

Bespreekbaarheid psychische aandoeningen als werknemer of klant van de gemeente

Dorien Verhoeven is projectleider 'Stigma en werk' bij de organisatie Samen Sterk Zonder Stigma (SSZS) (www.samensterkzonderstigma.nl). Dorien geeft de workshop samen met ervaringsdeskundigen Angelique Nossent en Monique de Koning.

Ervaringsverhaal 1:

Angelique als landschapsontwerper bij de gemeente Rotterdam. In 2001 kreeg ze een kraambedpsychose. Angelique heeft in de loop der jaren meerdere manieën en opnames meegemaakt. Ze heeft een stijgende herstellijn gevonden. Angelique legt uit dat een terugval soms helpend is omdat je dan leert wat een volgende keer anders moet/kan. Voor haar afstuderen (voordat ze psychische problemen had) heeft Angelique een ontwerp gemaakt voor de afdeling van het psychiatrisch ziekenhuis. Toen ze uiteindelijk op de door haarzelf ontworpen afdeling opgenomen werd, geloofde niemand haar, leek ze alleen maar gekker toen ze vertelde dat zij de buitenruimte ontworpen had. Angelique heeft in haar werk een presentatie op de HR afdeling gehouden over haar verhaal. Ze heeft met haar verhaal in BG magazine en het stadsblad gestaan. Dit draagt bij aan openheid en begrip voor mensen met een psychische kwetsbaarheid. Angelique legt met een oefening uit dat iedereen anders, op zijn eigen manier waarneemt.

Heb aandacht voor talenten in plaats van 'vakjes'. Er werken bijvoorbeeld veel mensen met autisme op de ingenieursafdeling, bepaalde eigenschappen zijn daar juist heel goed in te zetten. Inmiddels werkt Angelique aan participatie en geluksbeleid voor de gemeente. En benut ze in haar werk haar bijzondere talenten. Zie ook www.sfeerlabel.nl. Angelique heeft een boek geschreven 'In kleur gezegd'.

Term: psychische diversiteit.

Dorien legt uit dat 42,7% van de bevolking ooit te maken krijgt met psychische problematiek. Op de werkvloer krijgt een op de 5 à 6 werknemers te maken met een psychische aandoening.

Ervaringsverhaal 2:

Monique werkt voor de afdeling Volksgezondheid (voorheen GGD) bij de gemeente Utrecht. In de wijken Overvecht en Leidse Rijn werkt ze met buurtteams, huisartsen, corporaties en bewonersinitiatieven aan het tegengaan van gezondheidsverschillen. In 2003 kreeg Monique een kraambedpsychose. Na een jaar was ze hersteld en wilde ze weer aan het werk. Er werd niet verwacht dat ze weer aan het werk zou kunnen, ze werd min of meer richting WAO geloodst. Er was toen onvoldoende openheid, het voelde alsof Monique een geheim met zich meedroeg. Dit voelde vervreemdend. Het echte herstel is zo'n 4 jaar geleden ingezet. Monique stopte met medicatie, kwam graag bij een Zelfregiecentrum en Steunpunt GGZ. Een cursus ervaringsdeskundigheid volgde ze ook bij het Steunpunt GGZ. Langzaamaan is Monique een en ander gaan vertellen aan haar huisarts en aan een collega. De eerste collega die open is over eigen ervaring moet Monique nog tegenkomen.

Deze week heeft Monique voor het eerst over haar ervaringen aan collega's verteld. In haar werk is men bezig met positieve gezondheid en allerlei zaken die raken aan haar eigen verhaal. Hoe kom je in contact met bepaalde mensen? Voor Monique is vrijwilligerswerk een belangrijke niche, fijn als het UWV niet gaat duwen als ze zelf al over grenzen gaat.

Discussie over het thema participatie:

Een deelnemer geeft aan dat een en ander vaak erg zwart wit is: je kan werken of niet. Veel mensen durven niet te werken omdat ze bang zijn hun uitkering kwijt te raken.

Een deelnemer merkt op dat het vandaag veel gaat over gemeenten en werkgevers, hij geeft aan dat scholen en opleidingen ook belangrijk zijn. Daar vindt ook stigmatisering plaats. Dorien verteld dat SSZS ook het project Jeugd en Onderwijs heeft. Dat richt zich op bewustwording van en kennisvergroting over stigma en uitsluiting. Het wordt gemaakt voor scholieren van de laatste twee klassen basisonderwijs en de eerste twee klassen vervolgonderwijs, hun onderwijskrachten en besturen. ook scholen (als werkgever) benadert. MIND Young geeft voorlichting op scholen.

Dorien:

Er is nog veel werk te doen. Ambassadeurs die over hun ervaringen vertellen zijn het hart van de beweging van Samen Sterk. Angelique en Monique zijn daar mooie voorbeelden van. De opdracht van Stigma en Werk is gericht op mensen die al werken bij grote bedrijven. Als het goed geregeld is voor mensen die al werken, dan is het voor nieuwe medewerkers in de toekomst hopelijk ook beter geregeld. HR weet wel dat het om veel mensen gaat. 1 op de 5 á 6 mensen is echt een grote groep. Maar je vraagt het niet zo snel aan je medewerkers/collega's als je signaleert dat dingen niet zo lekker lopen op het werk. Werkgevers willen graag het ziekteverzuim verlagen. Het blijkt dat als werknemers open kunnen zijn en aan kunnen geven wat ze nodig hebben om goed te kunnen functioneren, het ziekteverzuim korter en minder frequent wordt. Alle redenen dus om de bespreekbaarheid te bevorderen.

Werknemers kunnen tussen episodes door (soms zitten er jaren tussen) prima werken. Goede ondersteuning is dus belangrijk. Zoals een rustige werkplek en geen stress. Werknemers kunnen tussen episodes door (soms zitten er jaren tussen) prima werken.

In de bedrijven wordt door de activiteiten van Stigma en Werk ingezet op voorlichting en verhalen van collega's met ervaring die er al werken. "Ik stel me kwetsbaar op, helpen jullie mee/mij?". Elke stap is er één.

Mensen moeten aan kunnen geven wat ze nodig hebben, daarvoor is 'veiligheid en vertrouwen' op de werkplek belangrijk.

Tool Coral:

De Engelse tool Coral: Conceal or Reveal (verzwijgen of vertellen) is een beslissingshulp voor (potentiële) werknemers met een psychische aandoening. Het helpt in het persoonlijke afwegingsproces over wat je wel en niet verteld over je aandoening aan je werkgever. De tool is specifiek gericht op werk en komt in augustus beschikbaar via Samen Sterk zonder Stigma. Het lijkt wat op de in Nederland ook gebruikte aanpak HOP (Homest Open Proud)

Meer informatie:

d.verhoeven@samensterkzonderstigma.nl