

# Meerwaarden ervaringsdeskundigheid

---

Herstelperspectief, is een van de belangrijkste waarden van ervaringsdeskundige inzet in de hulpverleningscontext. Ervaringsdeskundigheid levert een toegevoegde waarde op het herstelproces van cliënten. Ervaringsdeskundigen geven aan dat 55% van de cliënten 'zeer positief' oordeelt over de samenwerking. Dit blijkt uit het grote enthousiasme onder de cliënten. Uit onderzoek oordeelt 25% positief tevreden, 18% redelijk positief en slechts 2% enigszins negatief over de samenwerking (Brettschneider & Karbouniaris, januari 2008).

Wat verwachten cliënten van ervaringsdeskundigen? Vanuit cliëntenperspectief komen een aantal meerwaardes naar voren over de inzet van ervaringsdeskundigheid.

## Laagdrempelig

Cliënten vinden het vaak gemakkelijker om contact aan te gaan met een ervaringsdeskundige, omdat deze zelf ook cliënt is geweest en een psychiatrische achtergrond heeft. Het contact is laagdrempelig omdat cliënten weten dat een ervaringsdeskundige soortgelijke ervaringen heeft (Boevink, Annette, & Rooijen, 2006). Er wordt dikwijls dezelfde taal gesproken waarbij ze op eenzelfde golflengte zitten. Cliënten moeten vaak keer op keer hun verhaal doen en zelfs dan voelen ze zich door anderen nog niet begrepen. Een ervaringsdeskundige weet wat cliënten meemaken, waarbij je het niet telkens opnieuw hoeft uit te leggen. Soms is zelfs één woord al genoeg (Jong & Roeleveld, mei 2009).

## Vertrouwen

Doordat een ervaringsdeskundige begrijpt wat cliënten meemaken scheidt dit vertrouwen. Cliënten voelen zich hierdoor veiliger en meer op hun gemak. Er is minder angst voor wanbegrip, waardoor zij ook gemakkelijker durven praten. De gedeelde ervaringen vormen de basis voor een bijzondere verbintenis. Het motiveert de cliënt om meer over zichzelf te vertellen (Brettschneider & Karbouniaris, januari 2008).

## Erkenning

Door de herkenning die cliënten vinden bij een ervaringsdeskundige voelen ze zich erkent. Ze hebben het gevoel er niet langer 'alleen' voor te staan met hun problemen (Boevink, Annette, & Rooijen, 2006). Dit helpt bij hun acceptatieproces en zelfwaardering. Er wordt geen oordeel gevestigd over wat wel of niet 'normaal' is. Een ervaringsdeskundige kent zelf het gevoel van 'in de kou staan' met een persoonlijke beleving en weet hoeveel pijn het doet als niemand je 'kan en wil' begrijpen of je zijn zelfs wordt ontkent. Hierin heeft een ervaringsdeskundige de rol als bondgenoot in 'het onbekende psychische lijden' (Boertien & Rooijen, 2010-2011).

## Gelijkwaardigheid

Het contact tussen een cliënt en een ervaringsdeskundige verloopt op een gelijkwaardige manier, van mens tot mens (Bovenberg, Wilrycx, Bähler, & Francken, augustus 2011). Een ervaringsdeskundige komt naast cliënten staan (Boevink, Annette, & Rooijen, 2006). Respect, waardering, acceptatie en begrip staan centraal in het persoonlijke contact. Er is geen sprake van een hij-zij verschil, maar een gezamenlijk gevoel van solidariteit (Haaster, Hidajattoellah, Knooren, & Wilken, juli 2009).

## Wederkerigheid

Een gesprek met een ervaringsdeskundige is niet eenzijdig. Er wordt een dialoog aangegaan. Ervaringen worden gedeeld en uitgewisseld waarbij het leren van en naar elkaar centraal staat in het contact (Haaster, Hidajattoellah, Knooren, & Wilken, juli 2009).

### **Authenticiteit**

Een ervaringsdeskundige komt natuurlijk en persoonlijk over (Brettschneider & Karbouniaris, januari 2008). Wanneer iemand spreekt vanuit eigen doorleefde ervaring is dit sprekender dan geleerde theorieën uit boeken. Het contact met reguliere hulpverleners wordt veelal als zakelijk ervaren, waarbij telkens een doel voor ogen wordt gehouden (Jong & Roeleveld, mei 2009). Een ervaringsdeskundige is oprecht geïnteresseerd, toont meer belangstelling en biedt een luisterend oor (Boevink, Annette, & Rooijen, 2006).

### **Presentie**

'Er zijn' voor de cliënt staat centraal voor ervaringsdeskundigen (Boevink, Annette, & Rooijen, 2006). Zij zijn minder dan hulpverleners bezig met het volbrengen van taken. Er is sprake van grote betrokkenheid, een ervaringsdeskundige is toegankelijk en hanteert flexibele grenzen. Dit vermindert het gevoel van een eenzaam te leveren strijd die cliënten veelal voeren (Jong & Roeleveld, mei 2009).

### **Empathie**

Een ervaringsdeskundige heeft meer inlevingsvermogen en kan beter meeleven met cliënten, doordat wordt begrepen wat zij meemaken en welk gevoel daarbij speelt (Bovenberg, Wilrycx, Bähler, & Francken, augustus 2011). De persoonlijke ervaring leidt tot meer begrip (Boevink, Annette, & Rooijen, 2006).

### **Normalisering**

Veelal ligt de focus bij cliënten op het 'ziek zijn' of de 'stoornis' door zowel de hulpverlening als de samenleving en directe omgeving. Er is sprake van stigma, wat veelal leidt tot zelfstigmatisering (Boertien & Rooijen, 2010-2011). Ervaringsdeskundigen laten cliënten inzien dat zij meer zijn dan hun ziekte, maar kijken naar de persoon in zijn geheel (Jong & Roeleveld, mei 2009).

### **Openheid**

Door de inbreng van het eigen verhaal van ervaringsdeskundigen ervaren cliënten een bredere ingang om zelf ook open en eerlijk te zijn over hun problemen. Door te ervaren dat een ervaringsdeskundige ook veel ellende heeft meegemaakt in het psychische lijden beseffen cliënten dat ze eigenlijk helemaal niet zo gek zijn als ze dachten. Door de openhartigheid van de ervaringsdeskundige krijgt de cliënt het gevoel niks te hoeven verbergen (Jong & Roeleveld, mei 2009).

### **Cliëntvolgend**

Cliënten worden in hun eigen waarde gelaten. Hun 'unieke zelf' wordt erkent, zonder hierover te oordelen. Het essentiële aan de zelfkennis van een ervaringsdeskundigen is:

*'Weten dat je niet kan weten wat een ander beleefd, maakt iemand ervaringsdeskundig. Een beleving is niet goed of slecht, maar 'slechts' en beleving. Een ervaringsdeskundige stelt geen 'normaal' en onthoudt zich van iedere normering van de beleving. Je kunt nooit weten hoe 'iets' er voor iemand anders uitziet.'* (Boertien & Rooijen, 2010-2011)

Ervaringsdeskundigen doen hiermee recht aan een 'eigen vrije ruimte' voor cliënten, waarvan de invulling hoogstpersoonlijk is en mag zijn (Boertien & Rooijen, 2010-2011).

### **Onafhankelijkheid**

Het behouden van de eigen autonomie zien ervaringsdeskundigen als cruciaal. De cliënt komt op de eerste plaats en staat centraal in het contact. Er wordt gekeken naar datgene wat de cliënt zelf het belangrijkste vindt, waarbij de ervaringsdeskundige aansluit en vaart op de wens en 'flow' van de cliënt. De cliënt blijft verantwoordelijk voor zijn eigen keuzemogelijkheden en geeft zijn eigen tempo aan. Cliënten leren op deze manier actiever omgaan met hun stoornis (Brettschneider & Karbouniaris, januari 2008). De ervaringsdeskundige heeft alle geduld en volgt de cliënt zonder verantwoordelijkheden uit handen te nemen. Cliënten ervaren het als prettig dat zij een eigen vrije ruimte behouden die zij zelf kunnen invullen en verkennen zonder de druk van een doel met een uitgangspunt of resultaat (Boertien & Rooijen, 2010-2011).

### **Ervaringskennis**

Door middel van het eigen levensverhaal zet een ervaringsdeskundige 'persoonlijke kennis' die vaak niet verwoord kan worden om in overdraagbare kennis. Deze narratieve methode geeft een uitdrukkingvorm aan de cliënt zijn persoonlijke beleving. De narratieve methode met de zelfreflectie van een ervaringsdeskundige over de eigen ervaring vormen samen de ik-kennis (Haaster, Hidajattoellah, Knooren, & Wilken, juli 2009).

### **Reflectie**

Ervaringsdeskundigen ondersteunen en begeleiden cliënten in het reflecteren op de eigen ervaring. Hierdoor wordt een cliënt zelfbewuster en wordt hij ertoe gezet om ook zijn eigen ervaringskennisbron aan te boren. Door het inzetten van ervaringsverhalen van de ervaringsdeskundige, leert de cliënt zichzelf hieraan te spiegelen. Dit is een manier om het zelfinzicht van de cliënt te vergroten, zodat hij kan gaan inzien hoe het aan zijn eigen herstel kan werken (Brettschneider & Karbouniaris, januari 2008).

### **Handvatten**

Cliënten zoeken ervaringsdeskundigen eerder op met specifieke vragen (Boevink, Annette, & Rooijen, 2006). Een ervaringsdeskundige kan terugkijkend op zijn eigen ervaringen en wat hem geholpen heeft handvatten aanreiken. Hij kan cliënten anders naar situaties laten kijken of leren om hier op een andere manier mee om te gaan (Bovenberg, Wilrycx, Bähler, & Francken, augustus 2011).

### **Voorbeeldfunctie**

Een ervaringsdeskundige wordt vaak ook gezien als 'rolmodel' of voorbeeld voor cliënten (Bovenberg, Wilrycx, Bähler, & Francken, augustus 2011). Een ervaringsdeskundige laat namelijk zien dat ze weten hoe het is, maar ook hoe het kan zijn. Doordat ervaringsdeskundigen laten zien wat zij allemaal meegemaakt hebben en wat zij daaraan gedaan hebben om tot het punt te komen waar ze nu staan geven ze cliënten een stukje hoop (Boevink, Annette, & Rooijen, 2006).

### **Herstelperspectief**

Cliënten worden door een ervaringsdeskundige nooit afgeschreven. Ervaringsdeskundigen geloven in de mogelijkheden tot groei en ontwikkeling, waarbij de focus gericht blijft op herstel. Een ervaringsdeskundige gaat met de cliënt op zoek naar reële perspectieven (Brettschneider & Karbouniaris, januari 2008). Dit houdt in dat de beperkingen van de cliënt een plekje krijgen, waarbij ze het leven niet continu in de weg staan (Boevink, Annette, & Rooijen, 2006).

### **Empowerment**

Het empowermentprincipe is de basis in de ondersteuning van cliënten. Vooral de eigen krachten en kwaliteiten van cliënten worden aangewend om persoonlijke doelen te verwerenlijken (Brettschneider & Karbouniaris, januari 2008). Ervaringsdeskundigen nemen cliënten niet aan de hand mee om hen de weg te wijzen. Integendeel, een ervaringsdeskundige wil juist laten zien: 'Kijk, ik volg mijn eigen weg, ga ook opzoek naar de jouwe.' (Bovenberg, Wilrycx, Bähler, & Francken, augustus 2011). Het doel van ervaringsdeskundigen is het streven naar toenemende onafhankelijkheid, waarbij met de cliënt wordt gekeken naar de mogelijkheden. Er wordt gewerkt aan herstel door het vergroten van ambities, te focussen op talenten en te kijken waar de cliënt goed in is (Brettschneider & Karbouniaris, januari 2008).

## Bibliografie

- Anrooy, U. v., & Vliet, C. v. (mei 2011). *Herstelwerkzaamheden*. Leiden: Hogeschool Leiden.
- Boertien, D., & Rooijen, S. v. (2010-2011). *Ervaringskennis in de ggz: een noodzaak*. Jaarboek BW.
- Boevink, W., Annette, P., & Rooijen, v. S. (2006). *Herstel, empowerment en ervaringsdeskundigheid*. Amsterdam: SWP.
- Bovenberg, F., Wilrycx, G., Bähler, M., & Francken, G. (augustus 2011). *Inzetten van ervaringsdeskundigheid*. SP.
- Brettschneider, E., & Karbouniaris, S. (januari 2008). *Inzet en waarde van ervaringsdeskundigheid*. Utrecht: Kenniscentrum sociale innovatie.
- DSHS. (2011, november). *Elements of Recovery for people experiencing mental illness*. Opgeroepen op november 2011, van Washington State Department of Health: [www.dshs.wa.gov/pdf/Publications/22-1316.pdf](http://www.dshs.wa.gov/pdf/Publications/22-1316.pdf)
- Haaster, H. v., & Wijnen, v. A. (2005). *Ervaringskennis werkt*. Harmelen: VersieGroep.
- Haaster, H. v., Hidajattoellah, D., Knooren, J., & Wilken, J. P. (juli 2009). *Kaderdocument ervaringsdeskundigheid*. Landelijke Denktank Opleidingen Overleg Ervaringsdeskundigheid.
- Hoeymans, N. (2011). *Ervaringsdeskundigheid Van kwetsbaarheid tot kracht*. Eindhoven: GGzE.
- Jong, J. d., & Roeleveld, L. (mei 2009). *Een ervaring rijker*. Groningen: Hanzehogeschool Groningen.
- Ploeg, G. v. (maart 2011). *Herstelondersteuning: Van kans naar realiteit!* Utrecht: Initiatiefgroep Herstelondersteuning.
- Plooy, A. (oktober 2009). Ervaringsdeskundigheid als vak. *SoziO*, 20 t/m 23.
- Posthouwer, M. (mei 2009). *Richtlijn voor goede zorg*. Utrecht: SBWU.
- Stam, M. (april 2011). *'Who knows?!' De inzet van ervaringsdeskundigheid in de beroepspraktijk*. Amsterdam: Hogeschool Amsterdam.