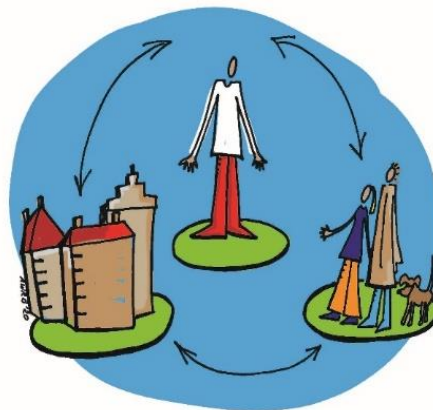


Handreiking 'belangenbehartiging in de regio' | december 2021

Crisis

Naasten weten als geen ander hoe zwaar en belastend het is als iemand zelf of van nabij een crisis meemaakt. Maar wat moet je doen en hoe kun je verder?



Deze handreiking ondersteunt regionale belangenbehartigers bij het opkomen voor de collectieve belangen van naasten van mensen met psychische problemen in hun regio. Dit kunnen Ypsilonvrijwilligers zijn of anderen die zich inzetten in adviesraden sociaal domein, familie- en naastenraden, regionale cliënten- en naastenorganisaties (RCO's) en andere familie- en naastenorganisaties.

Ypsilon maakte een serie handreikingen voor de regionale belangenbehartiging. Kijk op de [website van Ypsilon](#) voor de handreikingen over 'samenwerking in de regio', 'wonen en dagbesteding' en 'wat naasten nodig hebben'.

IN AANLOOP NAAR EEN CRISIS

Voor familie en naasten maakt het uit of het de eerste keer is dat hun naaste een crisis doormaakt. Wie het eerder heeft meegemaakt herkent signalen en is bang voor wat hem te wachten staat, maar hopelijk ook beter voorbereid. Het is belangrijk dat de naaste weet wat hij kan doen en waar hij terecht kan. Belangenbehartigers zorgen dat in hun regio naasten de weg weten.

1. Preventie:

Doel 1: Er zijn in onze regio laagdrempelige mogelijkheden voor cliënten, zoals zelfregie-, herstel- en buurtinitiatieven. Dit kan naasten ontlasten.

Voor iemand met psychische problemen kan het helpen om er even uit te kunnen. Welkom zijn op een laagdrempelige plek waar je jezelf kunt zijn, zoals een zelfregie- of herstelinitiatief. Dit is fijn voor de cliënt maar kan ook de naasten ontlasten.

Suggesties en aandachtspunten:

- MIND Landelijk Platform Psychische Gezondheid stimuleert zelfregie- en herstelinitiatieven in elke regio via '[Bouwstenen voor participatie en herstel](#)'.
- In de [MIND-Atlas](#) staan zelfregie- en herstelinitiatieven in jouw regio.
- Ga na of er in wijken buurtinitiatieven zijn.
- Ervaringsverhalen van naasten helpen beleidsmakers en hulpverleners te snappen hoe het is als je naaste in crisis raakt. En wat er nodig is om overbelasting of uitval van naasten te voorkomen. Op [Naasten in Kracht](#) en in de toolkit 'crisis thuis' van MIND Ypsilon staan ervaringsverhalen.

2. Meldpunt 0800-1205:

Doel 2a: Het meldpunt is bekend. Mensen met zorgen om een ander weten het te vinden.

Doel 2b: Het meldpunt in onze regio functioneert adequaat en goed.

Naasten kunnen het [Meldpunt zorgwekkend gedrag](#) op 0800-1205 bellen als ze zich zorgen maken om iemand. Ze kunnen advies vragen of een melding doen. De beller wordt verbonden met het meldpunt in zijn eigen regio. Men onderzoekt met de beller wat er nodig is en zet zo nodig hulpverlening in gang. Het meldpunt is relatief nieuw en nog niet bij iedereen bekend.

Bel bij gevaar altijd 112. Poging tot of gedachten aan zelfmoord? Bel 113.

Suggesties en aandachtspunten:

- Vraag naasten naar hun ervaringen met het meldpunt.
- Test het meldpunt.
- Relevante instanties wijzen naasten op het meldpunt, op het juiste moment en op de juiste wijze.
- Ypsilonafdelingen verwijzen door naar het meldpunt.
- De Ypsilonafdeling bespreekt problemen rondom het meldpunt met de juiste instantie.
- Het is nuttig dat Ypsilonvrijwilligers en regionaal meldpunt elkaar kennen. Deel je kennis over naasten met het meldpunt.

3. Huisarts, POH en sociaal wijkteam:

Doel 3a: Huisarts, POH en sociaal wijkteam in de regio hebben aandacht voor de behoeften van naasten van mensen in aanloop naar, tijdens en na crisis.

Doel 3b: Huisarts, POH en sociaal wijkteam in de regio verwijzen gericht naar Ypsilon, lotgenotencontact voor naasten, of naar de [toolkit 'Crisis thuis'](#).

Huisarts, POH en sociaal wijkteam signaleren in een vroeg stadium dat het niet goed gaat met iemand. En wat de impact is op de omgeving.

Suggesties en aandachtspunten:

- Maak je bekend bij huisartsen, POH en sociale wijkteams. Soms zijn huisartsen georganiseerd in een samenwerkingsverband.
- Geef een presentatie over naasten en het werk van Ypsilon voor huisartsen, POH en wijkteams.
- Een Ypsilonafdeling heeft geregeld dat op het beeldscherm in de huisartsenpraktijk een pagina langskomt over de regionale Ypsilonafdeling. Zodat mensen in de wachtkamer geïnformeerd raken over Ypsilon.
- Vraag of de huisarts bereid is een flyer in de wachtkamer te leggen.
- De Ypsilonafdeling en andere naastenorganisaties zijn bekend bij zorgverleners en te vinden in de regionale sociale kaart.
- De ggz-instelling informeert standaard alle naasten over de [MIND-Atlas](#), zodat zij naastenorganisaties en lotgenotencontact voor naasten in de regio kunnen vinden.
- Maak de [generieke module Naasten](#) bekend. Deze gaat over samenwerking met en ondersteuning van naasten van mensen met psychische problematiek.

TIJDENS DE CRISIS

4. Respijt en overbrugging:

Doel 4a: Er zijn voor cliënten voldoende respijtmogelijkheden in de regio.

Doel 4b: Bij wachttijd en/of overbruggingszorg, is er ook aandacht voor de naasten.

Een crisis is voor de cliënt een intensieve periode, maar vraagt ook veel van de naasten. Uit [onderzoek](#) is bekend dat mantelzorgers GGZ het zwaarst belast zijn van alle mantelzorgers en een grote kans hebben om uit te vallen. Daarom is het belangrijk dat zij worden ondersteund en ontlast. In het verleden beschikten ggz-instellingen over een BOR, een 'bed op recept'. Het is de moeite waard om ernaar te informeren, maar in veel gevallen zijn die wegbezuinigd. Een respijtvoorziening is een alternatief voor als de cliënt niet opgenomen kan worden, maar het thuis ook niet gaat. Het ontlast naasten/mantelzorgers. En kan helpen de crisis af te wenden of een lastige periode door te komen. Naasten kunnen de zorg even uit handen geven en op adem komen.

Van cliënten die lang op passende hulp wachten kunnen de problemen tijdens het wachten verergeren. Er kan een crisis ontstaan. Zo'n wachttijd overbruggen doet een groot beroep op naasten.

Suggesties en aandachtspunten:

- [Respijthuis Amerbos](#) in Amsterdam, De huizen van [Ixta Noa](#) in Groningen, Nijmegen en Zutphen, [Centrum Frits](#) in Baarle-Nassau, [Respijthuis van Lumen-Holland Rijnland](#) in Alphen aan den Rijn, [Herstelhotel](#) in Weert.
- Even op adem komen in de weekend/avonduren in het [Lichthuis](#) in Amsterdam (voor cliënten).
- Beschermde Woonvorm Zeeuwse Gronden heeft een [logeervoorziening](#) voor mensen met psychiatrische problematiek die het thuis even niet redden.
- Om te komen tot een Respijthuis, neem contact op met: gemeente, zorgaanbieders, regionale cliënten- en naastenorganisaties, mantelzorgorganisaties, zorgverzekeraar, zelfregie- en herstelinitiatieven. De Ypsilonafdeling kan de behoeften van naasten kenbaar maken.

5. Waar kunnen naasten terecht voor advies, ondersteuning, lotgenotencontact en informatie over crisis?

Doel 5: Naasten weten waar zij in onze regio terechtkunnen voor advies, ondersteuning, lotgenotencontact en informatie omtrent crisis.

In een periode van crisis hebben naasten nauwelijks ruimte om eropuit te gaan voor informatie en advies. Voor, tijdens en na de crisis kunnen ze terecht bij steunpunten mantelzorg, regionale cliënten- en naastenorganisaties (RCO's), [onafhankelijke cliëntondersteuning](#) (OCO), bij Ypsilon(afdelingen) of bij de ggz-instelling. Ypsilonvrijwilligers bieden een luisterend oor, bij hulpvragen verwijzen ze gericht door. (*Zie ook de handreiking 'Wat naasten nodig hebben'*)

Voorbeelden

- Bij de regionale cliënten- en naastenorganisatie [Kompassie](#) in Den Haag kunnen mantelzorgers ggz terecht voor steun, advies en informatie. Ook zijn daar familie-avonden voor lotgenotencontact.
- Kompassie, PEP Den Haag en het Haags Steunsysteem ontwikkelden de [hulp-/wegwijskaat](#) of 'familiekaart' voor naasten van mensen met psychische en/of verslavingsproblemen.
- In de [MIND-Atlas](#) staan naastenorganisaties, infopunten, steunpunten, lotgenotengroepen er in de regio.
- De website van een ggz-instelling geeft naasten informatie waar zij terecht kunnen in geval van crisis.
- Bij een aantal ggz-instellingen ondersteunt een familie-ervaringsdeskundige (FED) naasten van mensen die op de crisisafdeling zijn opgenomen.
- Sommige ggz-instellingen bieden psycho-educatie of andersoortige ondersteuning voor naasten.
- In de Ypsilon toolkit [Crisis thuis](#) vinden naasten informatie over de Wet verplichte ggz (Wvvggz) en over hun rol als naaste. De toolkit bevat een handleiding, checklist, sociale kaart, ervaringsverhalen en tips.



NA DE CRISIS

6. Wat hebben de naaste en het gezin, de familie nodig?

Doel 6a: Mensen krijgen, indien nodig en gewenst, hulp bij herstel van de relatie.

Doel 6b: Er zijn trainingen of ondersteuningsmogelijkheden voor naasten om op verhaal te komen.

Een crisis is ingrijpend. Ook naasten moeten daarvan herstellen. (Familie)relaties staan op scherp. Onbegrepen gedrag kan butsen in de relatie veroorzaken. Met soms pijnlijke gevolgen voor alle betrokkenen. Dan is er hulp nodig bij herstel van de relatie. Initiatief hiertoe kan door alle betrokkenen (cliënt, naaste of hulpverlener) genomen worden.

Suggesties en aandachtspunten

- Ervaren naasten kunnen anderen steunen.
- Op veel plekken in het land zijn lotgenotengroepen voor naasten.
- Er zijn mogelijkheden voor individuele coaching en ondersteuning.
- [Stichting Eigen Kracht Centrales](#) ondersteunt het maken van 'Eigen Kracht- of familiegroepsplannen.
- De [Yucelmethode](#) werkt met eigen kracht en regie en is herstelgericht.
- [Peer-supported Open Dialogue \(POD\)](#) betreft direct iemands netwerk, waarin zorgen, wensen, passende behandeling besproken worden.
- Op de [website van Ypsilon](#) staan trainingen voor naasten zoals [De Mat](#) (interactievaardigheden), [Hoezo ziek?](#) (verbindende gespreksvaardigheden) en de schrijftraining [Kom op Verhaal](#).

OVERIG:

7. Collectieve signalering door regionale afdelingen:

Doel 7a: Signalen rond het thema crisis verzamelen en agenderen.

Doel 7b: Deze signalen worden regionaal of landelijk opgepakt.

Ypsilonafdelingen organiseren bijeenkomsten, een spreekuur of informatiecentrum. Belangenbehartigers kunnen op basis van individuele ervaringen van naasten, collectieve zaken signaleren. Kaart ze aan, liefst samen met andere organisaties.

Suggesties en aandachtspunten:

- Heb oog voor lessen die te leren zijn uit ervaringen van naasten.
- Zorg dat je zeker weet dat de signalen kloppen. Soms blijkt er sprake van een misverstand.
- Ypsilon Amsterdam neemt deel aan de [Kenniscgroep personen met onbegrepen gedrag in Amsterdam](#).
- Enkele instellingen hebben een beleidsmedewerker naastenbeleid. Die helpt de instelling dat te verbeteren.

Meer lezen:

Mantelzorg NL maakte een factsheet voor [mantelzorgers GGZ](#).