

Inzet ervaringsdeskundigheid

Wat is ervaringsdeskundigheid?

Ervaringsdeskundigheid is het vermogen om op grond van eigen herstelervaring voor anderen ruimte te maken voor herstel. De inzet van ervaringsdeskundigheid kan een cruciale rol spelen bij herstel. Werken met ervaringsdeskundigheid maakt het gemakkelijker om contact vanuit gelijkwaardigheid en wederkerigheid tot stand te brengen. Daarnaast biedt het op een goede manier inbrengen van eigen ervaringen in het contact hoop dat ook in de eigen situatie herstel mogelijk is.

Ervaringsdeskundigheid kan individueel worden ingezet, in de vorm van individuele coaching of ondersteuning. Ook kan het in groepen, in de vorm van bijvoorbeeld herstelgroepen of zelfhulpgroepen worden ingezet.

Inzet van ervaringsdeskundigheid - individueel

- Maak in zorg, sociaal domein en/of bij patiëntinitiatieven de steun van ervaringsdeskundigen toegankelijk, in de rol van:
 - Herstelcoach, voor laagdrempelige ondersteuning bij herstel en participatie
 - Trajectbegeleider, om mensen naar buurthuis, vrijwilligerswerk e.d. te begeleiden
 - Kwartiermaker, om voorzieningen en activiteiten toegankelijk te maken
 - Familie-ervaringsdeskundige, voor ondersteuning van betrokken naasten
- Maak gebruik van instrumenten voor vergroting van zelfregie en het voorkomen van (verergering van) crisis, zoals de crisiskaart.

Inzet van ervaringsdeskundigheid - in groepen

- Maak de inzet van zelfhulp- en herstelgroepen (zoals Herstellen doe je Zelf en WRAP) mogelijk om het herstelproces van patiënten te ondersteunen en hun kwaliteit van leven en zelfregie te vergroten.

Methoden herstel en zelfhulp

Herstellen doe je zelf	www.erkendeinterventiesGGz.trimbos.nl
Wellness Recovery Action Plan	www.erkendeinterventiesGGz.trimbos.nl
Crisiskaart	www.erkendeinterventiesGGz.trimbos.nl
Herstelgroepen	www.hee-team.nl
Zelfhulpgroepen en lotgenotencontact	www.landelijkplatformGGz.nl