject kan driekwart tot anderhalf jaar duren met wekelijkse bijeenkomsten of enkele keren per maand. Bij kleinere doelen kan een traject ook korter duren.

Kun je aan meer doelen tegelijk werken?

Dat kan, maar om resultaat te bereiken, leert de ervaring dat het beter is om met één doel tegelijk te beginnen.

Hoe sluit de IRB aan op de rest van de hulpverlening?

Rehabilitatie is meestal niet de enige vorm van hulpverlening. Het kan een waardevolle aanvulling zijn op bijvoorbeeld de behandeling gericht op psychiatrische symptomen.

Meer informatie over de IRB

De Individuele Rehabilitatiebenadering is in de Verenigde Staten door Farkas & Anthony ontwikkeld in de jaren tachtig. Sinds de jaren negentig geeft de stichting Rehabilitatie '92 trainingen aan GGz-hulpverleners en ook aan ervaringsdeskundigen in Nederland. Een overzicht van de activiteiten van de hulpverlener in de IRB wordt gegeven in de bijlagen bij deze brochure. In Nederland is een groot aantal rehabilitatiebegeleiders opgeleid in de IRB. Anno 2007 werken 50 GGz-instellingen met de IRB. De Stichting Rehabilitatie '92 organiseert ook opleidingen tot IRB-docent en tot IRB-werkbegeleider. Informatie: Stichting Rehabilitatie '92, Westersingel 94, 3015 LC Rotterdam, tel. 010-436 1560, fax. 010-436 0342, e-mail: info@Rehabilitatie92.nl.



Het onderzoek

Het onderzoek naar de effecten van de IRB werd gehouden onder mensen met langdurige psychiatrische problematiek, die cliënt zijn van een GGz-instelling. Zij konden meedoen aan het onderzoek als zij een wens hadden om iets in hun leven te veranderen. Niet alle veranderwensen kwamen in aanmerking voor het onderzoek, het ging speciaal om wonen, sociale contacten, werk, leren of dagbesteding.

Het onderzoek vergeleek twee manieren van begeleiding bij de veranderwensen:

- de Individuele Rehabilitatiebenadering (IRB)
- andere vormen van rehabilitatiebegeleiding.

Het onderzoek had als vraag met welke begeleiding cliënten er beter in slagen hun veranderwens te bereiken.

Startinterview

Als cliënten mee wilden doen aan het onderzoek, kregen zij eerst informatie. Degenen die na de informatie mee wilden doen en in aanmerking kwamen voor het onderzoek, zijn geïnterviewd. In dat startinterview is uitgebreid gevraagd welke wensen iemand had, en werd gevraagd hoe hij of zij sociaal functioneerde, welke behoeften aan hulp hij of zij had, en hoe degene oordeelde over diens kwaliteit van leven.

Loting

Na het interview werd met een loting bepaald welke begeleiding de deelnemer aan het onderzoek zou krijgen: IRB of andere begeleiding. Deelnemers konden dus niet zelf kiezen. Dit is gedaan om de twee begeleidingsmanieren zo eerlijk mogelijk met elkaar te kunnen vergelijken. Na de loting werden de deelnemers zo snel mogelijk aan een begeleider gekoppeld. De begeleiding en behandeling die men al kreeg bij andere zaken liep gewoon door. De nieuwe begeleider en de onderzoeksdeelnemer probeerden in drie tot vier gesprekken de wens te 'vertalen' in een concreet doel waarop de begeleiding zich richtte, bijvoorbeeld 'met een kennis één keer per week schaken in het buurthuis'.

Wensen in vervulling na 1 jaar?

Na 1 jaar werd iedere deelnemer gevraagd in hoeverre de betrokkene van mening was dat het doel behaald was, met andere woorden, of de wens in vervulling was gegaan. Deelnemers konden bij hun antwoord kiezen uit (1) helemaal of grotendeels, (2) enigszins, of (3) helemaal niet of nauwelijks. Ook stelden we een groot aantal vragen uit het startinterview opnieuw. Zo zijn opnieuw het functioneren, hulpbehoefte, kwaliteit van leven en empowerment (geloof in mogelijkheden

Uit de praktijk

"Ik zou graag een leuk iemand ontmoeten, waarmee ik een relatie kan aangaan."

Een gescheiden vrouw woont in een beschermde woonvorm, heeft vrijwilligerswerk en bezoekt af en toe het DAC. Toch heeft ze nog een wens op het gebied van sociale contacten: ze wil graag een vaste relatie. Samen bespreken ze wat voor soort partner cliënte wil en in welke omgevingen de kans aanwezig is om een geschikte partner te vinden. Met hulp van een IRB-begeleider heeft ze zich ingeschreven bij een website voor vriendschap en relaties. In het tweede jaar van het IRB-traject ontmoet ze iemand bij een inloop waarmee het klikt. Het doel was daarmee gerealiseerd en de vrouw geniet er zeer van.

voor verandering) in kaart gebracht. Dat deden we om na te gaan of cliënten er, behalve in het behalen van persoonlijke doelen, ook in andere opzichten op vooruit waren gegaan.

Langere termijn, na 2 jaar

Twee jaar na de start stelden we precies dezelfde vragen aan de deelnemers als na één jaar. Zo hoopten we inzicht te krijgen in de resultaten van rehabilitatie op de wat langere termijn. Een extra reden hiervoor was dat in veel gevallen de begeleiding na één jaar nog doorliep.

En de hulpverleners

In het onderzoek werd ook bij de hulpverleners informatie opgevraagd. Zo brachten we onder andere in kaart hoe hulpverleners oordeelden over de werkrelatie met de cliënt en van welke soorten zorg betrokkene gebruik had gemaakt.

Modelgetrouw

Voor deze studie was het ook belangrijk om te weten of de aangeboden begeleiding in de IRB-groep ook daadwerkelijk (goede) IRB-begeleiding was, die uitgevoerd werd volgens de voorschriften en methodische handvatten. Daarom hebben we een instrument gemaakt om de 'modelgetrouwheid' van IRB te meten (is de begeleider 'trouw' geweest aan de IRB-werkwijze). Uit de gegevens die we met dat instrument verzamelden bleek dat de IRB-begeleiders de methode (heel) goed toegepast hebben. Voor de andere groep begeleiders, degenen die de meer gebruikelijke vorm van begeleiding gaven, hadden we niet zo'n instrument. Wel weten we dat geen van die begeleiders IRB-deskundig was.



In schema

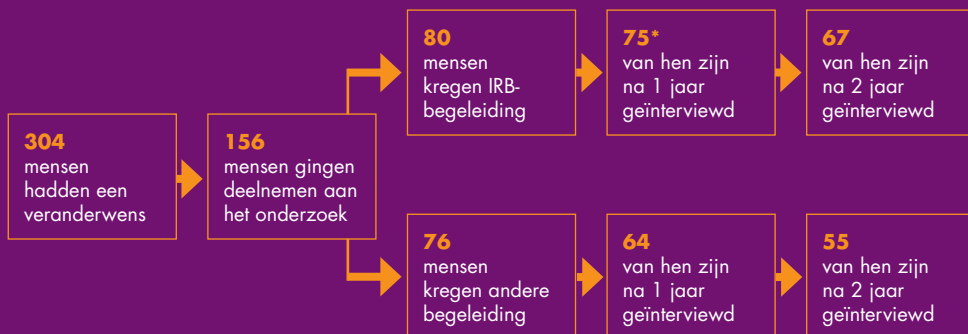
Bijlage 1

Activiteiten van de hulpverlener in de IRB

Diagnostiek	Planning	Interventies
<p>Algemeen</p> <ul style="list-style-type: none">• Een band scheppen <p>Het stellen van een revalidatiedoel</p> <ul style="list-style-type: none">• Doelvaardigheid beoordelen• Persoonlijke criteria opsporen• Alternatieve omgevingen beschrijven• Doel kiezen en formuleren <p>Functionele diagnostiek</p> <ul style="list-style-type: none">• Onmisbare praktische vaardigheden definiëren• Het gebruik van praktische vaardigheden beschrijven• Het vaardigheidsniveau beoordelen• De cliënt coachen <p>Hulpbronnendiagnostiek</p> <ul style="list-style-type: none">• Onmisbare hulpbronnen definiëren• Het gebruik van hulpbronnen	<p>Vaardigheidsontwikkeling</p> <ul style="list-style-type: none">• Prioriteiten stellen• Doelen formuleren• Interventies plannen (Vaardigheidsles & stappenplan voor vaardigheidstoepassing)• Tijdpad voor interventie maken <p>Hulpbronnenontwikkeling</p> <ul style="list-style-type: none">• Prioriteiten stellen• Doelen formuleren• Interventies plannen• Hulpbronnen coördineren• Hulpbronnen ontwikkelen• Tijdpad voor elke interventie maken• Verantwoordelijkheden benoemen	<p>Vaardigheidsles</p> <ul style="list-style-type: none">• Inhoud schetsen• Les voorbereiden• Stappenplan voor vaardigheidstoepassing maken• De cliënt coachen <p>Stappenplan vaardigheidstoepassing maken</p> <ul style="list-style-type: none">• Hindernissen opsporen• Stappenplan ontwikkelen• Uitvoering ondersteunen <p>Hulp bij het creëren van hulpbronnen</p> <ul style="list-style-type: none">• Pleitbezorging• Verwijzen <p>Hulp bij het verkrijgen van hulpbronnen</p> <ul style="list-style-type: none">• Marketing• Onderhandelen <p>Hulp bij het gebruiken van hulpbronnen</p> <ul style="list-style-type: none">• Problemen verduidelijken• Stappenplan maken

Naar: Activities of practitioners during the three phases of the psychiatric rehabilitation process (Anthony ea, 1990). Vertaling J. Dröes, augustus 1992.

Bijlage 2: Deelnemers aan het onderzoek



* Cliënten werden soms niet een tweede of derde keer geïnterviewd vanwege ziekte of omdat ze niet weer een interview wilden doen. In die gevallen werd bekeken of er via begeleiders informatie verkrijgbaar was over de vraag of het revalidatiedoel al dan niet of gedeeltelijk behaald werd.

Colofon

Het onderzoek naar de Effectiviteit van de IRB in Nederland werd mogelijk gemaakt door  ZonMw Geestkracht en betrokken instellingen: Altrecht GGz, GGz Eindhoven, Lentis & Parnassia Bavo Groep.

IRB-onderzoeksgroep:



Dr. J.T. van Busschbach

Rob Giel Onderzoekcentrum
Rijksuniversiteit Groningen
Postbus 30.001
9700 RB Groningen
050 - 361 2069
j.t.van.busschbach@med.umcg.nl



Dr. H. Michon

Trimbos-instituut/Altrecht
p/a Postbus 725
3500 AS Utrecht
030 - 297 1100
hmichon@trimbos.nl



Dr. W. Swildens

Altrecht, divisie Willem Arntsz
Lange Nieuwstraat 119
3512 PG Utrecht
030 - 230 8820 of 230 8611
w.swildens@altrecht.nl

