

# Reflectie-instrument voor zelfregie- en herstelinitiatieven

Let op: Deze versie van het instrument kan nog verder worden doorontwikkeld. We horen het graag als je het in de praktijk wilt gebruiken, en we staan altijd open voor feedback om het te verbeteren.

[mwezel@trimbos.nl](mailto:mwezel@trimbos.nl)

# Inhoud

<b>1. Inleiding</b> .....	3
<b>1.1. Achtergrond</b> .....	3
<b>1.2. Hoe deze lijst te gebruiken</b> .....	4
<b>1.3. Roldefiniëring</b> .....	4
<b>2. Kernwaarden</b> .....	5
<b>Vrije ruimte</b> .....	5
<b>Herstel</b> .....	5
<b>Empowerment</b> .....	5
<b>Ervaringskennis en ervaringsdeskundigheid</b> .....	6
<b>Peer support</b> .....	6
<b>Anti-stigma</b> .....	6
<b>Cliëntenbeweging</b> .....	7
<b>3. Kerntaken – scoringsinstructie</b> .....	8
<b>3.1. Persoonlijke niveau</b> .....	8
<b>Mogelijkheden voor zelfregie bieden</b> .....	8
<b>Werken vanuit (methodische) zelfhulp</b> .....	9
<b>3.2. Relationale niveau</b> .....	10
<b>Werken vanuit gelijkwaardigheid</b> .....	10
<b>Peer support faciliteren</b> .....	10
<b>3.3. Collectieve niveau</b> .....	11
<b>Gezamenlijke leeromgeving faciliteren</b> .....	11
<b>Bottom-up co-creatie als basis</b> .....	11
<b>3.4. Organisatieniveau</b> .....	12
<b>Toegankelijk zijn voor iedereen</b> .....	12
<b>Positionering als volwaardige partner</b> .....	13
<b>Bijdragen aan destigmatisering</b> .....	14
<b>Kwaliteitsborging</b> .....	14
<b>4. Praktijkeuzes</b> .....	16
<b>Het aanbod van het initiatief</b> .....	16
<b>Focus van het aanbod</b> .....	16
<b>Met wie co-creëer je samen?</b> .....	17
<b>Type locatie</b> .....	17
<b>5. Verantwoording</b> .....	19
<b>6. Colofon</b> .....	20
<b>7. Bijlage – In te vullen spinnenwebmodel</b> .....	21

## 1. Inleiding

Dit is een reflectie-instrument voor zelfregie- en herstelinitiatieven in Nederland. Het instrument beschrijft belangrijke kernwaarden en kerntaken. In het veld van zelfregie- en herstelinitiatieven worden op dit moment allerlei namen gebruikt (bijv. herstelacademie, herstelinitiatief, zelfregiecentrum, etc.). Dit instrument laat die verschillende naamgevingen los en richt zich op de praktijk van initiatieven die zich bezig houden met **gezamenlijk leren, methodische zelfhulp, herstel en peer support**.

De opbrengst van het invullen van dit instrument is tweeledig:

1. Het instrument kan gebruikt worden voor reflectie, bijvoorbeeld voor doorontwikkeling van het initiatief. Met name omdat het inzicht geeft in hoeverre belangrijke kernwaarden/kerntaken al zijn verweven in de praktijk, en waar nog ontwikkelkansen liggen.
2. Het instrument beschrijft wat belangrijke kenmerken zijn van een zelfregie- en herstelinitiatief in Nederland, waardoor goed onderzoek naar dit soort initiatieven mogelijk wordt.

### 1.1. Achtergrond

Dit reflectie-instrument is ontwikkeld als onderdeel van een promotieonderzoek naar herstelacademies (Recovery Colleges). Het concept 'Recovery Colleges' komt van origine uit de Angelsaksische landen (Verenigd Koninkrijk, Verenigde Staten). Het startpunt van de ontwikkeling van dit instrument was dan ook een Engelse Recovery College Fidelity Measure (Toney et al., 2019). De Engelse lijst vroeg echter nog om een stevige vertaling voordat hij goed aansloot op de Nederlandse praktijk. Zo is de Nederlandse praktijk breder georiënteerd en staat in het Engelse model co-productie met zorgprofessionals centraal: dit is in Nederland niet het geval. Hoewel het vertrekpunt van dit instrument dus oorspronkelijk die van de 'herstelacademie' was, is het uiteindelijke instrument in de praktijk breder toepasbaar voor zelfregie- en herstelinitiatieven. Daarom wordt in het vervolg van dit instrument over 'zelfregie- en herstelinitiatieven', of 'initiatief' in het kort, gesproken.

Om dit reflectie-instrument te ontwikkelen zijn groepsgesprekken gevoerd met 30 peer facilitators en coördinatoren van 16 zelfregie- en herstelinitiatieven in Nederland. Bestaande beschrijvingen en kenmerkenlijsten van zelfregie- en herstelinitiatieven zijn ook benut. Daarnaast hebben de ervaringsonderzoekers van de POP groep meegedacht. 'POP' in 'POP groep' staat voor Peer Onderzoekers Perspectief. De POP groep is een collectief van deelnemers, vrijwilligers en medewerkers van Enik Recovery College die meewerken aan het promotieonderzoek. Tot slot hebben ook experts vanuit MIND, de Nederlandse Vereniging voor Zelfregie en Herstel en Cavallo Advies (onderdeel van Blauwe Paard Netwerk) meegekeken.

Naast dit instrument bestaan ook andere lijsten over kenmerken van zelfregie- en herstelinitiatieven, zoals de lijst van de IZA-werkgroep over laagdrempelige steunpunten. Die lijst vertoont veel overeenkomsten met dit instrument. Wat dit voorliggende instrument anders maakt dan andere, bestaande lijsten is dat dit instrument kernwaarden en kerntaken van een zelfregie- en herstelinitiatief onderscheidt. Deze kernwaarden en kerntaken worden niet alleen uitgebreid beschreven maar waar mogelijk ook meetbaar gemaakt.

## 1.2. Hoe deze lijst te gebruiken

Het instrument is opgebouwd uit drie hoofdstukken. In het eerste hoofdstuk worden een aantal kernwaarden beschreven die aan de basis liggen van zelfregie- en herstelinitiatieven.

In het tweede hoofdstuk worden tien kerntaken van zelfregie-en herstelinitiatieven beschreven. Aan de mate waarop een kerntaak tot uitdrukking komt in de activiteiten, het beleid en de beslissingen binnen een initiatief zijn scores toegekend. Deze scores zijn als volgt:

1. Dit is helemaal niet het geval
2. Dit is in beperkte mate het geval
3. Dit is evenzeer wel als niet het geval
4. Dit is in grote mate het geval
5. Dit is helemaal het geval

Het instrument is gebaseerd op zelfscoring door een coördinator of ervaren peer trainer van een zelfregie- en herstelinitiatief. De uitkomsten worden op twee manieren zichtbaar gemaakt:

1. Een visueel overzicht in de vorm van een spinnenweb, waar in één oogopslag duidelijk wordt op welk niveau veel nadruk ligt en waar nog ontwikkelingsruimte zit (zie bijlage).
2. Een online dashboard waar per niveau (persoonlijk, relationeel, collectief en organisatorisch) staafdiagrammen beschikbaar zijn die de status van het initiatief weergeven. Hoe hoger de score op een kerntaak, hoe beter deze (en de onderliggende kernwaarden) is geïntegreerd in de praktijk.

Om de zichtbaar gemaakte ontwikkelingsruimte verder in te vullen in de praktijk kunnen de beschrijvingen van de kerntaken in dit document helpend zijn.

In het derde hoofdstuk wordt een aantal praktijkkeuzes uitgelicht. Soms zijn er namelijk verschillende keuzes te maken bij het vormgeven van een initiatief. Daarin is de ene keuze niet beter of slechter dan de ander. Het inzichtelijk maken van gemaakte keuzes en die plaatsen naast andere mogelijkheden kan leiden tot nieuwe inzichten of ideeën over de vormgeving van het eigen initiatief.

Hoewel dit instrument is gebaseerd op zelfscoring, is het aan te raden om het reflectieproces in uitwisseling met anderen aan te gaan. Daar zijn verschillende vormen voor te bedenken. Voor de huidige onderzoeksdoeleinden zien wij de volgende twee vormen voor ons, waar de eerste onze sterke voorkeur heeft.

1. Het reflectie-instrument wordt gezamenlijk ingevuld door de coördinator(en), medewerkers, vrijwilligers en deelnemers in een bijeenkomst. In dialoog wordt gereflecteerd en de score wordt gezamenlijk bedacht.
2. Het reflectie-instrument wordt ingevuld door de coördinator(en), en uitkomsten worden besproken met medewerkers/vrijwilligers/deelnemers.

Op deze manier kan men van elkaar leren en kan meer verdieping worden toegevoegd aan het interne reflectieproces.

## 1.3. Roldefiniëring

In dit instrument wordt soms verwezen naar betrokkenen van het initiatief in zijn geheel, en soms naar specifieke rollen:

- Betrokkenen: iedereen die bij het initiatief actief is, ongeacht rol.
- Deelnemers: mensen die deelnemen aan activiteiten van het initiatief.

- Facilitators: mensen die activiteiten vanuit het initiatief faciliteren.
- Medewerkers: mensen die in dienst zijn van het initiatief.
- Vrijwilligers: mensen die vrijwilligerswerk doen bij het initiatief.
- Bezoekers: mensen die de ontmoetingsruimte van het initiatief bezoeken.

Omdat iemand binnen een zelfregie- en herstelinitiatief vaak meerdere rollen kan hebben, zal het meest gesproken worden over betrokkenen in de brede zin.

## 2. Kernwaarden

In dit hoofdstuk worden een aantal belangrijke kernwaarden beschreven die aan de praktijk van zelfregie- en herstelinitiatieven ten grondslag liggen. Deze kernwaarden komen in alle andere beschreven kerntaken terug of hebben daar mee te maken. Daarom worden de kernwaarden eerst beschreven, om een basis te leggen voor het model dat volgt. Deze kernwaarden worden niet gescoord omdat zij onderling nauw verbonden zijn en moeilijk in isolement te beoordelen. Voor de beschrijving is geput uit het Beroepscompetentieprofiel Ervaringsdeskundigheid (van Erp en collega's, 2023), de brochure 'Herstelacademies' (Boertien en Harmsen, 2017), de WRAP modelgetrouwheidsschaal (Lempens en collega's, 2020) en het boek 'Ruimte voor Peer Support!' (Muisse en Boumans, 2016).

### Vrije ruimte

Een kernwaarde die aan de basis ligt van een zelfregie- en herstelinitiatief is vrije ruimte. Vrije ruimte gaat in de eerste plaats over innerlijke ruimte die een mens kan ervaren, ook in ingewikkelde of knellende omstandigheden, om zichzelf te (her)ontdekken, betekenis te geven, eigen keuzes te maken en nieuwe mogelijkheden te zoeken en te vinden. Het ervaren van die vrije ruimte gaat rechtstreeks in tegen de ontwrichting van datgene waar men mee worstelt. Vrije ruimte staat ook voor het vrijelijk kunnen uitwisselen van ervaringen zonder oordeel of vaste kaders (zoals bijvoorbeeld een medisch-diagnostische kader of verwachtingen vanuit de maatschappij). Tot slot gaat vrije ruimte ook over ruimte maken voor kracht en invloed van mensen die leven in een ontwrichtende situatie, waar die nu vooralsnog niet is. De organisatorische vrije ruimte die hiervan het resultaat is, dient actief en continu bewaakt te worden. Dat wil zeggen dat er niet van bovenaf bepaald wordt door bijvoorbeeld een moederorganisatie, opdrachtgever of financier (bijv. zorgorganisatie of gemeente) wat er binnen de zelfregie- en herstelinitiatief gebeurt en wie er wel/niet mag komen. Het zeggenschap over en eigenaarschap van de activiteiten, beleid en beslissingen binnen de zelfregie- en herstelinitiatief ligt altijd bij de betrokkenen.

### Herstel

In de jaren negentig werd het herstelconcept geïntroduceerd vanuit de cliëntenbeweging van de geestelijke gezondheidszorg (ggz), wat resulteerde in een verschuiving van focus naar een grotere nadruk op zingeving en burgerschap. Herstel is een uniek ontwikkelingsproces waarin men aan de hand van eigen ervaringen gaat verkennen hoe een betekenisvol leven er voor zichzelf uitziet. Een belangrijk onderdeel van herstel is dan ook persoonsvorming, het onderzoeken van de 'sense of self': wie ben ik, wat kan ik en wat wil ik? Herstel gaat dus ook over hoopvol naar de toekomst durven kijken. Het draait daarbij niet om genezing maar om het opnieuw ontwikkelen van vaardigheden, het weer oppakken van betekenisvolle relaties, rollen en doelen in het leven met en voorbij de kwetsbaarheid. Zelfregie- en herstelinitiatieven staan ten dienste van deze processen.

### Empowerment

Waar herstel vaak meer gaat over de persoonlijke ontwikkeling, richt empowerment zich vooral op de relatie tussen het individu en de samenleving. Traditioneel gezien heeft empowerment een

emancipatorische betekenis, gerelateerd aan het bevechten van ruimte voor mensen in kwetsbare posities om invloed te uitoefenen op hun eigen leven. En over het versterken van de positie van mensen, zodat zij een volwaardige plek in de samenleving kunnen innemen. Naast het individuele aspect van empowerment – de regie over je leven weer in eigen hand nemen – beschreven, is het dus ook een concept dat uit gaat van een collectieve beweging die bestaande machtsverhoudingen en kaders in de samenleving en de zorgsystemen kan doorbreken. Het erkennen en benutten van ervaringskennis en ervaringsdeskundigheid spelen hierin een cruciale rol. Binnen een zelfregie- en herstelinitiatief komen alle aspecten rondom empowerment terug. Een zelfregie- en herstelinitiatief biedt namelijk ruimte voor betrokkenen om zelf te kiezen wat voor hun herstel op dat moment passend is (individuele aspect). Daarnaast besteedt een zelfregie- en herstelinitiatief ook de nodige aandacht aan destigmatisering en normalisering van psychische kwetsbaarheid (collectieve aspect).

#### **Ervaringskennis en ervaringsdeskundigheid**

Alles wat iemand kent en weet vanuit doorleefde ervaring (bijv. psychische kwetsbaarheid, verslaving, maatschappelijke problemen) wordt ervaringskennis genoemd.. Door in wederkerigheid ervaringen uit te wisselen kan ook collectieve ervaringskennis ontstaan. Leren van de ervaringen van anderen draagt vervolgens weer bij aan het beter begrijpen van de eigen ervaringen en het verder ontwikkelen van eigen ervaringskennis. Ervaringskennis is een volwaardige kennisbron naast wetenschappelijke en professionele kennis.

Er wordt gesproken van ervaringsdeskundigheid als iemand op grond van eigen én collectieve ervaringskennis ruimte kan scheppen voor anderen om hun ervaringskennis te ontdekken en ontwikkelen. Een ervaringsdeskundige kan eigen ervaringskennis delen, maar is geen deskundige over de ervaringen van de ander. Binnen een zelfregie- en herstelinitiatief is het uitwisselen van ervaringen en ervaringskennis een essentieel element: het geeft de gezamenlijke leeromgeving vorm.

#### **Peer support**

In peer support draait het om onderlinge, wederkerige (sociale/emotionele) steun van mensen met vergelijkbare ervaringen (bijv. met psychische kwetsbaarheid). Relaties die peers met elkaar opbouwen, staan daarin centraal; deze geven een mogelijkheid om ervaringen te delen, zowel steun te geven als te ontvangen en te bouwen aan collectieve ervaringskennis waar beide partijen iets aan (kunnen) hebben. Peer support richt zich op hoop en perspectief voor de toekomst. Dit betekent echter niet dat het nooit mag gaan over moeilijkheden en worstelingen. Het bieden van ruimte om ook worstelingen bespreekbaar te maken is juist de kracht van de peer support omgeving. Het gaat dan om ruimte bieden voor de worstelingen aan sich én voor ervaringen die stimuleren tot ontworstelen. Een zelfregie- en herstelinitiatief biedt zo'n peer support omgeving.

#### **Anti-stigma**

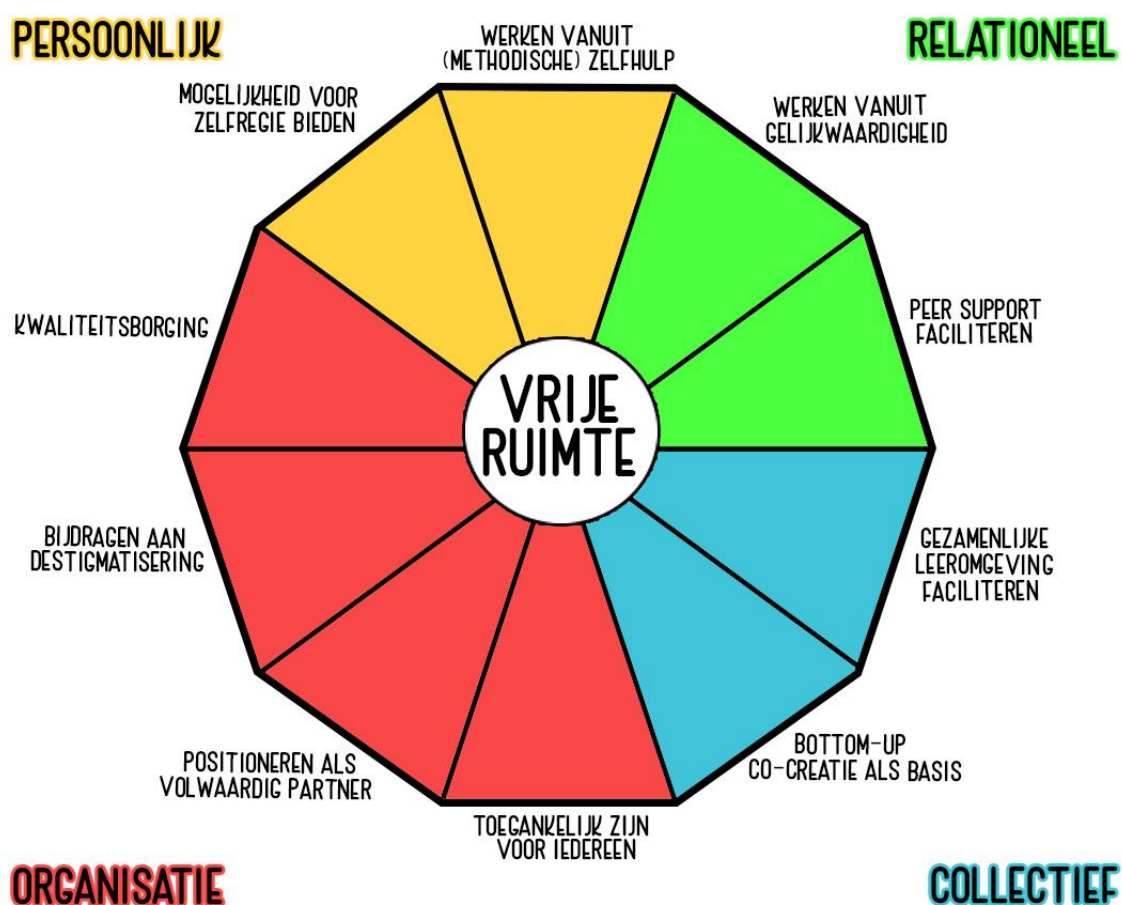
Herstel is geen geïsoleerd, individueel proces, maar vindt altijd plaats in een bepaalde context of omgeving. Stigma is een negatief label dat beïnvloedt hoe we elkaar en onszelf zien. Wanneer er vanuit onszelf, de zorg, of de maatschappij zo'n label wordt toegekend, wordt gesproken van stigmatisering. Stigmatisering is herstelondermijnend omdat het de ruimte voor eigen ontwikkeling kan beperken. Soms gebeurt dat onbewust, soms zit het expliciet verweven in bepaalde procedures, wetgeving of regels. Als mensen bepaalde stigma's overnemen als onderdeel van hun eigen identiteit en geloven in de negatieve vooroordelen die daarbij horen, wordt gesproken van zelfstigma. Een belangrijke voorwaarde voor herstel is het doorbreken van (zelf)stigma. Een zelfregie- en herstelinitiatief is een plek om (zelf)stigmatisering aan de orde te stellen en te verbinden met maatschappelijke activiteiten om (zelf)stigma te doorbreken. Dit is nodig om de maatschappelijke kansen, diversiteit en inclusie te vergroten en stigma en discriminatie te bestrijden.

### Cliëntenbeweging

Zelfregie- en herstelinitiatieven zijn van oorsprong ontstaan vanuit de cliëntenbeweging in de ggz, die in de zeventiger jaren een vlucht nam. De ggz werd door cliënten gezien als stigmatiserend, paternalistisch en afhankelijk makend. Zij eisten eigen regie en zeggenschap over hun leven en herstelproces. Hier vloeien onder andere de overtuigingen uit voort dat werken aan herstel geheel vrijwillig moet gebeuren, dat men gelijkwaardig moet worden behandeld, dat herstel mogelijk is, en dat een focus op eigen verantwoordelijkheid en krachten noodzakelijk is. Vanuit deze beweging is het van essentieel belang om de onafhankelijkheid en een voor-en-door karakter van zelfregie- en herstelinitiatieven te blijven bewaken.

### 3. Kerntaken – scoringsinstructie

In dit hoofdstuk worden tien kerntaken beschreven van zelfregie- en herstelinitiatieven. Deze kerntaken worden gescoord in het online scoringsformulier dat bij dit reflectie-instrument hoort ([klik hier](#) om het scoringsformulier te openen). De kerntaken zijn hieronder visueel weergegeven in een spinnenwebmodel. Het spinnenwebmodel is ingedeeld in vier niveaus: het persoonlijke niveau, het relationele niveau, het collectieve niveau en het organisatieniveau. Hoewel de kerntaken zich niet altijd uitsluitend afspelen op één niveau, maar vaak in verschillende lagen van een initiatief doorwerken, kan deze indeling helpen om de gelaagdheid van een zelfregie- en herstelinitiatief tastbaarder te maken.



#### 3.1. Persoonlijke niveau

Het persoonlijke niveau is de laag van ervaringen van betrokkenen, waar het persoonlijke herstelproces zich afspeelt.

##### Mogelijkheden voor zelfregie bieden

Het initiatief biedt allerlei mogelijkheden voor betrokkenen om meer zelfregie te nemen en empowerment te ervaren. Betrokkenen komen in de positie om weer zelf eigen keuzes te maken over hun leven. Zij kiezen zelf activiteiten uit het aanbod die het best passen bij hun interesses en behoeften op dat moment. Bij de focus op zelfregie en empowerment hoort ook wederzijds vertrouwen dat men de eigen behoeften en wensen kan aangeven en daarnaar kan handelen. Eigenaarschap en eigen verantwoordelijkheid staat centraal.

Om te bepalen in hoeverre jouw initiatief voldoende mogelijkheden voor zelfregie biedt, kun je over de volgende dingen nadenken:

- Hoeveel keuzes kan iemand maken wanneer die bij het initiatief actief wil worden?
  - Is het programma-aanbod divers genoeg qua **inhoud**? Denk bijvoorbeeld aan herstelwerkgroepen en activiteiten over allerlei thema's, op het gebied van zingeving, betekenisgeving, omgaan met [...], peer work, persoonlijke ontmoeting, leefstijl, welbevinden.
  - Is het programma-aanbod divers genoeg qua **intensiteit**? Denk bijvoorbeeld aan eenmalige activiteiten van een paar uur, reeksen van een aantal weken, activiteiten die een dag of dagdeel duren.
  - Is het programma-aanbod divers genoeg qua **planning**? Denk bijvoorbeeld aan activiteiten in de ochtend, middag, avond en de spreiding over het jaar.
  - Is het programma-aanbod divers genoeg qua **werkvormen**? Denk bijvoorbeeld aan creatieve werkvormen, lichaamswerk, cognitieve werkvormen, spel en theater.
  - Zijn er naast het cursorische programma-aanbod ook **andere mogelijkheden** binnen het initiatief om jezelf te ontwikkelen? Denk bijvoorbeeld aan verschillende vormen van vrijwilligerswerk.
  - Is er **binnen activiteiten** voldoende **keuzevrijheid**? Denk bijvoorbeeld aan een eigen draai aan een opdracht kunnen geven, vrijheid om bepaalde onderdelen over te slaan, geen beurten geven maar keuze om wel of niet het woord te nemen bij deelnemers laten.
  - Is er voldoende **praktische keuzevrijheid**? Denk bijvoorbeeld aan vrijheid om te kiezen waar men gaat zitten, welke kleur map, papier, stift men wil gebruiken.
- Faciliteert het initiatief ruimte voor betrokkenen om zelf hun behoeften aan te geven en daarnaar te handelen? Bijvoorbeeld in de vorm van een steundocument, bekend vanuit Wellness Recovery Action Planning (WRAP).
- Biedt het initiatief ruimte voor een eigen leerpad? Wordt er binnen het initiatief dus niet gewerkt met vastgestelde leerplannen of trajecten die doorlopen moeten worden?

### Werken vanuit (methodische) zelfhulp

Methodische zelfhulp is een vorm van ondersteuning waarin bepaalde methoden worden gebruikt om het herstelproces en eigen ervaringen te verkennen. Methodisch staat in deze kerntaak tussen haakjes, omdat methodische instrumenten (zoals bijvoorbeeld Herstellen doe je Zelf, Werken met Eigen Ervaring, WRAP, Honest Open Proud) kunnen ondersteunen bij het faciliteren van zelfhulp, maar de nadruk ligt niet op het gebruik van die methoden an sich. Het gaat om het faciliteren van zelfhulp als proces. De kern van een omgeving waarin zelfhulp centraal staat is dat facilitators niets anders doen dan vrije ruimte faciliteren voor deelnemers om voor zichzelf te onderzoeken wat diens mogelijkheden, wensen en behoeften zijn. Zo leren deelnemers hoe zij meer invloed kunnen krijgen op de wereld om hen heen en hoe zij zich daartoe kunnen verhouden.

Om te bepalen in hoeverre er binnen jouw initiatief vanuit (methodische) zelfhulp wordt gewerkt, kun je over de volgende dingen nadenken:

- Worden betrokkenen bij het initiatief gestimuleerd om na te denken over diens sterke punten, krachten en kwaliteiten, om zo inzicht te krijgen in hun mogelijkheden?
- Op wat voor manieren faciliteert het initiatief dat? Bijvoorbeeld door herstelwerkgroepen als de WRAP, Herstellen doe je zelf, reflectie oefeningen, schrijven van je herstelverhaal, maar ook door aanbod buiten het cursorische programma-aanbod.

### 3.2. Relationale niveau

Het relationele niveau is de laag van onderlinge relaties en verbindingen tussen de betrokkenen van het initiatief.

#### Werken vanuit gelijkwaardigheid

Alle betrokkenen kunnen op een gelijkwaardige manier bijdragen aan het initiatief. Er is ruimte voor de krachten en talenten van iedereen. Iedereen krijgt gelijkwaardige kansen om dingen uit te proberen en rollen op te pakken. Men kan andere rollen en verantwoordelijkheden hebben (bijvoorbeeld een locatie-coördinator of een deelnemer) maar iedereen blijft gelijkwaardig als mens.

Om te bepalen in hoeverre jouw initiatief werkt vanuit gelijkwaardigheid, kun je over de volgende dingen nadenken:

- Wordt er binnen het initiatief expliciet benadrukt dat alle ervaringen van gelijke waarde zijn? Dat geen ervaring beter of slechter is dan de ander?
  - Wordt facilitators bijvoorbeeld geleerd hoe zij dat in hun activiteiten kunnen borgen?
  - Zeggen facilitators dit expliciet bij de start van een activiteit?
  - Komt dat ook tot uiting in de (non)verbale communicatie onderling, d.w.z. dat men een niet-oordelende houding heeft?
- Wordt er regelmatig gesproken over de invloed van rollen en verantwoordelijkheden op machtsverhoudingen onderling? Bijvoorbeeld een locatie coördinator, een vrijwilliger of een deelnemer.

#### Peer support faciliteren

Binnen een zelfregie- en herstelinitiatief zijn peers mensen die doorleefde ervaringen hebben met psychische kwetsbaarheid en het herstellen daarvan. In verbinding met elkaar kan men woorden geven aan ervaringen, erkenning en herkenning vinden, oefenen met sociaal contact, leren van elkaar, elkaar steunen, en een sociaal vangnet ontwikkelen. Het initiatief faciliteert daarom een omgeving waarin peer support centraal staat. Dat wil zeggen dat het initiatief een veilige ruimte biedt om je kwetsbaar op te stellen en eigen ervaringen te delen (o.a., door de nadruk op gelijkwaardigheid van iedereen). Binnen het initiatief is wederkerigheid essentieel: je leert dat je niet alleen gesteund kunt worden door anderen, maar dat je anderen ook kunt steunen. Dit besef kan bijdragen aan herstel.

Om te bepalen in hoeverre jouw initiatief peer support faciliteert, kun je over de volgende dingen nadenken:

- Faciliteert het initiatief een ondersteunende omgeving, waarin men elkaar vanuit onderlinge verbinding steun biedt?
  - Wordt dat expliciet benoemd als een belangrijke pijler binnen het initiatief?
- Is er binnen activiteiten en herstelwerkgroepen naast ruimte voor de inhoud ook voldoende tijd en ruimte voor sociaal contact? Denk bijvoorbeeld aan ijsbreker-oefeningen en voldoende pauzes.
- Is er binnen de activiteiten en daarbuiten, ruimte voor luchtigheid en humor bij het initiatief?
- Is er buiten de activiteiten een plek binnen het initiatief waar men peers kan ontmoeten? Bijvoorbeeld in een ontmoetingsruimte?
- Is de fysieke ruimte zo vormgegeven dat sociaal contact gestimuleerd wordt? Zowel in de ruimten waar activiteiten worden georganiseerd als in een eventuele ontmoetingsruimte. Denk bijvoorbeeld aan de manier waarop een ruimte wordt ingericht: een open ruimte met ronde tafels of tafels in een vierkant opgesteld, zodat men makkelijk contact kan maken.

### 3.3. Collectieve niveau

Het collectieve niveau speelt zich af op het niveau van de community, het collectief, het geheel dat de betrokkenen van het initiatief samen vormt.

#### Gezamenlijke leeromgeving faciliteren

Binnen het initiatief wordt een gezamenlijke leeromgeving gefaciliteerd. Betrokkenen werken samen, inspireren elkaar en leren van elkaar door het delen van ervaringen, kennis en vaardigheden. Er wordt dus niet geleerd vanuit het eenzijdig overdragen van expertise of vakinhoudelijke kennis maar vanuit gelijkwaardige en wederkerige uitwisseling. Het initiatief kan daarom ook als een oefenruimte worden gezien.

Om te bepalen in hoeverre jouw initiatief een gezamenlijke leeromgeving faciliteert, kun je over de volgende dingen nadenken:

- Is er binnen activiteiten en herstelwerkgroepen bij het initiatief voldoende tijd en ruimte om ervaringen uit te wisselen zodat men van elkaar kan leren? Ter indicatie: in de WRAP is bijvoorbeeld de richtlijn dat 70% van de tijd in een herstelwerkgroep voor uitwisseling gereserveerd moet worden.
- Vindt het hoofdaanbod van het initiatief altijd plaats in groepsverband?
- Biedt het initiatief, naast 'formele' leermogelijkheden (in de vorm van bijvoorbeeld herstelwerkgroepen en activiteiten) ook ruimte voor informele leermogelijkheden (vanuit sociaal contact of het oppakken van rollen en verantwoordelijkheden)?
- Zijn de fysieke ruimten waar de herstelwerkgroepen en activiteiten worden georganiseerd ingericht als leeromgeving? Worden er bijvoorbeeld whiteboards, flap-overs, beamers en/of werkboeken gebruikt?
  - En hoe ziet de rest van het initiatief eruit? Zijn daar ook plekken te vinden die ingericht zijn als leeromgeving? Bijvoorbeeld een ruimte waar computers beschikbaar zijn voor gebruik, of een bibliotheek met boeken over peer support en herstel.

#### Bottom-up co-creatie als basis

Mensen met ervaringskennis (zowel peer facilitators als deelnemers) geven het initiatief vorm. Dat kunnen professionele ervaringsdeskundigen zijn maar dat hoeft niet. Alles wat het initiatief aanbiedt komt bottom-up tot stand vanuit de wensen, ideeën en behoeften van betrokkenen. Het initiatief ondersteunt dat proces. Dat betekent dat er in het initiatief vrije ruimte wordt gefaciliteerd voor deelnemers om activiteiten te creëren waar zij behoefte aan hebben. Co-creatie betekent niet dat ieder idee direct wordt overgenomen. Het betekent dat er ruimte wordt gecreëerd om samen te onderzoeken hoe een idee binnen het initiatief kan passen.

Om te bepalen in hoeverre jouw initiatief gebaseerd is op bottom-up co-creatie, kun je over de volgende dingen nadenken:

- Wordt het programma-aanbod ontwikkeld vanuit (behoefte van) de betrokkenen zelf?
- Is er voldoende ruimte voor betrokkenen om nieuwe ideeën uit te werken?
  - Is de route om een idee uit te werken tot een programmaonderdeel voor iedereen duidelijk?
  - Worden betrokkenen structureel gewezen op de mogelijkheden om zelf dingen te ontwikkelen? Structureel ruimte maken voor co-creatie kan bijvoorbeeld door een pool aan te leggen waarin je betrokkenen met ideeën matcht aan facilitators die zich met bepaalde thema's bezig houden.

- Worden alle activiteiten bij het initiatief gefaciliteerd door ten minste één persoon met ervaringskennis?
  - Zijn mensen met ervaringskennis in the lead in dat proces?
- Wordt de fysieke ruimte van het initiatief samen vormgegeven (en onderhouden) met betrokkenen?
- Wordt er in de activiteiten of herstelwerkgroepen waar mogelijk gebruik gemaakt van gezamenlijke besluitvorming? Denk bijvoorbeeld aan onderdelen aanpassen/overslaan, timing van pauzes etc.
- In hoeverre hebben betrokkenen inspraak in hoe het initiatief wordt vormgegeven? Denk bijvoorbeeld aan het beleid, in dienst nemen van personeel, communicatie.
- Als er inspraak is:
  - Hoe wordt die inspraak gefaciliteerd? Vindt dat bijvoorbeeld plaats in stuurgroepen, herstelwerkgroepen, etc.
  - Is die inspraak structureel ingebed of vindt die incidenteel plaats?
  - Wie neemt de uiteindelijke beslissingen? Doen de coördinatoren dat bijvoorbeeld, of worden beslissingen zoveel mogelijk samen met betrokkenen genomen?

### 3.4. Organisatieniveau

Het organisatieniveau omvat zowel de positie van het initiatief in de maatschappij als organisatorische aspecten die te maken hebben met het functioneren van de organisatie.

#### Toegankelijk zijn voor iedereen

Het initiatief is beschikbaar voor iedereen (ongeacht of je cliënt bent van een eventuele moederorganisatie, indicatie, diagnose, etc.). Hoewel het initiatief in het bijzonder gericht is op mensen met een psychische kwetsbaarheid kan iedereen die zich aangesproken voelt bij het initiatief terecht. Dit betekent dat het initiatief een open cultuur nastreeft waarin iedereen zich welkom en veilig voelt. Niemand wordt anders beoordeeld of behandeld vanwege diens achtergrond of psychische kwetsbaarheid. In principe geldt dat het initiatief een diagnosevrije ruimte is: dat wil zeggen dat het niet belangrijk is of men bepaalde diagnoses heeft en welke dat zijn. Om te zorgen dat het initiatief voor iedereen toegankelijk is, gaat aandacht uit naar laagdrempeligheid en diversiteit.

Om te bepalen in hoeverre jouw initiatief toegankelijk voor iedereen is, kun je over de volgende dingen nadenken:

- Zijn het initiatief en alle herstelwerkgroepen/activiteiten toegankelijk zonder indicatie? Of zijn er bijvoorbeeld herstelwerkgroepen of activiteiten waar alleen een beperkte groep aan mag deelnemen (bijv. cliënten van de moederorganisatie of mensen met een bepaalde diagnose)?
- Biedt het initiatief een diagnosevrije ruimte? Wordt er binnen het initiatief dus niet gevraagd naar diagnoses?
- Zijn de fysieke locaties goed toegankelijk? Denk bijvoorbeeld aan rolstoeltoegankelijkheid, bereikbaarheid met het openbaar vervoer, gemakkelijk te vinden.
- Hebben de locaties een verwelkomende, warme uitstraling? Is er aandacht besteed aan de inrichting zodat er een huiselijke sfeer ontstaat (en niet een klinische sfeer)?
- Is er binnen het initiatief een open cultuur waarin iedereen zich welkom en veilig voelt?

- Zijn er bepaalde acties ondernomen om dat te borgen? Denk bijvoorbeeld aan gezamenlijke gedragsafspraken of kernwaarden duidelijk zichtbaar voor iedereen.
- Zijn de activiteiten financieel voldoende toegankelijk? (Vergelijk: men kan gratis iets volgen vs. er wordt een financiële bijdrage verwacht)
- Ligt rapportage over iemands proces altijd bij de betreffende persoon zelf?
  - Worden er dus geen interne dossiers voor bijvoorbeeld voortgangsmonitoring van deelnemers aangelegd?
  - Worden er dus geen persoonlijke gegevens van betrokkenen (bijv. naam, contactgegevens, adres, welke reeksen iemand heeft gevolgd) gedeeld met derden (bijv. financier, gemeente, moederorganisatie)?
- Wordt er rekening gehouden met individuele leerbehoeften van betrokkenen? Denk bijvoorbeeld aan het printen van werkmappen met grotere letters voor mensen met dyslexie, of inhoud vertalen naar een andere taal voor deelnemers waarvan Nederlands niet de moedertaal is.

### Positionering als volwaardige partner

Het initiatief zorgt voor bekendheid in de wijk en de regio. Het initiatief wil betrokkenen namelijk niet alleen stimuleren om betekenisvolle rollen in te nemen binnen het initiatief, maar ook daarbuiten. Het initiatief is zich bewust van de balans die zij moet bewaken tussen een veilige peer support omgeving faciliteren en tegelijkertijd samenwerken met andere (zorg)organisaties. Het initiatief kan diens expertise in het werken met peer support en zelfregie inzetten om andere organisaties daarbij te ondersteunen of adviseren. Het initiatief beoogt ook invloed uit te oefenen op beleid in een breder netwerk.

Om te bepalen in hoeverre jouw initiatief gepositioneerd is als volwaardige partner, kun je over de volgende dingen nadenken:

- Is het initiatief actief in de wijk/regio om bekend te maken wat zij doet?
  - Op wat voor manieren wordt dat gedaan? Denk bijvoorbeeld aan het organiseren van externe informatiesessies, verspreiding van flyers en informatiefolders, betrokken zijn bij relevante netwerken.
  - Hoe vaak wordt dat gedaan?
  - Is dat structureel of incidenteel?
- Wordt er binnen het initiatief nagedacht over hoe de gefaciliteerde peer support omgeving kan integreren met de wijk/regio? Met andere woorden: wordt een open houding naar de wijk/regio gestimuleerd, om te voorkomen dat het initiatief een naar binnen gericht initiatief wordt?
  - Op wat voor manieren wordt dat gedaan? Denk bijvoorbeeld aan overleggen binnen het team, met wijkpartners, brainstormsessies met betrokkenen.
- Werkt het initiatief samen met relevante partners in de wijk/regio? Denk bijvoorbeeld aan welzijnsorganisaties, wijkcentra, sportverenigingen, culturele verenigingen, scholen.
  - Biedt het initiatief flyers of informatiefolders aan van relevante partners, die betrokkenen helpen hun weg te vinden naar andere activiteiten in de wijk/regio?
  - Worden er gezamenlijke evenementen of activiteiten aangeboden, die betrokkenen helpen hun weg te vinden naar andere activiteiten in de wijk/regio?

- Worden betrokkenen van het initiatief actief gewezen op mogelijkheden in de wijk/regio, of blijft het bij folders die bijvoorbeeld bij een receptie liggen?
- Deelt het initiatief kennis en expertise over peer support en zelfregie met relevante partners in de wijk/regio?
- Indien het initiatief samenwerkt met partners in de wijk/regio: wordt de identiteit van het initiatief daarin actief bewaakt? Denk bijvoorbeeld aan het naleven van de kernwaarden, een huisstijl, etc.
  - Hoe wordt dat gedaan?
  - Lukt dat altijd? Of soms ook niet?

### Bijdragen aan destigmatisering

Een zelfregie- en herstelinitiatief heeft een belangrijke rol in het verminderen van stigma en discriminatie en het bevorderen van inclusie. Het gaat hier over destigmatisering op alle niveaus: doorbreken van zelfstigma, stigma in de zorg, en stigma in de maatschappij. Er wordt niet alleen aandacht besteed aan de impact van stigmatisering, er wordt ook aandacht besteed aan het bewust worden van eigen stigmatiserend gedrag. Het gaat ook over ruimte bieden voor meerstemmigheid. Die ruimte dient binnen het initiatief gefaciliteerd te worden, maar ook daar buiten, in de maatschappij, te worden ingenomen. Het gaat erom dat variatie en diversiteit genormaliseerd wordt. Bijdragen aan destigmatisering kan dus ook door bijvoorbeeld als belangenbehartiger of kwartiermaker actief te zijn in de wijk/maatschappij om de positie van mensen met een psychische kwetsbaarheid te versterken.

Om te bepalen in hoeverre jouw initiatief bijdraagt aan destigmatisering, kun je over de volgende dingen nadenken:

- Besteedt het initiatief veel aandacht aan de thema's zelfstigma, stigma, destigmatisering?
  - Hoe komt dat bijvoorbeeld terug in het aanbod?
- Wordt er regelmatig gesproken over de aanwezigheid en invloed van stigma *binnen* het initiatief?
- Is het initiatief actief om stigmatisering in de zorg te bestrijden?
  - Hoe wordt dat vormgegeven? Denk bijvoorbeeld aan overleggen met zorgverleners, faciliteren van lezingen of workshops rondom dit thema bij zorgverleners.
- Is het initiatief actief om stigmatisering in de maatschappij te bestrijden?
  - Hoe wordt dat vormgegeven? Denk bijvoorbeeld aan belangenbehartiging, faciliteren van lezingen of workshops rondom dit thema in de wijk of zelfs daarbuiten.

### Kwaliteitsborging

Het initiatief houdt zich intensief en structureel bezig met het borgen van de kwaliteit van het aanbod. Idealiter vinden deze processen niet alleen binnen het initiatief plaats, maar ook tussen verschillende initiatieven (bijvoorbeeld door uitwisseling tussen initiatieven). Tijdens deze processen staat reflecteren op de kernwaarden in de praktijk centraal. Dilemma's kunnen zo bespreekbaar worden gemaakt, en er kunnen waardevolle lessen uit worden getrokken.

Om te bepalen in hoeverre jouw initiatief zich bezig houdt met kwaliteitsborging, kun je over de volgende dingen nadenken:

- Worden er binnen het initiatief bijeenkomsten georganiseerd, in de vorm van intervisie, supervisie, vakgroepen of moreel beraad?

- Worden die bijeenkomsten structureel georganiseerd, of gebeurt dit incidenteel (d.w.z. als daar directe aanleiding voor is)?
  - Worden die bijeenkomsten alleen intern georganiseerd of is er ook sprake van uitwisseling met andere initiatieven (bijvoorbeeld in de regio)?
- Heeft het initiatief het vak van 'facilitator' duidelijk beschreven, bijvoorbeeld in een functieprofiel?
- Is er voldoende tijd, ruimte en middelen om facilitators te blijven bijscholen? Bijvoorbeeld door het aanbieden van de WRAP refresher training of door op de hoogte te blijven van (wetenschappelijke) literatuur?
- Werkt het initiatief samen met relevante opleidingen (zoals de opleiding tot ervaringsdeskundige) om kennis en vaardigheden up-to-date te houden? Bijvoorbeeld door stageplekken te bieden?
- Is er een plan voor doorontwikkeling van het initiatief beschreven (in co-creatie)?
  - En wordt daar ook geregeld bij stil gestaan?

## 4. Praktijkkeuzes

In dit hoofdstuk worden een aantal praktijkkeuzes voorgelegd. Hierin is de ene keuze niet beter of slechter dan de ander. Het kan inzicht geven in mogelijke invullingen van een zelfregie- en herstelinitiatief. Soms staan er schuingedrukt toelichtingen of reflecties bij de praktijkkeuzes. Ook deze praktijkkeuzes kun je scoren in het online reflectie-instrument.

### Het aanbod van het initiatief

Een peer support leeromgeving creëren kan met behulp van allerlei aanbod. Het aanbieden van herstelgerichte reeksen, activiteiten en herstelwerkgroepen is een essentieel onderdeel van een zelfregie- en herstelinitiatief. Daarnaast kan een initiatief andere vormen van aanbod bieden. Welke soorten aanbod biedt jouw initiatief aan?

- (Herstelgerichte) reeksen, activiteiten en herstelwerkgroepen
- Inloop / ontmoetingsruimte
- Vrijwilligerswerk
- Retreats (meerdaagse reeks incl. overnachting)
- Overig, namelijk \_\_\_\_\_

### Focus van het aanbod

Binnen een zelfregie- en herstelinitiatief staat uitwisseling over herstel en reflectie op herstel centraal. Het aanbod heeft daarom een focus op het onderzoeken van het eigen herstel(verhaal), in uitwisseling met peers. Men kan echter de keuze maken om ook aanbod aan te bieden met een bredere focus. Zo kan een initiatief ook werkgroepen of activiteiten aanbieden die ook door andere initiatieven worden aangeboden (bijv. buurthuizen, sportscholen). Denk aan yoga, wandelen, samen koken, fotografie. Dit soort activiteiten kunnen ingezet worden om reflectie op herstel te stimuleren (bijv. tijdens het wandelen uitwisselen over een herstelthema), maar zij kunnen ook zonder die focus worden aangeboden (bijv. samen wandelen voor de gezelligheid). Wat is de focus van jouw initiatief?

A = **(Bijna) niets** uit ons aanbod is specifiek gericht op het onderzoeken van en uitwisselen over het eigen herstel(verhaal). Ons aanbod heeft bijna altijd een bredere focus.

B = Een **klein deel** van ons aanbod is specifiek gericht op het onderzoeken van en uitwisselen over het eigen herstel(verhaal). Het grootste deel van ons aanbod heeft een bredere focus.

C = **Ongeveer de helft** van ons aanbod is specifiek gericht op het onderzoeken van en uitwisselen over het eigen herstel(verhaal). De andere helft van ons aanbod heeft een bredere focus.

D = Het **grootste deel** van ons aanbod is specifiek gericht op het onderzoeken van en uitwisselen over het eigen herstel(verhaal). Een klein deel van ons aanbod heeft een bredere focus.

E = **(Bijna) al ons aanbod** is specifiek gericht op onderzoeken van en uitwisselen over het eigen herstel(verhaal).

### Met wie co-creëer je samen?

Co-creatie binnen een zelfregie- en herstelinitiatief gebeurt altijd met mensen met eigen doorleefde ervaring (peers). Activiteiten kunnen worden ontworpen en gefaciliteerd door enkel en alleen peers, of peers kunnen samenwerken met een hulpverlener, deskundige of externe.

*Let op: hulpverleners, deskundigen of andere externen kunnen soms ook peers zijn. Wanneer zij vanuit die doorleefde ervaringen in uitwisseling een bijdrage komen leveren, worden zij gezien als peer.*

*Let op: een activiteit mag nooit alleen door hulpverleners/deskundigen/externen worden ontwikkeld en gefaciliteerd. De co-creatie moet altijd vanuit peers/ervaringsdeskundigen worden geïnitieerd en zij moeten in het hele proces worden betrokken. Wanneer co-creatie met deskundigen plaatsvindt moet speciale aandacht gaan naar het borgen van de gelijkwaardigheid en wederkerigheid (uitwisseling van ervaringen, geen training vanuit expertise).*

Welke samenwerkingsverbanden zijn er binnen jouw initiatief?

A = **(Bijna) al ons aanbod** wordt ontworpen en gefaciliteerd door peers **samen** met een hulpverlener, deskundige of externe.

B = **Het grootste deel** van ons aanbod wordt ontworpen en gefaciliteerd door peers **samen** met een hulpverlener, deskundige of externe. Een klein deel van ons aanbod wordt ontworpen en gefaciliteerd door enkel en alleen peers.

C = **Ongeveer de helft** van ons aanbod wordt ontworpen en gefaciliteerd door enkel en alleen peers, de andere helft wordt ontworpen en gefaciliteerd door peers samen met een hulpverlener, deskundige of externe.

D = **Het grootste deel** van ons aanbod wordt ontworpen en gefaciliteerd door **enkel en alleen peers**. Een klein deel van ons aanbod wordt ontworpen en gefaciliteerd door peers samen met een hulpverlener, deskundige of externe.

E = **(Bijna) al ons aanbod** wordt ontworpen en gefaciliteerd door **enkel en alleen peers**.

### Type locatie

Een zelfregie- en herstelinitiatief kan op verschillende manieren gehuisvest worden. Welke soort(en) locatie(s) zijn van toepassing voor jouw initiatief?

*Let op: Wanneer jouw initiatief één locatie heeft, vul je het antwoord in voor die locatie. Wanneer jouw initiatief meerdere locaties heeft, neem je alle locaties mee in je antwoord.*

*Let op: Met een eigen locatie wordt bedoeld dat de locatie niet gedeeld wordt met een andere organisatie, en dat het gebouw in eigen beheer is van het initiatief of de moederorganisatie.*

*Let op: Met een gedeelde locatie worden gebouwen bedoeld die gedeeld worden met andere maatschappelijke, openbare voorzieningen (zoals bij een organisatie in de wijk, buurthuis, bibliotheek) of gebouwen van een ggz-organisatie (d.w.z. een gebouw waar ook behandeling/begeleiding plaatsvindt).*

A = **(Bijna) alle** locaties worden gedeeld met andere organisaties.

B = **Het grootste deel** van onze locaties wordt gedeeld met andere organisaties. Een klein deel van onze locaties bevindt zich in een eigen gebouw.

C = **Ongeveer de helft** van onze locaties wordt gedeeld met andere organisaties, de andere helft is gevestigd in eigen gebouwen.

D = **Het grootste deel** van onze locaties is gevestigd in eigen gebouwen. Een klein deel van onze locaties wordt gedeeld met andere organisaties.

E = **(Bijna) alle** locaties zijn gevestigd in eigen gebouwen.

### Reflecties

*Het hebben van een eigen gebouw kan empowerend werken en je hebt als organisatie volledige controle over het vormgeven van je ruimte. Zo kan de identiteit van het initiatief sterk weggezet worden. Daarnaast ondersteunt een eigen gebouw het stichten van een peer support community.*

*Gebruik maken van een gedeelde locatie kan laagdrempelig zijn en zorgen voor makkelijke vindbaarheid. Het is wel extra belangrijk om je identiteit als initiatief te bewaken en voldoende inspraak te hebben in het vormgeven van de ruimte. Een locatie moet altijd proberen om de eigen identiteit duidelijk te maken, bijv. door een eigen voordeur, eigen ontvangstruimte, huisstijl op de ramen.*

*Een of meerdere hoofdlocaties in eigen beheer aangevuld met het aanbieden van activiteiten in de wijk kan elkaar versterken. Laagdrempelige activiteiten in de wijk kunnen nieuwsgierigheid bij deelnemers aanwakkeren om ook de hoofdlocatie(s) te bezoeken.*

*Een locatie die gebruik maakt van een gebouw waar ook ggz-diensten worden aangeboden kan op gespannen voet komen te staan met de kernwaarden van een zelfregie- en herstelinitiatief. Onafhankelijkheid van de ggz is belangrijk om de positie van een initiatief te onderstrepen en ruimte te blijven maken voor de beschreven kernwaarden en kerntaken.*

## 5. Verantwoording

Voor de formulering van de kernwaarden en kerntaken is geput uit:

- Focusgroepen met 16 herstelinitiatieven in Nederland (30 respondenten → peer facilitators en coördinatoren)
- Uitwisseling met de POP groep (co-onderzoekers van Enik Recovery College)
- Uitwisseling met experts van MIND, Nederlandse Vereniging voor Zelfregie en Herstel, en het Blauwe Paard.

En de volgende bronnen:

Boertien, D., & Harmsen, K. (2017). *Herstelacademie - vrijplaats voor eigen ontwikkeling*. Utrecht: Werkplaats Herstelondersteuning. <https://kenniscentrumphrenos.nl/document/herstelacademie-vrijplaats-voor-eigen-ontwikkeling/>

Hellweg, K. (2020). *Bouwstenen voor participatie en herstel*. MIND Landelijk Platform Psychische Gezondheid. [https://mindplatform.nl/media/4854/download/MIND%20Bouwstenen%20voor%20participatie%20en%20herstel\\_def.pdf?v=1](https://mindplatform.nl/media/4854/download/MIND%20Bouwstenen%20voor%20participatie%20en%20herstel_def.pdf?v=1)

Lempens, A., de Lange, A., Boertien, D., & van Bakel, M. (2021). *Modelgetrouwheidsschaal WRAP*. Utrecht: Kenniscentrum Phrenos en Trimbos-instituut. <https://www.trimbos.nl/aanbod/webwinkel/af1887-modelgetrouwheidsschaal-wrap/>

Musse, C. & Boumans, J. (2016). *Ruimte voor Peer Support! Een onderzoek naar de totstandkoming van Enik Recovery College*. Utrecht: Lister. <https://www.trimbos.nl/actueel/nieuws/ruimte-voor-peer-support/>

Nederlandse Vereniging voor Zelfregie en Herstel (2022). *Criteria om lid te worden van de NVZH*. [https://nvzh.nl/wp-content/uploads/2022/02/NVZH\\_Criteria\\_lidmaatschap.pdf](https://nvzh.nl/wp-content/uploads/2022/02/NVZH_Criteria_lidmaatschap.pdf)

Toney, R., Knight, J., Hamill, K., Taylor, A., Henderson, C., Crowther, A., Meddings, S., Barbic, S., Jennings, H., Pollock, K., Bates, P., Repper, J., & Slade, M. (2019). Development and Evaluation of a Recovery College Fidelity Measure. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 64(6), 405-414. <https://doi.org/10.1177/0706743718815893>

van Erp, N., Boertien, D., Liefhebber, S., & van den Berg, A. (2022). *Beroepscompetentieprofiel Ervaringsdeskundigheid*. Utrecht: Kenniscentrum Phrenos. <https://kenniscentrumphrenos.nl/kennisproduct/beroepscompetentieprofiel-ervaringsdeskundigheid/>

## 6. Colofon

**Auteurs:**

Marloes van Wezel, Christien Muusse, Dike van de Mheen, Hans Kroon

**Vormgeving:**

Kelly Leunen

**Technische ondersteuning:**

Mark Vergeer

**Met dank aan:**

- Jenny Boumans, Annelies Broos, Judith Lizé, René van de Male, Gaby Dekkers, Karin Goudsmit, Katinka Hellweg, Tim Kreuger, Martijn Kole, Willeke Keyman, Roel Suidgeest, Greetje Senhorst, Sonja Visser, Elske van der Velde, Ton Verspoor, Joes Adriaansens, Michiel Bahler, Manuela Blaswich, Fieke Bosscher, Chantal de Bont-Melkstop, Samirah Daniëls, Daniejel de Greef, Gerard de Roos, Olga de Vogel, Daphne Doorn, Angela van Dongen, Lori van Egmond, Marjolein Jacobs-Orsel, Gert Jansen, Margreet Kingma, Martijn Koopmans, Marcia Kroes, Marlous Langeland, Sarah Lewis, Rosa van Mourik, Martijn Nouwels, Marco Smit, Chantal Soepboer, Eva Velthorst, Menno Veenstra, Karianne Vogel, Nanette Waterhout, Mickal Weggelaar, Josse Weyers, Dick Zwiers voor input en inhoudelijk advies.
- Ewout Kattouw, Wout Diekman, Floris Scheerstra, Hannah Holleman, Kelly Leunen voor ondersteuning bij de data verzameling.

## 7. Bijlage – In te vullen spinnenwebmodel

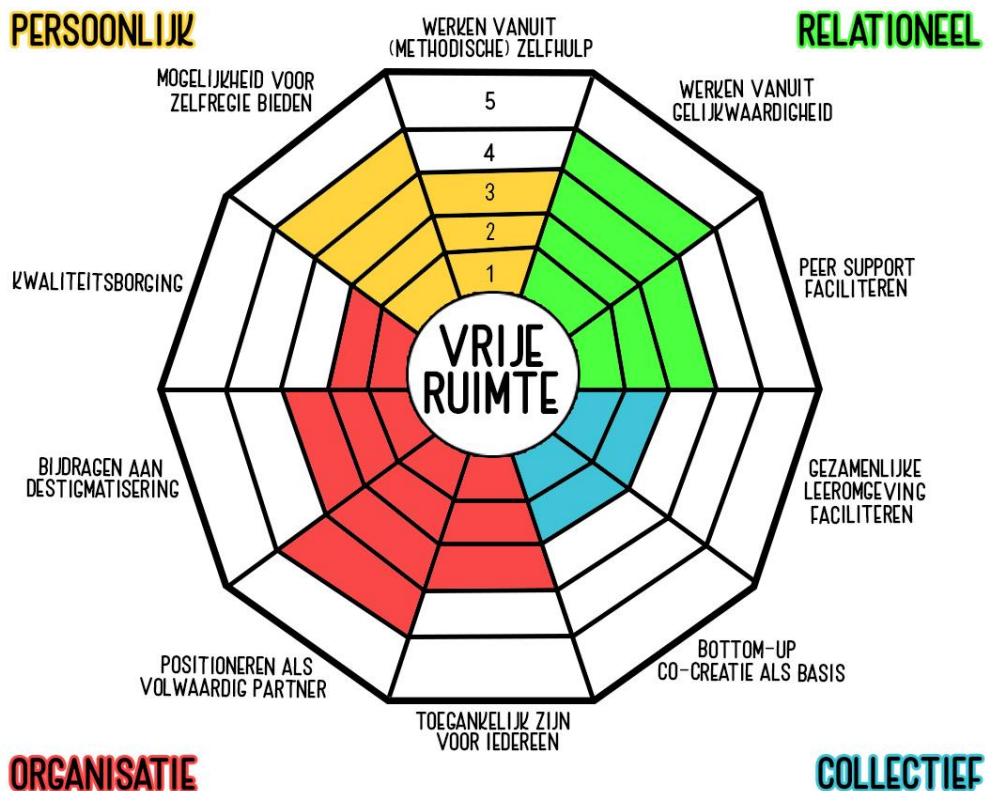
Het reflectie-instrument wordt online ingevuld via [deze link](#). Daaruit volgt een dashboard waar de scores op de kerntaken visueel worden gemaakt met staafdiagrammen. Ook de praktijkkeuzes staan daar visueel weergegeven.

In de modelbeschrijving van dit document hebben we gebruik gemaakt van een spinnenweb visualisatie. Zo'n spinnenweb is op de volgende pagina leeg weergegeven. De scores kunnen hier indien gewenst ingetekend worden, om zo een eigen spinnenweb te creëren.

Stel dat dit de scores van jouw initiatief zijn op de kerntaken:

- Mogelijkheden voor zelfregie bieden: 4
- Werken vanuit (methodische) zelfhulp: 3
- Werken vanuit gelijkwaardigheid: 4
- Peer support faciliteren: 3
- Gezamenlijke leeromgeving faciliteren: 2
- Bottom-up co-creatie als basis: 2
- Toegankelijk zijn voor iedereen: 3
- Positioneren als volwaardige partner: 4
- Bijdragen aan destigmatisering: 3
- Kwaliteitsborging: 2

Dan zou het spinnenweb dat daarbij hoort er zo uit zien:



Indien gewenst: vul hier de scores op de kerntaken in voor jouw initiatief:

