



HerstelAcademies: een kleurrijk verhaal. Maar hoe leid je die diversiteit in goede banen?

Tanja, Els, Myriam, Bart, Tom, Pascal, Toon

mentalis
ondersteunt en verbindt

VVGG
wijzer in hoofdzaken

Met kompas koersen naar eigen kracht!

Een HerstelAcademie voorziet een open cursusaanbod rond diverse thema's die te maken hebben met psychisch herstel.

- Wil je een stap verder zetten in je herstelproces?
- Wil je opnieuw de regie nemen over je eigen leven?
- Wil je iemand helpen met zijn of haar herstel?

Dan is een HerstelAcademie echt iets voor jou!



VLAAMSE WERKGROEP HERSTELACADEMIES - EEN INITIATIEF VAN VVGG EN MENTALIS

2

Enrolment/Access/ Introductory	Core	Additional Options	Advanced	Skills
- Enrolment and Individual Learning Plan 1 - Individual Learning Plan 2 - Individual Learning Plan 3 - Graduation ILP - Making the Most of Your Study at the College - Your Wellness Plan - Dealing with Debt - Doing Things - Getting the Most Out of Your Outpatient Appointment - Healthy Eating - Introduction to Dementia - Let's Talk Recovery - Living with Bipolar – Taster - Looking after Your Home - Managing Your Money - Managing Your Tenancy - Meeting People - Physical Health and Mental Health and How They Affect Each Other - Problem Solving - The Everyday Gym - The Power of Sleep - Understanding the Benefits System - Understanding Depression - Understanding Psychosis and Schizophrenia - Understanding Substance	- Anger Management - Anxiety Management - Assertiveness - Building Self Confidence - Creating Positive Relationships - Effective Communication Skills - In Pursuit of Personal Goals - Introduction to Mindfulness - Moving on from Depression - Spirituality and Recovery – Foundation - Spirituality and Recovery – Advanced - Stress Management	- Disclosure – To Tell or Not to Tell - Fighting Depression - Beyond Medication - Introduction to Physical Health and Wellbeing - Living with a Long Term Physical Condition and How it Affects Mental Health - Relaxation - Telling Your Story - Women's Wellbeing and Recovery	- Introduction to Patient and Public Involvement in Research - Introduction to Recovery Principles - Introduction to Shared Lived Experience - What's Involvement - Work Resilience - Work Support	- Can Do Maths - Word Power

Wat willen we?

Nottingham Recovery College

Summer Term Prospectus

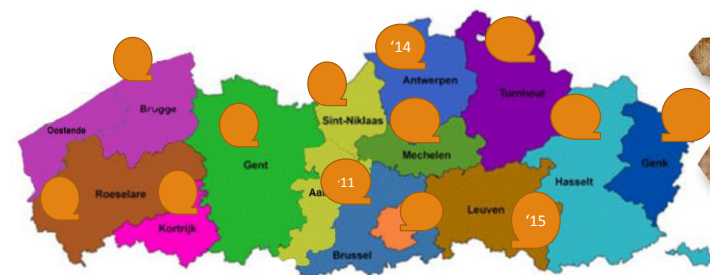
Tuesday 22 April – Wednesday 23 July



VLAAMSE WERKGROEP HERSTELACADEMIES - EEN INITIATIEF VAN VVGG EN MENTALIS

3

www.herstelacademie.be



VLAAMSE WERKGROEP HERSTELACADEMIES - EEN INITIATIEF VAN VVGG EN MENTALIS

4

Herstel

ik schrijf niet jou
maar het verdriet in mij
vergeef de pijn
haar kracht

het vonkje in me leeft
de avond stilt en wacht

tot morgen bij 't ontbijt
mijn glimlach eenzaam straalt

en zelfs de zon
niet had verwacht
hoe ik mezelf
hier heb vertaald

Tanja Gouverneur

Een kleurrijk verhaal... drie elementen uitgelicht

- Van zorg naar educatie
- Co-creatie
- Opzetten partnerschap

Tanja Gouverneur

Van zorg
naar educatie

Tom vansteenkiste
Bart Buyens

Herstel



Perkins, Repper, Rinaldi & Brown (2012), Recovery Colleges, ImROC briefing paper

“Recovery is a personal journey of discovery.”

Zoeken naar betekenis en zingeving
Ontwikkelen deskundigheid in zelfzorg
Kwaliteit van leven uitbouwen
Inzetten eigen kracht, mogelijkheden en talenten
Nieuwe aspiraties en doelen.

“It is the challenge for mental health services to assist people in this journey”

www.herstelacademie.be
Werkboek deel 1

Doelstellingen HerstelAcademie:

Ondersteunen Persoonlijk Herstel
→ CHIME

- Verbondenheid, deelnemen in samenleving
- Hoop verlenen/faciliteren
- Beeldvorming & identiteit
- Betekenis vinden in / geven aan
- Eigen keuzes maken, krachtgericht werken

→ **Middel = educatie**
(formeel én informeel)



Leamy, Bird, Le Boutillier, Williams and Slade (2011),
Conceptual framework for personal recovery in mental health:
systematic review and narrative synthesis, Br J of Psychiatry.

Van zorg naar educatie: een groeiproces

Van zorgvrager naar zorgdrager

OF

Patiënt → student → trainer

Ontvangen en geven

Van hulpverlener naar trainer

- Rol, positie, afstemmen
- Evenwaardigheid, houding
- Anders inzetten van formele kennis

Co-productie als motor

Extramuros:

vorming buiten muren ggz, diagnosevrije ruimtes → netwerking, samenwerken met niet-ggz partners

Spanningsveld zorg - educatie

Table 1 – Therapy and Education

A therapeutic approach

- Focuses on problems, deficits and dysfunctions;
- Strays beyond formal therapy sessions and becomes the over-arching paradigm;
- Transforms all activities into therapies – work therapy, gardening therapy etc;
- Problems are defined, and the type of therapy is chosen, by the professional 'expert';
- Maintains the power imbalances and reinforces the belief that all expertise lies with the professionals.

An educational approach

- Helps people recognise and make use of their talents and resources;
- Assists people in exploring their possibilities and developing their skills;
- Supports people to achieve their goals and ambitions;
- Staff become coaches who help people find their own solutions;
- Students choose their own courses, work out ways of making sense of (and finding meaning in) what has happened and become experts in managing their own lives.

Spanningsveld zorg - educatie

Table 2 – A Recovery College is not a day centre

From Day centre	To Recovery College
Patient or client: "I am just a mental patient"	Student: "I am just the same as everyone else"
Therapist	Tutor
Referral	Registration
Professional assessment, care planning, clinical notes and review process	Co-production of a personal learning plan, including learning support agreed by the student
Professionally facilitated groups	Education seminars, workshops and courses
Prescription: "This is the treatment you need"	Choice: "Which of these courses interest you?"
Referral to social groups	Making friends with fellow students
Discharge	Graduation
Segregation	Integration

Spanningsveld zorg - educatie

Aanvulling op therapie maar niet gelijk aan therapie

Nazorg?!

Als hulpverlener

→ valkuil hulpverlenersreflex, comfortzones

→ vergt zelfreflectie / hoe stel ik mezelf op?
cursisten

Als co-trainer + tegenover groep

Professional én ervaringsdeskundige in 1 persoon?

Structuur en taalgebruik school

Eigen regie / keuze

Waar: onafhankelijk van (zorg)regio

Wat: interesse belangrijk, niet je achtergrond. Eigen leerdoelen centraal.

Wie: iedereen student! Geen doelgroep.

Trainersduo: 'klik' als werkzame factor, als draagbalk van een cursus

Vragen?



Co-creatie

Myriam Bergmans
Bart Buyens



Co-creatie volgens Wikipedia

Co-creatie is een vorm van samenwerking, waarbij **alle deelnemers invloed** hebben op het proces en het resultaat van dit proces, zoals een plan, advies of product. Kenmerken van co-creatie zijn **dialogo**, **'common ground'**, **enthousiasme**, **daadkracht** en focus op resultaat. Voorwaarden voor succesvolle co-creatie zijn **gelijkwaardigheid van de deelnemers**,.....

Gevonden op <http://nl.wikipedia.org/wiki/Co-creatie>



Wat is co-creatie?

- ❑ gerichte samenwerking met bekwame complementaire partners
- ❑ samenbrengen van uiteenlopende kennis, waarden en handelingspotentieel
- ❑ In ontmoeting tussen lesgevers, ieder vanuit hun eigen perspectief → ruimte voor wederzijds leerproces om tot vernieuwende oplossingen te komen



Wat is ervoor nodig?

- ❑ wederzijds vertrouwen + grote bereidheid om je open te stellen voor het perspectief van de ander
- ❑ bijeen brengen van diversiteit aan perspectieven, verbinden van ervaringskennis met theoretische kennis en praktijkkennis
→ *waarde-creatie* voor de zorg



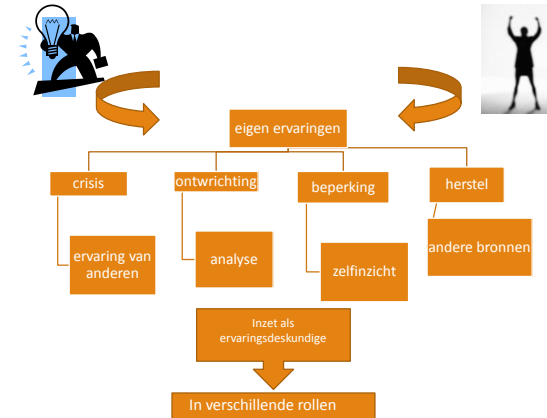
Wat is het gevolg?

- ❑ houdt ons scherp in onze manieren van doen, dwingt ons te blijven reflecteren en te leren van verschillen en ervaringen
- ❑ **ervaringsdeskundige professionals onmisbaar !**
- ❑ Co-creatie is primair een leerproces: ingrediënten en uitkomsten vooraf niet geheel kunnen worden voorzien en ook niet top-down kunnen worden gecontroleerd



Hoe eraan beginnen?

- geen gedetailleerd stappenplan, geen blauwdruk en geen universeel recept. Co-creatie vergt improvisatie.
- Bij co-creatie : leren over de kennis, de waarden en de belangen van diegene waarmee je samenwerkt — gedeeld perspectief
- Je moet niet zozeer de uitkomst, maar het leerproces centraal stellen.



Partners

Toon Derison
Pascal Balduzzi



Opzetten partnerschap?

Wat kunnen we voor elkaar betekenen?



Start small think All!

Opstarten : 1 cursus , 2 trainers & 3 studenten....

Groeien: tevreden Studenten, Medewerkers en Partners....

Opzetten partnerschap is inherent aan een HerstelAcademie



Wie is een partner?

Een persoon of organisatie die de uitgangspunten van een HerstelAcademie onderschrijft



Uitgangspunten van een HerstelAcademie

naar voorbeeld van: [IMROC](#)

- Focust op educatie.
- Biedt een open aanbod.
- Ondersteunt zelfsturende vaardigheden.
- Vertaalt de herstelvisie in al haar aspecten.
 - Verbondenheid, Hoop, Eigen kracht, Eigen keuze en uitdagingen.
- Mensen met ervaringskennis en professionele kennis werken samen.
- Biedt persoonlijke coaching en steun.
- Creëert geschikte studiomgevingen.



De kracht van een HerstelAcademie is drieledig:

1. Helpt individuen bij hun persoonlijk en gezamenlijk herstel
2. Helpt organisaties om meer herstel-gericht te worden.
3. Intersectoraal aanbod



Wat bieden partners?

Toeledien, promo
Logistiek, lokalen
Expertise, trainers
Financieel



Wie zien jullie als
mogelijke partners?



Wie zijn partners?

Studenten en medewerkers	OCMW - Steden en gemeenten
GGZ netwerk 107	Onderwijs, CVO
Overlegplatforms	Mutualiteiten
Similes, Milenspiegel...	Buurtwerke
CGG, Ziekenhuis, CAR	WGC - Logo's - SEL - MSOC
Beschut wonen/dagcentrum/REVA	Bibliotheek
CAW	Politie, Forensische zorg,
GTB/GOB	Geëngageerde burger/zelfstandige
Trefpunt zelfhulp	...



Voorbeeld belang
van samenwerking



Persoon komt op wachtlijst van xx maanden

Persoon heeft interesse in cursus, krijgt een
onthaalgesprek aan HerstelAcademie

Opmaak persoonlijk leerplan

Schrijft zich in voor Cursus x

Student: tevreden, staat anders tegenover
hulpverlening, mondiger, neemt regie herstel in
eigen handen, geactiveerd, ...

Organisatie: tevreden, minder wachtlijst, minder
lange behandeling, ...



Hoe in goede banen leiden?

- Vlaamse stuurgroep: Vilenspiegel, VVGG, Mentalis, Zorgnet Icuuro
- Incentive Vlaamse overheid
- Deeltijdse coördinatiefunctie Vlaams
- Vlaamse werkgroep:
 - Lerend netwerk & digitaal platform
 - Website www.herstelacademie.be
 - Train de trekker - ondersteuning bij opstart
- Regionale HerstelAcademies



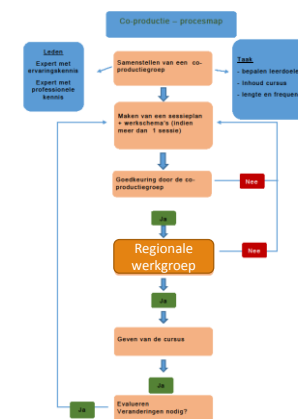
Hoe in goede banen leiden?

vandaag **13** regionale werkgroepen:

- Coördinatiefunctie
- Bewaakt uitgangspunten -
modelgetrouwheid
- Co-productie - Roldeling formele kennis
ervaringskennis
- Herstelfocus - voldoet aan CHIME



Een Cursus maken?



Bedankt voor uw aandacht!

Info: www.HerstelAcademie.be

info@HerstelAcademie.be



VLAAMSE WERKGROEP HERSTELACADEMIES - EEN INITIATIEF VAN VVGG EN MENTALIS

37

Medewerker

Trainers - logistiek - coördinatie

- In loondienst bij organisatie
- Heeft vrijwilligersovereenkomst
 - Op zelfstandige basis
 - op termijn ook Interim



VLAAMSE WERKGROEP HERSTELACADEMIES - EEN INITIATIEF VAN VVGG EN MENTALIS

38

Wat vinden medewerkers belangrijk

- Ruimte creëren om een rol op te nemen voorbij psychische kwetsbaarheid
- Kunnen kiezen in taken
- Informele sfeer - Koekjes en koffie - ongedwongen - ontmoeting - we hebben het weinig over onze kwetsbaarheid - ...
- Steun van elkaar - sms'je - kaartjes sturen -
- Duidelijke taakverdeling
- Verantwoordelijkheid dragen - nemen - geven & krijgen
- 'neen' zeggen als troef - in DUO werken, cursusplannen, taakverdeling,
- Vertrouwen krijgen werkt! ... ieder werkt aan zelfde doel



VLAAMSE WERKGROEP HERSTELACADEMIES - EEN INITIATIEF VAN VVGG EN MENTALIS

39