

Inzet cursus Mental Health First Aid voor wijkbewoners in Gestel



Nicole van Erp, Aniek de Lange, Marianne van Bakel

Inzet cursus Mental Health First Aid voor wijkbewoners in Gestel

Trimbos-instituut, Utrecht, 2020

Colofon

Projectleiding

Nicole van Erp

Uitvoering

Aniek de Lange

Marianne van Bakel

Nicole van Erp

Met medewerking van Catherine van Zelst

Met dank aan alle cursisten, sleutelpersonen in de wijk en projectgroep leden die aan dit onderzoek hebben deelgenomen.

Beeld

www.istockphoto.com

Personen afgebeeld op de omslag van deze uitgave zijn modellen en hebben geen relatie tot het onderwerp van deze uitgave of ieder onderwerp binnen het onderzoeksdomein van het Trimbos-instituut.



Het Trimbos-instituut is een onafhankelijk kennisinstituut voor alcohol, tabak, drugs en mentale gezondheid.

Deze uitgave is gratis te downloaden via www.trimbos.nl/webwinkel

Trimbos-instituut
Postbus 725
3500 AS Utrecht
T: 030-297 11 00

© 2020, Trimbos-instituut, Utrecht.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande toestemming van het Trimbos-instituut.

Inhoud

Management samenvatting	6
Inleiding	8
1 Opzet van het onderzoek	9
1.1 Doel- en vraagstellingen	9
1.2 Onderzoeksactiviteiten	9
1.3 Uitwerking en analyse interviews	10
2 Ervaringen van cursisten in Gestel	11
2.1 Achtergrond geïnterviewden	11
2.2 Motivatie en verwachtingen	11
2.3 Opzet cursus	12
2.4 Inhoud cursus	14
2.5 Interactie in de groep	16
2.6 Deskundigheid trainers	16
2.7 Impact van de cursus	17
2.8 Toepassingen in praktijk	19
2.9 Verbeterpunten	20
2.10 Samenvatting	21
3 Evaluatie en effecten van de cursussen	23
3.1 Effecten van de cursus	23
3.2 Toepassingen in de praktijk	23
3.3 Samenvatting	25
4 Bevindingen van de pilot in Gestel	26
4.1 Ervaringen van sleutelpersonen bij de start	26
4.2 Ervaringen van sleutelpersonen na anderhalf jaar	31
4.3 Ervaringen van de projectgroep	34
4.4 Samenvatting	38
5 Conclusies	40
Literatuur	43
Bijlage 1 Tabellen evaluatie	44

Management samenvatting

Veel mensen in Nederland komen weleens in aanraking met mensen met psychische problematiek (inclusief verslaving) en weten dan vaak niet hoe ze moeten handelen of waar ze terecht kunnen voor hulp. De cursus Mental Health First Aid (MHFA) is ontwikkeld om burgers beter in staat te stellen om psychisch leed bij anderen in hun omgeving te herkennen, hen te benaderen, te ondersteunen en te verwijzen naar passende hulp.

Dit onderzoek, uitgevoerd in de wijk Gestel, beoogt inzicht te bieden in het bereik van de MHFA cursussen, de ervaringen van cursisten, de impact van de cursus, en de manieren waarop cursisten het geleerde toepassen in de praktijk.

Bereik MHFA-cursus

Het bereik van de cursussen is kleiner dan vooraf beoogd. Hoewel er veel inspanningen zijn verricht om bewoners en ondernemers te werven voor de cursussen, is dat ten dele geslaagd. Bewoners konden vrij goed worden bereikt, vooral die van de buurtpreventieteam. Wel is er sprake van een ondervertegenwoordiging van bewoners van allochtone afkomst. Mogelijke verklaringen hiervoor zijn dat zij niet via de huidige kanalen bereikt worden of dat zij niet deelnemen omdat zij de taal onvoldoende beheersen en de cursus heel talig is.

De andere beoogde doelgroep, lokale ondernemers, zijn nauwelijks bereikt. Hoewel zij wel interesse hadden voor de cursus was voor hen de tijdsinvestering te groot om deel te nemen. Een – inmiddels ingezette – landelijke wervingsaanpak gericht op grote bedrijven levert wellicht meer mogelijkheden om ondernemers te bereiken dan een lokale aanpak.

Ervaringen met de cursus

De meeste cursisten zijn tevreden over de opzet en inhoud van de cursus. Vooral de afwisseling van theorie met oefeningen, filmpjes en rollenspellen wordt gewaardeerd. Ook zijn de cursisten positief over de trainers. Hoewel sommige cursisten het programma als vrij ‘vol’ ervaren, kunnen zij geen onderdelen benoemen die zij minder zinvol vinden. Ondanks de positieve reacties op de cursus, zouden de meeste cursisten niet hebben meegedaan als ze de cursus zelf hadden moeten betalen.

Er wordt een aantal verbeterpunten genoemd. Zo is voor cursisten niet altijd duidelijk bij welke organisaties in de gemeente Eindhoven mensen terecht kunnen voor zorg of ondersteuning. Ook wijzen zij op het belang van een vervolg op de MHFA-cursus. Bijvoorbeeld in de vorm van een (twee-)jaarlijkse bijeenkomst met oud-cursisten, waarbij de stof kan worden opgefrist, ervaringen kunnen worden uitgewisseld, vaardigheden worden geoefend en er ruimte is voor verdieping.

Impact van de cursus

Zowel uit de digitale evaluatie als uit de interviews komt naar voren dat de cursisten door de cursus meer begrip hebben gekregen voor (mensen met) psychische problemen en zich meer

bewust zijn geworden van hun eigen vooroordelen. Ook hebben zij handvatten gekregen om psychische problemen te herkennen en bespreekbaar te maken. Vooral het luisteren zonder oordeel is hierbij van belang. Op de vraag of zij het geleerde ook in de praktijk (zouden) toepassen, maken de cursisten het onderscheid tussen bekenden (zoals familie en vrienden) en onbekenden. Bij bekenden zal men eerder in actie komen, bij onbekenden (bijvoorbeeld op straat) hangt het af van de context: is het veilig, zijn er anderen in de buurt etc..

Toepassingen in de praktijk

Een aantal cursisten heeft het geleerde inmiddels toegepast in de praktijk, vooral bij familieleden, vrienden of kennissen. De voorbeelden variëren van een oogje in het zeil houden, contact onderhouden en zelf hulp aanbieden tot doorverwijzen naar professionele hulpverleners. Ook passen sommige cursisten het geleerde toe op zichzelf, bij burens of wijkbewoners en bij collega's op het werk. Deze cursisten zijn zich meer bewust geworden van hun directe omgeving.

Veel cursisten hebben het geleerde (nog) niet toegepast in de praktijk. Hier zijn verschillende verklaringen voor te bedenken. Wellicht heeft zich geen gelegenheid voorgedaan om het geleerde in praktijk te brengen óf ze hebben signalen onvoldoende herkend óf ze hebben hier niet op gereageerd.

Inleiding

Hoe herken je een psychose en wat doe je als er iemand voor je staat met een psychose? Hoe handel je als iemand een paniekaanval heeft of een depressie? Veel mensen in Nederland komen weleens in aanraking met mensen met psychische problematiek (inclusief verslaving) en weten dan vaak niet hoe ze moeten handelen of waar ze terecht kunnen voor hulp. De cursus Mental Health First Aid (MHFA) is ontwikkeld om burgers beter in staat te stellen om psychisch leed bij anderen in hun omgeving te herkennen, hen te benaderen, te ondersteunen en te verwijzen naar passende hulp (Kitchener et al., 2013). De inhoud is gebaseerd op richtlijnen voor eerste hulp die op basis van consensus tussen cliënten, naasten en professionals tot stand zijn gekomen. Onder andere acute problemen zoals suïcidale gedachten, zelfbeschadiging, paniekaanvallen, (dreigende) psychose, agressief gedrag of ernstige effecten van drank- of druggebruik komen aan de orde. Deelnemers leren over oorzaken en risicofactoren, ze leren symptomen te herkennen, welke hulp effectief is en waar en hoe ze hulp kunnen inschakelen. Ook leren zij vaardigheden om hulp te bieden bij beginnende psychische klachten of bij klachten die (plotseling) verergeren, onder andere bij crisissituaties. De cursus bestaat 12 uur en wordt gegeven in twee dagen van 6 uur of in vier bijeenkomsten van 3 uur. De cursus wordt gegeven door gecertificeerde trainers en wordt in heel Nederland aangeboden. In het buitenland is MHFA uitgebreid onderzocht en effectief bevonden (Hadlaczky e.a., 2014; Morgan e.a., 2018), in Nederland is nog geen effectonderzoek naar MHFA uitgevoerd.

De MHFA-cursus wordt tot nu toe vooral aangeboden aan professionals en vrijwilligers die in hun werk te maken (kunnen) krijgen met mensen met psychische problemen. Daarnaast is het belangrijk dat ‘gewone’ burgers de cursus volgen, omdat veel mensen met psychische problemen niet of pas laat bij de hulpverlening in beeld komen. Maar hoe bereik je deze burgers en hoe creëer je bij hen de bereidheid om MHFA te volgen? Met dit project willen we inzicht te bieden in de impact van MHFA op wijkbewoners en lokale ondernemers in Gestel.

De pilot in de wijk Gestel is gemonitord door het Trimbos-instituut, een onafhankelijk kennisinstituut voor alcohol, tabak, drugs en mentale gezondheid. Hierbij hebben we gekeken wat de ervaringen zijn van burgers die de cursus hebben gevolgd, wat hen ertoe heeft bewogen de cursus te volgen, wat het hen heeft gebracht en of zij de cursus zouden aanbevelen aan anderen. Ook hebben we onderzocht wat de impact is van MHFA op de cursisten en op de leefbaarheid in de wijk. Ten slotte hebben we aan de hand van concrete voorbeelden geïnventariseerd hoe de cursisten het geleerde hebben toegepast in de praktijk.

1 Opzet van het onderzoek

1.1 Doel- en vraagstellingen

Doel van het onderzoek is om inzicht te bieden in de impact van MHFA op wijkbewoners en lokale ondernemers in Gestel. In het onderzoek staan de volgende vragen centraal:

- 1) In hoeverre sluit de cursus aan bij de verwachtingen en behoeften van de cursisten? Hoe is de tevredenheid over de cursus? Wat kan verbeterd worden om de cursus beter te laten aansluiten bij de behoeften van de verschillende doelgroepen?
- 2) Wat is de impact van de cursus op: a. de kennis over psychische problemen en hoe te handelen bij iemand in de directe omgeving met (acute) psychische problematiek, b. de houding ten opzichte van mensen met psychische problematiek (begrip, acceptatie) en c. de leefbaarheid in de wijk?
- 3) In hoeverre passen de cursisten het geleerde ook in de praktijk toe? Kunnen ze voorbeelden noemen van concrete toepassingen?

1.2 Onderzoeksactiviteiten

De evaluatie en monitoring is uitgevoerd binnen de wijk Gestel en omvatte de volgende activiteiten:

Groepsinterviews met cursisten in de wijk

In de periode november 2018 – november 2019 zijn in totaal vijftien cursisten geïnterviewd. Er vonden drie groepsinterviews plaats met in totaal elf cursisten. Verder zijn twee cursisten individueel face-to-face geïnterviewd en vonden er twee telefonische interviews plaats. De cursisten zijn onder andere bevraagd over de opzet en inhoud van de cursus en op de impact op henzelf en op de leefbaarheid in de buurt. Ook is gevraagd in hoeverre de cursus aansluit bij hun verwachtingen en behoeften en wat er eventueel verbeterd kan worden aan de cursus. De topiclijsten van de interviews zijn opgesteld op basis van het landelijke evaluatieonderzoek van MHFA en internationale onderzoeken naar MHFA (zoals van Massey e.a., 2014; Svensson e.a., 2015; en Lucksted e.a., 2015).

Digitale evaluatie bij cursisten in de wijk

In de periode november 2018 – november 2019 kregen alle cursisten in de wijk Gestel na afloop van de cursus vragen voorgelegd over de tevredenheid met de cursus, in hoeverre de cursus aansluit bij hun wensen en behoeften, eventuele verbeterpunten en wat ze aan de cursus hebben gehad. Zes maanden later zijn de cursisten nogmaals schriftelijk benaderd met vragen over de effecten van de cursus op de langere termijn.

Groepsinterviews met sleutelfiguren in de wijk

Bij de start van de pilot (oktober 2018) is een groepsinterview georganiseerd, waarbij vijf sleutelfiguren in de wijk (een medewerker van GGZE, een medewerker van Neos/Housing First, een medewerker van de welzijnsorganisatie, de wijkagent en een wijkbewoner, tevens coördinator van een buurthuis) en drie toehoorders vanuit de gemeente, bevraagd zijn over de uitgangssituatie in de wijk. Hierbij is onder andere gevraagd naar de leefbaarheid en veiligheid in de buurt en de handelingsbekwaamheid van bewoners. Ook is gevraagd naar de verwachtingen van de MHFA-cursus. Anderhalf jaar later (april / mei 2020) is een aantal sleutelpersonen in de wijk telefonisch geïnterviewd over in hoeverre de MHFA-curussen hebben bijgedragen aan de vermindering van stigma en sociale uitsluiting en het bevorderen van de leefbaarheid in de wijk. Ook is hen gevraagd wat nodig is om MHFA in de wijk te borgen.

Interview projectgroep

In februari 2020 zijn de projectgroep leden van MHFA Nederland en de gemeente Eindhoven geïnterviewd over de opzet en uitvoering van de pilot in Gestel. Onderwerpen die hierin onder andere aan de orde kwamen, waren: de werving, het bereik en de impact van de cursussen, de ontwikkeling en uitvoering van het destigmatiseringsprogramma¹, en de borging en leerpunten van de pilot.

1.3 Uitwerking en analyse interviews

Van alle (groeps)interviews zijn audio-opnamen gemaakt die zijn uitgewerkt in tekstbestanden (interviewverslagen). De interviewverslagen zijn geanalyseerd met behulp van het kwalitatieve softwareprogramma MAXQDA. De kwalitatieve analyse is gebaseerd op de principes van coderen en constante vergelijking (Boeije, 2005):

- Coderen is een werkwijze om onderzoeksmateriaal te ordenen en te analyseren. Bij open codering worden aan de tekstfragmenten codes toegekend. Dit resulteert in een codeboom en een ontwikkeling van een begrippenkader.
- Methode van constante vergelijking. Bij het principe van constante vergelijking worden tekstfragmenten met eenzelfde code vergeleken op overeenkomsten en verschillen.

De resultaten van de evaluatie zijn tussentijds terug gekoppeld om de aanpak beter toe te snijden op de context van deze buurt en van andere wijken in Eindhoven.

¹ Het door Kenniscentrum Phrenos ontwikkelde destigmatiseringsprogramma is gebaseerd op drie belangrijke kennisbronnen: wetenschappelijk onderzoek, kennis van experts uit de praktijk en kennis van ervaringsdeskundigen. De inhoud van dit programma is tijdens één of meer co-creatie bijeenkomsten verdiept en verder uitgewerkt met samenwerkingspartners, ervaringsdeskundigen, burgers uit de wijk (met en zonder psychische problemen) en andere belanghebbenden in de wijk.

2 Ervaringen van cursisten in Gestel

2.1 Achtergrond geïnterviewden

In het kader van het onderzoek hebben groepsinterviews plaatsgevonden met cursisten die de MHFA-cursus hebben gevolgd. Aangezien niet iedereen bij de groepsinterviews aanwezig kon zijn hebben er aanvullend ook nog enkele individuele face-to-face interviews en telefonische interviews plaatsgevonden (zie schema).

Cursus	Aantal deelnemers training	Aantal deelnemers groepsinterviews	Aantal individuele interviews	Aantal telefonische interviews
Groep 1 Najaar 2018	11	3	0	0
Groep 2 Jan / feb 2019	14	0	2	1
Groep 3 Jan / feb 2019	15	0	0	1
Groep 4 Mei 2019	9	3	0	0
Groep 5 & 6 Okt 2019	13 & 14	5	0	0

In totaal deden er vijftien cursisten mee aan de interviews. Er vonden drie groepsinterviews plaats met in totaal elf cursisten. Verder zijn twee cursisten individueel face-to-face geïnterviewd en vonden er twee telefonische interviews plaats. Negen geïnterviewden zijn buurtpreventen, oftewel buurtbewoners die de ‘ogen en oren van de wijk’ zijn. Ze houden informeel toezicht en geven ongeregelde zaken door aan de politie of gemeente. De meeste geïnterviewden hadden dan ook via het buurtpreventieteam van de MHFA-cursus gehoord. De achtergrond van de andere geïnterviewden is divers.

2.2 Motivatie en verwachtingen

De meeste geïnterviewde cursisten vinden dat ze voorafgaand aan de cursus goed zijn geïnformeerd. Enkelen hadden verwacht dat de cursus wat meer over ‘verward gedrag’ zou gaan. Sommigen hebben vooraf het filmpje gekeken over de MHFA-cursus, waarvan een weblink op het informatieformulier vermeld stond. Het merendeel was al bekend met psychische problematiek. Ze kennen bijvoorbeeld mensen met psychische problemen uit hun (naaste) omgeving, volgen een gerelateerde opleiding of hebben zelf te kampen (gehad) met psychische problematiek.

De cursisten hebben verschillende redenen om de cursus te volgen. Sommigen zijn geïnteresseerd in (het omgaan met) psychische problematiek en willen nieuwe kennis opdoen. Voor anderen is de motivatie om mee te doen dat ze wel eens situaties tegenkomen op straat, waarbij ze niet weten hoe te handelen.

Waar een aantal daarbij al concrete ervaringen heeft opgedaan, doen anderen mee vanuit het idee dat ze dit in de praktijk mee kunnen maken. Ook zijn er cursisten die zelf of in hun naaste omgeving te maken hebben (gehad) met psychische problematiek en aan de hand daarvan meer willen leren over hoe ze anderen kunnen helpen.

De meeste cursisten zijn vrij 'blanco' met de cursus gestart en hebben geen specifieke verwachtingen. Daarom hebben zij ook geen belangrijke informatie gemist die zij vooraf verwacht hadden te krijgen. Slechts een enkeling had meer willen weten over andere ziektebeelden.

'Ik vond ook de rollenspellen heel leuk en gewoon in het algemeen. De informatie die je krijgt, wat het is en hoe je met de mensen om kunt gaan. Dus eigenlijk precies waarvoor ik was gekomen, dat heb ik ook geleerd.'

'Achteraf had ik liever gezien dat er ook andere ziektebeelden waren uitgelegd voor andere doelgroepen. Ik had bijvoorbeeld meer informatie gewild over wat aangeboren is en wat aangeleerd. Hoe kun je hier al eerder invloed op hebben? ... Dit moet iedereen weten: 113. Niemand wist ervan. Dit is ook belangrijk voor professionals.'

Enkele cursisten noemen het thema 'omgaan met verward gedrag'. Waar één cursist aangeeft dat het meer over 'verward gedrag' ging dan verwacht, hadden anderen daar juist meer over willen weten.

'Ik had verwacht dat het in zou gaan op dingen die je op dat moment ziet op straat, omdat het aangeraden werd als een cursus voor buurtpreventen. Als ik iemand op straat tegenkom, dan kom ik iemand voor het eerst tegen en wat doe je dan als iemand verward gedrag vertoont en wat kun je betekenen. ... Het ging best vaak over symptomen die in de loop van de tijd ontstaan en veranderingen die je kunt merken in iemands gedrag, en dat zie je niet als je eenmalig iemand op straat tegenkomt.'

'Ik had denk ik verwacht dat er iets meer nadruk zou liggen op hoe ga je om met verwarde personen op straat en wat minder op hoe knoop je een gesprek aan met iemand die niet een acuut probleem heeft, die geen crisis heeft. Ja die verwachting was misschien net andersom dan de werkelijkheid. Maar het is allebei aan bod gekomen.'

2.3 Opzet cursus

Enkele deelnemers uit de eerste cursusgroep geven aan dat ze structuur in de cursus misten en meer spel- en werkvormen hadden verwacht. In de andere cursusgroepen werd dit niet als een probleem ervaren. Over het algemeen vinden cursisten het programma van de cursus vrij 'vol'. Met name de deelnemers uit de eerste cursusgroepen geven aan dat de hoeveelheid stof voor vier avonden veel is. Vooral voor werkenden is het best 'pittig' om na een werkdag nog een cursus van drie uur te volgen. Enkele cursisten opperen het idee om nog één of twee avonden aan de cursus toe te voegen om langer stil te kunnen staan bij de thema's die aan bod komen. Op die manier kunnen voorbeelden meer uitgediept worden, aldus een cursist:

‘Sommige mensen waren aan het struggelen om een voorbeeld echt goed te begrijpen en dan moest omwille van de tijd weer door naar het volgende onderwerp of volgende casus.’

Echter, een vergelijkbaar aantal cursisten vindt vier bijeenkomsten genoeg. De trainingen vinden wekelijks plaats, waarbij er incidenteel een week is overgeslagen in verband met vakantie. Men ervaart het over het algemeen als prettig dat de cursus wekelijks plaatsvindt, zodat de stof goed blijft hangen.

Bij de rol van trainers gaat het vooral over het afbakenen van de tijd, waardoor alle geplande onderdelen kunnen worden doorlopen en elk onderdeel voldoende aandacht krijgt. Enkele cursisten benoemen uit zichzelf dat zij het prettig vonden dat hun trainers elke avond op tijd begonnen en er ook weer op tijd werd afgerond. Wel wordt aangegeven dat sommige cursisten te lang aan het woord waren of dat er zo veel vragen werden gesteld dat de planning onder druk kwam te staan:

‘Volgens mij zijn er wel wat dingen overgeslagen. Er kwamen vanuit de groep ook heel veel vragen. Daar hebben ze altijd wel antwoord opgegeven maar denk dat dat wel ten koste ging van een ander stukje theorie. ... Een vraag ging wel, maar op een klein onderwerp waren op een gegeven moment tien vragen en toen zeiden ze ook wel nu moeten we echt wel door. Maar dan merkte je dat je achterliep in het schema.’

Enkele cursisten uit de eerste cursusgroep geven aan dat zij de ‘lokale inbedding’ misten en het daardoor niet duidelijk was bij welke organisaties in de gemeente Eindhoven mensen terecht kunnen voor zorg of ondersteuning. Om dit te ondervangen kreeg de tweede cursusgroep de mogelijkheid om een extra bijeenkomst bij te wonen, waar verschillende organisaties uit de gemeente aanwezig waren om aan te geven welke zorg of ondersteuning zij bieden.

‘Het was heel interessant om te horen van wie woont hier nu eigenlijk en wat kun je op straat verwachten. Dus dat was een goede toevoeging. Maar het ging heel erg in op dat doorverwijzen, terwijl ik dacht van uiteindelijk doen wij dat helemaal niet. ... Ze zeiden uiteindelijk allemaal wel hetzelfde van jullie verwijzen niet door. Maar omdat ze er best diep op ingingen van wat voor soort mensen er doorverwezen worden en wanneer krijg je bijna toch de indruk dat je iets, dat je bijna de huisarts moet bellen van ik heb iemand die moet je doorverwijzen naar... Terwijl dat volgens mij niet is wat we zouden moeten doen.’

Kosten cursus

In het kader van het project konden cursisten gratis deelnemen aan de cursus, waarvoor cursisten normaliter €275,- (excl. BTW) betalen. De cursisten zouden niet hebben meegedaan aan de cursus als zij die zelf hadden moeten betalen. Wat zij er wel voor hadden willen betalen, verschilt per persoon en hangt af van hun financiële situatie. Er worden bedragen genoemd variërend van €50,- tot €200,-. Echter, voor deelnemers in een uitkeringssituatie kan

dit teveel zijn. Sommige geïnterviewden vragen zich af wat de kosten van een EHBO-cursus zijn en of een MHFA-cursus vergoed kan worden door bijvoorbeeld een zorgverzekeraar of werkgever.

'275 euro is best een bedrag, maar als het gaat om kosten besparen in de hulpverlening stelt dat niks voor. Als ieder van ons één keer in ons leven ervoor zorgt dat iemand eerder hulp zoekt, dan levert dat veel meer geld op dan die 275 euro.'

2.4 Inhoud cursus

Handboek en werkvormen

Alle cursisten ontvingen een handboek waarvan de hoofdlijnen tijdens de cursus aan bod zijn gekomen. De meeste cursisten kunnen de inhoud van het handboek goed volgen. Zo wordt bijvoorbeeld opgemerkt dat het boek overzichtelijk is en het prettig is dat het een samenvatting bevat. Echter, er zijn ook enkele kritische geluiden. Zo vinden enkele geïnterviewde cursisten de inhoud soms lastig te volgen vanwege 'vakjargon' en 'specialistische termen'.

Verder hangt de mening over het handboek ook af van persoonlijke voorkeuren. Waar de één de genoemde percentages over de mate waarin psychische problemen voorkomen niet zo interessant vindt 'als leek', is dit voor de ander juist een eyeopener. Een aantal cursisten had voorafgaand aan elke bijeenkomst de stof uit het boek alvast doorgenomen en dat hielp, omdat men dan beter wist waar de cursusavond over zou gaan.

'Als je het al gelezen hebt gaat het wel makkelijker, omdat je de stof dan al hebt gehoord. Als je het als beginner zo te horen krijgt is het best intensief.'

Tijdens de cursus werd de theorie afgewisseld met oefeningen, filmpjes en rollenspelen. Deze afwisseling wordt erg gewaardeerd. Vooral de oefening waarbij de mate van beperkingen bij psychische en lichamelijke problemen wordt geordend, wordt als inzichtelijk ervaren. Ook zijn de cursisten positief over de filmpjes waarbij zij tijdens de bijeenkomsten aan konden geven wat ze opmerkten en of de personen uit het filmpje goed gereageerd hadden.

'De situatie werd dan ook heel duidelijk. Je hebt het wel steeds over casussen, wat zou kunnen gebeuren. Maar als je het dan op zo'n filmpje ziet en je ziet een buurvrouw en een kennis daarvan reageren. ... Het spreekt veel meer tot de verbeelding dan wanneer je het op papier ziet.'

Ook de rollenspellen worden gewaardeerd, al vindt een enkeling dit minder prettig om zelf te doen. Enkele cursisten geven aan dat ze meer hadden willen oefenen tijdens de cursus met rollenspellen.

'Bij de EHBO-cursus zijn 'slachtoffers' en dan gaan ze oefenen hoe ze die moeten behandelen. In dit geval zou het interessant zijn als iemand komt met een bepaald ziektebeeld en je gaat

oefenen. Een rollenspel met gastspelers. Je kunt als leek wel een opdracht krijgen om een bepaalde rol te spelen, maar dat is anders.'

Meer en minder zinvol

Iedere cursist heeft eigen eyeopeners en onderdelen die voor hem of haar het meest zinvol waren. Deelnemers vinden het prettig om informatie te krijgen over de meest voorkomende psychische problemen en waarderen de daarbij gebruikte werkvormen (oefeningen, filmpjes, rollenspellen). Andere genoemde punten zijn bijvoorbeeld:

'Er waren heel veel kleine aanwijzingen, gewoon wat zeg je. Dat je rustig moet zijn en iemand met respect moet behandelen. In het algemeen is het wel duidelijk, maar juist die kleine tips daar heb ik heel veel aan.'

'Er werd goed benadrukt dat heel veel mensen niet gevaarlijk zijn. Het is goed is om daar bij stil te staan. Heel veel mensen die verward gedrag laten zien zijn niet gevaarlijk. Dat normaliserende aspect vond ik het beste punt.'

Ondanks dat cursisten het programma over het algemeen vrij vol vinden, kunnen zij geen onderdelen benoemen die zij minder zinvol vonden en dus eventueel overgeslagen kunnen worden. Een enkeling noemt een rollenspel dat niet goed aansloot op zijn of haar situatie.

Onderwerpen

Uit de interviews blijkt dat cursisten de onderwerpen die aan bod komen interessant vinden. Tegelijkertijd zijn sommige onderwerpen ook confronterend, bijvoorbeeld omdat bepaalde symptomen herkenbaar zijn. Ook kan de hoeveelheid informatie veel zijn om te verwerken.

'Het was gewoon de druk op de avond en de stof die je dan krijgt als leken. Er komt zo'n hoop op je af. ... Bepaalde dingen waren ook dat je denkt oe.'

Een aantal cursisten geeft aan dat er door trainers werd benadrukt dat het belangrijk is om goed voor jezelf te zorgen en dat het helpen van anderen die kampen met psychische problemen ook impact kan hebben op jezelf. Het wordt gewaardeerd dat hier tijdens de cursus aandacht aan werd besteed.

'En wat ik ook heel goed vond aan de cursus is dat ze het soms ook hadden over de heftige reacties bij jezelf, dus als je iemand ziet met een paniekaanval of wat dan ook. Dat dat ook effect op jezelf heeft en hoelang je daar last van kan hebben en dat soort dingen. Dat je weet dat dat erbij hoort, als er iets gebeurt.'

2.5 Interactie in de groep

De meeste cursisten vinden de sfeer in de groep prettig, met uitzondering van enkele cursisten die een minder goed gevoel overhouden aan de interactie binnen de groep. Zij geven enkele voorbeelden van medecursisten die veel ruimte in beslag namen tijdens de bijeenkomst(en) om over persoonlijke ervaringen te vertellen. Hoewel dit door de trainers zoveel mogelijk werd afgekappt, bleek dit niet altijd afdoende.

‘Een aantal mensen praatte graag over zichzelf en dat ging dan door elkaar heen, terwijl de cursusleider dan iets aan het uitleggen was. De cursusleidster heeft het verder perfect gedaan, maar ze liet teveel ruimte aan mensen waardoor we te ver achter gingen lopen.’

Als er meerdere cursusgroepen tegelijk waren begonnen, konden cursisten een les inhalen bij een andere groep als ze een les gemist hadden. In de praktijk gebeurde dit wel eens. Enkele cursisten zijn wat terughoudend over de mogelijkheid om cursusavonden in te halen, omdat het invloed kan hebben op de ontstane groepsdynamiek:

‘Er was nog de mogelijkheid dat je kon wisselen als je een keer op de maandag niet kon, dan kon je op donderdag inhalen bijvoorbeeld, maar omdat het allemaal best persoonlijk is, denk ik dat het voor het groepsproces beter is als je vier avonden met dezelfde mensen bent.’

2.6 Deskundigheid trainers

De cursisten zijn (erg) te spreken over de deskundigheid van de trainers. Zo wordt gewaardeerd dat ze voorbeelden uit de praktijk konden geven, verwachtingen bespraken en lastige vragen goed konden beantwoorden.

‘De trainer had af en toe de reflectie van als we dit in de praktijk meemaken dan zouden we er zus en zo mee omgaan.’

‘Wat ik goed vond van de trainers, ze hebben de eerste les de verwachtingen besproken en ook de regels die we allen willen stellen.’

In een groep was een ervaringsdeskundige trainer aanwezig. Sommige cursisten geven aan niet te weten of de trainer ervaringsdeskundig was. Meerdere cursisten zijn van mening dat meer gebruik van ervaringsdeskundigheid in de cursus van toegevoegde kan zijn, bijvoorbeeld wanneer iemand iets vertelt over zijn of haar persoonlijke ervaringen.

‘Ik had het prettig gevonden als er in de cursus ook meer aandacht zou zijn voor ervaringsdeskundigheid. Bijvoorbeeld door middel van iemand die iets komt vertellen over zijn of haar problematiek.’

Eén van de manieren om ervaringsdeskundigheid meer terug te laten komen is door een ervaringsdeskundige trainer de cursus te laten geven. Hoewel sommigen de toegevoegde waarde zien van een ervaringsdeskundige trainer, ziet niet iedereen hier de meerwaarde van in. Zij zijn huiverig voor een te ‘eenzijdig’ beeld, waarbij er teveel ingezoomd zou worden op één perspectief, terwijl men juist behoefte heeft aan kennis over een breed scala aan psychische problemen. De volgende cursisten beschrijven dit als volgt:

‘Misschien was het van meerwaarde geweest. Maar dan was het wel weer eenzijdig geweest, want het scala aan psychische problemen blijkt heel groot te zijn en dan had je net een voorbeeld gehad en dan was dat heel diep uitgediept en de rest was wellicht onderbelicht geweest.’

Echter, dit zou gedeeltelijk te maken kunnen hebben met – zoals al eerder aan bod kwam - negatieve ervaringen met medecursisten die hun persoonlijke ervaringen op een - voor hen storende manier - in de groep hebben geuit. Mogelijk hebben sommige cursisten daardoor een vertekend beeld van de inzet van ervaringsdeskundigheid.

2.7 Impact van de cursus

Begrip

Omdat veel cursisten vanuit een persoonlijke interesse aan de cursus deelnamen, is het denkbaar dat hun houding ten opzichte van mensen met psychische problemen over het geheel genomen wellicht al wat positiever was dan die van mensen die niet geïnteresseerd zijn in de cursus. Toch blijkt dat er over het geheel genomen sprake is van een positieve verandering in hun houding na het volgen van de cursus. Zo noemen cursisten dat zij meer begrip hebben gekregen voor (mensen met) psychische problemen en zich meer bewust zijn geworden van de eigen (voor)oordelen.

‘Als ik iemand op straat ziet die duidelijk in de war is, dan kijk ik er minder angstig naar toe. Je staat er anders in. ... Sta er toch wel iets meer open voor, of hoe moet ik dat zeggen... Meer begrip.’

‘Je gaat beseffen dat iedereen wel iets heeft meegemaakt, wat de trainer goed heeft uitgelegd en verwoord, om geen stigma te vormen. Dat je zonder oordeel met mensen omgaat en ze niet in hokjes stopt’.

‘Het is vooral het acceptatiegedrag van als je mensen ziet met verward gedrag, ga niet oordelen. Accepteer ze zoals ze zijn, probeer ze te helpen zoals ze zijn. Wat dat betreft zou het net zo’n cursus moeten zijn als EHBO en BHV. Dat moeten veel meer mensen doen.’

Herkennen van psychische problemen

Cursisten hebben na de cursus meer handvatten gekregen om psychische problemen (bij anderen) te herkennen. Wel wordt opgemerkt dat het lastig is om ontwikkelende, niet-acute psychische problemen te herkennen bij mensen die men niet goed kent. Signalen zijn beter te herkennen bij bekenden, zoals familie, vrienden, collega's of burens. Doordat men elkaar kent is het bijvoorbeeld duidelijker wanneer gedrag verandert.

'Ik denk dat ik me er beter bewust van ben dat psychische problemen er al zijn voordat het heel erg extreem zichtbaar is. En dat je het ook al in kleine dingen kunt herkennen.'

Psychische problemen die men op straat bij onbekenden opmerkt, zullen vooral acuut zijn en daarmee ook beter te herkennen. Toch merken enkele cursisten op dat het ook in zo'n geval lastig kan zijn om te bepalen of er sprake is van een psychisch of een lichamelijk probleem.

'Ik vind, dat gaven ze zelf ook aan, dat het, zeker als je iemand niet kent, heel moeilijk is om het verschil te zien tussen iemand die slecht reageert op bepaalde middelen bijvoorbeeld of acuut iets heeft, of zelfs tussen een paniekaanval en een hartaanval, dat verschil is soms heel klein.'

Ondersteuning bij psychische problemen

Een onderdeel van de BLIZZ is 'luisteren zonder oordeel'. Dit onderdeel wordt door cursisten vaak genoemd als een belangrijk thema. Ze zijn zich na afloop van de cursus meer bewust van het belang van 'oordeelvrij luisteren'. Naast luisteren wordt ook het 'doorvragen' genoemd en het daarmee bespreekbaar maken van thema's die ze voorheen minder snel ter sprake zouden brengen.

'Wij mensen hebben toch de neiging om heel snel een oordeel klaar te hebben. Dat was ook wel een eyeopener. Laat mensen gewoon praten en vorm geen opinie, hoor gewoon wat mensen als verhaal te vertellen hebben, dat was wel heel belangrijk.'

'Je leert nog beter gericht te vragen. ... Ik heb vooral geleerd om dingen gewoon gaan benoemen, dat deed ik voorheen niet.'

Zodra het gaat om het al dan niet bieden van hulp aan mensen met psychische problemen, wordt er door cursisten een onderscheid gemaakt tussen enerzijds bekenden (zoals familie en vrienden) en anderzijds onbekenden die men bijvoorbeeld op straat tegenkomt. Wat betreft het al dan niet tot actie overgaan bij het zien van een 'verward persoon' op straat worden er factoren genoemd die van invloed kunnen zijn op het al dan niet benaderen van deze persoon. De factor die het vaakst wordt genoemd en ook in de cursus aan bod komt, is: voel ik me veilig in de situatie? Andere factoren die genoemd worden zijn bijvoorbeeld: Is het overdag of 's avonds? Wie zijn er nog meer in de buurt? Hoe zit ik op dat moment in mijn vel? Op basis van

de zojuist genoemde factoren bepalen ze of ze al dan niet in actie komen. Hoewel sommigen eerder op iemand af zouden stappen dan voorheen, betwijfelen anderen of ze dat daadwerkelijk zouden doen.

Ook is aan de geïnterviewde cursisten gevraagd naar de mogelijkheid om andere (professionele) ondersteuning in te (laten) schakelen. Verschillende cursisten geven aan nu beter op de hoogte te zijn van de mogelijkheden en eerder contact op te nemen met de politie of 112, of iemand te stimuleren om contact op te nemen met de huisarts.

‘Ik zou nu wel makkelijker naar een huisarts gaan bellen of naar een 112 of 0800 nummer van de politie.’

Leefomgeving

Naast effecten die betrekking hebben op het herkennen van psychische problemen en het ondersteunen van mensen, benoemt een aantal deelnemers voorbeelden die laten zien dat zij zich meer bewust zijn van hun leefomgeving. Zo geeft een deelnemer aan dat de cursus hem ‘alerter’ heeft gemaakt. Enkelen vertellen dat zij vaker mensen op straat begroeten en een ander heeft het besef gekregen hoe vaak psychische problemen in het land, en daarmee ook in de wijk, voorkomen.

2.8 Toepassingen in praktijk

Ongeveer de helft van de geïnterviewde cursisten noemt een concrete toepassing van het geleerde in de praktijk. De voorbeelden laten zien dat deze cursisten zich meer bewust zijn van hun omgeving en meer handvatten hebben gekregen om ondersteuning te bieden.

‘Ik had een aantal mensen waarvan ik dacht daar moet ik wat aan doen. Laatst heb ik een praatje gemaakt met een demente man, die zijn hond aan het uitlaten was. Ik hoorde later dat de partner blij was, want de man bleek de weg even kwijt te zijn. Je wordt alerter en dat is ook de reden geweest dat ik naar mensen toe ben gegaan.’

‘Iemand uit mijn omgeving was een tijdje uit beeld. Ik heb diegene een berichtje gestuurd: ‘je hoeft niets te laten horen, maar weet dat ik aan je denk’. ... Ik maak nu meer contact met mensen uit de buurt als ik aan het wandelen ben.’

‘Ik heb een bekende aangesproken, toen die veel aan het drinken was. Ik merkte dat veel mensen in de groep waarmee ik was het wel zagen, maar er niets van zeiden.’

‘Een familielid heeft het moeilijk en ik vang hem af en toe op. Ik benader hem nu wat anders dan eerst, en hij voelt zich op z’n gemak. Ik luister heel goed naar hem en als hij bepaalde

dingen vertelt ga ik niet zeggen van 'dat zou ik niet doen als ik jou was', of het moeten echt ernstige dingen zijn.'

'Ik heb een filmpje uit de cursus laten zien aan iemand waarvan ik vermoedde dat er in de omgeving sprake was van depressieve gevoelens. Ik zei als hij zich zo voelt kan je er mee naar de dokter hé. Dat hebben ze inderdaad ook gedaan.'

Naast recente toepassingen zijn er een paar cursisten die reflecteren op eerdere gebeurtenissen, die ze met de kennis van nu anders aangepakt zouden hebben. De één is zich nu meer bewust van mogelijkheden om door te verwijzen en beide geïnterviewden zouden – als de situatie zich nu had voorgedaan - meer doorvragen.

'Achteraf gezien was ik eigenlijk gewoon veel te voorzichtig met vragen stellen. Als ik hem nu pas had leren kennen had ik waarschijnlijk veel eerder op de man af gevraagd van goh, wat is het probleem nou eigenlijk. En dat deed ik tot deze cursus gewoon niet.'

Niet alle cursisten hebben de geleerde stof toegepast in de praktijk. Sommigen geven aan in de praktijk nog geen situaties tegen te zijn gekomen waarin ze de kennis konden toepassen. Een enkeling kwam in een situatie terecht waarbij hij of zij zich niet veilig voelde en ging (mede) daardoor niet tot actie over.

2.9 Verbeterpunten

De cursisten ontvangen drie jaar na afloop van de cursus een herinnering om de cursus opnieuw te volgen, omdat een MHFA-certificaat drie jaar geldig is. Veel cursisten geven aan dat ze behoefte hebben aan eerdere vervolgvragen. De vorm die het vaakst terugkomt is het organiseren van maximaal één of twee bijeenkomsten per jaar met oud-cursisten, waarbij de leerstof van de cursus wordt opgefrist. Ook is er behoefte aan uitwisseling met andere oud-cursisten, het oefenen van vaardigheden en aan verdiepende informatie over een bepaald thema. Een ander idee - dat minder vaak naar voren komt - is het aanstellen van een aanspreekpunt in de wijk die de MHFA-cursus heeft gevolgd, waar men terecht kan voor eventuele vragen.

'Bijvoorbeeld een herhalingsles na twee maanden. Dan kun je bijvoorbeeld bespreken wie het in de praktijk heeft gebracht en kun je specifieke problemen horen van mensen en wat ze in die situaties hadden kunnen doen.'

Met betrekking tot de doelgroep van de cursus geven sommige cursisten aan dat de cursus wellicht niet zo geschikt is voor mensen die 'niet zo stabiel zijn'. Een enkeling wijst erop dat de cursus misschien niet voor iedereen goed te begrijpen is, omdat het taalniveau te hoog is.

‘Ik denk ook wel dat er mensen op af komen die een redelijke basis hebben. Als je dat niet hebt, dan is het misschien te moeilijk.’

Sommige cursisten noemen verbeterpunten met betrekking tot het aantal bijeenkomsten. Meer bijeenkomsten kan ruimte bieden om onderwerpen verder uit te diepen en langer stil te staan bij bijvoorbeeld spel- en werkvormen. Een paar andere specifieke verbeterpunten hebben betrekking op de naam van de cursus en de vorm van kennisoverdracht.

‘We hebben het best kort gehad over hoe je oordeelvrij vragen kunt stellen aan iemand. Bij dat stuk is denk ik veel winst te halen bij iedereen, ook bij mezelf. Daar had ik het leuk gevonden om er of wat dieper op in te gaan of wat oefeningen of wat feedback op te krijgen.’

‘EHBO is zo’n sterk merk in Nederland. Het is heel erg jammer dat ze daar niet iets mee gedaan hebben. M-H-F-A. Als ik zeg ik ga naar een avond cursus MHFA, dan staan ze je aan te kijken, Mental Health First Aid. En als je zegt Eerste hulp bij psychische problemen, oh, meteen duidelijk’.

2.10 Samenvatting

In totaal zijn 15 cursisten geïnterviewd, waaronder 9 buurtpreventen. De geïnterviewde cursisten zijn tevreden over de opzet en inhoud van de cursus. Vooral de afwisseling van theorie met oefeningen, filmpjes en rollenspellen wordt gewaardeerd. Hoewel sommige cursisten het programma als vrij ‘vol’ ervaren, kunnen zij geen onderdelen benoemen die zij minder zinvol vinden. Ondanks de positieve reacties op de cursus, zouden de meeste cursisten niet hebben meegedaan als ze de cursus helemaal zelf hadden moeten betalen. Verder waarderen de cursisten de deskundigheid van de trainers.

De cursisten hebben door de cursus meer begrip gekregen voor (mensen met) psychische problemen en zijn zich meer bewust geworden van hun eigen (voor)oordelen. Ook hebben zij meer handvatten gekregen om psychische problemen te herkennen. Vooral het luisteren zonder oordeel vinden zij erg belangrijk. Op de vraag of zij het geleerde ook in de praktijk (zouden) toepassen, maken de cursisten het onderscheid tussen bekenden (zoals familie en vrienden) en onbekenden. Bij bekenden zal men eerder in actie komen, bij onbekenden (bijvoorbeeld op straat) hangt het af van de context: is het veilig, zijn er anderen in de buurt etc.. Ongeveer de helft van de cursisten noemt een concrete toepassing in de praktijk. Het zijn relatief kleine toepassingen, waaruit blijkt dat zij zich meer bewust zijn van hun directe omgeving en meer handvatten hebben om eerste ondersteuning te bieden.

Er wordt een aantal verbeterpunten genoemd. Zo is voor cursisten niet altijd duidelijk bij welke organisaties in de gemeente Eindhoven mensen terecht kunnen voor zorg of ondersteuning. Ook wijzen cursisten op het belang van een vervolg op de MHFA-cursus. Bijvoorbeeld in

de vorm van een (twee-)jaarlijkse bijeenkomst met oud-cursisten, waarbij de stof kan worden opgefrist, ervaringen kunnen worden uitgewisseld, vaardigheden worden geoefend en er ruimte is voor verdieping.

3 Evaluatie en effecten van de cursussen

Tijdens de pilot kregen alle MHFA-cursisten in de wijk Gestel na afloop van de cursus vragen voorgelegd over de tevredenheid met de opzet en inhoud van de cursus, de deskundigheid van de trainers, en wat ze aan de cursus hebben gehad. Zes maanden later zijn de cursisten nogmaals schriftelijk benaderd met vragen over de effecten van de cursus op de langere termijn.

3.1 Effecten van de cursus

In Gestel zijn in de periode oktober 2018 t/m oktober 2019 zes MHFA-cursussen uitgevoerd. In totaal hebben hier 76 cursisten aan deelgenomen, waarvan er 50 het evaluatieformulier na afloop van de cursus hebben ingevuld. Bijna de helft hiervan (n=24) heeft zes maanden later aan de follow-up meting deelgenomen.

Het algemene beeld van de *nameting* is redelijk positief tot positief (zie bijlage 1). Hoewel de scores van de verschillende cursistengroepen wat variëren, zijn de verschillen niet groot. Voor alle groepen geldt dat de trainers het beste worden beoordeeld, gevolgd door de opzet en inhoud van de cursus en de effecten van MHFA. Bij de effecten van de cursus scoort de toepassing van het geleerde in de praktijk het laagst.

Bij de *follow-up meting* is gevraagd naar de effecten van de training en naar voorbeelden hoe ze het geleerde hebben toegepast in de praktijk. Na zes maanden zijn de effecten van de cursus enigszins vergelijkbaar met die van de nameting, ook hier zijn de uitkomsten redelijk positief en scoort de toepassing van het geleerde in de praktijk het laagst (zie bijlage 1).

3.2 Toepassingen in de praktijk

Van de 24 cursisten die het follow-up formulier hebben ingevuld, hebben er 16 de open vraag beantwoord over hoe ze het geleerde hebben toegepast in de praktijk. Hiervan geven zeven cursisten aan dat ze veel hebben geleerd van de cursus en dat de cursus hen geholpen heeft om problemen eerder te herkennen en te signaleren, om meer begrip te krijgen en te tonen, en om beter door te verwijzen. Zij hebben geen concreet voorbeeld paraat.

Negen cursisten geven concrete voorbeelden van hoe ze het geleerde hebben toegepast in de praktijk. Drie mensen geven aan dat ze het geleerde vooral hebben toegepast *op zichzelf*. Een cursist benoemt dat de cursus hem zelfvertrouwen heeft gegeven, waardoor hij zich verder is gaan ontwikkelen. De anderen geven aan dat ze eerder hulp hebben gezocht toen het niet zo goed met hen ging.

'Ik heb het toegepast op mezelf. Tijdens een paniekaanval heb ik contact gezocht met WIJ Eindhoven en nu heb ik een casemanager'.

‘Gek genoeg heb ik het geleerde op mezelf toegepast. Door omstandigheden had ik veel druk, stress, spanningen. Uiteindelijk heb ik hulp gezocht’.

De meeste cursisten geven aan dat ze het geleerde hebben toegepast in hun directe omgeving, *bij familieleden, vrienden of kennissen*. Soms gaat het om voorbeelden waarbij het slecht met een naaste gaat en waarbij de cursist contact houdt en hulp aanbiedt. In een ander geval kan een cursist een naaste ondersteunen door concrete handvatten te bieden. Ook benoemt een cursist dat de cursus geholpen heeft om haar eigen grenzen te bewaken, zodat zij er niet zelf aan onderdoor gaat.

‘Bij een familielid kon ik veel gemakkelijker vragen stellen en contact blijven houden. Na de gedwongen opname ben ik zeer intensief betrokken gebleven. Door de cursus was het voor mij veel duidelijker welke bijdrage ik kon leveren en kon ik me veel sneller op de hoogte stellen van de rol van de familie’.

‘Ik pas het toe bij vrienden die vervelende gebeurtenissen hebben meegemaakt, ik vraag regelmatig hoe het met ze gaat. Dat is voldoende voor ze. Door de cursus weet ik hoeveel waarde dat kan hebben’.

‘Ik heb me al twee jaar bemoeid met een kennis die zwaar depressief is. Ik help haar nog af en toe, want het gaat langzaam beter. Daarnaast heb ik nog een kennis met vele angststoornissen. Wij hebben regelmatig telefonisch contact. Ik heb in deze cursus wel geleerd om iets meer afstand te nemen; dus mij niet emotioneel uit te laten putten’.

Andere cursisten geven aan dat ze het geleerde hebben toegepast bij hun *buren of bij mensen in de wijk*. Bij de burens gaat het er vooral om dat ze in de gaten houden hoe het ermee gaat en waar nodig hun hulp aanbieden.

‘De bovenbuurvrouw heeft een slechte gezondheid (diabetes) en heeft een keer gezegd dat ze de insuline ook kan gebruiken om er een einde aan te maken. Zij is nu doorverwezen en we houden nu met meerdere mensen een oogje in het zeil’.

‘Onze buurvrouw heeft nogal luidruchtige ruzie met haar man. We hebben het idee dat ze mentaal niet goed in haar vel zit. Ze reageert heel wisselend als je haar tegen komt: de ene keer kijkt ze naar beneden en zegt ze niets, en de andere keer loopt ze recht en zegt ze bij aanspreken wel iets terug. Ik heb bij hen kenbaar gemaakt dat ik me zorgen maak en aangeboden om hulp te bieden indien nodig. Het is nog niet voorbij, maar het ruzie maken is wel minder geworden’.

Sommige cursisten zijn vrijwillig werkzaam als buurtprevent in de wijk. Enkelen van hen geven aan dat ze door de cursus meer contact zoeken met andere wijkbewoners. Hierdoor horen ze eerder als er ergens problemen zijn of er wat aan de hand is.

'Ik spreek nu zelf veel gemakkelijker mensen aan die door de buurt zwerven. In twee situaties ging het om mensen die in de war waren en de weg kwijt waren. Door bekenden van deze mensen aan te spreken bleek het te gaan om dementerende ouderen. In beide gevallen kwam ik achter de namen van de familieleden en kon zo contact worden gelegd met zorginstellingen'.

Ten slotte geeft een cursist aan dat ze het geleerde heeft toegepast op haar werk, *bij haar collega's*.

'Ik heb twee collega's die depressieve symptomen vertonen. Ben met deze collega's het gesprek aangegaan en heb het filmpje de zwarte hond laten zien. Heb uitgelegd dat je met een gebroken been ook hulp zoekt. En dat er voor psychische problemen niet meteen een psycholoog nodig is, maar dat een gesprek bij de huisarts al meer duidelijkheid kan geven. Ik had dit zonder de cursus niet gedacht of gedurfd. De mannen hebben allebei contact gezocht met de huisarts en zitten nu in een behandeltraject. Ik merk dat ik meer opensta om een gesprek over psychische problemen aan te gaan en mensen beter in de gaten houd zonder dat ze dat meteen merken'.

3.3 Samenvatting

Het algemene beeld van de nameting is redelijk positief tot positief. Voor alle groepen geldt dat de trainers het beste worden beoordeeld, gevolgd door de opzet en inhoud van de cursus en de effecten van MHFA. Bij de effecten van de cursus scoort de toepassing van het geleerde in de praktijk het laagst. Bij de follow-up meting is gevraagd naar de effecten van de training en naar voorbeelden hoe ze het geleerde hebben toegepast in de praktijk. Na zes maanden zijn de effecten van de cursus enigszins vergelijkbaar met die van de nameting, ook hier zijn de uitkomsten redelijk positief en scoort de toepassing van het geleerde in de praktijk het laagst. Bij de open vraag over concrete toepassingen in de praktijk gaven de meeste cursisten voorbeelden van toepassingen bij familieleden, vrienden of kennissen, die variëren van contact houden en zelf hulp aanbieden tot doorverwijzen naar professionele hulpverleners. Ook passen sommige cursisten het geleerde toe op zichzelf, bij burens of wijkbewoners en bij collega's op het werk.

4 Bevindingen van de pilot in Gestel

Om de pilot in Gestel te monitoren zijn interviews gehouden met sleutelpersonen in de wijk Gestel; een groepsinterview bij de start van de pilot en drie telefonische interviews anderhalf jaar later. Daarnaast zijn de projectgroep leden van MHFA Nederland en de gemeente Eindhoven geïnterviewd over hun ervaringen met de opzet en uitvoering van de pilot.

4.1 Ervaringen van sleutelpersonen bij de start

4.1.1 Leefbaarheid in de wijk

De sleutelfiguren schetsen een beeld van de buurt waarin de leefbaarheid geleidelijk is afgenomen. Een van hen geeft aan dat het buurthuis een belangrijke functie vervult in de wijk. Hier werken acht tot tien vrijwilligers die ondersteund worden door een coördinator. Bij het buurthuis komen veel oudere mensen, vaak alleenstaand, die het fijn vinden om een kop koffie te komen drinken of met elkaar te spreken. De laatste jaren komen er ook regelmatig mensen met ‘verward’ gedrag.

‘Het zijn mensen waar we niet zo goed weten wat we daar mee moeten doen. Sommigen daarvan wonen al heel lang zelfstandig. Maar in mijn ogen vaak wat onverantwoord. Ze weten vaak niet de weg, zijn vaak hun sleutels vergeten en dergelijke. Ook laten ze vaak dingen aan staan op het gas, wat gevaarlijk is. Deze mensen hebben begeleiding of hulp nodig.’

Verder zijn in de buurt wel eens overlast problemen. Oorspronkelijk was dit een wijk waar mensen van 45 jaar en ouder door de gemeente geplaatst werden. Het was een rustige buurt waar mensen naar elkaar omkeken. Maar nu zijn er verschillende voorzieningen in de buurt gekomen. Zo is er een huis waar ongetrouwde jonge moeders wonen, die worden begeleid door jeugdzorg. Daar zijn wel wat problemen mee geweest, zoals harde muziek en schreeuwen. Ook is er in de buurt een huis waar ex-daklozen worden opgenomen, die aan het werk worden gezet. Deze voorzieningen zitten allemaal dicht bij elkaar.

‘Het is natuurlijk ook beleid geweest om steeds meer mensen meer in de wijk te plaatsen, die eerst binnen muren woonden, extramuralisering. Dus wat dat betreft, dat merk ik ook, niet specifiek in deze wijk, maar ik herken het beeld goed’.

Bij de daklozenopvang komen steeds meer mensen met zware problematiek binnen, vaak met psychische en verslavingsproblemen. Sommigen hebben meer zorg nodig dan de opvang kan bieden. Housing First heeft een aantal toelatingscriteria, onder andere dat iemand in de war moet zijn. Maar de drempel voor toelating wordt steeds hoger. Veel mensen met problemen kunnen daardoor niet gehuisvest worden, waardoor zij vaak toch weer op straat komen.

‘Ze zijn niet te handhaven binnen het gebouw, ik snap dat ook heel goed. Daar hebben ze de verantwoording voor 80 of nog meer mensen, daar moet de rust ook bewaard worden. Maar

vervolgens wordt het probleem afgewenteld op de samenleving en dus op deze wijk, onze wijkbewoners’.

Verder is er nog een groep ‘ex-criminelen’ die in een huis van de kerk zitten. Deze groep is erg op zichzelf en zoekt geen contact in de buurt. Met deze mensen kan moeilijk contact worden gelegd. Ook hebben zij een aantrekkelijke werking op bijvoorbeeld dealers en andere ‘minder gewenste figuren’.

‘De meeste mensen zijn er eigenlijk een beetje bang voor. Het zijn vaak jongens die een hele grote mond hebben en hele harde muziek draaien. Ik ben er zelf een aantal keer geweest en dan gaat het toch weer wat terug in het geluid. Maar het is lastig om hen aan te spreken’.

Daarnaast wonen er mensen in de buurt die eenzaam zijn en niet in staat zijn om contact te leggen. Zij zijn (voor langere tijd) opgenomen geweest en worden daarna in de wijk geplaatst. Volgens een geïnterviewde hebben zij nooit geleerd hoe ze contact kunnen maken met anderen. De begeleiding in de thuissituatie is vaak maar beperkt. Er is niet voldoende tijd om hen te ondersteunen bij het deelnemen aan de samenleving.

De geïnterviewden merken op dat leefbaarheid een subjectief begrip is. Het heeft er onder andere mee te maken wat je gewend bent. Als je in een achterbuurt gewoond hebt, is de leefbaarheid in deze wijk heel goed.

‘De meeste keren is het een 10 maar het is ook wel eens een 2. Je kan er geen echt cijfer aan geven. Het is een beetje wisselend eigenlijk. Maar over het algemeen gaat het goed hoor, het is niet zo dat het zo dramatisch is allemaal. Over het algemeen gaat het wel goed.’

Ook anderen vinden het lastig om in het algemeen iets te zeggen over de leefbaarheid in de wijk. Het hangt af van de locatie en van het tijdstip. Wel kan gezegd worden dat de wijk de afgelopen tien jaar achteruit is gegaan. Het totaal aantal meldingen van overlast neemt fors toe.

4.1.2 Aanpak in de wijk

In de wijk is een platform opgezet dat bestaat uit professionals en buurtbewoners die vier keer per jaar bij elkaar komen om zaken te signaleren, te bespreken en - waar nodig - interventies met elkaar te delen. Hierdoor zijn de lijnen kort. Verder is er een groepsapp waarmee bewoners elkaar op de hoogte houden, en er is een app voor professionals. Bewoners en professionals signaleren hierdoor snel problemen en kunnen vanuit hun eigen positie hierop actie ondernemen. Maar dit geldt slechts voor een deel van de wijk.

Een geïnterviewde meldt dat wijkbewoners en vrijwilligers soms signaleren dat mensen afglijden en dan wel in actie komen.

‘Het enige wat wij kunnen doen als niet-professional is op bezoek gaan bij die mensen en er mee gaan praten. Meer kan je op dat moment niet, tenminste we hebben niet de kennis om daar dan acute professionele hulp te geven. Dus het enige dat we kunnen doen is met ze in contact blijven’.

Maar deze ondersteuning door bewoners en vrijwilligers geldt vooral voor de Hof van Ede. De rest van de wijk is veel meer op zichzelf gericht. Wanneer een wijkbewoner overlast ervaart, dan wordt veelal 112 of een 0900-nummer gebeld. Vervolgens wordt de politie daarop afgestuurd. In het grootste deel van de wijk zijn wijkbewoners alleen op die manier actief. Ze weten zelf geen oplossing en dus schakelen ze de politie in.

‘Dan krijg ik een rechtstreekse terugkoppeling, van het gaat niet goed met deze meneer. Dan heb ik het aapje op de schouder zitten van wat gaan we daarmee doen. En ik zoek natuurlijk wel de samenwerking op met de GGZ en WIJ Eindhoven en dan ga je kijken of je daarin iets kunt betekenen’.

Ook vanuit het buurthuis worden wel eens mensen doorverwezen, bijvoorbeeld naar WIJ Eindhoven. Dit lukt soms wel en soms niet. *‘Dat hangt ook af van wat de persoon in kwestie wil. Wil die hulp accepteren of is het een zorgmijder?’* Er zijn mensen die niets willen en in een garagebox wonen. Zij krijgen huisvesting aangeboden, maar die willen ze niet.

‘Hierdoor is er een gevoel van onveiligheid, soms ook een gevoel van machteloosheid. Dat je er eigenlijk niks aan kan doen en dat instanties ook niet zoveel doen.’

Er zijn wel enkele initiatieven om mensen meer te betrekken bij het leven in de wijk. Maar soms zijn die voor een select gezelschap wijkbewoners. Er zijn verschillende initiatieven die niet van elkaar weten dat ze bestaan. *‘Het zijn kleine eilandjes. Het is mooi dat ze bestaan, maar het werkt niet voor het totaal van de buurt’.* Er wordt opgemerkt dat het platform een middel kan zijn om de leefbaarheid van de wijk te verbeteren, maar die moet dan breder getrokken worden richting de hele buurt. Een andere positieve ontwikkeling is de opening van een soort huiskamer, vanuit de zorg, waar iedereen welkom is.

4.1.3 Werving cursus MHFA

In de wijk is voldoende animo om aan de cursus deel te nemen. Het afgelopen jaar is de cursus een paar keer tijdens vergaderingen van heel Gestel besproken. Vooral mensen die actief zijn in de buurt of binnen buurtpreventie hebben aangegeven dat ze graag willen deelnemen. Het feit dat de cursus gratis is, zal mogelijk meer mensen over de streep trekken. De verwachting is ook dat het de deelnemers iets gaat opleveren en dat dit een belangrijke motivatie is om mee te gaan doen. Mensen die de cursus gaan volgen, zullen er iets mee willen bereiken. *‘Dat*

ze er iets mee kunnen of weten hoe ze moeten handelen, of wie ze kunnen inschakelen. Of misschien een stukje onzekerheid weggaat'.

De geïnterviewden benadrukken het belang van een goede back-up, zodat mensen weten waar ze naartoe kunnen verwijzen. *'En als je dan verwachtingen opwekt van die back-up die is er, want WIJ Eindhoven staat klaar of de GGZ staat klaar of net wie dan ook. Want als die er niet is, dan zakt het snel af'.* Een overzicht bij welke organisatie iemand terecht kan, zou helpend zijn, vooral voor bewoners. In de cursus komt wel aan de orde naar wat voor type hulpverleners en begeleiders je kunt verwijzen, maar er is geen regio-specifiek overzicht. Dat zou een goede toevoeging kunnen zijn.

Behalve wijkbewoners zijn er mogelijk ook ondernemers in de wijk die belangstelling hebben voor de cursus, bijvoorbeeld van de Jumbo. De Jumbo is een locatie waar veel van deze mensen naar toe gaan. Nadeel is dat bij de Jumbo veel jongeren tijdelijk werken en vaak maar een dag in de week. Dan loont het niet de moeite om hen naar een cursus te sturen. Verder zijn er in de buurt veel horecagelegenheden, daar komen ook veel mensen uit de doelgroep. Die ondernemers herkennen de problematiek en zijn goed te benaderen, maar vinden vier dagen vaak teveel.

Op de vraag hoe de cursus bij bewoners en ondernemers onder de aandacht kan worden gebracht, wordt een aantal suggesties gedaan. Zo wordt geopperd dat de cursus aantrekkelijker kan worden gemaakt door meer beeldmateriaal van de cursus te maken en veel meer gebruik te maken van sociale media. Een ander merkt op dat de communicatie nu vooral gericht is op het helpen van een medeburger met psychische problemen.

'Ik denk dat het goed zou zijn om deze cursus, zeker voor het project hier, ook vanuit de andere positie onder de aandacht te brengen. Namelijk vanuit de bewoner die dingen in zijn wijk ziet gebeuren. En hoe ga je daar nu mee om, hoe ga je daarop acteren?'

Ook wordt nog de suggestie gedaan om scholen te benaderen. Zo is er een grote middelbare school in de buurt *'waar ook het één en ander gebeurt'*. Wellicht is het zinvol dat daar ook een aantal mensen de cursus gaat volgen.

4.1.4 Verwachte impact in de wijk

De verwachtingen van de sleutelfiguren over de impact van de MHFA-cursussen in de wijk, zijn weliswaar niet heel hoog gespannen, maar wel positief. Ook omdat ze het belang zien dat er iets in de wijk gedaan wordt en alle beetjes helpen. Verwacht wordt dat de MHFA-cursus enigszins kan helpen om de veiligheid en leefbaarheid in de wijk te vergroten. Vooral in de benadering van mensen.

'Je weet niet hoe je met mensen soms om moet gaan. Dat is het lastige juist. Je hebt natuurlijk wel levenservaring, ik heb altijd met mensen gewerkt, maar ik ben niet de enige bij ons in de buurt. Er zijn onder mijn vrijwilligers zat mensen die zeggen ja, wat moet ik ermee. En die kan ik misschien een beetje aansturen op de één of andere manier'.

Ook kan bij bewoners sprake zijn van handelingsverlegenheid. Dat komt ook omdat de mensen waarom het gaat heel afwerend kunnen zijn en hun probleem niet altijd onderkennen. Om tot hen door te dringen zijn handvatten nodig.

'Ik denk wel dat het kan helpen. Ik denk niet dat je het alleen moet laten bij een cursus, maar het is toch wel goed om wat achtergrondinformatie te krijgen, dat mensen het soms beter begrijpen in wat voor situaties mensen zitten en hoe ze daarmee om kunnen gaan. In die zin denk ik dat het, het zal best lastig zijn om mensen naar de cursus toe te krijgen, maar dat is een andere verhaal'.

De sleutelpersonen verwachten dat mensen die de cursus gevolgd hebben, zich wat veiliger gaan voelen en *'zich makkelijker richting de verwarde personen bewegen'*. En mogelijk breidt dat gevoel zich verder uit, maar dan moet de kennis van de cursisten wel worden overgedragen op anderen.

'Overdracht is moeilijk hé. Van leek naar leek is dat lastig. Mond tot mond reclame werkt vaak het beste. Als iemand heel enthousiast is en zegt wat het met 'm doet en de handelingsverlegenheid misschien een beetje weg gaat, zijn anderen misschien ook geïnteresseerd'.

4.1.5 Beeldvorming

Maar volgens de sleutelpersonen moet er meer worden gedaan dan alleen het aanbieden van de cursussen. Vooral om bewoners meer bij activiteiten te betrekken. Hiervoor moet er ook iets aan de beeldvorming worden gedaan.

'Op individueel niveau heb ik wel eens mensen opgepikt in de buurt hier. Dan heb ik ook aan buurtbewoners uitgelegd wat ik gedaan heb, wie de persoon is, wat zijn probleem is. Aan het gedrag te zien kun je wel dingen verklaren, het haalt ook een stuk van het stigma weg. Dat mensen niet moedwillig de tent afbreken. (...) Het is een taak voor ons eigenlijk om wat begrip te kweken'.

In de wijk zijn nog niet veel destigmatiseringsactiviteiten. Er wordt een voorbeeld genoemd van een buurthuis dat pas geopend is en waar iedereen voor is uitgenodigd. *'Ik denk dat dat iets heel moois is, dat daar gewoon iedereen welkom is'.*

Bij de sleutelpersonen is belangstelling om betrokken te zijn bij destigmatiseringsactiviteiten. Opgemerkt wordt dat in een Eindhovense wijk de woningcorporatie en de gemeente een project rondom dit thema zijn gestart, waarbij affiches en kaarten zijn verspreid. Deze bevatten bijvoorbeeld informatie over hoeveel mensen in de hulpverlening zitten. Mogelijk biedt die campagne ook aanknopingspunten voor dit project. Het zou goed zijn om een dergelijke campagne te koppelen aan de communicatie rond de MHFA-cursus.

4.2 Ervaringen van sleutelpersonen na anderhalf jaar

Het aanvankelijk geplande groepsgesprek met alle sleutelfiguren samen is in verband met de coronacrisis vervangen door drie individuele telefonische interviews. De geïnterviewde sleutelpersonen (een operationeel expert van de politie, een buurtbewoner en een teamleider van WIJ Eindhoven) hebben niet aan het eerste interview deelgenomen, maar zijn goed bekend met de wijk en hebben alle drie met deelnemers aan de cursus MHFA gesproken¹.

Ervaringen met de cursus

De geïnterviewde sleutelpersonen hebben zelf niet deelgenomen aan de MHFA cursus. Dit was een bewuste keuze, omdat ze vooraf de inschatting hadden gemaakt dat het voor hen niet zo veel aan hun kennis over dit onderwerp zou toevoegen.

'Ik heb zelf meegewerkt aan het organiseren van de cursus, maar heb mezelf hier niet in meegenomen. Volgens mij was dit vooral nuttig voor de mensen die op straat werken, ook een kwestie van efficiënt met middelen omgaan'.

Uit hun gesprekken met cursisten kwam vooral een positief beeld naar voren. Mensen gaven aan dat ze veel aan de cursus hebben gehad. Ze hebben geleerd hoe om te gaan met mensen die zich vreemd gedragen. Ze durven nu eerder op mensen af te stappen en kunnen beter inschatten wat er aan de hand is.

'Deze cursus zouden alle mensen (...) moeten volgen. Ze leren veel beter signaleren wat er aan de hand is, ze kunnen beter inschatten wat ze zelf kunnen doen of dat ze er anderen bij moeten betrekken. Omdat ze de problematiek kunnen plaatsen weten ze daar ook de juiste hulpverleners bij te betrekken. Ook leren ze beter communiceren zowel met als over de mensen waar het over gaat'.

¹ De operationeel expert van de politie, die de wijkagenten inhoudelijk aanstuurt, heeft 5 agenten en 2 buurtbewoners gesproken over de cursus. De buurtbewoner, tevens trekker van het app buurtproject tegen overlast, heeft 2-3 mensen expliciet bevestigd over de cursus. De teamleider van Wij Eindhoven heeft aan een cursusgroep MHFA een workshop gegeven over omgaan met mensen met moeilijk gedrag.

Ook de meeste agenten die aan de cursus hebben deelgenomen waren vrij positief over de cursus. Een agent is voortijdig gestopt met de cursus. Dit had mogelijk te maken met een docent die niet zo aansloot.

‘Wijkagenten denken sowieso dat ze het al weten. Soms gingen ze er nogal sceptisch in, maar de meesten vonden het dus een positieve ervaring waarvan ze veel geleerd hebben. Ze kregen handvatten om beter met mensen om te gaan. ‘Je gaat ze begrijpen. En je gaat je afvragen wat kan ik zelf doen om een verandering op gang te brengen’. Kort gezegd, ze gaan minder praten in termen van mafkezen en pannenkoeken’.

De teamleider van WIJ Eindhoven geeft aan dat de cursisten redelijk positief waren over de kennis die ze in de MHFA-cursus opdeden over de wat er achter het vreemde gedrag schuil gaat. Maar zij hadden vooral behoefte om te weten hoe ze daar praktisch mee om konden gaan.

‘Je zag dat deelnemers behoefte hadden om te observeren en te signaleren wat er aan de hand was met mensen met vreemd gedrag. Het was opvallend dat mensen met psychiatrische klachten vooral werden geassocieerd met hele heftige problematiek. Enkele deelnemers waren bezig met het labelen van die klachten met een diagnose. Ze waren gefrustreerd dat ze niet zo maar een professional konden bellen die dan wel raad weet met die problematiek.’

Volgens de teamleider is dit niet de bedoeling van de cursus, het kan juist stigmatiserend werken. Bij WIJ Eindhoven gaan ze er juist van uit dat psychiatrische klachten iedereen kan overkomen. En dat het belangrijk is de omgang met hen zo veel mogelijk te normaliseren. Maar ze benadrukt ook dat ze maar een groep heeft meegemaakt.

Impact op beeldvorming

Uit de gesprekken van de sleutelpersonen met cursisten kwam naar voren dat psychische klachten door de cursisten vooral worden geassocieerd met overlast. En dat het binnen de cursus niet gelukt is om dat beeld te veranderen. De hulpverlener van WIJ Eindhoven signaleert dit als een tekort in de cursus, de expert van de politie en de buurtbewoner vinden het logisch dat dit beeld bestaat. Dit komt vooral door de grote concentratie van hulpverlenings- en opvangorganisaties in specifieke delen van de wijk. Hierdoor wordt een bepaald type mensen naar de wijk getrokken en concentreert ook de daarmee verbonden criminaliteit zich op een plek.

‘Dat was wat die bewoners vooral tegenkwamen in de wijk: dronkenlappen die dagenlang op je stoep liggen, mensen die buurtbewoners lastig vallen, criminaliteit rond drugs (diefstallen, handel).’

Desgevraagd geven de sleutelpersonen aan dat er ook mensen zijn die eenzaam zijn en niet naar buiten durven. De expert van de politie heeft het idee dat deze mensen nu ook eerder worden opgemerkt. *‘Maar vanuit de politie ligt daar niet de prioriteit, daar worden wij niet bij geroepen’.*

Vanuit de app-groep tegen overlast wordt altijd al aandacht besteed aan mensen die het niet redden in de buurt. Het beeld dat mensen naast elkaar heen leven, klopt volgens de buurtbewoner ook niet. In die oude wijken zijn mensen juist heel hecht met elkaar. Maar het is vanzelfsprekend dat het bij deze buurtbewoners (en professionals) vooral over overlast gaat, want daar lopen ze elke dag tegen aan. In de cursus hebben ze vooral geleerd daar beter mee om te gaan. En ook wel om minder denigrerend over die mensen te praten.

De hulp die deelnemers zijn gaan bieden door de cursus ligt vooral op het vlak van signaleren van wat er aan de hand is, een melding maken via de app groep en zo mogelijk gericht hulpverlening inschakelen. Daarvoor moet je ook in gesprek gaan met die mensen om te achterhalen wat er aan de hand is. Daar is de cursus zeker helpend bij.

Impact op de wijk

Het is voor de sleutelpersonen lastig om het effect van de cursus op de leefbaarheid in de wijk in te schatten. Bij WIJ Eindhoven bestaat het beeld dat de corona crisis gezorgd heeft voor veel meer saamhorigheid in de wijk. *‘Als wij voor iemand een boodschappenmaatje zoeken hebben we in no time heel veel aanmeldingen’.*

‘Je ziet wel dat steeds dezelfde mensen elkaar tegen komen in overleggen die uit dezelfde context komen. Dan gaat het vaak over de meest heftige problematiek en niet over de stille mensen. Daarmee wordt het beeld in stand gehouden’.

De expert van de politie en de buurtbewoner denken dat de aanpak van overlast vanuit het buurtinitiatief (de appgroep) heeft gezorgd dat de leefbaarheid is toegenomen. De sfeer is beter geworden sinds ze ongeveer vijf jaar geleden actief vanuit de buurt begonnen zijn met een appgroep waardoor signalen van overlast heel snel bij de juiste mensen terecht komen. Daarnaast is een platform gevormd van alle hulpverlenersorganisaties die gezamenlijk kijken wie met een melding aan de slag gaat. De buurtbewoners hebben daardoor vertrouwen gekregen dat er wel iets kan veranderen.

Hoewel zij het lastig vinden om aan te geven hoe groot de rol van de MHFA-cursus is geweest in dit proces, zijn ze er van overtuigd dat de cursus de effecten van het buurtinitiatief kan versterken. Het ondersteunt de manier van werken in de appgroep. De buurtapp is in drie andere buurten opgezet. Daar zou de cursus vanzelfsprekend bij moeten horen. In hoeverre dat ook gebeurt, is bij hen niet bekend.

Borging van de aanpak

Voor de geïnterviewden is het lastig de vragen over borging van de aanpak van stigma te beantwoorden. Wel hebben ze ideeën over hoe de leefbaarheid in de wijken te bevorderen.

- Meer doen om het besef te laten doordringen dat iedereen het wel eens moeilijk heeft, het dichterbij halen, omgaan met mensen met psychische klachten gewoner maken.
- Dit moet worden opgepakt door beleidsmakers, professionals, maar ook de mensen in de wijk. Ervaringsdeskundigen zouden daar een goede rol in kunnen spelen als rolmodellen. Of een publieke figuur die met zijn eigen ervaringen naar buiten treedt.
- Dit kan het beste worden aangepakt door gebruik te maken van je persoonlijke netwerk (dat ook familie, vrienden en bekenden omvat) om de boodschap over te brengen, bijvoorbeeld voor de werving voor MHFA. Anders krijg je alleen de mensen die hier al actief in zijn.
- De cursus kan voor meer mensen bereikbaar worden als hij wordt aangeboden buiten werktijd. En als hij wat korter wordt gemaakt, mogelijk kan de informatie over ziektebeelden wat beperkter. Het moet vooral gaan over oordeelloos contact maken.
- De cursus MHFA aanbieden aan alle buurtbewoners, wijkagenten en hulpverleners (zo nodig) die met die doelgroep werken. Zelf zullen ze zich daar zeker voor inzetten. De cursus moet door de gemeente gratis beschikbaar worden gesteld, zeker voor de bewoners. Ze zouden blij moeten zijn dat buurtbewoners zich in willen zetten voor de leefbaarheid in de buurt. Voor de politie kan er mogelijk met de politieacademie overlegd worden om dit op te nemen in het programma.
- Er zou meer aandacht moeten zijn bij de beleidsmakers voor bewonersinitiatieven zoals de buurtapp. De aanpak van de buurtapp zou geborgd moeten worden door de structuur daarvan overal te implementeren. Belangrijk is ook de kerngroep die zorgt dat er ook echt iets gebeurt met de signalen uit de groep. Hiervoor is een inspirerende trekker nodig zoals in deze buurt.

4.3 Ervaringen van de projectgroep

4.3.1 Werving cursisten

De werving van de eerste cursusgroep (de pilotgroep) is via een directe benadering gegaan. Het waren allemaal bekenden van de gemeente; bewoners die actief zijn in de wijk en/of vaker naar platformbijeenkomsten komen, medewerkers van GGzE, Neos/Housing First, welzijnsorganisatie, de wijkagent en de buurthuis coördinator.

De tweede en derde cursusgroep bestond voor een groot deel uit mensen van buurtpreventieteams. In Gestel zijn acht buurtpreventieteams verspreid over Gestel. Met name in wijken waar veel overlast is, heeft de gemeente nauw contact met de teams. De problemen verschillen per wijk, soms gaat het om problemen bij opvangvoorzieningen of bijvoorbeeld bepaalde

wooncomplexen. Bij de buurtpreventieteams was veel belangstelling om aan de cursus deel te nemen.

Voor de werving van de tweede en derde cursusgroep zijn ook ondernemers en bewonersorganisaties benaderd. De ondernemers zijn benaderd via de gebiedscoördinatoren. In Gestel zijn drie of vier coördinatoren die ieder een paar wijken onder hun hoede hebben. Eerst zijn de ondernemers via de mail benaderd, maar hierop kwam weinig respons. Vervolgens hebben zij de ondernemers face-to-face benaderd om met hen in gesprek te gaan over de cursus. Hoewel een aantal ondernemers wel geïnteresseerd was, hebben zij uiteindelijk niet aan de cursus deelgenomen. De belangrijkste reden was dat het voor hen een te grote tijdsinvestering was. Er werken bij hen veel jonge mensen, vaak parttime, die meestal ook niet heel lang blijven.

‘Het zijn in die wijken veel mensen die met de handen werken en die veel tijdsdruk ervaren. Ook bij supermarkten wordt aangegeven dat ze de cursus heel interessant vinden, maar bij hen werken veel scholieren en is sprake van een hoge turnover. Er zijn geen vaste contracten meer en waarom zou je dan investeren in een cursus?’

Ook zijn de bewonersorganisaties via de buurtapp benaderd, maar dat heeft niets opgeleverd. Mogelijk omdat er via deze buurtapps veel berichten worden verstuurd, waardoor een bericht over de cursus al snel over het hoofd gezien. De bewonersorganisaties komen ook niet zo vaak bij elkaar, vaak alleen bij een leden- of bestuursvergadering.

Voor de werving van de vierde cursusgroep is een advertentie geplaatst in Groot Eindhoven, een blad dat (twee)wekelijks in Eindhoven verschijnt. In de advertentie werd vermeld dat het om een cursus in Gestel ging, maar er kwamen ook reacties van buiten Gestel. Mensen die de cursus kenden en graag wilden meedoen, ook al woonden ze niet in Gestel. Omdat de cursus nog niet vol zat, zijn zij ook toegelaten.

Voor de vijfde en zesde cursusgroep in oktober is de werving uitgebreid naar de andere wijken. Voor de werving van deze groepen zijn de volgende acties ondernomen:

- Flyer gericht op Gestel
- Artikel in blad Groot Eindhoven
- Werving op jaarmarkt 16 juni
- Mond-tot-mond reclame (oud-)cursisten
- Veldwerk: naar strategische plaatsen in de wijk gaan, zoals buurtsupermarkt, winkels, moskee, en daar mensen aanspreken en flyers neerleggen.
- Er is een informatiebijeenkomst georganiseerd over de cursus.

4.3.2 Bereik van de cursussen

Ondanks alle inspanningen viel het totale aantal aanmeldingen voor de cursussen wat tegen. Een van de verklaringen zou kunnen zijn dat het een relatief korte periode betrof. Vermoed wordt dat de cursus het vooral moet hebben van mond-tot-mond reclame en dat heeft meer tijd nodig. Nu ook steeds meer mensen in Eindhoven de cursus gaan volgen, zal er steeds meer over gepraat gaan worden en wordt het steeds interessanter om de cursus te volgen.

‘Eigenlijk zijn we nog relatief kort bezig dus de naamsbekendheid van MHFA moet nog komen. EHBO kent iedereen, maar bij MHFA kijkt iedereen nog glazig’.

Een andere mogelijke reden voor het tegenvallende aantal aanmeldingen is dat er in de wijk veel mensen met een allochtone achtergrond wonen, die in het algemeen moeilijk worden bereikt. MHFA is een talige cursus en twaalf uur is dan lang om te concentreren. Daarnaast is het een forse tijdsinvestering, vooral als mensen daarnaast ook een baan hebben.

‘Dat horen we ook terug. Vooral als ze niet bekend zijn met de materie is het veel en is het ook pittig wat ze voorgeschoteld krijgen. En mensen zijn ook onder de indruk, vooral bij onderwerpen als suïcide. Ik denk dat we ons er wel eens op bekijken wat voor impact het heeft op de cursisten zelf. Het raakt mensen. En daarnaast ook de herkenning bij henzelf. Je kunt zien dat die mensen een proces ingaan in die vier weken’.

4.3.3 Vervolgactiviteiten cursus

Uit de interviews met cursisten is gebleken dat de informatie uit de cursus op de lange termijn wat wegzakt. De projectleider geeft aan dat hierover ook in internationaal verband is gesproken. Tijdens de internationale summit over MHFA kwam naar voren dat het goed zou zijn om de MHFA-app uit te breiden met push-berichten met bijvoorbeeld spelelementen (rebus die ze moeten oplossen) of een klein filmpje of iets dergelijks. Op deze manier kunnen oud-cursisten worden getriggerd en wordt het onderwerp telkens bij hen onder de aandacht gebracht. Ook zou het goed zijn als cursisten via de app vragen zouden kunnen stellen, die door de trainers worden beantwoord. Een andere manier is om ervoor te zorgen dat cursisten na afloop van de cursus hun ervaringen en successen kunnen delen. Dat kan digitaal (bijvoorbeeld via een forum) of in de vorm van een vervolgbijeenkomst.

‘We zijn hierin ook dingen aan het uitproberen. Zo heeft een aantal mensen van de zorgambulance aangegeven dat ze via intervisie of iets dergelijk met elkaar willen blijven sparren. Dit horen we ook van andere licentienemers, dat zij die vraag krijgen en aan het zoeken zijn hoe ze hierin tegemoet kunnen komen’.

4.3.4 Inbedding in destigmatiseringsaanpak

Zoals vooraf al was verwacht, is het aanbieden van de MHFA-cursussen niet voldoende om de leefbaarheid binnen Gestel te vergroten. Met de cursus wordt een klein deel van de bewoners

in de wijk bereikt waardoor het niet aannemelijk is dat de leefbaarheid hierdoor zal veranderen. Vaak gaan in eerste instantie ook mensen de cursus volgen die al met leefbaarheid bezig zijn. Daarom is het nodig dat de cursus in een bredere destigmatiseringsaanpak worden ingebed.

'Het is nu duidelijker geworden dat MHFA een van de instrumenten is om iets op het terrein van destigmatisering te doen. Dat had ik vooraf ook wel een beetje verwacht, maar ik had gehoopt dat de cursus een grotere olievlekwerking zou hebben in de wijk.'

Binnen deze pilot is door kenniscentrum Phrenos een destigmatiseringsprogramma ontwikkeld voor Gestel. In dit kader zijn twee concrete activiteiten georganiseerd, namelijk gesprekken met bewoners op de jaarmarkt en een co creatiesessie in de wijk. Op de jaarmarkt zijn mensen onder andere bevraagd over de leefbaarheid in de buurt en wat nodig is om die te verbeteren. Tijdens de co creatiesessie is vooral informatie opgehaald over de wijk. Zo bleek bijvoorbeeld dat bij de meeste mensen een gevoel van empathie overheerst en geen gevoel van onveiligheid. Ook heeft de sessie concrete ideeën opgeleverd om de leefbaarheid in de buurt te verbeteren, zoals sociaal tuinieren, uitbreiding van ontmoetingsplekken en moestuinen in de wijk. De deelnemers willen vooral activiteiten voor iedereen, dus niet alleen voor mensen met (psychische) beperkingen.

Het destigmatiseringsprogramma moet nog verder ontwikkeld en geïmplementeerd worden. Een volgende stap is dat de gemeente Eindhoven samen met andere organisaties informatie-avonden rond het thema 'diversiteit van mensen met en zonder psychische problematiek' gaat organiseren. Het doel hiervan is om mensen te prikkelen rond dit thema met elkaar in gesprek te gaan. Belangrijke voorwaarde is dat de aanpak aansluit bij wat bewonersorganisaties en de wijk willen: *'wat speelt er, waarmee willen zij aan de slag. Het moet niet van buitenaf opgelegd worden, veel meer bottom-up in plaats van top-down'*.

De gemeente ziet hierin voor zichzelf vooral een coördinerende en faciliterende rol. Coördinerend in de zin dat zij de partijen bij elkaar brengt die de aanpak gaan ontwikkelen en uitvoeren. Faciliterend in het ondersteunen van het proces, het maken van afspraken, en het subsidiëren van de MHFA-cursus voor bewonersorganisaties en ondernemers.

De projectleider van de gemeente zou andere gemeenten ook aanraden om met met MHFA aan de slag te gaan, mits die wordt ingebed in een bredere aanpak van destigmatisering en inclusie. Belangrijke voorwaarde voor een dergelijke aanpak is *'dat medewerkers van de gemeente veel contacten hebben in de wijk en daardoor zichtbaar zijn en mensen kennen'*.

4.3.5 Verspreiding en disseminatie

Om de MHFA-cursussen breder uit te zetten, heeft MHFA Nederland een campagne via sociale media uitgevoerd, onder andere via de buurtapps. Gebleken is dat de sociale media een

belangrijk kanaal zijn om bekendheid aan de cursussen te geven. Desondanks blijkt dat ondernemers moeilijk te bereiken zijn, ook via sociale media. De projectleider schat in dat er bij de grote bedrijven waarschijnlijk meer mogelijkheden liggen dan bij kleine zelfstandige ondernemers. Daarom gaat MHFA Nederland landelijke communicatiestrategieën inzetten om grote bedrijven te benaderen. Philips, Netflix, We Transfer en Booking.com hebben al belangstelling getoond. Bij deze internationale bedrijven wordt mentale gezondheid vanuit het buitenland actief op de kaart gezet. Onder andere door de inzet van de bewustzijns cursus Emergency First Response.

‘Deze bedrijven moet je op landelijk niveau benaderen. In Engeland hebben ze een cursus uitgezet Emergency First Response (EFR). Deze 4 uur durende bewustzijns cursus wordt vooral uitgezet binnen grote bedrijven en fungeert als ‘trigger’ om ook de MHFA cursus te gaan volgen. Om eerst bewustwording te krijgen waarom het zo belangrijk is’.

De cursussen EFR en MHFA staan los van elkaar, wel volgen de EFR-trainers eerst de MHFA-cursus. In Nederland wordt in juni 2020 de eerste groep EFR-trainers opgeleid. Vervolgens worden deze trainers ‘uitgevlogen’ binnen verschillende bedrijven. Gehoopt wordt dat een aantal EFR-cursisten daarna ook de MHFA-cursus gaat volgen.

Verder wil MHFA Nederland landelijke ambassadeurs gaan inzetten om de bekendheid van MHFA in Nederland te vergroten. Als deze ambassadeurs meer bekendheid voor MHFA kunnen genereren, wordt het voor bedrijven interessanter om hier iets mee te doen. Ook wil men vaker bij landelijke evenementen aanwezig zijn, zoals bij Last man standing en festivals als Lowlands e.d. Op die manier wordt MHFA fysiek ook zichtbaarder.

Binnenkort stoppen de subsidies van ZonMw en moeten andere financieringsbronnen worden aangeboord. Want de inschatting is dat 275 euro cursusgeld voor veel mensen een te hoge drempel is. MHFA Nederland is in gesprek met zorgverzekeraars om te kijken of de cursus door hen vergoed kan worden. ONVZ heeft de cursus inmiddels opgenomen in hun pakket, zij vergoeden 75% van de cursus. Zorgverzekeraar CZ heeft de cursus in het aanvullende pakket opgenomen. Verder biedt VGZ in Rotterdam voor minima allerlei preventiecursussen gratis aan. Indigo en Parnassia zijn bezig om daar ook de MHFA cursus bij onder te brengen.

4.4 Samenvatting

Bij de start van het project komen in de wijk Gestel met enige regelmaat overlastproblemen voor. Dit komt volgens de sleutelpersonen in de wijk vooral doordat er voorzieningen zijn gekomen voor kwetsbare bewoners, die dicht bij elkaar zitten. Bewoners die overlast ervaren weten vaak zelf geen oplossing en schakelen veelal de politie in om de problemen op te lossen. De verwachtingen van de sleutelpersonen over de impact van de MHFA-cursussen in de wijk zijn niet heel hooggespannen, maar wel positief: ‘alle beetjes helpen’.

In totaal hebben zes MHFA-cursussen plaatsgevonden in Gestel. Voor de werving zijn diverse acties ondernomen: buurtpreventieteams, lokale ondernemers en bewonersorganisaties zijn direct benaderd, er zijn advertenties geplaatst, er is geflyerd en geworven op de jaarmarkt, en er is een informatiebijeenkomst georganiseerd over de cursus. Ondanks de inspanningen viel het totaal aantal aanmeldingen tegen. Ondernemers hebben nauwelijks aan de cursussen deelgenomen, omdat voor hen de tijdsinvestering te groot was. Ook wijkbewoners met een allochtone achtergrond zijn nauwelijks bereikt, mogelijk vanwege de taligheid van de cursus. Om de (verspreiding van) de cursus verder te verbeteren, kunnen vervolgactiviteiten worden georganiseerd (digitaal of terugkombijeenkomsten), de cursussen ingebed worden in een breder destigmatiseringsaanpak, landelijke communicatiestrategieën worden ingezet om MHFA bij grotere bedrijven onder de aandacht te brengen, en kan structurele financiering door bijvoorbeeld zorgverzekeraars geregeld worden.

Anderhalf jaar na de start van het project geven de sleutelpersonen aan dat de mensen die aan de MHFA-cursus hebben deelgenomen over het algemeen vrij positief zijn. De cursus versterkt de effecten van buurtinitiatieven zoals de buurtapp. De impact van MHFA op de beeldvorming van de cursisten is echter beperkt. Alhoewel er minder denigrerend over mensen met 'vreemd gedrag' wordt gesproken, wordt psychiatrische problematiek nog steeds sterk verbonden met overlast.

5 Conclusies

Met dit onderzoek beogen we inzicht te bieden in de impact van MHFA op wijkbewoners en lokale ondernemers in Gestel. De volgende vragen staan hierbij centraal:

- 1) In hoeverre sluit de cursus aan bij de verwachtingen en behoeften van de cursisten? Hoe is de tevredenheid over de cursus? Wat kan verbeterd worden om de cursus beter te laten aansluiten bij de behoeften van de verschillende doelgroepen?
- 2) Wat is de impact van de cursus op: a. de kennis over psychische problemen en hoe te handelen bij iemand in de directe omgeving met (acute) psychische problematiek, b. de houding ten opzichte van mensen met psychische problematiek (begrip, acceptatie) en c. de leefbaarheid in de wijk?
- 3) In hoeverre passen de cursisten het geleerde ook in de praktijk toe? Kunnen ze voorbeelden noemen van concrete toepassingen?

Ervaringen met de cursus

Uit de digitale nameting blijkt dat de cursus in het algemeen redelijk positief tot positief wordt gewaardeerd. Voor alle groepen geldt dat de trainers het beste worden beoordeeld, gevolgd door de opzet en inhoud van de cursus en de effecten van MHFA. Bij de effecten van de cursus scoort de toepassing van het geleerde in de praktijk het laagst.

Ook uit de interviews blijkt dat de meeste cursisten tevreden zijn over de opzet en inhoud van de cursus. Vooral de afwisseling van theorie met oefeningen, filmpjes en rollenspellen wordt gewaardeerd. Hoewel sommige cursisten het programma als vrij 'vol' ervaren, kunnen zij geen onderdelen benoemen die zij minder zinvol vinden. Ondanks de positieve reacties op de cursus, zouden de meeste cursisten niet hebben meegedaan als ze de cursus helemaal zelf hadden moeten betalen. Verder waarderen de cursisten de deskundigheid van de trainers.

Er wordt een aantal verbeterpunten genoemd. Zo is voor cursisten niet altijd duidelijk bij welke organisaties in de gemeente Eindhoven mensen terecht kunnen voor zorg of ondersteuning. Ook wijzen cursisten op het belang van een vervolg op de MHFA-cursus. Bijvoorbeeld in de vorm van een (twee-)jaarlijkse bijeenkomst met oud-cursisten, waarbij de stof kan worden opgefrist, ervaringen kunnen worden uitgewisseld, vaardigheden worden geoefend en er ruimte is voor verdieping.

Impact cursus

Over de impact van de cursus kunnen we concluderen dat cursisten meer begrip hebben gekregen voor (mensen met) psychische problemen en zich meer bewust zijn geworden van hun eigen (voor)oordelen. Ook hebben zij meer handvatten gekregen om psychische problemen te herkennen. Toch hebben veel cursisten het geleerde (nog) niet toegepast in de praktijk. Hier zijn verschillende verklaringen voor te bedenken. Wellicht heeft zich geen gelegenheid voorgedaan om het geleerde in praktijk te brengen óf ze hebben signalen onvoldoende herkend óf ze hebben hier niet op gereageerd. Wanneer het geleerde wel wordt toegepast is dat

vooral in de directe omgeving (familie, vrienden, etc.) of bij zichzelf. De toepassingen bij burens en in de wijk zijn nog relatief schaars.

Toepassingen in de praktijk

Een aantal cursisten kan concrete voorbeelden benoemen hoe ze het geleerde hebben toegepast in de praktijk. Bij de geïnterviewden gaat het om de helft, bij de cursisten in de follow-up meting een derde. De meesten geven voorbeelden van toepassingen bij familieleden, vrienden of kennissen, die variëren van een oogje in het zeil houden, contact onderhouden en zelf hulp aanbieden tot doorverwijzen naar professionele hulpverleners. Ook passen sommige cursisten het geleerde toe op zichzelf, bij burens of wijkbewoners en bij collega's op het werk. Deze voorbeelden laten zien dat de cursisten zich meer bewust zijn van hun directe omgeving en meer handvatten hebben om ondersteuning te bieden.

Bereik MHFA-cursus

De MHFA-cursus sluit in het algemeen goed aan bij de behoeften en verwachtingen van de cursisten. Desondanks is het bereik van de cursussen kleiner dan vooraf beoogd. Hoewel er veel inspanningen zijn verricht om diverse groepen bewoners en ondernemers te werven voor de cursussen, is dat ten dele geslaagd. Bewoners konden vrij goed worden bereikt, vooral die van de buurtpreventieteams. Wel is er sprake van een ondervertegenwoordiging van bewoners van allochtone afkomst. Mogelijke verklaringen hiervoor zijn dat zij niet via de huidige kanalen bereikt worden of dat zij niet deelnemen omdat zij de taal onvoldoende beheersen en de cursus heel talig is. De andere beoogde doelgroep, lokale ondernemers, zijn nauwelijks bereikt. Hoewel zij wel interesse hadden voor de cursus was voor hen de tijdsinvestering te groot om deel te nemen. Een – inmiddels ingezette - landelijke wervingsaanpak gericht op grote bedrijven levert wellicht meer mogelijkheden om ondernemers te bereiken dan een lokale aanpak.

Literatuur

Boeije, H. (2005). *Analyseren in kwalitatief onderzoek. Denken en Doen*. Boom Onderwijs, Den Haag.

Hadlaczky, G., Hokby, S., Mkrtchian, A., Carli, V., & Wasserman, D. (2014). Mental Health First Aid is an effective public health intervention for improving knowledge, attitudes, and behaviour: a meta-analysis. *Int Rev Psychiatry*, 26(4), 467-475.
doi:10.3109/09540261.2014.924910

Kitchener, B.A., Jorm, A.F. & Kelly, C.M. (2013). *Mental Health First Aid Manual (Third edition)*. Melbourne: Mental Health First Aid Australia.

Lucksted A., Mendenhall, A. N., Frauenholtz, S. I., Aakre J. M. (2015). Experiences of graduates of the Mental Health First Aid-USA course. *International Journal of Mental Health Promotion*, 17, 3, 169-183.

Massey, J., Brooks, M., Burrow, J. (2014). Evaluating the effectiveness of mental health first aid training among student affairs staff at a Canadian University. *Journal of Student Affairs Research and Practice*, 51, 3: 323-336.

Morgan, A. J., Ross, A., & Reavley, N. J. (2018). Systematic review and meta-analysis of Mental Health First Aid training: Effects on knowledge, stigma, and helping behaviour. *PLoS One*, 13(5), e0197102. doi:10.1371/journal.pone.0197102.

Svensson, B., Hansson, L., Stjernswärd, S. (2015). Experiences of a mental health first aid training program in Sweden: A descriptive qualitative study. *Community Mental Health J*, 51:497-503.

Bijlage 1 Tabellen evaluatie

Nameting

Het evaluatieformulier van de nameting bestaat uit drie secties:

- A. Algemene evaluatie cursus
- T. Evaluatie trainers (trainer 1 en trainer 2)
- E. Evaluatie effecten cursus

De *algemene* evaluatie bestaat uit de volgende stellingen:

- A1. In het introductiegedeelte werd de inhoud van de cursus duidelijk uitgelegd.
- A2. Aan het einde van de cursus is alle inhoud aan bod gekomen.
- A3. De inhoud van de cursus was praktisch en makkelijk te begrijpen.
- A4. Er was voldoende gelegenheid om de geleerde vaardigheden te oefenen.
- A5. De inhoud van de cursus was nieuw voor mij.
- A6. De inhoud van de cursus was voor mij relevant.

De evaluatie van de *trainers* bestaat uit de volgende stellingen:

- T1.1 De trainer had een enthousiaste manier van presenteren.
- T1.2 Ik kon makkelijk vragen stellen aan de trainer.
- T1.3 De trainer toonde kennis van zaken.
- T1.4 De trainer faciliteerde activiteiten en discussie op een heldere en efficiënte manier.
- T2.1 De trainer had een enthousiaste manier van presenteren.
- T2.2 Ik kon makkelijk vragen stellen aan de trainer.
- T2.3 De trainer toonde kennis van zaken.
- T2.4 De trainer faciliteerde activiteiten en discussie op een heldere en efficiënte manier.

De evaluatie van de *effecten* bestaat uit de volgende stellingen:

- E1.1. Door de cursus kan ik psychische problemen beter herkennen.
- E1.2. Door de cursus ben ik positiever gaan denken over mensen met psychische problemen.
- E1.3. De cursus heeft mij voldoende handvatten gegeven om iemand met psychische problemen te helpen.
- E1.4. Door de cursus weet ik beter wat ik moet doen wanneer iemand in psychische nood is.
- E1.5. Ik heb wat ik geleerd heb in de cursus toegepast in de praktijk.

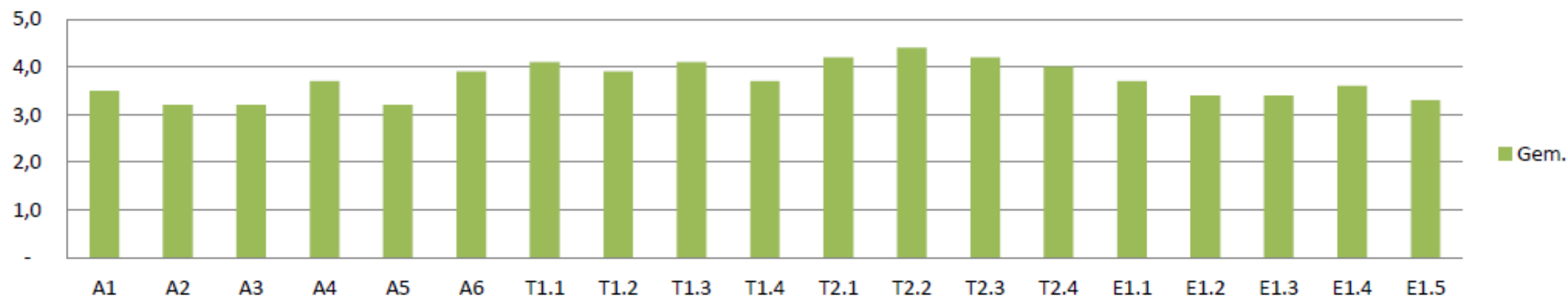
Bij deze vragen konden de cursisten de navolgende scores geven:

1=sterk oneens, 2=oneens, 3=neutraal, 4=eens, 5=sterk eens

Groep 1 oktober/ november 2018 (n=10)

In totaal hebben 11 mensen deelgenomen aan de cursus, hiervan hebben er 10 de evaluatie ingevuld. 6 daarvan zijn burger, 2 zijn werkzaam bij een gemeentelijk team en 2 zijn zorgverlener.

Overzicht evaluatie groep

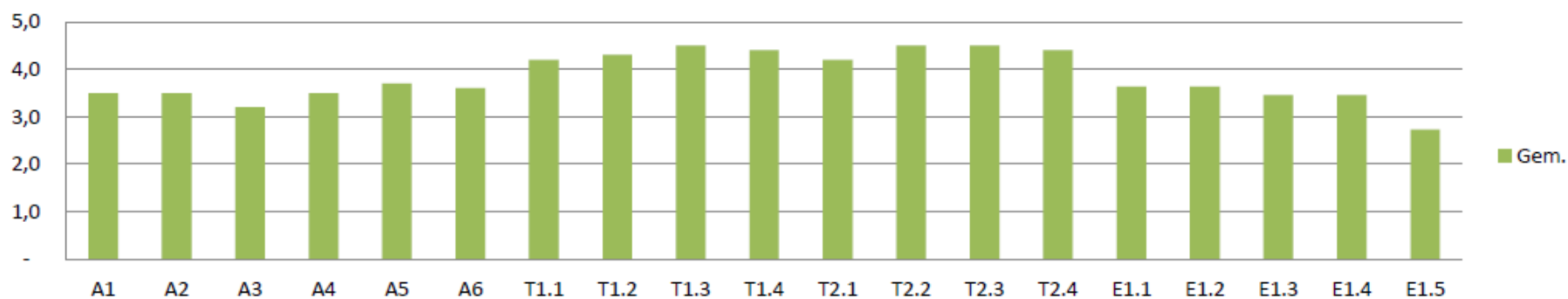


Uit de evaluatie van de eerste cursusgroep blijkt dat de cursisten erg te spreken zijn over de kennis en kunde van de trainers. Over de opzet en inhoud van de training zijn zij gematigd positief. Datzelfde geldt voor de effecten van de cursus.

Groep 2 februari / maart 2019 (n=11)

In totaal hebben 14 mensen deelgenomen aan de cursus, hiervan hebben er 11 de evaluatie ingevuld. 10 daarvan zijn burger en 1 zorgverlener.

Overzicht evaluatie groep

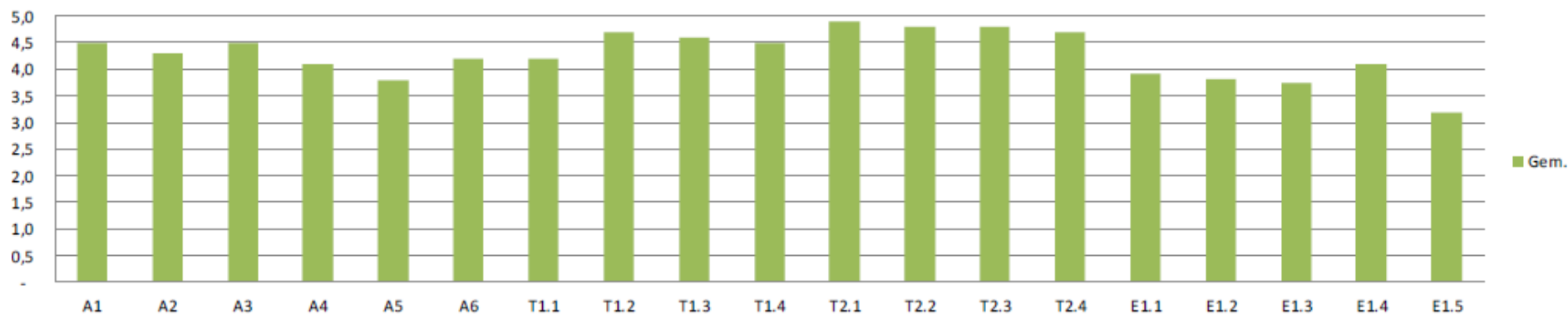


Ook bij de tweede cursusgroep zijn de uitkomsten die betrekking hebben op de trainers het gunstigst. Vergeleken bij de eerste cursusgroep hebben zij het geleerde nog minder toegepast in de praktijk.

Groep 3 februari / maart 2019 (n=11)

In totaal hebben 15 mensen deelgenomen aan de cursus, hiervan hebben er 11 de evaluatie ingevuld. 8 daarvan zijn burger, 2 zorgverlener en 1 ondernemer.

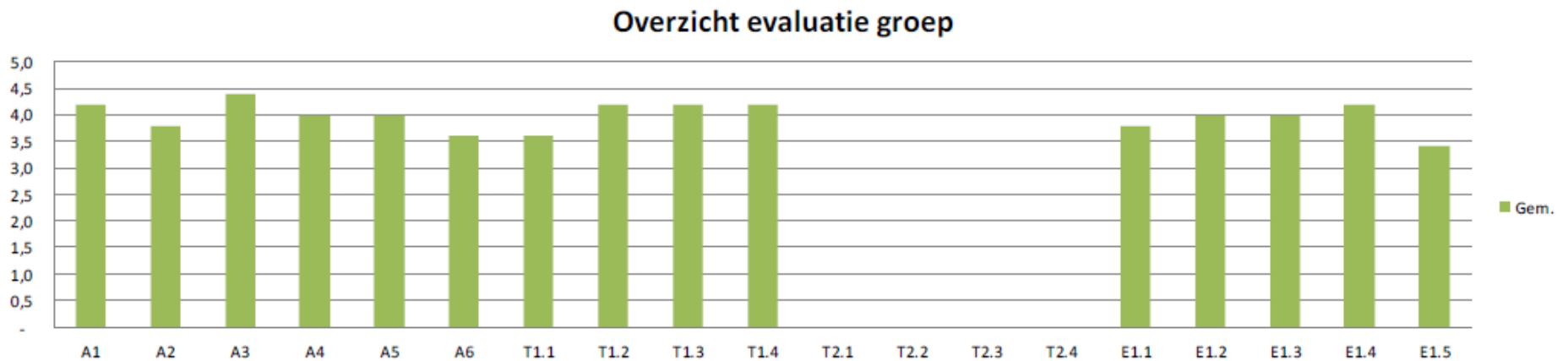
Overzicht evaluatie groep



De derde cursusgroep is aanmerkelijk positiever dan de eerste twee groepen, vooral ten aanzien van de opzet en inhoud van de cursus. Ook hier scoort de toepassing van het geleerde in de praktijk het laagst.

Groep 4 mei / juni 2019 (n=5)

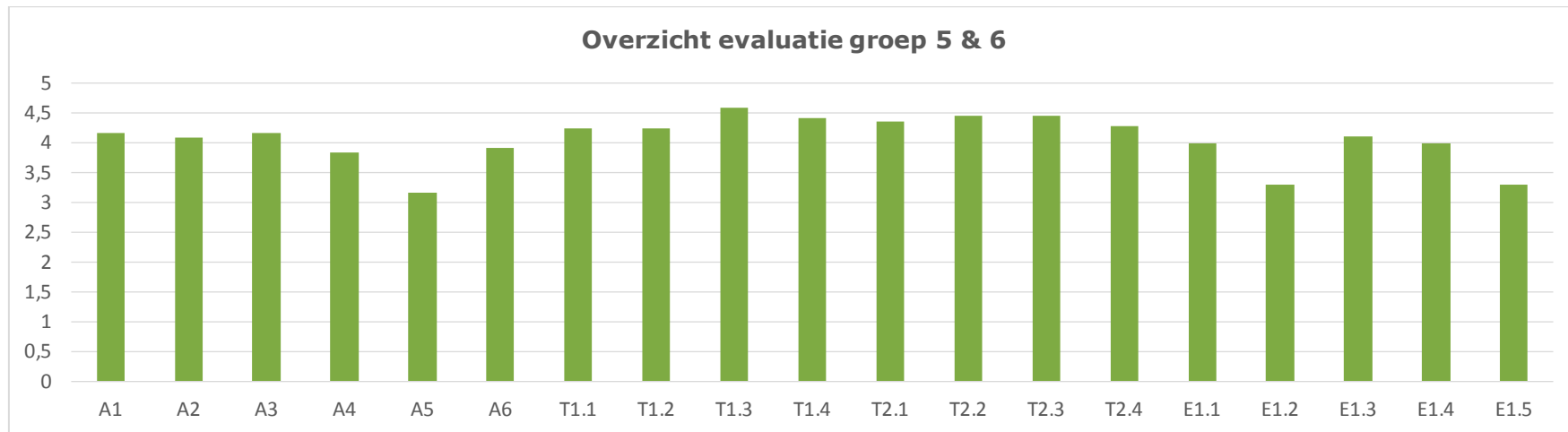
In totaal hebben 9 mensen deelgenomen aan de cursus, hiervan hebben er 5 de evaluatie ingevuld. De achtergrond van de cursisten is niet bekend.



Ook bij groep 4 zijn de scores in het algemeen vrij positief. Deze cursus is door een trainer gegeven, vandaar de ontbrekende scores bij T2.1 t/m T2.4.

Groep 5 & 6 oktober 2019 (n=12).

In totaal hebben 27 mensen deelgenomen aan de cursussen, hiervan hebben er 12 de evaluatie ingevuld. 6 daarvan zijn burger, 2 zijn werkzaam bij een gemeentelijk team en 2 zijn zorgverlener (van 2 deelnemers is de achtergrond onbekend).



Bij de groepen 5 en 6 zijn de scores over het algemeen positief. Deelnemers zijn vooral te spreken over de trainers. De items die relatief wat minder hoog scoren zijn: A5 (inhoud van de cursus is nieuw), E1.2 (door de cursus ben ik positiever over psychische aandoeningen gaan denken) en E1.5 (ik heb het geleerde toegepast in de praktijk).

Follow-up meting (na zes maanden)

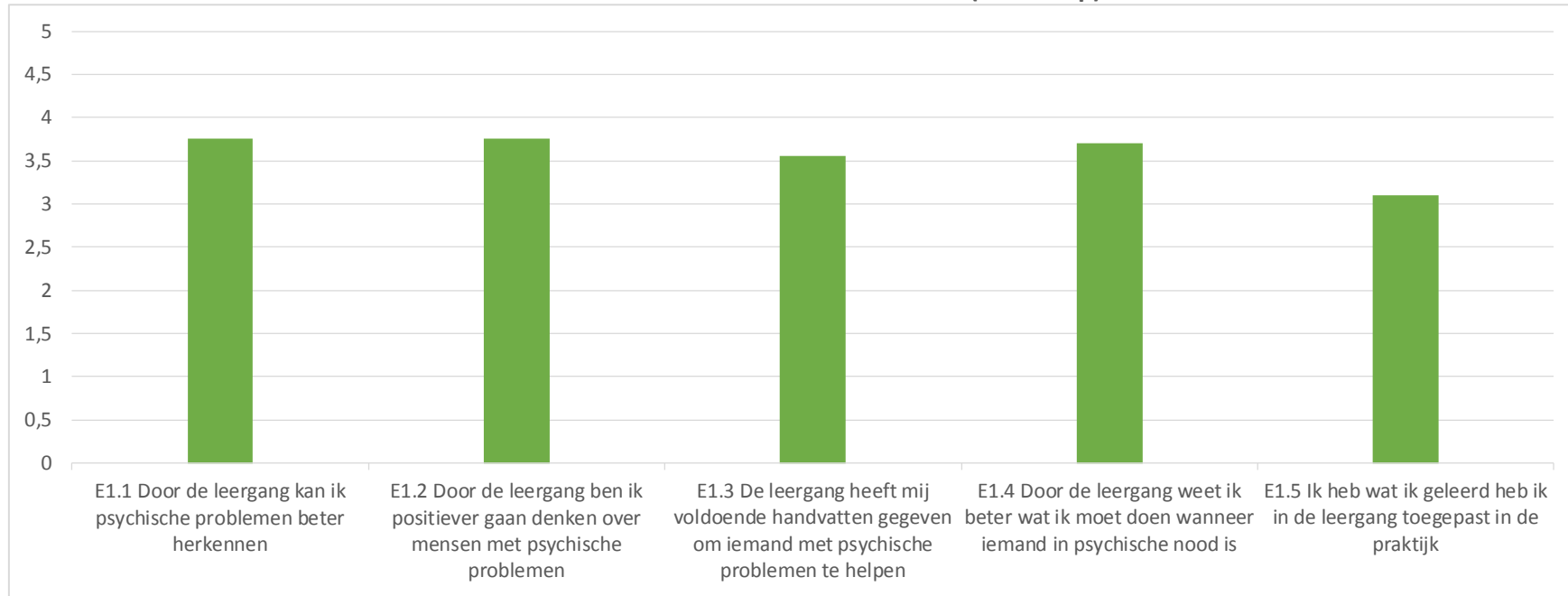
Van de 24 cursisten die het follow-up formulier hebben ingevuld, hebben er 21 de stellingen over de effecten van de cursus ingevuld. Zij gaven aan in hoeverre zij het eens waren met de volgende vijf stellingen:

- Door de leergang kan ik psychische problemen beter herkennen
- Door de leergang ben ik positiever gaan denken over mensen met psychische problemen
- De leergang heeft mij voldoende handvatten gegeven om iemand met psychische problemen te helpen
- Door de leergang weet ik beter wat ik moet doen wanneer iemand in psychische nood is
- Ik heb wat ik geleerd heb ik in de leergang toegepast in de praktijk

Bij de stellingen konden de cursisten de volgende scores geven:

1=sterk oneens, 2=oneens, 3=neutraal, 4=eens, 5=sterk eens

Overzicht evaluatie na zes maanden (follow-up)



De scores zijn over het algemeen vrij positief. Na zes maanden zijn de cursisten het (enigszins) eens met de uitspraken over dat ze psychische problemen beter herkennen, dat ze positiever zijn gaan denken over mensen met psychische problemen, dat ze voldoende handvatten hebben om iemand met psychische problemen te helpen, en dat ze beter weten wat te doen wanneer iemand in psychische nood is. De stelling over het toepassen van het geleerde in de praktijk scoort ook na zes maanden het laagst.

